

Provence-Alpes-Côte d'Azur

Document destiné aux professionnels



5^{ème} édition

Novembre 2020

-  Mois sans tabac : ça marche ! (Page 2)
 - Encourager la tentative d'arrêt
 - Relooking des outils en 2020
-  Inscriptions régionales sur Tabac info service (Page 5)
-  Pilotage en Provence-Alpes-Côte d'Azur (Page 6)
-  Partenaires du Mois sans tabac (Page 7)
-  OSCARS Mois sans tabac (Page 9)
-  #MoisSansTabac : des équipes régionales très actives sur Facebook (Page 10)
-  Actions en Provence-Alpes-Côte d'Azur (Page 11)

Dans ce document,  cette main vous guide vers d'autres informations. Cliquez sur le texte souligné.



Mois Sans Tabac : ça marche !



Le nouveau dispositif intègre deux dimensions essentielles à la réussite de l'arrêt du tabac : la préparation et l'accompagnement.

Arrêter le tabac pendant l'opération multiplie par 2 la réussite du sevrage tabagique à 1 an.

En rapport aux taux de succès observés dans la littérature scientifique pour des tentatives d'arrêt sans aide extérieure.

En France,
57% des fumeurs
déclarent vouloir
arrêter de fumer.



Un programme inscrit dans une politique depuis 2014

La campagne a contribué à la baisse historique de la proportion de fumeurs en France, dans le cadre du Programme National de Lutte contre le Tabac [\(PNLT\)](#).

De 2014 à 2019, le nombre de fumeurs quotidiens **a diminué de 1,9 million.**

L'objectif de réduire le nombre de fumeurs quotidiens d'au moins 10 % est largement atteint puisqu'une **baisse de 16 %** a été enregistrée sur cette période.

[Consulter le Bulletin de santé publique Provence-Alpes-Côte d'Azur](#)



Encourager la tentative d'arrêt

Etant donné le contexte sanitaire avec l'épidémie de Covid-19 en 2020, il est encore plus important de renforcer la prévention du tabagisme en incitant les fumeurs à arrêter le tabac.

**Bravo aux 125 783 inscrits
à #MoisSansTabac**

Vous faites désormais partie des 909 000 inscrits à #MoisSansTabac depuis 2016. Et en attendant la prochaine édition, Tabac info service reste à vos côtés toute l'année.

Année après année, les participants forment une communauté pour laquelle entretenir le lien est primordial pour réussir à surmonter l'envie de fumer.

Sous le signe de l'élan collectif, les fumeurs sont invités à arrêter de fumer tous ensemble pendant 1 mois en novembre.

Après 30 jours d'abstinence, la dépendance s'avère moins forte et les symptômes de manque diminuent.

☎ [Sur mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr](https://www.mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr) les fumeurs font un diagnostic de leur consommation.



**tabac
info
service**

bienvenue dans une vie
sans tabac



Relooking des outils en 2020

Des méthodes encore plus simples et efficaces pour faciliter la démarche d'arrêt du tabac avec les outils de coaching à distance de Tabac info service ouvert toute l'année.



Plusieurs capsules vidéo ont été diffusées en télévision et sur les réseaux sociaux avec **d'anciens participants** qui partageaient leur expérience du sevrage tabagique : leur arrêt, leur parcours et leurs réussites lors des précédentes éditions [vidéo d'Amélie](#)

Programme de 40 jours pour booster sa motivation

Il était disponible dans le **kit d'arrêt du tabac** envoyé à domicile et par mail sur demande en ligne.

Véritable outil de coaching, il est composé de **2 phases** : 10 jours de préparation + 30 jours de sevrage.

Chaque jour, les participants recevaient des conseils, des astuces, des activités et des défis.

Refonte de tous les supports de @tabacinfoservice

- **Site internet** avec une nouvelle navigation et accès à l'information simplifié
- **Application mobile** avec un programme d'e-coaching 100 % personnalisé
- **Ligne 3989** avec une offre gratuite d'accompagnement par des professionnels



« 87 % des utilisateurs du 39 89 déclarent que ce suivi les a aidés dans leur arrêt de tabac. »
selon Santé publique France



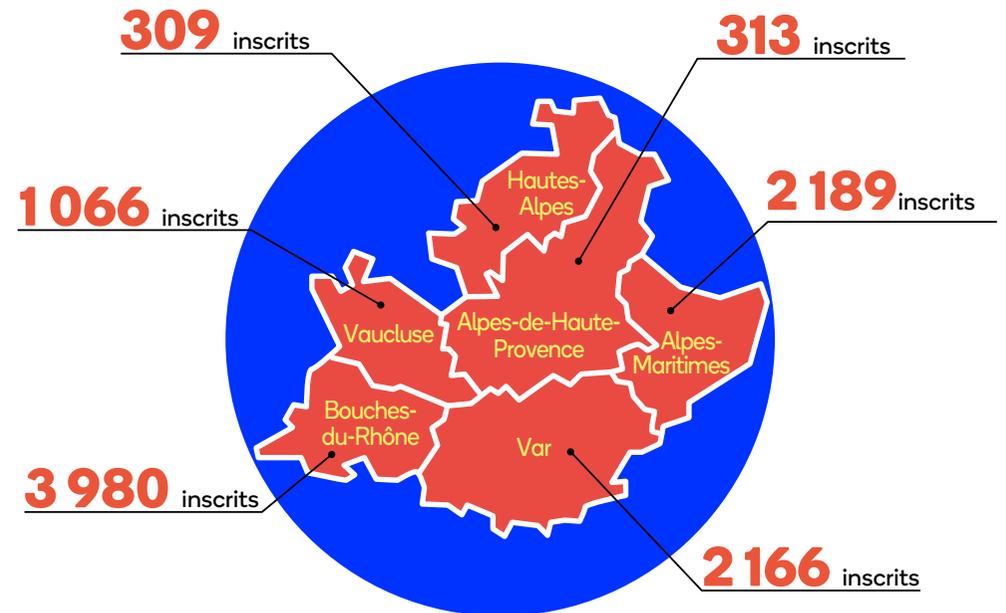
Inscriptions régionales sur Tabac info service

La région Provence-Alpes-Côte d'Azur réalise un très bon score de participation au regard du nombre d'habitants et du pourcentage de fumeurs quotidiens.

| RÉGIONS | INSCRITS | HABITANTS* |
|-----------------------------------|----------------|-------------------|
| Auvergne-Rhône-Alpes | 15 582 | 8 090 442 |
| Bourgogne-Franche-Comte | 5 064 | 2 784 858 |
| Bretagne | 6 791 | 3 371 158 |
| Centre-Val-de-Loire | 4 477 | 2 561 451 |
| Corse | 602 | 349 269 |
| Grand-Est | 9 775 | 5 522 476 |
| Hauts-de-France | 12 463 | 5 975 757 |
| Ile-de-France | 21 170 | 12 324 261 |
| Normandie | 6 738 | 3 305 218 |
| Nouvelle Aquitaine | 11 832 | 6 039 092 |
| Occitanie | 12 489 | 5 985 697 |
| Pays-de-la-Loire | 7 556 | 3 837 166 |
| Provence-Alpes-Côte d'Azur | 10 023 | 5 088 998 |
| France métropolitaine | 124 562 | 65 235 843 |

* www.insee.fr

Nombre d'inscrits par département



| Top 5 des départements : Les Bouches-du-Rhône au 4 ^{ème} rang national | |
|--|--|
| Paris | 5 603 inscrits / 2 154 092 hab.* |
| Nord | 5 281 inscrits / 2 601 802 hab. |
| Rhône | 4 046 inscrits / 1 882 802 hab. |
| Bouches-du-Rhône | 3 980 inscrits / 2 044 355 hab. |
| Gironde | 3 828 inscrits / 1 636 085 hab. |

Chiffres fournis par Santé publique France en février 2021

* www.insee.fr

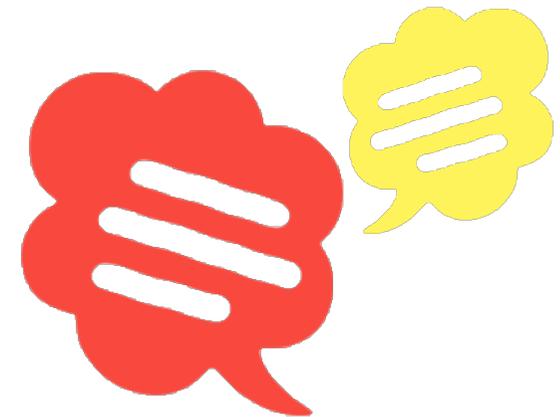


Pilotage en Provence-Alpes-Côte d'Azur par l'ARS et le CRES

Dans chaque région, l'Agence Régionale de Santé pilote le dispositif avec le soutien d'une structure ambassadrice nommée par Santé publique France lors d'un appel à projet national. En région Provence-Alpes-Côte d'Azur, **le Comité régional d'éducation pour la santé (CRES)** est mobilisé depuis la 1^{ère} édition en 2016. Avec l'Agence régionale de santé, ils coordonnent les opérations et animent le réseau des partenaires grâce à un comité de pilotage réuni trois fois par an.

Le CRES a pour mission de relayer l'information nationale concernant la campagne ainsi que mobiliser les acteurs de terrain à la mise en place d'actions Mois sans tabac auprès de leur public. Pour cela, le CRES mobilise les institutions, les délégations régionales des partenaires nationaux, les centres hospitaliers, les associations, les entreprises...

Afin d'organiser le déploiement en région, le CRES et l'ARS organisent 3 fois par an une réunion de comité de pilotage, en partenariat avec l'Assurance maladie. Ces réunions font suite aux rencontres nationales organisées par Santé publique France. Elles sont l'occasion de faire un retour sur les données nationales et d'organiser le déploiement en région. Les acteurs addiction et acteurs Mois sans tabac sont conviés à ces rencontres.





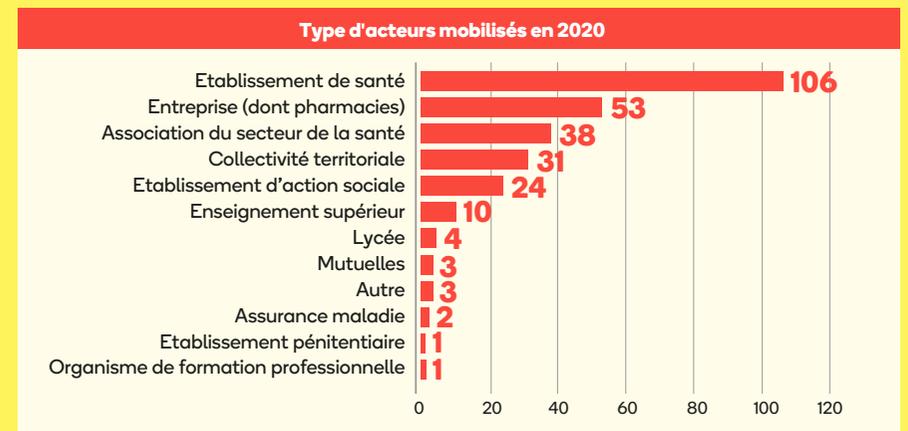
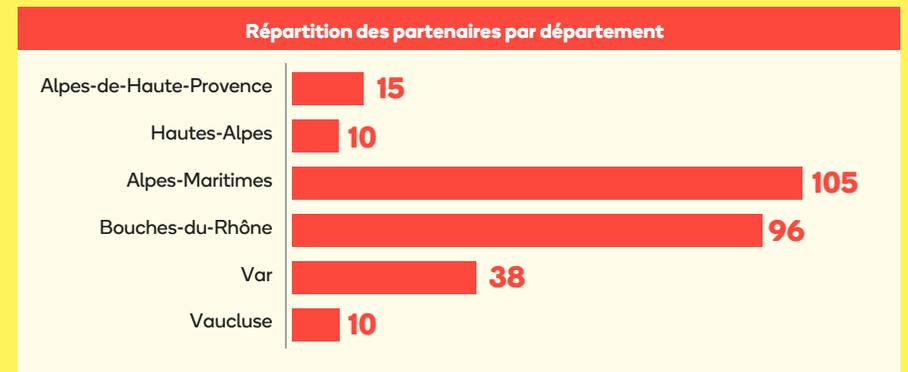
Plus de 250 partenaires mobilisés en région Provence-Alpes-Côte d'Azur



La mobilisation des partenaires

Les données concernant la mobilisation des acteurs et partenaires locaux se veulent les plus exhaustives possibles. Les données présentées sont issues de la base de données [OSCARS Mois sans tabac](#)

(plus d'informations en page 9).





L'accompagnement des partenaires

Les Comités départementaux d'éducation pour la santé, le Souffle 84 et le Dispositif d'Information et de Coordination en Addictologie des Bouches-du-Rhône ont mis en place des actions à l'intention des acteurs de la région :

1. Séances d'information à l'intention des professionnels

2. Formations thématiques

- Formation à l'entretien motivationnel
- Formation à la prescription des traitements de substitution nicotinique
- Formation au repérage précoce et à l'intervention brève (nouveau 2020)

En complément, le CRES a proposé **8 webinaires thématiques** :

- Le marketing social : principes théoriques et illustration avec Mois sans tabac, Pr Karine Gallopel-Morvan, EHESP et Viêt Nguyen Thanh, Santé publique France
- Tabac et Covid-19 : ce qu'il faut retenir, Pr François Alla, CHU Bordeaux
- Sensibilisation à l'entretien motivationnel, Benoit Saugeron, CRES
- Le repérage précoce et l'intervention brève : principes et adaptation à la prise en charge des fumeurs, Dr Thierry Ventre, DICAdd13
- Tabac et gestion du poids, Audrey Thomassin, diététicienne et Sandra Brun-Zaragoza, tabacologue
- Sevrage tabagique et approches complémentaires, Dr Isabelle Weinberg-Ricard, CH Montfavet et Avignon

- Objectif génération sans tabac, sensibilisation aux politiques publiques de prévention du tabagisme, Clémence Cagnat, Souffle 84/CDMR 84
- Présentation d'outils pédagogiques sur la thématique tabac, Martyna Ziolkowska, CoDES 83 et Stéphanie Morin, CoDES 84

Consulter les webinaires en ligne :  www.youtube.com

La communication en région

Le CRES propose plusieurs outils d'informations aux acteurs de terrain : lettres et flash d'information, communauté de pratiques Talkspirit, site internet Mois sans tabac en région :  www.cres-paca.org, rencontres au sein des structures partenaires.

MOIS SANS TABAC

WEBINAIRE

Marketing social : principes théoriques et illustration avec Mois sans tabac

Organisé et animé par le Comité régional d'éducation pour la santé Provence-Alpes-Côte d'Azur dans le cadre du programme Mois sans Tabac

Avec le soutien financier de Santé publique France et de l'Agence régionale de santé Provence-Alpes-Côte d'Azur

cres
Comité régional d'éducation pour la santé
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

0.05 / 1:33:24



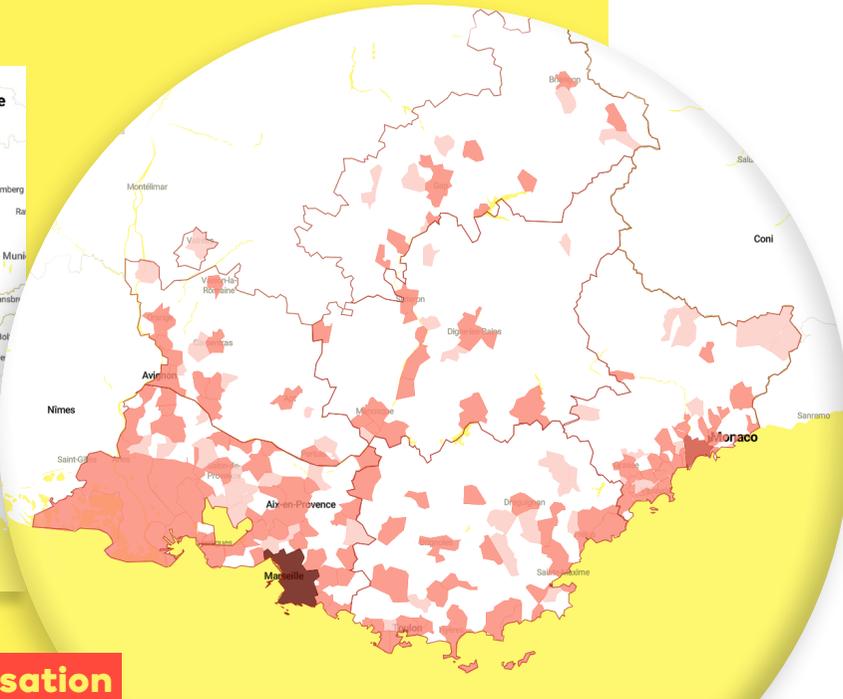
OSCARS Mois sans tabac

La base OSCARS Mois sans tabac recense les actions déployées par les acteurs et partenaires dans l'ensemble des régions mobilisées.

La mobilisation en France



La mobilisation en région Provence-Alpes-Côte d'Azur



Au 27 mai 2020, la base de données OSCARS Mois sans tabac recense **16 607 actions** et **9 826 porteurs**.

Les données saisies dans cette base servent à l'évaluation que mène annuellement Santé publique France sur la mobilisation en région.

En région Provence-Alpes-Côte d'Azur, les données sont enregistrées au moment de l'évaluation des actions et proviennent de différentes sources :

- Saisie directement via le module [“Soumettre une action”](#) disponible sur OSCARS Moi(s) sans tabac
- Saisie par la structure ambassadrice via la fiche évaluation remise aux porteurs d'actions
- Saisie par la structure ambassadrice suite aux échanges avec les porteurs d'actions

En 2020, les acteurs de terrain financés par l'Assurance maladie ont pu saisir leurs évaluations directement dans la base de données, en lien avec leur caisse de rattachement.

 [Consulter la cartographie](#)



#MoisSansTabac

Des équipes régionales très actives sur Facebook

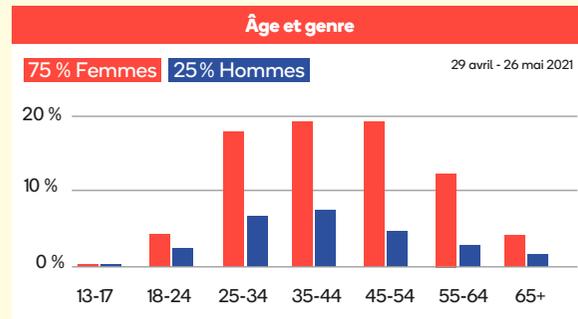
Dès leur inscription, depuis le site tabac-info-service.fr, les participants ont pu rejoindre l'une des 18 équipes régionales pour vivre ensemble ce défi sur les réseaux sociaux et bénéficier du soutien d'une communauté soutenante.



Focus sur le groupe des habitants de Provence-Alpes-Côte d'Azur

1 496 personnes sont inscrites dans le groupe Les Habitants de Provence-Alpes-Côte d'Azur pour échanger des informations, se soutenir dans les coups durs, se motiver dans le maintien d'un arrêt ou une nouvelle tentative.

Sur la période d'octobre à novembre 2020, une augmentation de 37 % du nombre de membres par rapport à fin septembre 2020 est observée avec une majorité de femmes de 35 - 44 ans, soit 477 nouveaux membres.



Le groupe Facebook, c'est :

- Le soutien entre membres
- Le partage d'expériences
- L'intervention et le soutien d'une tabacologue
- Le relais de la communication de Tabac info service et la création de rubriques spécifiques

Afin d'accompagner au mieux les membres du groupe, le CRES a fait appel à une tabacologue

sur les mois d'octobre novembre 2020, qui a pu répondre aux posts, conseiller et publier en fonction des actualités.

Au vu du contexte sanitaire, la tabacologue a été remobilisée au cours du 14 avril au 15 mai 2020. Aujourd'hui encore, la tabacologue est active sur le groupe pour répondre aux demandes et soutenir les membres.





Les actions en région

Au vu de la crise sanitaire, les formats d'intervention en distanciel ont été favorisés.

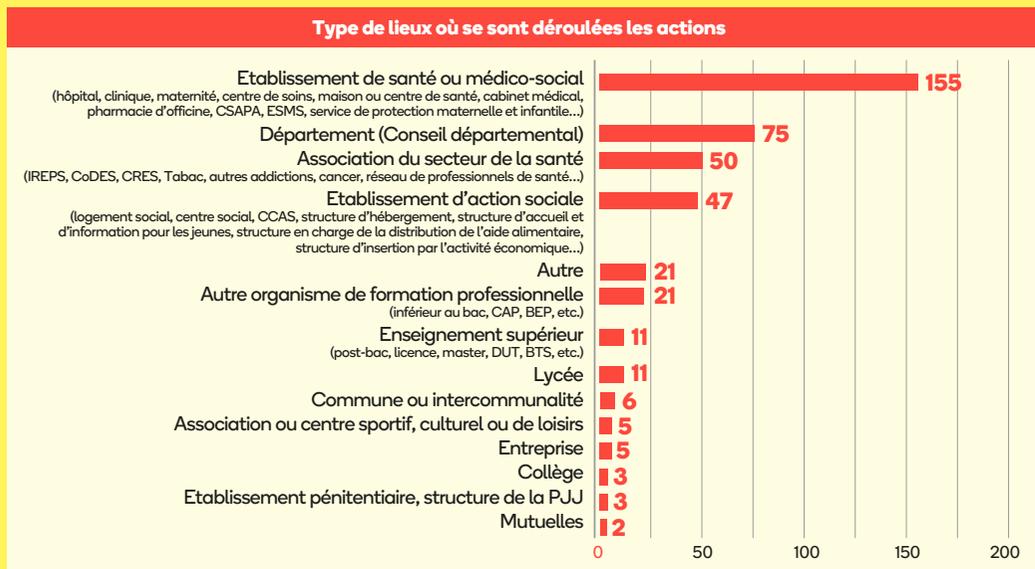
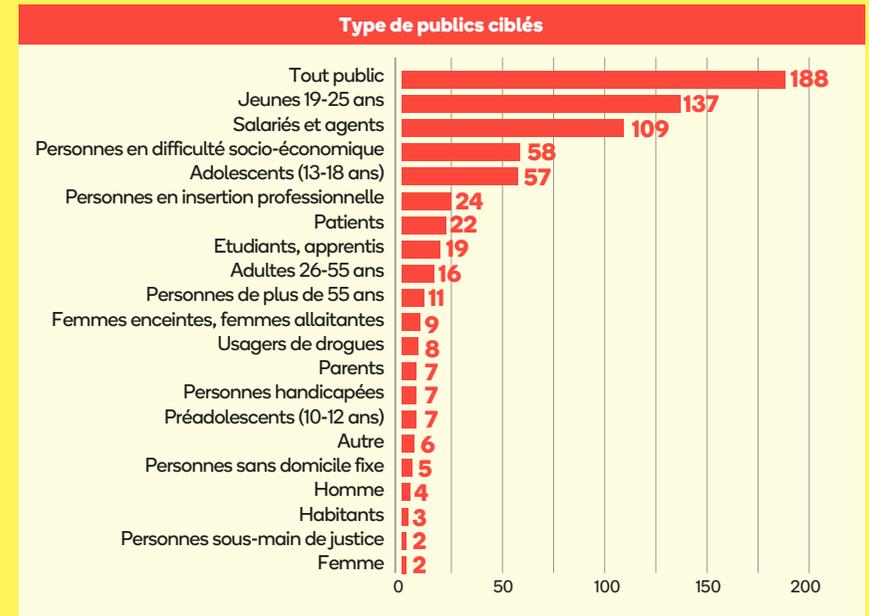
La mobilisation des partenaires

24 fiches projet et 389 fiches action ont été saisies dans la base OSCARS pour la région Provence-Alpes-Côte d'Azur.

Des masques aux couleurs du Mois sans tabac ont été proposés et envoyés aux partenaires et membres du groupe Facebook.



| Types d'actions menées | |
|------------------------|---|
| 361 | Affichage (papier ou virtuel), stand, distribution de documentation |
| 160 | Consultation individuelle ou collective pour le sevrage tabagique |
| 49 | Réunion d'information, conférence |
| 30 | Atelier collectif (autre que consultation et réunion d'information) |
| 23 | Autre |
| 5 | Manifestation événementielle |



Au-delà des réseaux sociaux, le CRES s'est mobilisé auprès des publics en communiquant sur la campagne sur les **réseaux de transports en commun** de la région (Marseille, La Ciotat, Vitrolles et Avignon).



MERCI !
aux partenaires
mobilisés à nos côtés

 [la vidéo de clôture](#)

L'Agence régionale de santé et le Comité régional d'éducation pour la santé Provence-Alpes-Côte d'Azur remercient particulièrement l'Agence régionale de santé et l'association Addictions France de la région Pays de la Loire ayant accepté de mettre à disposition leur synthèse « Mois sans tabac Pays de La Loire - Edition 2020 » pour reproduction et adaptation à la région Provence-Alpes-Côte d'Azur.

Suivez l'actualité du Mois sans tabac sur

 [Le site de Tabac Info Service](#)



 [Le site régional Moi\(s\) sans tabac](#)



 [La page Facebook](#)



 [Le compte Twitter](#)

Pour contacter l'ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur



 cindy.beziat@ars.sante.fr

Pour contacter le CRES



 marion.sylvain@cres-paca.org

**Rejoignez la communauté de pratiques
Mois sans tabac réservée aux professionnels
pour échanger et vous tenir informé(e)
des dernières actualités en région.**

Demande d'inscription à la communauté de pratiques régionale



 marion.sylvain@cres-paca.org