

- Parution : **OCTOBRE 2017**
- Numéro : **311**
- Source : **Viva presse © Droits réservés**

- Auteur : **Marilyn PERIOLI**



Un « Moi(s) sans tabac », c'est parti !

Vous voulez arrêter de fumer ? Le mois de novembre vous y incite. Le ministère de la Santé a lancé la deuxième édition du « Moi(s) sans tabac ».

Le **ministère de la Santé** a lancé le 9 octobre la deuxième édition du « **Moi(s) sans tabac** ». Le but de cette opération est de se préparer à l'arrêt du tabac en octobre, puis de s'arrêter un mois à partir du 1er novembre en espérant créer le déclic pour un abandon définitif.

Le « Moi(s) sans tabac » s'inspire d'une initiative britannique qui a lieu depuis 2012, « **Stoptober** ». Selon cette expérience, arrêter de fumer pendant un mois multiplie par cinq les chances d'arrêter définitivement le tabac.

La France, un pays de fumeurs

En France, le tabac, responsable de 73 000 décès par an, reste la première cause de mortalité évitable, la première cause de cancer, et la deuxième cause de maladie cardiovasculaire.

Il y a 16 millions de fumeurs dans notre pays. Les Français figurent parmi les plus gros fumeurs en Europe, avec 32% de fumeurs réguliers et 24% quotidiens.

Différentes façons de s'arrêter de fumer

La ministre de la Santé, Agnès Buzyn veut mettre le paquet sur les réseaux sociaux. Ainsi, des groupes : fêtard/pantouflard, burgers/quinoa, etc. Ils pourront choisir leurs méthodes pour arrêter : patch, vapotage, coach, etc...

Des actions seront lancées en région pour être au plus près des fumeurs. Santé publique France finance un ambassadeur par région, pour aider les agences régionales de santé, en lien avec les caisses d'assurance maladie, à développer des événements en direction des plus jeunes notamment. Chaque année, 250 000 jeunes deviennent des fumeurs quotidiens ; un tiers des jeunes de 17 ans fume tous les jours ; ainsi que la moitié des femmes entre 20 et 25 ans, a déploré Agnès Buzyn.

Un bilan 2016 positif

La première édition du « moi(s) sans tabac a été une réussite, selon la ministre. 180 000 personnes se sont inscrites. Plus de 670 000 kits d'aide à l'arrêt ont été distribués, le site tabac-info-service a reçu trois fois plus de visiteurs uniques qu'en 2015 (1,58 million), et la ligne 39 89, deux fois plus d'appels (15 500).

Les applications ont L'application de coaching a été téléchargée 118 000 fois. Le nombre de bénéficiaires du forfait de 150 euros remboursé par l'assurance-maladie, pour obtenir des substituts nicotiniques, a augmenté de 64 % au dernier trimestre 2016.

A noter : le paquet passera à 10 euros fin 2020, une « incitation positive » selon les autorités.

www.tabac-info-service.fr