

## C'est décidé, j'arrête !

#MoisSansTabac



C'est décidé, j'arrête !

#MoisSansTabac a contribué, avec les mesures du programme national de lutte contre le tabac (PNLT), à la baisse historique du tabagisme en France. Mais 12 millions de français fument encore chaque jour. Ils sont à nouveau invités à participer à #MoisSansTabac !

En Occitanie, 15 479 fumeurs se sont inscrits sur « Tabac info service » l'an dernier, pour être accompagnés et soutenus dans leur décision d'arrêt du tabac.

Sur le terrain 500 partenaires se sont mobilisés en 2017 : établissements scolaires, établissements et professionnels de santé, collectivités locales, associations de santé et à vocation sociale, caisses d'assurance maladie, mutuelles, entreprises, sportifs...

Plus de 450 actions de sensibilisation ont été menées partout dans la région : séances d'information collectives, testeurs de monoxyde de carbone dans l'air expiré, tests d'évaluation de la dépendance, prise en charge de substituts nicotiques, stands d'information... ainsi qu'une augmentation de 19,6 % entre 2017 et 2018 du nombre de bénéficiaires de traitement Nicotinique de Substitution pour un montant de 2 millions d'euros.

Cette forte mobilisation se poursuit en 2018. En Occitanie 30,3% de la population âgée de 18 à 75 ans fume tous les jours. La région se situe 3,4 points au-dessus de la moyenne nationale (26,9%).

Pour participer au #MoisSansTabac, il suffit de s'inscrire sur le site internet <http://www.tabac-info-service.fr>

Des outils pratiques et gratuits sont disponibles pour accompagner les fumeurs tout au long du #MoisSansTabac : kit, suivi téléphonique par un tabacologue, coaching, réseaux sociaux...

Illustration Pixabay.com