

#MoisSansTabac

Le comité de la Somme de la Ligue contre le cancer s'investit une nouvelle fois cette année dans l'opération #MoisSansTabac aux côtés de Santé Publique France, de l'ARS, de l'ambassadeur Hauts-de-France Addiction et des partenaires pour la Région Hauts-de-France.

Le Moi(s) sans tabac est un défi collectif national, porté par Santé Publique France, qui consiste à inciter et accompagner tous les fumeurs, via des actions de communication et de prévention de proximité, dans une démarche d'arrêt du tabac sur une durée de 30 jours au mois de novembre.

Pendant les mois d'octobre et novembre plusieurs types d'actions locales sont susceptibles d'être proposées dans le cadre de Moi(s) sans tabac : Stands d'information, inauguration d'espace sans tabac, distribution de kit d'aide à l'arrêt, communication sur le dispositif, sensibilisation des salariés et/ou des habitants...

Les solutions pour accompagner les fumeurs vers l'arrêt du tabac existent déjà, vous n'avez plus qu'à les relayer. Les partenaires #MoisSansTabac mettent à votre disposition de nombreux outils (kits d'aide à l'arrêt, affiches, flyers, réseaux sociaux...).

L'objectif est d'inciter les fumeurs à s'inscrire à #MoisSansTabac via le 39 89 ou sur le site de www.tabac-info-service.fr



Mois sans tabac

Pour vous accompagner dans votre démarche, profitez de plusieurs méthodes simples et efficaces.

Les professionnels de santé
Médecins, pharmaciens, sages-femmes...

Ils savent vous conseiller les méthodes les plus adaptées à votre situation. Il existe également des spécialistes de l'arrêt du tabac. Trouvez un tabacologue près de chez vous sur tabac-info-service.fr

Le kit
Moi(s) sans tabac

Des outils pratiques pour vous préparer à l'arrêt et tenir les 30 premiers jours. À commander gratuitement sur tabac-info-service.fr ou à retirer chez votre pharmacien.

L'application mobile
Tabac info service

Un programme de coaching personnalisé.

À télécharger gratuitement sur :
App Store | Google Play

Le 39 89
Le suivi par un tabacologue

Un accompagnement personnalisé et gratuit assuré par le même tabacologue tout au long de votre arrêt. Du lundi au samedi, de 8h à 20h.

Pour rejoindre le mouvement, rendez-vous sur :
tabac-info-service.fr

3989 Service gratuit - prix appel

Pour plus d'information, contactez-nous par mail sur cd80@ligue-cancer.net ou par téléphone au 03 22 45 37 37 ou rendez-vous sur le site <https://hautsdefrance-addictions.org>



SOMME