



# #MoisSansTabac 2025

“Préparer son projet”

Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne



## Au programme

- Tabagisme et vapotage : quelles évolutions ?
- Le Mois sans tabac
- Quelles modalités d'action concrète ? *Exemple : l'organisation d'un stand*
- #MoisSansTabac Bretagne : organisation du dispositif 2025

**Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne**



# Tabagisme et vapotage : quelles évolutions

**Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne**



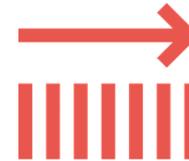
## Le contexte

3<sup>ème</sup> PNLT



**Objectif**

1<sup>ère</sup> génération sans tabac d'ici 2032



Une prévalence stabilisée ensuite



Prévalence du tabagisme en baisse entre 2016 et 2019

29,4% → 24%



**ZOOM SUR**

Génération sans tabac...

Kesako !?!

Moins de 5% de prévalence de tabagisme à l'âge adulte pour les générations nées à partir de 2014



# Prévalence du tabagisme en 2023 / Evolutions récentes



**2023**

31,1% des 18-75 ans déclarent fumer  
23,1% = fumeurs quotidiens



**2022 - 2023**

Prévalences du tabagisme et du tabagisme quotidien stables



**2021 - 2023**

↘ Prévalence tabagisme quotidien :  
25,3% → 23,1%

↗ Prévalence tabagisme occasionnel :  
6,6% → 8,8%

= Prévalence du tabagisme stable :  
31,9% → 31,1%



**ZOOM SUR**

La prévalence du tabagisme selon le sexe en 2023





# Tabagisme quotidien et inégalités sociales de santé ?

## Par rapport au niveau de diplôme, en 2022

Aucun diplôme ou < Bac = 28,9%  
Bac = 22,8%  
> Bac = 16,6%

## Par rapport à la situation professionnelle, en 2022

Chômage = 35,8%  
Travail = 25,2%  
Etudes = 17,2%



## Par rapport au niveau de revenu, en 2022

1<sup>er</sup> tercile (faibles revenus) = 28,9%  
2<sup>ème</sup> tercile = 23,9%  
3<sup>ème</sup> tercile = 17,3%



## ZOOM SUR

### Le tabagisme quotidien en Bretagne

Prévalence en 2021 = 25,5%

Prévalence 2023 = 19,5%

Soit une baisse significative de 6,5 points



# Le vapotage chez les 18-75 ans

2023



Vapotage actuel 8,3%  
Vapotage quotidien 6,1%



18-75 ans 41,8% ont expérimenté la e-cigarette



**ZOOM SUR**  
Le vapotage quotidien en Bretagne  
8,5% des 18-75 ans en 2023



## Des publics cibles



### La femme enceinte - Enquête périnatalité 2022

Bretagne : baisse de la proportion de femmes fumeuses déclarant fumer pendant la grossesse, au 3<sup>ème</sup> trimestre (16% vs 28% en 2016) mais plus élevé que la moyenne nationale (12%).

### Les jeunes de 17 ans – Enquête ESCAPAD 2022

Tous les niveaux d'usage de drogues en baisse, en particulier celui du tabagisme (15,6 % déclarent fumer quotidiennement). Mais 22,1% en LP, 38,4 % chez les apprentis et 43,5% chez les jeunes non scolarisés.

Usage de la cigarette électronique augmentant fortement = 6,2% déclarent l'utiliser quotidiennement, dont 5,8% de vapoteurs exclusifs.





# Des publics cibles

Les jeunes de 17 ans – Enquête ESCAPAD 2022

Tableau 2. Les niveaux d'usage de substances psychoactives à 17 ans en 2022 selon le statut scolaire (%)



| Produits    | Usage           | Élèves 2022 |          |           | Apprentis 2022 | Jeunes non scolarisés 2022 | Élèves 2017 | Apprentis 2017 | Jeunes non scolarisés 2017 |
|-------------|-----------------|-------------|----------|-----------|----------------|----------------------------|-------------|----------------|----------------------------|
|             |                 | Ensemble    | Lycée GT | Lycée Pro |                |                            |             |                |                            |
| Tabac       | Expérimentation | 44,7        | 42,8     | 49,9      | 67,3           | 65,2                       | 57,2 ***    | 72,1 **        | 76,1 ***                   |
|             | Quotidien       | 13,3        | 10,1     | 22,1      | 38,4           | 43,5                       | 22,0 ***    | 47,3 ***       | 57,0 ***                   |
| E-cigarette | Expérimentation | 55,4        | 52,6     | 63,4      | 73,3           | 71,7                       | 51,1 ***    | 64,9 ***       | 61,2 ***                   |
|             | Quotidien       | 5,6         | 4,5      | 8,8       | 13,6           | 9,7                        | 1,6 ***     | 4,8 ***        | 3,3 ***                    |



## En résumé



Une **stagnation du tabagisme** après une baisse entre 2016 et 2019.

Des **inégalités sociales de santé** qui se creusent.

La demande de l'ARS Bretagne d'avoir une attention particulière sur **des publics ou territoires prioritaires** :

- Les femmes enceintes
- Les populations en situation de vulnérabilité
- Les communes du Centre Bretagne



Le Mois sans tabac, c'est quoi ?

Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne



# #MoisSansTabac, c'est...

Une action nationale qui s'organise en Bretagne

Action nationale /  
**Santé Publique  
France** :  
communication  
et outils

Pilotage régional  
= l'**ARS Bretagne**  
et le collectif  
#MoisSanstabc  
Bretagne

Un plan d'actions  
régional proposé  
par le **collectif  
#MoisSansTabac  
Bretagne**

Des actions  
locales, financées  
(ARS ou AM) ou  
non = **700  
partenaires  
bretons!**



Association Addictions France /  
Association Hospitalière de  
Bretagne / Association Je Ne  
Fume Plus ! / Coordination  
Bretonne de Tabacologie /  
Promotion Santé / Liberté  
Couleurs / Ligue contre le cancer  
/ ORS Bretagne



# #MoisSansTabac, c'est...

Un dispositif général piloté par SPF

## CAMPAGNE DE COMMUNICATION

- Communication bienveillante
- Ambition collective de l'arrêt



## DES OUTILS

tabac  
info  
service

bienvenue dans une vie sans tabac



## RELAIS





## #MoisSansTabac, c'est...

### Une action / Un défi / Un mois

Une action de santé publique proposée depuis 2016

Un défi collectif

Un mois, car au-delà de 28 jours, les signes désagréables de sevrage se réduisent considérablement et la chance de succès de la tentative d'arrêt se multiplie elle par 5





## #MoisSansTabac, c'est/ce sont...

Des **actions locales** de soutien proposées par des partenaires (institutions, centres de soins, structures d'hébergement, etc.)

A distance, une **campagne médiatique** à compter de début octobre (TV, Radio, Internet, réseaux sociaux)



Le site [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr)

Espace « **partenaires** » : commandes d'outils de communication pour les professionnels (ouvert courant septembre)

Espace « **professionnels de santé** » : comment accompagner au sevrage

Espace « **participants** » pour les fumeurs qui souhaitent arrêter : informations, envoi de supports d'aide à l'arrêt, messages personnalisés d'encouragement...



# #MoisSansTabac, c'est...

**Arrêt du tabac = des bénéfices**  
quel que soit l'âge, à court,  
moyen, long terme

1

## OCTOBRE

**Objectifs de recrutement des participants et de préparation du sevrage**

Inciter à l'inscription à travers divers messages dont la promotion du kit

Accompagner concrètement la préparation de l'arrêt

**Initier la formation de l'habitude**

2

## NOVEMBRE

**Objectif d'accompagnement des participants pendant 30 jours**

Mise en avant des outils d'aide à l'arrêt

Soutenir les participants à l'aide de conseils concrets.

**Former l'habitude**

3

## DECEMBRE

**Objectif de poursuivre le sevrage**

Valoriser les participants et le chemin parcouru

Informar sur la pérennité des outils d'aide à l'arrêt

**Maintenir l'habitude**



# #MoisSansTabac, c'est...

Une campagne mettant l'accent sur les bénéfices de l'arrêt



Une affiche

Arrêt du tabac = des bénéfices

→ Quel que soit l'âge,

→ A court, moyen, long terme



Une vidéo

ARRÊTER DE FUMER  
**POUR SON  
COEUR**

**LES BÉNÉFICES DE L'ARRÊT DU TABAC DANS LE TEMPS**

source [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr)

| Durée après l'arrêt | Bénéfice  |
|---------------------|---|
| 20 minutes          | La pression sanguine et le rythme cardiaque redeviennent normaux.                 |
| 8 heures            | La quantité de monoxyde de carbone dans le sang diminue de moitié.                |
| 2 jours             | Le goût et l'odorat reviennent.   |
| 1 semaine           | La circulation sanguine s'améliore.   |
| 1 an                | Le risque d'accident vasculaire cérébral rejoint celui d'un non-fumeur.           |
| 5 ans               | Les risques de cancer du poumon diminuent presque de moitié.                      |
| 15 ans              | L'espérance de vie redevient identique à celle des personnes n'ayant jamais fumé. |

Il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer.

Les bénéfices de l'arrêt du tabac interviennent presque immédiatement.



## #MoisSansTabac, c'est...

80% de chances de plus de réussir en se faisant aider!



Des  
ressources



Les professionnels de santé de premier recours peuvent accompagner un sevrage médecins généralistes, pharmaciens, sage-femmes, dentistes, infirmiers, masseurs-kinésithérapeutes...

Environ 80 points de **consultations spécialisées** tabac/addictions en Bretagne

**Tabac Info Service**, dont la ligne 3989 (accessibilité aux personnes malentendantes via la plateforme Acceo [ici](#))

Des **aides financières** : remboursement 65% (exceptés les inhalateurs)



Quelles modalités d'actions concrètes ?  
Exemple : l'organisation d'un stand

Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne



# Comment organiser un stand ?

## L'organisation générale

### Le matériel et la documentation



Prévoir table, chaises, grilles, documentation – Site de commande d'outils



### Le partenariat local

Faire du lien entre les structures, avec les acteurs du territoire (maisons de santé, CPTS, CLS, autres associations, collectif #MoisSansTabac Bretagne)



### Les ressources

Avoir connaissance des ressources sur le territoire (matérielles et humaines)

[Site #MoisSansTabac Bretagne](#)



### Les projets

Faire du lien avec les projets des participants



## Des affiches génériques

Téléchargeables  
et/ou  
commandables  
sur le  
[site partenaires](#)







## Autres exemples d'actions concrètes



Marrainages/Parrainages  
avec des ex-fumeurs



Ateliers de soutiens  
entre fumeurs



Cagnottes d'économie  
pour payer un repas commun



Activités sportives ou  
culturelles communes

Une marche, une sortie ou  
activité culturelle...



Prise en charge de séances  
de sophrologie

Pleins d'idées sur la plateforme **OSCARS**

<https://www.oscarsante.org/moisanstabac/bretagne>

Ou portail Caps : <https://www.capitalisationsante.fr/>



# Recensement national des actions locales

Santé publique France réalise **un annuaire des actions locales** pour l'édition 2025.

Vous souhaitez inscrire vos actions ?

Saisissez les dans le formulaire suivant avant le 25 septembre 2025 :

<https://urlr.me/xWXtUM>

Après cette date, vous pouvez encore renseigner vos actions, des mises à jour seront effectuées tous les vendredis.



# #MoisSansTabac Bretagne - Organisation du dispositif 2025

**Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne**



# Le dispositif régional 2025 pour les professionnels

## Des ressources pour vos projets

### Le site #MoisSansTabac Bretagne

Les temps d'information

Les temps de  
sensibilisation

Des cartes ressources



Accès au site [ici](#)



# Le dispositif régional 2025 pour les professionnels

## Des ressources pour vos projets

Le site #MoisSansTabac  
Bretagne

### Les temps d'information

Les temps de  
sensibilisation

Des cartes ressources

Réunions en visio (Teams), de 13h30 à 14h30 :  
Lundi 8 septembre 2025 – De préférence les  
acteurs des Côtes d'Armor  
Vendredi 12 septembre 2025 – De préférence  
les acteurs du Finistère  
Mardi 16 septembre 2025 – De préférence les  
acteurs d'Ille-et-Vilaine  
Mercredi 17 septembre 2025 – De préférence  
les acteurs du Morbihan

[Lien vers le formulaire  
d'inscription](#)



# Le dispositif régional 2025 pour les professionnels

## Des ressources pour vos projets

Le site #MoisSansTabac  
Bretagne

Les temps d'information

**Les temps de  
sensibilisation**

Des cartes ressources

## Temps de sensibilisation actuellement programmés

| Thématique                      | Intervenant  | Dates / Horaires  | Lien formulaire inscription                           |
|---------------------------------|--|---|---|
| La prescription de TNS          | Véronique Le Denmat                                      | Mardi 30 septembre 2025 / 12h-14h<br>Mardi 7 octobre 2025 / 12h-14h | Formulaire d'inscription en ligne <a href="#">ici</a> |
| Les tracas du sevrage tabagique | Catherine De Bournonville et<br>Catherine Phomsouvandara | Jeudi 3 octobre 2025 / 12h-14h<br>Jeudi 10 octobre 2025 / 12h-14h   | Formulaire d'inscription en ligne <a href="#">ici</a> |
| Tabac et psychiatrie            | Anne De Prin   | Vendredi 26 septembre 2025 / 12h-14h                                | Formulaire d'inscription en ligne <a href="#">ici</a> |



# Le dispositif régional 2025 pour les professionnels

## Des ressources pour vos projets

Le site #MoisSansTabac  
Bretagne

Les temps  
d'information

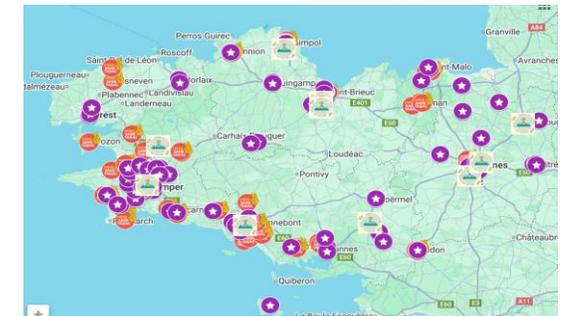
Les temps de  
sensibilisation

**Des cartes ressources**

Carte 2025 des  
consultations de  
tabacologie en  
Bretagne - [Ici](#)



La carte des  
projets repérés  
en 2024 - [Ici](#)





# Le dispositif régional 2025 pour la population

## Les projets financés par l'Assurance Maladie et l'ARS Bretagne

### Finistère

#### Projets financés par l'Assurance Maladie

- Service de santé étudiante UBO / Stands de sensibilisation au sevrage tabagique au profit des étudiants de Brest dans le cadre du Mois sans tabac
- Association Archipel Santé – Centre de soins infirmiers / Ensemble vers un nouveau souffle
- Mission Locale du Pays de Cornouaille / On arrête ensemble
- Collectif de santé de Kemperle (SISA) / Stand et table d'information sur le tabagisme
- Maison de santé multisite du Pays Dardou / Je prends soin de mon souffle

### Côtes d'Armor

#### Projets financés par l'Assurance Maladie

- SISA des Caps – Erquy / Mois sans tabac
- MSP Lib&Rance / Escape Tabac : le challenge des trente jours
- CLPS 22 / Actions MST 2025 CLPS Lannion, Saint-Brieuc, Guingamp
- CDS du Mené / Moi(s) sans tabac
- CASCI Centre d'Action Sociale Culturelle d'Insertion / Mois sans tabac 2025
- Guingamp Paimpol Agglomération / Projet d'accompagnement au sevrage tabagique auprès des jeunes de Guingamp « Les jeunes s'engagent : cap vers l'arrêt du tabac »
- CMA Formation Dinan Aucaleuc / Action MST 2025 CMA Dinan Aucaleuc

### Ille-et-Vilaine

#### Projets financés par l'Assurance Maladie

- Clinique Saint Yves ESPIC / Un défi à la clinique Saint Yves
- Centre de santé communautaire du Blosne ACI / Moi(s) sans tabac au Blosne
- SISA des professionnels de santé de Talensac / augmenter le nombre d'arrêt du tabac via la campagne de santé publique « Mois sans tabac »
- Établissement et Service de Réadaptation professionnelle (ESRP) EPNAK / Mois sans tabac à l'ERSP
- CPAM 35 / CGSS / Mois sans tabac au CFA de Montgermont
- CHU de Rennes / Convergence Mois sans tabac
- SISA MSP de Pléchâtel / Promotion, Prévention et suivi d'un large public pendant l'action du mois sans tabac au sein de la MSP de Pléchâtel
- Centre de lutte contre le cancer – Eugène Marquis Fondation / Le centre Eugène Marquis se mobilise pour le Mois sans tabac
- Association Liberté Couleurs / Co-construction d'un projet Moi(s) sans tabac à la prison des femmes de Rennes
- Association Sophrom / Mois sans tabac à Redon
- Association santé Villejean Beauregard / Respirez c'est la santé
- SISA du Pays de Saint Méen le Grand / Mois sans tabac 2025
- CDAS Bain-de-Bretagne / Animation à l'accueil du CDAS
- CLPS / Moi(s) sans tabac au CLPS Vitré, Redon, Fougères, ST Malo et Rennes
- Centre Hospitalier Guillaume Régnier - Établissement public de santé mentale / Amplification des actions du Moi(s) sans tabac au CHGR en 2025



# Le dispositif régional 2025 pour la population

## Les projets financés par l'Assurance Maladie et l'ARS Bretagne

### Morbihan

#### Projets financés par l'Assurance Maladie

- MSP de la Gare d'Auray (ASGARE) / Sensibilisation, accompagnement du changement vers l'arrêt du tabac
- MSP Plescop Santé / Accompagnement à l'arrêt du tabac et prévention du tabagisme passif
- Pôle Santé Hennebont / Mois sans tabac
- MSP Noyal Pontivy / Accompagnement au sevrage tabagique
- Pôle Santé Kervignac / Mois sans tabac
- Pôle Santé Rives du Scorff / Informer les personnes bénéficiant de l'aide alimentaire des méfaits du tabac et de leur intérêt à arrêter de fumer
- MSP Réguiny / Journée de sensibilisation aux méfaits et à l'arrêt du tabac
- MSP Caudan Santé / Action de sensibilisation grand public et de recrutement des fumeurs sur le marché de Caudan dans le cadre du Mois sans tabac
- Centre Hospitalier du Centre Bretagne / Sensibilisation des étudiants et étudiantes en soins infirmiers, futur.e.s professionnel.le.s de santé au Mois sans tabac

#### Projets financés par l'ARS Bretagne

- CPTS du Pays d'Auray / Première consultation en tabacologie et formation des ressources du territoire
- SISA Pôle de Santé des Rives du Scorff / Formation des professionnels de santé à la prescription de substituts nicotiques lors du Moï(s) sans tabac

*A noter : Santé publique France va mettre en ligne à partir du 26 septembre un lien vers un calendrier des actions locales. Vous pourrez renseigner les actions que vous allez mettre en place, le lien vous sera communiqué ultérieurement.*



# Le dispositif régional 2025 pour la population

Une camionnette itinérante sillonnera les routes du centre Bretagne pour la 10ème édition !

1

3 nov / Pleucadeuc

2

4 novembre / Guemené-sur-  
Scorff

3

5 novembre Matin / Merdrignac  
5 novembre AM / Loudéac



5

7 novembre Matin / Saint Aubin  
d'Aubigné  
7 novembre AM / Sens de  
Bretagne

4

6 novembre / Huelgoat



# Le dispositif régional 2025 pour la population

Le challenge inter-structures sera de retour / Edition #3



**Objectif** toucher un public cible, les travailleurs en ESAT et les personnes en insertion, en créant une dynamique au sein des structures autour du Mois sans tabac.



## Calendrier

Des défis hebdomadaires et 1 défi fil rouge tout au long du mois de novembre



**Inscription obligatoire** en amont - Formulaire [ici](#)



**Des lots à gagner** aux couleurs du Mois sans tabac.  
Valorisation de la participation de tous les coéquipiers.



# Le dispositif régional 2025 pour la population

## Les stands Mois sans tabac de Santé Publique France



Stand intérieur : **jeudi 13 novembre 2025** au centre Leclerc de **Plérin**

*En attente de validation par la Ville de Rennes* - Stand extérieur : **mardi 18 novembre 2025**, place de la Mairie à **Rennes**

### Sur ces stands

Outils Mois sans tabac, accompagnement à l'inscription possible, échange avec des professionnels, consultations de sevrage tabagique



# Le dispositif régional 2025 pour la population



Deux saisons de podcasts à diffuser largement !

## Des podcasts sur différents sujets

Les derniers épisodes de la saison 2 sont disponibles :

« Le sport et l'exercice physique, un allié de choix pour la défume »

« Françoise, l'alcool et le tabac »

Au total, 6 podcasts à écouter ou re écouter !





# Le dispositif régional 2025 pour la population

Toujours une présence  
sur les  
réseaux sociaux



FB / Les Bretons #MoisSansTabac



Twitter → BlueSky



Mois sans tabac BZH



Instagram  
MoisSansTabac Bretagne



LinkedIn

Et les réseaux sociaux de l'ARS Bretagne



# Le dispositif régional 2025 / Evaluation

## Evaluation pluriannuelle du dispositif – Avec l'ORS Bretagne

**Un projet d'évaluation sur 3 ans**, avec 3 groupes de professionnels enquêtés : 1/Périnatalité – 2/Travailleurs sociaux – 3/Professionnels de santé

**Un Objectif** Mieux comprendre les freins et leviers de ces professionnels dans l'accompagnement de leurs publics vers un sevrage

**Un questionnaire** auprès des travailleurs sociaux pour la 2<sup>ème</sup> phase





# Le dispositif régional 2025 / Evaluation

Evaluation nationale et régionale - La base Oscars



**Module Mois sans tabac**

A nouveau l'outil d'évaluation des actions et projets en 2025.  
L'ouverture de la plateforme et de Démarches simplifiées se fera mi-novembre.



# #MoisSansTabac en région Bretagne

**Une question ? Besoin d'aide pour monter votre projet ?**

Notre collectif #MoisSansTabac Bretagne est disponible pour vous accompagner,  
n'hésitez pas à nous contacter !

**[moissanstabac.bretagne@gmail.com](mailto:moissanstabac.bretagne@gmail.com)**

**Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne**



Merci de votre participation !

Collectif Ambassadeur  
#MoisSansTabac Bretagne