



## COMMUNIQUE DE PRESSE



### Mois sans tabac - 2020

Depuis 2016, le Mois sans tabac est un défi collectif national qui vise à inciter et accompagner tous les fumeurs volontaires dans leur démarche d'arrêt du tabac, via des actions de communication et de prévention de proximité.

Cette année, le contexte de l'épidémie de Covid-19 ne nous permet pas de proposer des stands de sensibilisation auprès du grand public.

Pour des raisons sanitaires, Santé Publique France recommande des campagnes Mois sans tabac digitales et demande de ne pas dépister avec les Co-testeurs (appareil de mesure du taux de monoxyde de carbone expiré par les poumons). Ces recommandations sont aussi faites au niveau national par la Société Francophone de Tabacologie et Alliance Contre le Tabac.

**Néanmoins, les professionnels de santé formés aux consultations d'aide à l'arrêt du tabac par Tab'agir continuent de se mobiliser dans l'ensemble de la Bourgogne-Franche-Comté, au sein des cabinets médicaux et des maisons de santé.**

En effet, tout au long de l'année, l'association **Tab'agir** propose en BFC un **accompagnement pluridisciplinaire** :

- Des consultations médicales avec des médecins, sages-femmes ou infirmières,
- Des consultations en diététique (jusqu'à 4 consultations gratuites si crainte d'une prise de poids),
- Des consultations en thérapies comportementales et cognitives réalisées par des psychologues (jusqu'à 4 consultations gratuites pour se défaire de ses habitudes avec le tabac).

**Au centre d'examens de santé à Auxerre, les médecins tabacologues de Tab'agir proposeront des consultations gratuites aux patients après prise de rdv au 03 86 52 33 12.**

Cette année et comme les années précédentes, Mois sans tabac 2020

→ On se prépare en octobre de façon à être prêt à se lancer le défi d'arrêter le tabac en novembre :

**Un arrêt de 28 jours multiplie par 5 les chances d'arrêter de fumer définitivement.**

Des conseils personnalisés sont également donnés sur le site de tabac info service pour favoriser l'inscription et l'engagement des participants dans le dispositif du Mois sans tabac.

**Rappel : Le tabac est la première cause de mortalité évitable en France : 80 000 morts évitables, et engendre un coût social de 120 milliards d'euros.**

Le tabac est une drogue dure... cette morbidité (par cancers, maladies cardiovasculaires et respiratoires) est largement évitable mais malheureusement auto-entretenu en raison de la dépendance qu'il instaure.

Malgré tout on comptabilise 16 millions de fumeurs quotidiens **et près de 60 % souhaitant arrêter de fumer dans l'année.**

**C'est pourquoi Tab'agir se mobilise encore et toujours car il est plus facile d'arrêter en étant bien accompagné !**

**Plus d'informations : [www.tabagir.fr](http://www.tabagir.fr)**

Visitez notre page : 

**Contact presse :**

**Françoise AMELOT - Directrice**

**03 86 52 33 12**

**[direction.tabagir@gmail.com](mailto:direction.tabagir@gmail.com) et [assistant.tabagir@gmail.com](mailto:assistant.tabagir@gmail.com)**