



Flash info n°1 - Juillet 2020

Restons mobilisés !

Le Moi(s) Sans Tabac revient en 2020 pour une 5ème édition !

Lancement officiel de l'édition 2020 du Moi(s) sans tabac, pilotée par l'Agence Régionale de Santé du Grand Est.

Avec le soutien de l'ANPAA Grand Est, en tant que structure ambassadrice pour la région composé d'un ambassadeur régional et des référents territoriaux.

Qu'est-ce que le Mois Sans Tabac ?

Inspiré de la campagne anglaise «**Stoptober**» le #MoisSansTabac est un défi collectif national qui vise à inciter et accompagner toutes les personnes volontaires dans leur démarche d'arrêt du tabac, via des actions de communication et de prévention de proximité. Les préparatifs et les inscriptions se font en octobre, le défi commence le

1er novembre et dure 30 jours.

Toujours le même objectif

Inciter les fumeurs à arrêter le tabac pendant un mois : un arrêt de 30 jours multiplie par 5 leurs chances d'arrêter de fumer définitivement.

En route pour une 5ème édition

Des nouveautés arrivent avec le site tabac info service qui fait peau neuve, un nouvel outil **#MoisSansTabac Le Programme**, la mise à jour du kit d'aide à l'arrêt et d'autres nouveautés que vous pourrez découvrir dès septembre avec [le site partenaire](#) !

Cette année nous mettons à l'honneur les anciens participants via des témoignages qui permettront de démontrer l'efficacité de #MoisSansTabac et de renforcer la motivation des futurs participants et leur confiance dans leur propre réussite.

Vous pourrez nous retrouver dès septembre sur le groupe Facebook

[Les habitants du Grand Est #MoisSansTabac](#)

Une édition 2020 qui s'adapte au contexte :

- **Les réunions territoriales** d'information seront remplacées par des webinaires à distance. [Retrouvez les dates ici](#).
Un outil d'information sera disponible en complément à partir de septembre.
- **Dès la fin septembre** des sessions de sensibilisation seront proposées en présentiel, dans le respect des mesures sanitaires.
Pour compléter, une programmation de webinaire est prévue avec des thématiques que vous pouvez choisir tout au long du mois d'octobre et novembre.

Comment faire pour s'inscrire ?

- **Pour les réunions territoriales** d'information envoyez un mail à [votre référent territorial](#) Moi(s) Sans Tabac en précisant votre souhait de participer. Vous aurez ainsi toutes les modalités.
- **Pour les sensibilisations** les nouvelles modalités sont à venir.

Vos contacts

- **Pour le déploiement du Mois Sans Tabac en région Grand Est**
moisnstabac.grandest@anpaa.asso.fr
- **Pour retrouver vos référents territoriaux**
[Listes des référents](#)
- **Retrouvez toutes les actualités #MoisSansTabac en Grand Est**
<https://anpaa-grandest.fr/moisnstabac.html>

