

le 3 novembre 2025

COMMUNIQUE DE PRESSE



Le #MoisSansTabac fête ses 10 ans ! Rendez-vous à MIRANDE Le 4 novembre 2025

Venez à notre rencontre et rejoignez toutes celles et ceux qui ont déjà relevé le défi du #MoisSansTabac. L'Agence Régionale de Santé et ses partenaires se mobilisent pour vous préparer au sevrage et vous faire relever le défi du #MoisSansTabac. C'est dès maintenant qu'il faut s'inscrire. Les villages #MoisSansTabac viennent à votre rencontre partout en Occitanie, en octobre et novembre, pour motiver et aider tous les fumeurs qui vont relever le défi cette année. En 2024, près de 13 500 personnes ont participé au #MoisSansTabac dans notre région.

Le Mois Sans Tabac revient pour la 10^{ème} année consécutive ! C'est un défi national lancé aux fumeurs pour les inciter à arrêter de fumer. Pour vous aider à vous préparer, l'Agence Régionale de Santé, l'Assurance Maladie, Epidaure/Institut du Cancer de Montpellier, Promotion Santé Occitanie, la ville de Mirande et tous les partenaires de l'opération se mobilisent pour la tournée 2025.

1,2 million de fumeurs quotidiens en Occitanie

L'Occitanie est l'une des régions les plus concernées par le tabagisme : sur les 6 millions d'habitants de la région 1,2 million fument au quotidien. Près de 60% des fumeurs quotidiens ont envie d'arrêter de fumer : le #MoisSansTabac est l'occasion de les accompagner.

Relevez le défi, vous ne serez pas seul(e) !

Le défi du #MoisSansTabac consiste à inviter les fumeurs, dans un élan collectif, à arrêter de fumer tous ensemble pendant un mois, en novembre. Ces 30 jours sont essentiels parce qu'un mois sans fumer, c'est 5 fois plus de chances de s'arrêter de fumer définitivement.

Pour relever le défi et bénéficier d'un accompagnement personnalisé, il suffit de s'inscrire sur www.tabac-info-service.fr, sur l'application Tabac Info Service ou d'appeler le 39 89.

Rendez-vous #MoisSansTabac à MIRANDE

Venez rencontrer des professionnels de santé

Mardi 4 novembre 2025, de 10h30 à 16h30, Halle de Mirande, place de la Halle.

Sur place ils/elles pourront rencontrer des tabacologues, des diététiciens, des infirmières et bénéficier de conseils de la part d'acteurs de prévention et de santé publique.

Possibilité d'Entretiens individuels gratuits avec des tabacologues (avec ou sans rendez-vous)

☎ Prise de rendez-vous au 07 69 18 11 80 ✉ lcamosseto@promotion-sante-occitanie.org

Contacts presse :

Agence Régionale de Santé Occitanie : Vincent DROCHON - 04 67 07 20 57 / 06 31 55 11 77 / vincent.drochon@ars.sante.fr
et Sébastien PAGEAU - 04 67 07 20 14 / 06 82 80 79 65 / sebastien.pageau@ars.sante.fr

Assurance Maladie : David LOPEZ - 04 99 52 56 62 / 07 78 84 47 05 / david.lopez@assurance-maladie.fr
et Alexandra GAZAGNE - 04 99 52 53 36 / 07 60 95 29 46 / alexandra.gazagne@assurance-maladie.fr

Institut du Cancer de Montpellier : Ivannick CHATAIGNE - 04 67 61 45 15 / 06 14 05 43 21 / Ivannick.Chataigne@icm.unicancer.fr



Une opération composée de 3 temps forts



Contacts presse :

Agence Régionale de Santé Occitanie : Vincent DROCHON - 04 67 07 20 57 / 06 31 55 11 77 / vincent.drochon@ars.sante.fr
et Sébastien PAGEAU - 04 67 07 20 14 / 06 82 80 79 65 / sebastien.pageau@ars.sante.fr

Assurance Maladie : David LOPEZ - 04 99 52 56 62 / 07 78 84 47 05 / david.lopez@assurance-maladie.fr
et Alexandra GAZAGNE - 04 99 52 53 36 / 07 60 95 29 46 / alexandra.gazagne@assurance-maladie.fr

Institut du Cancer de Montpellier : Ivannick CHATAIGNE - 04 67 61 45 15 / 06 14 05 43 21 / Ivannick.Chataigne@icm.unicancer.fr