MOIS SANS TABAC
Tabac info service

Santé publique France

Mois sans tabac 2026

Les inscriptions sont ouvertes!



Plus d'un fumeur quotidien sur deux souhaite arrêter de fumer



Pour les aider

Mois sans tabac revient pour sa 11ème édition

avec un
accompagnement gratuit et **personnalisé**.

Pourquoi s'inscrire ?

MOIS SANS TABAC
Tabac info service

Essayer d'arrêter de fumer avec Mois sans tabac multiplie par 2



la réussite du sevrage tabagique à 1 an

vs taux de succès observés pour des tentatives d'arrêt sans aide extérieure

Arrêter de fumer pendant 30 jours multiplie par 5



les chances d’arrêter à long terme !

En s’inscrivant à Mois sans tabac

Chaque fumeur bénéficie d’outils et de conseils pratiques pour réussir le défi.



L’application d’e-coaching Tabac info service
pour optimiser les chances d’arrêt du tabac.



Le 39 89 : numéro d’aide à distance de Tabac info service
pour un suivi gratuit avec un tabacologue.



Le site tabac-info-service.fr
pour des contenus d’aide et des outils d’accompagnement (témoignages, questions/réponses…).

Inscrivez-vous

dès maintenant pour relever ce défi de 30 jours sans tabac

mois-sans-tabac.fr

tabac info service

Santé publique France