

A Landerneau, le 20 octobre 2021

## **Le Pays de Landerneau-Daoulas mobilisé pour le Mois sans tabac**



**En France, le tabagisme est encore responsable de plus de 75 000 décès par an, soit une mort sur 8. Pour la troisième année consécutive, dans le cadre du Contrat Local de Santé et du Mois sans tabac, la Communauté de communes du Pays de Landerneau-Daoulas se mobilise. Des consultations gratuites d'aide au sevrage tabagique sont proposées, sur inscriptions, à Landerneau et Daoulas. Ne pas fumer pendant un mois, c'est multiplier par 5 ses chances d'arrêter définitivement !**

### **Le mois sans tabac, c'est quoi ?**

C'est une campagne nationale d'information et d'accompagnement au sevrage tabagique qui se déroule chaque année au mois de novembre, depuis 2016.

De nombreuses actions sont proposées pendant un mois pour aider les personnes à arrêter de fumer.

Elle s'appuie sur quelques principes qui ont montré leur efficacité :

- lorsque des personnes arrêtent de fumer durant 30 jours leur chance de réussite est plus importante (5 fois plus !)
- le soutien et l'engagement collectifs : un fumeur a une probabilité accrue d'arrêter de fumer si son conjoint, un ami, ses collègues de travail décident d'arrêter eux aussi... à plusieurs nous sommes plus forts !

Cette campagne fait la promotion des outils de soutien via des supports numérique numériques : [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr) , groupes facebook [Les bretons #MoisSansTabac](#) et [Je ne fume plus !](#)

## Une action collective dans le cadre du Contrat Local de Santé

Pour la troisième année consécutive, le Mois sans tabac est relayé sur tout le Pays de Brest, dans le cadre du Contrat Local de Santé porté par le Pôle métropolitain du Pays de Brest.

**Cette action est co-portée** avec la Ville de Brest, et les Communautés de Communes du Pays d'Iroise, du Pays des Abers, de Lesneven Côte des Légendes, du Pays de Landerneau-Daoulas, de la Presqu'île de Crozon Aulne Maritime, de Pleyben-Châteaulin-Porzay.

**Avec le partenariat** du CHRU de Brest, du Centre Hospitalier de Landerneau, du Centre Hospitalier de Douarnenez et du Conseil Départemental du Finistère.  
**Avec le soutien financier** de l'Agence Régionale de Santé.

=> L'évaluation depuis deux ans sur l'ensemble du pays a montré la pertinence et la qualité de ce type d'intervention pour rejoindre des publics éloignés de l'offre de prévention existante. Les personnes ayant bénéficié de ces consultations lors des deux dernières campagnes ont exprimé un fort taux de satisfaction. Et nombreuses sont celles qui continuent à maintenir leurs objectifs.

## Planning des consultations sur la CCPLD

- Les consultations individuelles de tabacologie se dérouleront **sur inscriptions auprès de la CCPLD au 06 86 27 13 82** :
  - **à Landerneau (Maison des services au public, 59 rue de Brest) : les mardis 9, 16, 23 et 30 novembre de 9h à 12h.**  
Mardi 9 novembre, une information collective sera proposée de 10h à 11h.
  - **à Daoulas (Pôle des services au public, place Saint-Yves) : les mardis 2 et 23 novembre de 14h à 17h**
  
- Le Centre départemental d'action sociale (CDAS) de Landerneau proposera aussi des consultations individuelles, réservées aux bénéficiaires du CDAS :
  - **Au CDAS, 20 rue Amédée Belhommet : les mardis 9 et 30 novembre, de 13h30 à 16h30**

## Des consultations gratuites d'aide au sevrage tabagiques

Contact presse : Service communication / Delphine PRAT / 02 98 21 37 67 / [delphine.prat@ccpld.bzh](mailto:delphine.prat@ccpld.bzh)

- C'est un accompagnement sur **une à plusieurs séances**, de 30 min à 1h, selon les besoins de chacun ;
- C'est pouvoir évaluer sa dépendance et comprendre ses mécanismes : dépendance physique, comportementale et psychologique ;
- C'est un accompagnement adapté aux objectifs, besoins et réalités de chacun ;
- C'est pouvoir échanger et être écouté sur sa consommation, être soutenu si l'on « craque » ou lorsqu'on a des difficultés pour y arriver, sans jugement ni culpabilisation ;
- C'est repartir avec des moyens et astuces pour arrêter ou réduire sa dépendance (traitement d'aide à l'arrêt par patchs ou gommes par exemple).

L'objectif est d'offrir aux personnes la possibilité de faire un point sur leur consommation, peu importe leurs intentions : arrêter, diminuer, réfléchir à sa consommation, etc.

**Après novembre, un suivi peut être proposé** pour ceux qui souhaitent continuer. Pour compléter la consultation, des outils d'aide à l'arrêt et des traitements de substitution sont mis à disposition gratuitement.

### **Quelques chiffres sur le tabagisme :**

La prévalence du tabagisme en France est l'une des plus élevées d'Europe (3<sup>ème</sup> Pays après la Bulgarie et la Grèce). Le nombre de fumeurs chez les adultes bretons est comparable à celle de la moyenne nationale. Cependant elle est plus élevée chez les jeunes bretons de 17 ans et chez les femme enceinte au cours du 3<sup>ème</sup> trimestre.

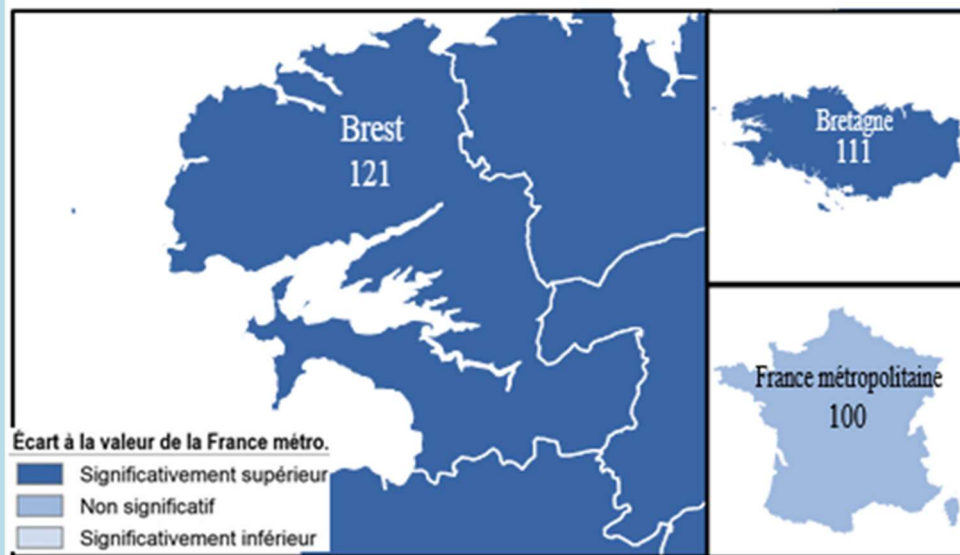
La mortalité liée au cancer du poumon est aussi équivalente en Bretagne par rapport au national. Cependant, au sein de la région, c'est dans le Finistère qu'on observe des taux plus élevés qu'au niveau national.

### **Sur le Pays de Brest**

La consommation de tabac sur le Pays de Brest est supérieure à la moyenne nationale, avec des conséquences directes sur la mortalité prématurée évitable.

Indice de mortalité liée au tabac :

## Tabac



Sources : Inserm CépiDc, Insee, exploitation ORS Bretagne