



Le Groupe Polyclinique de Poitiers parraine une opération nouvelle, collective et positive, le « Moi(s) sans tabac ».

Le tabac est une source majeure de cancers, de maladies cardiovasculaires et d'insuffisance respiratoire et tue **78 000 personnes chaque année**. En France, plus de 13 millions de personnes fument quotidiennement.

Le Ministère de la Santé, avec l'appui de l'Agence Nationale de Santé Publique propose une importante opération nationale d'accompagnement au sevrage tabagique. Cette action nommée « Moi(s) sans tabac » consiste à proposer **un défi collectif**, « on arrête ensemble », aux personnes qui souhaitent s'inscrire dans une démarche d'arrêt sur une durée de 30 jours au cours du mois de novembre 2016.

C'est une opération **nouvelle, collective, positive**, qui s'inspire d'une action britannique « stoptober » qui a montré son efficacité en Angleterre depuis 2012.

La durée de 30 jours a été choisie parce qu'elle multiplie par 5 les chances d'arrêter de fumer définitivement : après 30 jours d'abstinence, la dépendance est bien moins forte et les symptômes de manque sont moins présents.

Arrêter de fumer c'est difficile, il faut se serrer les coudes. Les personnes qui décident d'arrêter ont besoin de soutien et d'encouragements indispensables au maintien de leur motivation.

Le Groupe Polyclinique de Poitiers, déjà très impliqué dans la prévention des addictions, participe au déploiement de cette action en incitant et en accompagnant les fumeurs dans une démarche d'arrêt du tabac.

En effet, il souhaite rassembler des fumeurs décidés à en découdre avec le tabac et influencer de manière décisive leur réussite, pour que chacun persiste jusqu'au succès. Chaque jour sera une nouvelle chance d'y arriver.

Ainsi, **en partenariat avec le Stade Poitevin Rugby**, le Groupe Polyclinique de Poitiers sera présent au Stade Rébeillau lors du match de Poitiers-Parthenay, **le dimanche 30 octobre 2016 à 15h** pour proposer aux fumeurs de relever le défi de se passer de tabac pendant un mois.

Soyons tous supporters

**Le moi(s) sans tabac est une initiative pour laquelle tout le monde est gagnant
Aider nous à atteindre l'objectif d'aller vers une future génération sans tabac.**