CHU Poitiers | COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Poitiers, le 21 octobre 2026

Mois sans tabac : « Et si novembre devenait l'occasion de faire un premier pas ? »



Tous les ans, en novembre, le CHU de Poitiers relaie la campagne nationale « Moi(s) sans tabac » de Santé publique France. Le Mois sans tabac est une campagne d'information et d'accompagnement au sevrage tabagique qui se déroule chaque année depuis 2016, au mois de novembre. Inspirée de la campagne anglaise « Stoptober » lancée par Public Health England, elle se présente comme un défi collectif qui vise à inciter et accompagner tous les fumeurs volontaires dans leur démarche d'arrêt du tabac, via des actions de communication et de prévention de proximité.

Pour cette nouvelle édition, le service de santé publique et l'unité de tabacologie du CHU de Poitiers s'associent au centre hospitalier Henri-Laborit afin de proposer au grand public ainsi qu'au personnel hospitalier des animations.

En France, le tabac est responsable de 68 000 décès prématurés par an, ce qui représente environ 11 % de la mortalité totale du pays. Il demeure ainsi la première cause de mortalité évitable. 18% des adultes fument quotidiennement et 60 % d'entre eux souhaitent arrêter.
Un mois sans tabac multiplie par 5 les chances d'arrêter de fumer définitivement. Et pour cause : après 30 jours d'abstinence, la dépendance est bien moins forte et les symptômes de manque, comme la nervosité ou l'irritabilité, sont moins présents. Un premier pas, accessible à toutes et à tous, qui peut tout changer.

Un ciné-débat pour comprendre l'industrie de la vape

Pour ouvrir la campagne, un ciné-débat est organisé **le mardi 3 novembre à 20h au TAP cinéma de Poitiers, avec la projection du documentaire « Enfumés, j'ai infiltré l'industrie de la vape »**, en entrée libre.
La réalisatrice Manon de Couët sera présente pour répondre aux questions du public, aux côtés des professionnels de santé. Pour le CHU de Poitiers c'est le docteur Mylène Gilbert, pneumologue et tabacologue, qui apportera son expertise aux échanges.
Cet événement est organisé en partenariat avec le Centre hospitalier Henri-Laborit et la ville de Poitiers.

Des ateliers gratuits et ouverts à tous

Dans le cadre du Mois sans tabac, le CHU de Poitiers propose également des créneaux supplémentaires **d'ateliers « Ma consommation de tabac »**, à La Vie la Santé. Ouverts à tous et gratuits, sur inscription :

- Lundi 9 novembre, de 10h à 12h
- Vendredi 13 novembre, de 9h30 à 11h30
- Mardi 17 novembre, de 14h30 à 16h30

Renseignements et inscription auprès de la vie la santé au 05 49 44 48 18 ou vielasante@chu-poitiers.fr
Ces ateliers offrent un espace d'écoute et d'accompagnement, sans jugement, pour faire le point sur sa consommation et bénéficier de conseils personnalisés.

Stéphan Maret, directeur / **Paola Da Cunha, Hélène Delafond, Gracienne Guénan** chargées de communication

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE - DIRECTION DE LA COMMUNICATION ET DU MÉCÉNAT

AGORA direction - 2 rue de la Milétrie - CS 90577 - 86021 Poitiers Cedex
Téléphone 05 49 44 47 47 - communication@chu-poitiers.fr