

Guide

Pour comprendre, soutenir,
et distraire vos proches.

du supporter

! Pour participer, rendez-vous sur :
tabac info service
le site + l'appli + le 39 89

Du lundi au samedi de 8h à 20h.

Parce qu'un mois sans fumer,
c'est 5 fois plus de chances d'arrêter.
En novembre, on arrête ensemble !



Alors alors Pourquoi devenir supporter ?

Lorsqu'une personne arrête de fumer, elle peut rencontrer des difficultés (tristesse, nervosité, etc.) à cause du manque.

Le tabac est une addiction dont il est difficile de se débarrasser.

Mais avec votre aide, on peut changer la donne et créer ensemble un environnement propice à l'arrêt pour tous les futurs-ex-fumeurs.

Votre présence est un vrai atout. En devenant supporter, vous augmentez les chances de réussite des participants.



Moi(s) sans tabac, c'est quoi ?

Un événement qui réunit toute la France pendant le mois de novembre autour du même objectif : arrêter de fumer.

Parce qu'un mois sans fumer, c'est 5 fois plus de chances d'arrêter.

Ainsi est née l'idée de proposer à tous les fumeurs désireux d'arrêter un mois dédié à l'arrêt. Mais cette fois, ils ne seront pas seuls, car ils vous ont vous.

Comment être de chic & UN SUPPORTER de choc ?

1

Utilisez les éléments dans le E-KIT DU SUPPORTER :

Affiches à imprimer soi-même, signature de mails, t-shirts, images de soutien pour les réseaux sociaux, etc. Des dizaines d'images et de fichiers sont disponibles, à utiliser librement, au bureau, sur votre mur Facebook et à partager sans modération. Maintenant c'est à vous d'être créatif et de soutenir vos proches comme vous l'entendez !



Mettez-vous aux couleurs de #MoisSanTabac !

2

Et rejoignez le mouvement sur Facebook



Échangez avec les gens de votre région, soutenez les participants et suivez l'actualité du Moi(s) sans tabac.