

Prêts à relever le défi ?

En novembre, pour le Mois sans tabac, on se mobilise ensemble !



Cette année, à l'occasion de la 10^e édition du Mois sans tabac, **Promotion Santé BFC** et le **Comité Régional Olympique et Sportif** lancent un **défi régional auprès des clubs sportifs** de la région en collaboration avec **Manon BOHARD-CAILLER**, championne d'ultra-trail et ambassadrice de ce défi.



En quoi consiste ce défi ?

Il s'agit de **proposer en équipe** une **action de prévention** et de **sensibilisation au tabagisme ou de soutien à l'arrêt, créative et originale**.

On vous donne quelques pistes pour vous aider :

- Créer une affiche, une vidéo ou une publication sur les réseaux sociaux montrant son engagement dans le Mois sans tabac
- Recueillir des témoignages/messages de soutien et en faire une vidéo à publier sur les réseaux sociaux
- Réaliser la plus grande chaîne humaine avec un slogan pour relayer la campagne Mois sans tabac
- Mettre en place un stand de sensibilisation à l'occasion d'un événement ou d'une compétition
- Nommer un ambassadeur qui s'engage à sensibiliser ses coéquipiers pendant le Mois sans tabac
- Créer une boucle WhatsApp de soutien et d'encouragement des personnes qui souhaitent initier une tentative d'arrêt



Quand a lieu ce défi ?

Entre le 1^{er} et le 30 novembre 2025



Comment participer ?

En s'inscrivant via le formulaire en ligne : [cliquer ici](#)

OU en scannant ce QR Code :



Qui peut m'appuyer ?

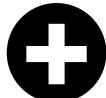
[Tanguy BAGNARD](#) et [Anne-Suzy CHANUT](#), chargé.e.s de projets à Promotion Santé BFC, restent à votre écoute et disposition pour vous accompagner dans la réalisation de votre défi et/ou pour répondre à vos questions.

✉ t.bagnard@promotion-sante-bfc.org / as.chanut@promotion-sante-bfc.org

Prêts à relever le défi ? (suite)



En novembre, pour le Mois sans tabac, on se mobilise ensemble !



Pourquoi participer ?

- Une occasion de s'engager collectivement et sportivement dans l'opération Mois sans tabac
- Une opportunité pour mon club de promouvoir la santé dans une démarche ludique et participative, tout en renforçant la cohésion de groupe et l'esprit d'équipe.



Qu'est-ce qu'on gagne ?

Les 3 premières équipes remporteront un chèque cadeau Décathlon

1^{er} 400€

2^e 250€

3^e 150€



Sur quels critères seront désignées les 3 premières équipes gagnantes ?

- Réalisation du défi en collectif (en impliquant si possible les catégories jeunes 12-18 ans)
- Créativité et originalité
- Approche positive et non culpabilisante
 - Ne jamais pointer du doigt les fumeurs
 - Valoriser les bénéfices de l'arrêt du tabac plutôt que les risques
 - Valoriser la démarche d'arrêt même en cas d'échec



Quand seront attribuées les récompenses ?

Une cérémonie de remise des prix sera organisée **courtant janvier 2026**