



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI  
Fonds de prévention du tabagisme FPT

IMPACT  
HUB

NOVEMBRE 2022

✓ TOUS ET TOUTES ENSEMBLE

PENDANT 30 JOURS

EN TOUTE LA SUISSE

100% GRATUIT



via des  
groupes Facebook

Des experts à ta  
disposition

Guide pratique : ton  
Novembre 2022

Newsletter pleine  
de conseils

Organisé par :

IMPACT  
HUB

Soutenu financièrement par :

en collaboration avec :

IMPACT  
HUB

# MOIS SANS TABAC

NOVEMBRE 2023

**Vous souhaitez arrêter de fumer ?  
À plusieurs c'est plus facile !**

**Participez au Mois Sans Tabac !**

INFOS &  
INSCRIPTION :  
[mois-sans-tabac.ch](https://mois-sans-tabac.ch)



- ✓ PENDANT 30 JOURS
- ✓ ARRÊTER ENSEMBLE
- ✓ COMMUNAUTÉ EN LIGNE
- ✓ 100% GRATUIT
- ✓ EN FRANÇAIS, ALLEMAND  
ET ITALIEN

## COMMENT ÇA MARCHE ?



**Conseils de professionnel(le)s**  
Des expert(e)s de la santé  
partagent des conseils  
personnalisés



**Échanges avec les autres  
participant(e)s**  
Restez motivé(e) et partagez vos  
expériences avec les autres  
participant(e)s du Mois Sans Tabac !



**Guide pratique**  
Tous les jours, recevez des  
astuces pour vous aider à  
surmonter les défis liés à l'arrêt  
du tabac



**Newsletter quotidienne**  
Recevez dans votre boîte  
mail le soutien dont vous  
avez besoin



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Tabakpräventionsfonds TPF



## NOS PARTENAIRES :

