



**MOIS  
SANS  
TABAC**

EN NOVEMBRE

# Arrêter de fumer ? Ensemble, c'est possible !

- ✓ Arrêter ensemble pendant 30 jours
- ✓ 100% gratuit
- ✓ Communauté en ligne
- ✓ En français, allemand, italien, et anglais



## 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 hebdomadaire**  
Recevez dans votre boîte mail le soutien dont vous avez besoin



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

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



**Inscrivez-vous  
dès maintenant**



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

Non fumeur(euse) ? Faites passer le message ....



**MOIS  
SANS  
TABAC**

EN NOVEMBRE

# Arrêter de fumer ? Ensemble, c'est possible !

- ✓ Arrêter ensemble pendant 30 jours
- ✓ 100% gratuit
- ✓ Communauté en ligne
- ✓ En français, allemand, italien, et anglais



## 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 hebdomadaire**  
Recevez dans votre boîte mail le soutien dont vous avez besoin



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

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



Inscrivez-vous  
dès maintenant



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

Non fumeur(euse) ? Faites passer le message ....



**MOIS SANS TABAC**  
EN NOVEMBRE

# Arrêter de fumer ? Ensemble, c'est possible !

- ✓ Arrêter ensemble pendant 30 jours
- ✓ 100% gratuit
- ✓ Communauté en ligne
- ✓ En français, allemand, italien, et anglais

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

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



## Comment ça marche?



**Conseils de professionnel(le)**  
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 hebdomadaire**  
Recevez dans votre boîte mail le soutien dont vous avez besoin



**Inscrivez-vous dès maintenant**



Non fumeur(euse) ? Faites passer le message ....