

MOIS  
SANS  
TABAC

EN NOVEMBRE



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

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

# Kit de communication – Mois Sans Tabac 2025

Mai 2025

# Résumé du kit de communication

Imaginez un monde où chaque personne souhaitant arrêter de fumer peut bénéficier d'un accompagnement **gratuit et adapté à ses besoins**.

Avec Mois Sans Tabac, toute personne en Suisse et au Liechtenstein, désireuse de se libérer du tabac peut relever **le défi collectivement et profiter de nombreux soutiens** pour réussir son arrêt.

Cette campagne nationale est une invitation à **agir ensemble pour un mode de vie sans tabac**. Rejoignez-nous et faites partie du mouvement !

Ce kit de communication regroupe toutes les ressources nécessaires pour relayer la campagne : **visuels pour les réseaux sociaux, contenus pour sites web, affiches**, et bien plus encore.

**Partagez librement ces contenus et amplifiez le message** sur toutes vos plateformes. N'oubliez pas de mentionner @moissanstabac.ch pour maximiser l'impact !

1. **Kit de marque**  
p.6
2. **Flyer de partenariat**  
p.7
3. **Communiqué de presse**  
p.8
4. **Quelques posts pour les réseaux**  
p.9-11-13
5. **Newsletter**  
p.10-12-14

# Les canaux de Mois Sans Tabac

## Réseaux sociaux

Facebook, Instagram,  
et LinkedIn

Outils et matériel pour soutenir les participant(e)s  
Vidéos pratiques pour des conseils et de l'inspiration  
Témoignages d'expert(e)s  
Des contenus créatifs et divertissants à partager

## LinkedIn

Un profil national pour vous  
informer les partenaires

Suivi du #MoisSans Tabac et promotion des  
activités des partenaires. N'hésitez pas à nous  
envoyer vos nouvelles!

## Site web

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

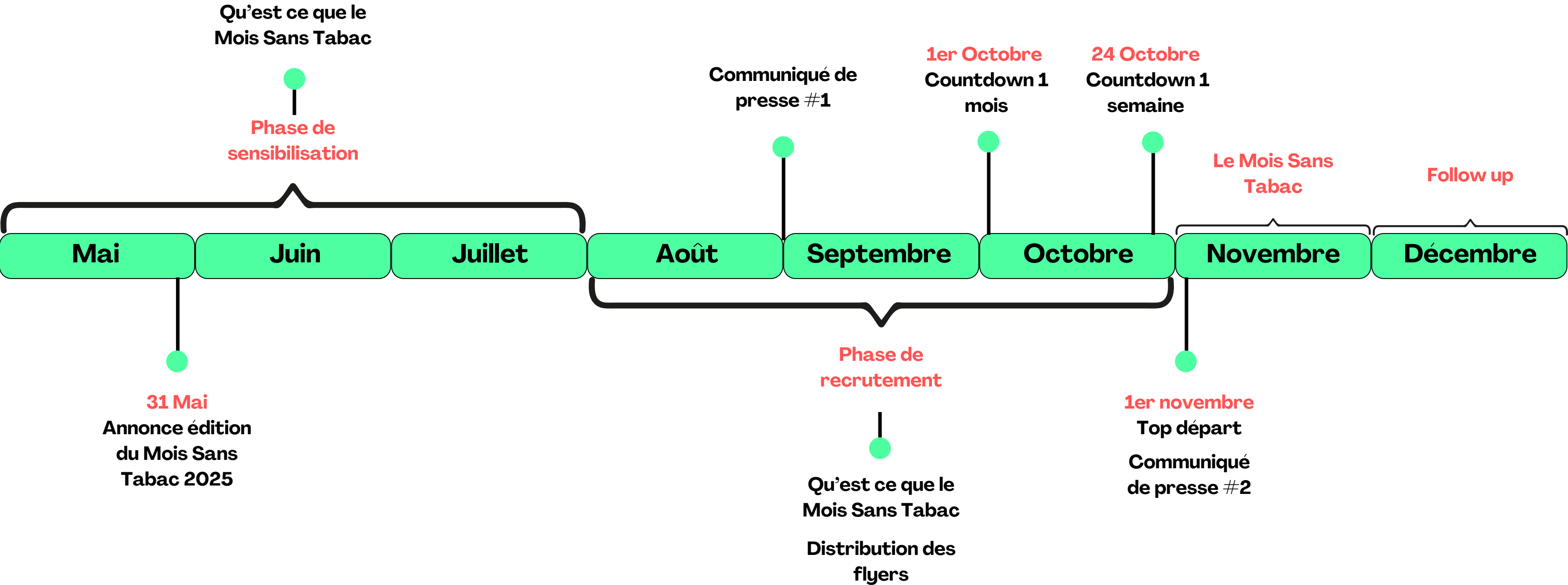
Tous les partenaires ont un encart réservé pour  
leur logo. Si votre logo n'est pas présent, veuillez  
nous le faire savoir par email  
([laure.dariel@impacthub.net](mailto:laure.dariel@impacthub.net))

## Relation presse

Communiqué de presse,  
bientôt disponible

Premier communiqué de presse – Annonce du Mois  
Sans Tabac 2025

# Plan de communication



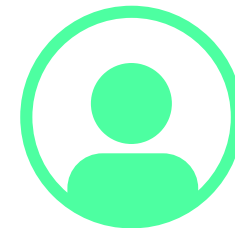
# Comment nous soutenir ?

Diffuser les messages clés du #MoisSansTabac sur les canaux de votre organisation.

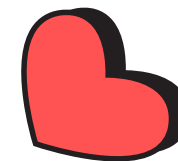
Nous fournissons le texte et les visuels via l'envoi de kits de communication.

Les propositions de contenus à présenter sur nos canaux sont les bienvenues !

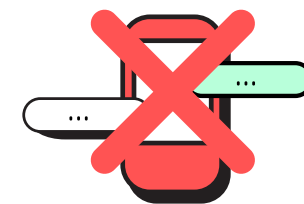
N'hésitez pas à envoyer à l'équipe de communication du #MoisSansTabac vos contenus, nouvelles, études et articles pour qu'ils soient partagés sur nos canaux.



**Suivre et tagguer** le #MoisSansTabac sur les réseaux sociaux lorsque cela est possible et approprié.



**Aimer/partager/commenter/enregistrer** les publications du #MoisSansTabac



**Ne partagez aucune information confidentielle** avant la divulgation officielle.

# Brand kit

**Ajoutez notre logo sur votre site web** pour montrer votre engagement envers cette cause et renforcer notre visibilité commune.

Merci de faire partie du mouvement !



MOIS  
SANS  
TABAC

EN NOVEMBRE

MOIS  
SANS  
TABAC

EN NOVEMBRE

MOIS  
SANS  
TABAC

**Téléchargez le brand kit**

# Flyers de partenariat

## Objectif

Ce flyer résume les points clés de la campagne Mois Sans Tabac 2025

Il peut également être transmis à d'autres organisations susceptibles de souhaiter soutenir la campagne.



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

**MOIS SANS TABAC**  
EN NOVEMBRE

- ✓ 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

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

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

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

**IMPACT HUB**

 **Inscrivez-vous dès maintenant**  
mois-sans-tabac.ch



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

**MOIS SANS TABAC**  
EN NOVEMBRE

- ✓ 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

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

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

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

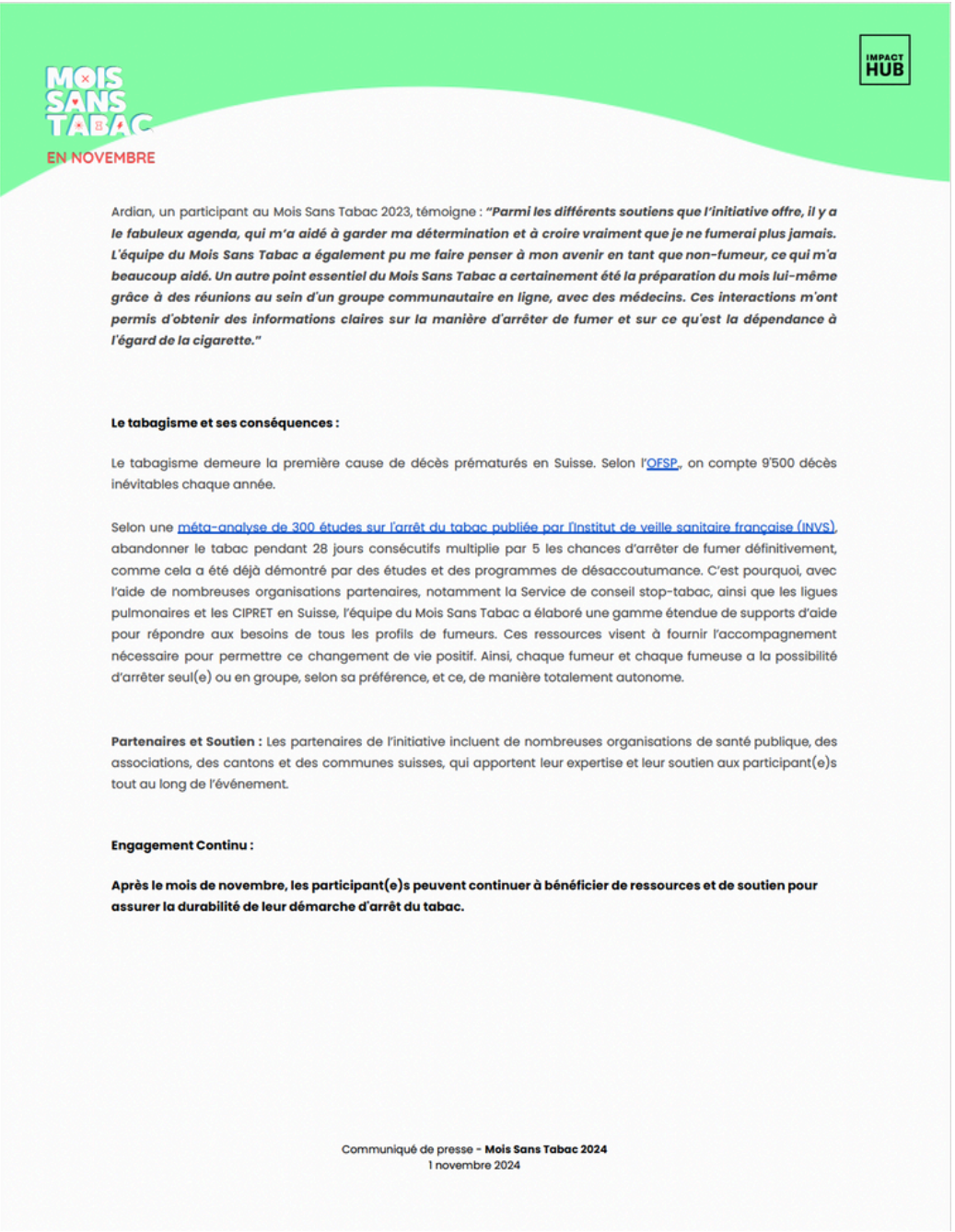
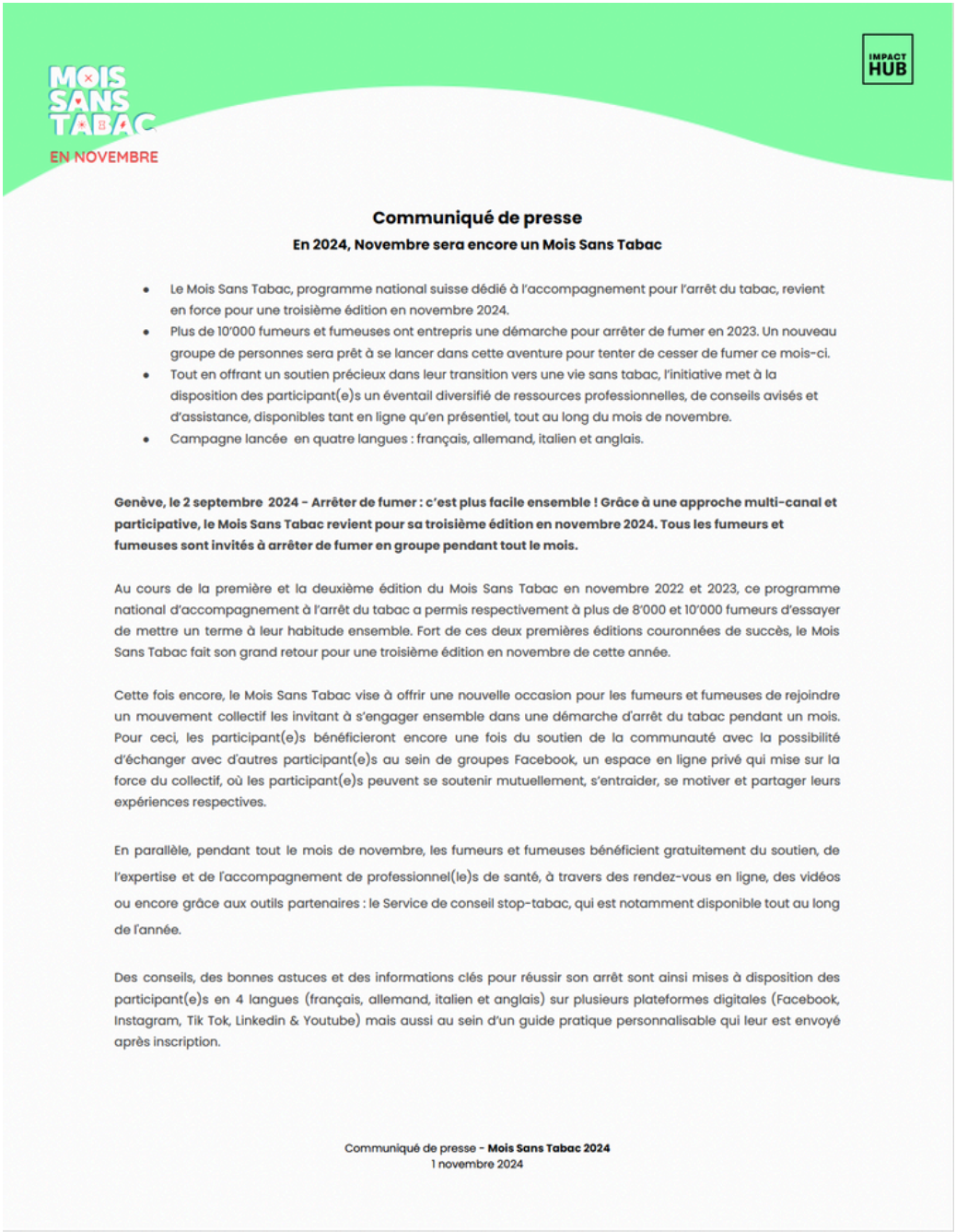
**IMPACT HUB**

 **Inscrivez-vous dès maintenant**  
mois-sans-tabac.ch

**Téléchargez le flyer**

# Communiqué de presse

Un modèle de communiqué de presse, intégrant le logo du partenaire et pouvant être personnalisé, sera prochainement mis à disposition en juin.



Télécharger le communiqué de presse

# Post réseaux sociaux

## Qu'est ce que le mois sans tabac

### Contenu proposé

🚫 Le Mois Sans Tabac 2025, c'est 30 jours pour dire stop ensemble ! 💪

Cette campagne nationale accompagne gratuitement toutes les personnes qui souhaitent arrêter le tabac ou la nicotine, à travers un programme complet et bienveillant :

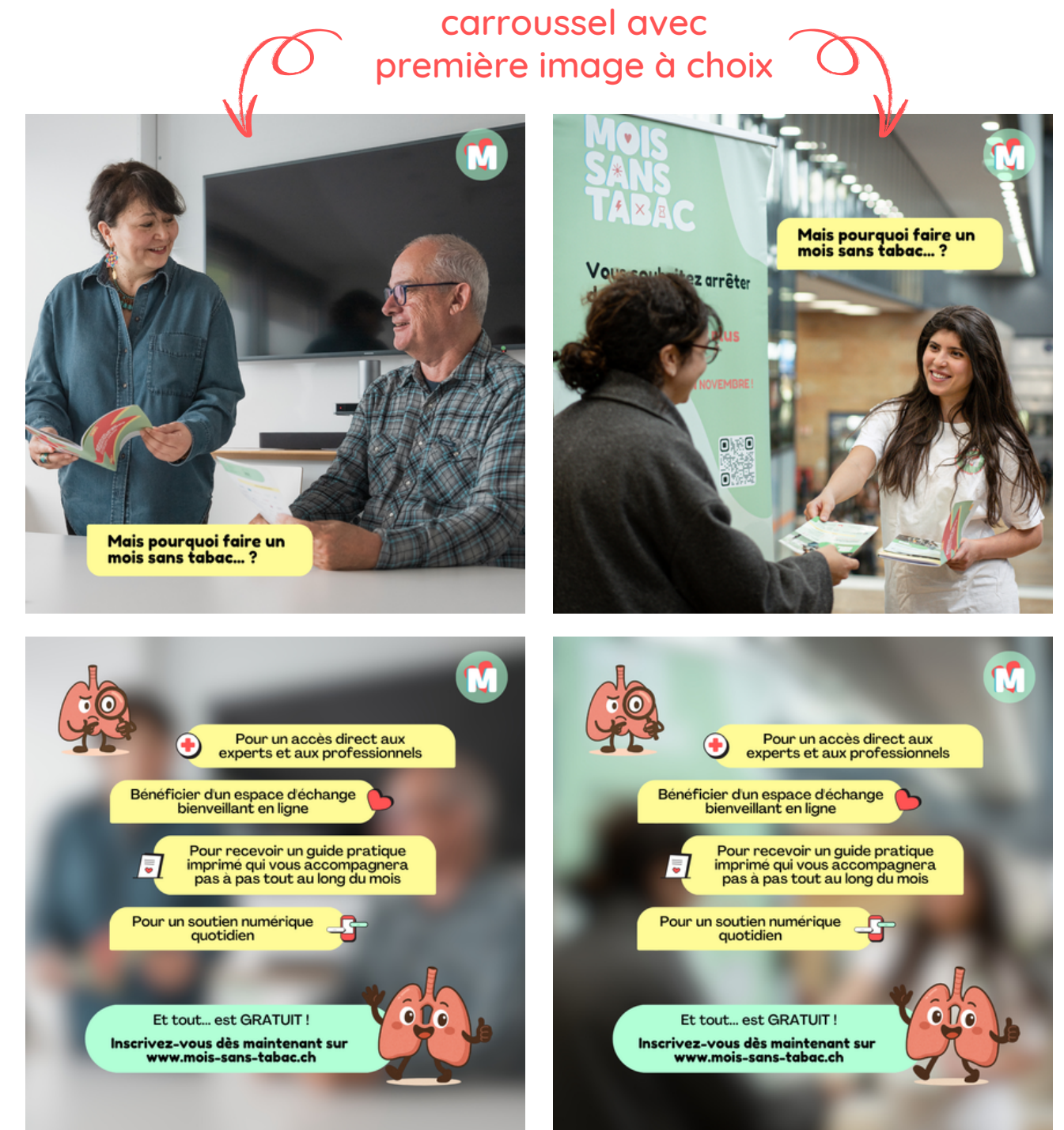
- ✓ Accès à des experts et professionnels de la santé
- ✓ Guide pratique pour suivre les étapes au quotidien
- ✓ Espace d'échange en ligne sécurisé
- ✓ Soutien digital motivant tout au long du mois

Que vous ou soyez prêt·e à arrêter ou simplement curieux·se de tenter l'expérience, c'est le moment idéal pour rejoindre l'aventure !

👉 Inscriptions sur [www.mois-sans-tabac.ch](http://www.mois-sans-tabac.ch)

#MoisSansTabac2025 #Santé #Prévention #ArrêtDuTabac #CampagneNationale  
#Suisse

**Peut être publié à partir de juillet**



**Lien pour les visuels**

# Newsletter

Qu'est ce que le mois sans tabac

format bannière



## Contenu proposé

Rejoignez le mouvement du Mois Sans Tabac en novembre 2025 !

La campagne nationale d'arrêt du tabac revient dès le 1er novembre ! Pendant 30 jours, les participant·e·s bénéficient d'un accompagnement gratuit et motivant pour dire stop au tabac ou à la nicotine.

- Un guide pratique
- Des conseils d'expert·e·s
- Des vidéos et témoignages inspirants
- Une communauté de soutien

Que vous soyez prêt·e à arrêter ou simplement curieux·se de tenter l'expérience, c'est le moment idéal pour rejoindre l'aventure !

📌 Inscriptions ouvertes sur [www.mois-sans-tabac.ch](http://www.mois-sans-tabac.ch)

Peut être publié à partir de juillet



format carré

[Lien pour les visuels](#)

# Post réseaux sociaux

## Countdown

### Contenu proposé : - 1 mois

📢 Plus qu'un mois avant le top départ du [#MoisSansTabac](#) ! Il est encore temps de vous inscrire et de tenter l'aventure ! 🚀

Dès le 1er novembre, vous bénéficierez des conseils d'expert(e)s, d'un soutien personnalisé et d'un accès à une communauté dynamique de personnes qui, comme vous, essayent d'arrêter de fumer.

En plus, pendant plus de 30 jours, vous avez accès à des contenus exclusifs pour vous accompagner tout le long de votre chemin vers une vie [#sanstabac](#), tels que:

- ✓ Un guide pratique pour vous soutenir tous les jours
- ✓ Des conseils d'expert(e)s
- ✓ Des vidéos pratiques avec toujours plus de conseils et d'inspiration
- ✓ Des témoignages pour rester motivé-e

N'attendez plus et inscrivez-vous gratuitement dès maintenant sur [www.mois-sans-tabac.ch](http://www.mois-sans-tabac.ch)

[#MoisSansTabac2025](#) [#JarrêteDeFumer](#) [#ChallengeSansTabac](#)  
[#SantéSansTabac](#) [#StopTabac](#)

### Contenu proposé : - 1 semaine

📢 Plus qu'une semaine avant le top départ du [#MoisSansTabac](#) ! 🚀

Le 1er novembre, rejoignez les milliers de participant-es qui relèvent le défi d'arrêter de fumer pendant 30 jours - avec un accompagnement 100 % gratuit, bienveillant et motivant 💪

Au programme :

- ✓ Un guide pratique jour par jour
- ✓ Des conseils d'expert-es
- ✓ Des vidéos inspirantes
- ✓ Des témoignages pour rester motivé-e

C'est le moment de vous lancer ! Inscrivez-vous gratuitement sur 📄 [www.mois-sans-tabac.ch](http://www.mois-sans-tabac.ch)

[#MoisSansTabac2025](#) [#ChallengeSansTabac](#)  
[#JarreteDeFumer](#) [#StopTabac](#) [#Prévention](#)

countdown1 semaine



countdown  
1 mois

1 semaine ou 1 mois avant novembre

Lien pour les visuels

# Newsletter

## Countdown

### Contenu proposé

Plus qu'un mois avant le #MoisSans Tabac. En Novembre, c'est le moment d'essayer! Pourquoi ne pas mettre toutes les chances de votre côté ?

- Rejoignez des milliers de personnes dans ce voyage vers une vie #sanstabac.
- Accédez au soutien d'expert(e)s, à des ressources et à une communauté d'entraide.
- Prenez votre santé en main et opérez un changement positif durable.

N'attendez plus et inscrivez-vous gratuitement sur [www.mois-sans-tabac.ch](http://www.mois-sans-tabac.ch)

**1 mois avant novembre**

format bannière



format carré



[Lien pour les visuels](#)

# Post réseaux sociaux

## Top départ

### Contenu proposé

🚫 C'est parti pour le Mois Sans Tabac 2025 ! 🎉

Plus de 12'000 personnes ont déjà rejoint l'aventure – et vous en faites partie ! 🙌

Aujourd'hui, vous posez la première pierre vers une vie sans tabac – plus saine, plus libre, plus vous. Et la bonne nouvelle ? Vous n'êtes pas seul·e : une communauté entière est là pour avancer à vos côtés, partager ses astuces, ses hauts, ses bas, et surtout... sa motivation !

🎯 Que ce soit pour votre santé, votre porte-monnaie ou votre bien-être mental, vous avez fait un choix puissant.

➡ Partagez vos petits pas, vos grands défis et vos belles victoires – chaque histoire compte !

🔊 Pas encore inscrit·e ? Il est encore temps ! ➡ [www.mois-sans-tabac.ch](http://www.mois-sans-tabac.ch)

**Pas avant le 1 Novembre 2025**



**[Lien pour les visuels](#)**

# Newsletter

## Top départ

format bannière



## Contenu proposé

C'est le grand jour ! C'est le top départ du #MoisSansTabac 2025- le début d'un challenge collectif pour de nombreuses personnes qui ont décidé de dire stop à la cigarette !

Ensemble, ils tiendront. (Nom de l'organisation) est fière de pouvoir les soutenir dans leur parcours vers une vie #sanstabac.

Et pour les retardataires pas de panique, vous pouvez toujours vous inscrire sur [www.mois-sans-tabac.ch](http://www.mois-sans-tabac.ch) et rejoindre les autres participant(e)s.

**Pas avant le 1 novembre**



format carré

**[Lien pour les visuels](#)**

# N'oubliez pas de nous taguer :



@Mois Sans Tabac



@Mois Sans Tabac



@Mois Sans Tabac



@moissanstabac.ch

# Les hashtags :

#MoisSansTabac2025

#RauchfreierMonat2025

#MeseSenzaTabacco2025

#MonthWithoutTobacco2025

# Si vous avez la moindre question...

Veuillez contacter  
Laure Dariel,  
[laure.dariel@impacthub.net](mailto:laure.dariel@impacthub.net)

Nous sommes là pour vous aider à créer les  
meilleurs visuels pour une campagne cohérente et  
homogène.



[laure.dariel@impacthub.net](mailto:laure.dariel@impacthub.net)

**MOIS  
SANS  
TABAC**

EN NOVEMBRE

**DANKE  
MERCI  
GRAZIE!**

