



## ***De plus en plus de fumeurs recourent à Tabacstop, et ce public rajeunit !***

En 2019, Tabacstop, le service de la Fondation contre le Cancer actif depuis 16 ans, soutenu par les Régions wallonne et flamande et la Commission Communautaire Commune de Bruxelles-Capitale, peut être fier de ses résultats. De plus en plus de fumeurs recherchant un soutien professionnel et des informations validées sur le sevrage tabagique se tournent vers ses services, comme en témoignent les chiffres : augmentation des contacts par e-mails, croissance du nombre de visiteurs sur le site web et succès de l'application Tabacstop. A l'ère du digital, les contacts par téléphone à la permanence montrent une tendance à la baisse, mais le public qui compose le 0800 111 00 est de plus en plus jeune. Une bonne nouvelle en matière de prévention !

Didier Vander Steichel, Directeur général de la Fondation contre le Cancer : « *La crise sanitaire actuelle montre à quel point Tabacstop a un rôle important à jouer en matière de santé publique. Aujourd'hui, les fumeurs s'inquiètent car ils seraient plus à risque de développer des complications pulmonaires graves en cas d'infection par le coronavirus. Tabacstop a l'avantage de leur offrir un accompagnement professionnel par téléphone ou e-mails, sans qu'ils aient à sortir de chez eux.* »

### ***Tabacstop touche un large public. Quelques chiffres :***

- **PERMANENCE TELEPHONIQUE**  
58 % des appelants à la permanence ont 45 ans et plus. Ce chiffre atteint 66 % des participants pour le coaching téléphonique. Les plus de 45 ans ont toujours formé la grande majorité des appelants, mais pour la permanence, l'âge moyen a tendance à baisser en faveur des groupes plus jeunes.
- **APPLICATION**  
Les utilisateurs de l'application seraient, quant à eux, un peu plus jeunes : 40 ans en moyenne. Les femmes sont plus nombreuses que les hommes à l'utiliser (57 %). Le public qui utilise l'application compte 77 % de personnes exerçant une activité professionnelle.
- **COACHING**  
En 2019, 1.247 personnes se sont inscrites au coaching de Tabacstop dont 593 francophones et 654 néerlandophones. Les femmes (56 %) sont plus nombreuses que les hommes (44 %) à s'inscrire au coaching de Tabacstop. Etant donné que pour les appels reçus en permanence, il y a plus d'hommes que de femmes (respectivement 56 % contre 44 %), cela pourrait signifier que les femmes font plus facilement le pas vers un coaching personnalisé.  
33 % des participants au coaching téléphonique de Tabacstop sont en invalidité, 36 % sont actifs et 20 % sont pensionnés.
- **E-MAILS**  
Le public qui nous contacte par e-mail est légèrement plus jeune que celui qui téléphone : 52 % des e-mails sont envoyés par des personnes de plus de 45 ans.  
Les femmes sont aussi plus nombreuses à nous envoyer des e-mails (63 %).



### ***Une prise de conscience chez les plus jeunes ?***

Autre point marquant : on constate un rajeunissement du public qui contacte la permanence : la tranche d'âge des 36-45 ans a augmenté de 5 % par rapport à 2017. Ceci s'explique peut-être par le développement des canaux de communication digitale pour Tabacstop (réseaux sociaux, app, site web plus dynamique...), qui permettent de faire connaître notre numéro à un public plus jeune. On ne peut que se réjouir de ce rajeunissement puisque, en matière de prévention, mieux vaut arrêter de fumer le plus tôt possible afin de réduire son risque de cancer et d'autres maladies liées au tabagisme.

### ***Des tabacologues au bout du fil, un coaching personnalisé et gratuit qui fait ses preuves***

Comme chaque année, la permanence téléphonique a été assurée tous les jours ouvrables du lundi au vendredi de 15h à 19h avec une possibilité de rappel en dehors de ces heures. 6.282 appels ont été passés dans le cadre de cette permanence.

Tabacstop propose un accompagnement gratuit par téléphone avec un tabacologue. En 2019, 1.247 personnes se sont inscrites à ce coaching personnalisé et entièrement gratuit. Le nombre d'inscriptions reste donc stable comparativement à l'année précédente (1.267 pour 2018).

Au niveau des résultats du coaching, 49 % des personnes ont arrêté de fumer à la fin de l'accompagnement. Le taux de réussite augmente lorsque le participant a associé le coaching à une aide pharmaceutique. Il passe alors à 54 % si la personne a eu recours à des substituts de nicotine, et à 60 % si la personne a pris une médication.

Afin de contrôler l'efficacité de son coaching à moyen et long terme, Tabacstop rappelle les participants après 6 mois et 1 an afin de vérifier leur statut tabagique. Les résultats montrent que 21 % des personnes coachées sont toujours en arrêt sans aucune période de rechute après 6 mois et 18 % après 1 an. Ces 18 % sont remarquables compte tenu des 3 à 5 % obtenus à un an en arrêtant seul. Ces résultats témoignent de la qualité du travail des tabacologues de l'équipe.

### ***Un engouement croissant pour l'application de Tabacstop***

En novembre 2018, Tabacstop lançait une nouvelle application pour smartphone. En 2019, l'application Tabacstop a encore été développée et optimisée.

Entre le 1<sup>er</sup> janvier et le 31 décembre 2019, l'application Tabacstop a été téléchargée 17.722 fois.

Elle est utilisée tous les jours par environ 300 à 400 personnes qui tentent d'arrêter de fumer et ceci avec un taux de fidélisation qui est excellent. Avec 1.520 conversations, le chat avec les tabacologues, proposé par l'application, a également connu un franc succès.



### ***Toujours plus de succès pour les canaux digitaux***

Le site Internet de Tabacstop a continué d'intéresser plus de visiteurs en 2019, avec 571.760 visiteurs uniques en 2019, contre 434.501 en 2018, soit une croissance de 33 %. Le site a été enrichi de nombreuses actualités et témoignages.

A côté des contacts téléphoniques, Tabacstop a traité 1.954 e-mails.

Quant à la page Facebook, elle a continué de soutenir ses nombreux *followers* via les conseils des tabacologues, avec une moyenne de 30 posts par mois. Sans oublier les 151 conversations sur Messenger.

### ***Tabacstop: une aide accessible via 5 canaux***

Tabacstop propose à toute personne qui souhaite arrêter de fumer une aide très accessible via 5 canaux :

- par téléphone au 0800 111 00 (à la permanence téléphonique ou via un coaching de plusieurs semaines),
- avec une app gratuite et sans pub,
- par e-mail à [conseil@tabacstop.be](mailto:conseil@tabacstop.be),
- sur Facebook/tabacstop et le groupe d'entraide « Arrêter de fumer. Ensemble, c'est possible ! »,
- sur le site [www.tabacstop.be](http://www.tabacstop.be), qui met à la disposition de tous des informations scientifiquement validées.

Avec tous ces outils, Tabacstop soutient les fumeurs vers une vie sans tabac et contribue en ce sens au grand mouvement « Générations sans tabac » ([www.generationssanstabac.be](http://www.generationssanstabac.be)).

De plus, ces méthodes d'arrêt tabagique à distance ont récemment été citées par la prestigieuse « Cochrane Library » comme des méthodes importantes et efficaces pendant cette période particulière. (<https://www.cochranelibrary.com/collections/doi/SC000042/full>)

---

### ***Informations destinées aux journalistes – ne pas publier***

#### **Pour plus d'informations sur Tabacstop :**

Docteur Anne Boucquiau, porte-parole de la Fondation contre le Cancer

TEL : 02 743 37 42, GSM : 0485 14 31 20 – e-mail : [aboucquiau@fondationcontrelecancer.be](mailto:aboucquiau@fondationcontrelecancer.be)

Sophie Adam, attachée de presse à la Fondation contre le Cancer

TEL : 02 743 45 84, GSM : 0475 79 76 97 – e-mail : [sadam@fondationcontrelecancer.be](mailto:sadam@fondationcontrelecancer.be) – Twitter : @FcontreleCancer

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE



## À propos de Tabacstop

Tabacstop est un service gratuit d'aide à l'arrêt tabagique. Derrière le numéro 0800 111 00, une équipe de tabacologues professionnels répond à toutes les questions sur l'arrêt tabagique et propose un coaching au sevrage tabagique par téléphone à tout fumeur qui souhaite arrêter. Mais Tabacstop, c'est aussi une page et un groupe Facebook, un site web ([www.tabacstop.be](http://www.tabacstop.be)) et une application. Tabacstop est un service de la Fondation contre le Cancer financé par les autorités.



## À propos de la Fondation contre le Cancer

La Fondation contre le Cancer rassemble les forces engagées dans la lutte contre le cancer et est active en Belgique. Le cancer touche plus de 68.000 personnes par an dans notre pays. C'est pourquoi la Fondation finance la recherche scientifique contre le cancer en Belgique et propose des informations ainsi qu'un soutien social aux personnes souffrant d'un cancer et à leurs proches. La Fondation s'investit également dans le domaine de la prévention, du dépistage et de la promotion d'un style de vie sain. Les moyens financiers de la Fondation proviennent de dons et de legs de particuliers. La Fondation bénéficie également du soutien de sponsors et le service Tabacstop est financé par les autorités.

[Cliquez ici pour accéder à notre rapport annuel.](#)

[www.cancer.be](http://www.cancer.be) - Cancerinfo : 0800 15 801 - [www.facebook.be/fondationcontrelcancer](http://www.facebook.be/fondationcontrelcancer) - twitter : @FcontreleCancer - Tabacstop : 0800 111 00 - [www.tabacstop.be](http://www.tabacstop.be)