

Comunicato stampa

Novembre 2023 tornerà ad essere il Mese Senza Tabacco

Embargo fino al 1° settembre, 8h00

- Dopo il successo della sua prima edizione nel 2022, il programma nazionale svizzero Mese Senza Tabacco, in sostegno a tutti coloro che vogliono smettere di fumare, sarà riproposto per la seconda volta a novembre 2023.
- L'obiettivo di questa iniziativa è quello di incoraggiare i fumatori a smettere insieme per un mese, accompagnandoli nel loro percorso verso una vita senza tabacco. Durante l'intero mese di novembre verranno forniti loro un'ampia gamma di risorse professionali, consigli e supporto medico, sia online che offline.
- Disponibile in italiano, francese, tedesco e inglese, il programma è sostenuto finanziariamente dal Fondo per la Prevenzione del Tabagismo (FPT); iscriversi è completamente gratuito per tutti i partecipanti, e le registrazioni saranno aperte dal 1° settembre al 31 ottobre 2023.

Ginevra, 1° settembre 2023 - Smettere di fumare in gruppo è più facile! Il Mese Senza Tabacco viene riproposto a novembre 2023. Questo programma offre ai fumatori diversi livelli di supporto e li incoraggia a provare, per un mese, una vita senza tabacco, e nel migliore dei casi a continuare a non fumare. I fumatori possono iscriversi a partire dal 1° settembre 2023.

L'esperienza personale di diversi fumatori e studi internazionali dimostrano che smettere di fumare in gruppo è molto più facile ed efficace. Questo programma gratuito e unico nel suo genere, della durata di 40 giorni, invita i partecipanti ad affrontare questa sfida insieme e ad osare i primi passi verso una vita senza fumo. Durante i primi 10 giorni, i partecipanti si preparano ad affrontare il Mese Senza Tabacco, mentre l'inizio collettivo del 1° novembre è importante per affrontare con successo l'intero percorso.

Il Mese Senza Tabacco offre ai partecipanti numerosi servizi di supporto di facile accesso. Al centro dell'attenzione sono la motivazione reciproca e la condivisione delle esperienze tra i partecipanti all'interno di uno spazio online privato e protetto. Inoltre, per tutte le persone iscritte è disponibile una guida pratica che, giorno dopo giorno, offre consigli e informazioni. Durante tutto il mese, i partecipanti ricevono sostegno a livello professionale da parte di esperti, attraverso le pagine private su Facebook e in sessioni di scambio private su Zoom. Essi possono anche beneficiare di una consulenza telefonica personalizzata e gratuita attraverso la Linea Stop-Tabacco e trovare supporto 24/7 grazie all'omonima applicazione.

Tutte le informazioni importanti sul Mese Senza Tabacco sono disponibili in quattro lingue (italiano, francese, tedesco e inglese) su Facebook, Instagram, Tik Tok, LinkedIn e Youtube. L'anno scorso, nel novembre 2022, il Mese Senza Tabacco ha visto oltre 8.000 fumatori cogliere questa sfida. Le iscrizioni all'edizione 2023 saranno possibili a partire dal 1° settembre sul sito web mese-senza-tabacco.ch.

Organizzazioni partner coinvolte

[AT Svizzera](#), la [Lega Polmonare Svizzera](#), la [linea stop-tabacco](#), [stop-tabacco.ch](#), numerosi cantoni, tra i quali il [Cantone Ticino \(Dipartimento della sanità e della socialità\)](#), numerose leghe polmonari cantonali, tra le quali la [Lega polmonare Ticinese](#), un gran numero di comuni, come anche la [Lega Svizzera contro il Cancro](#), [Infodrog](#), [Santé bernoise](#), [Diaspora TV](#), [Dry January](#), [Smoke-free together!](#), [Oncosuisse](#), [Zürich University of Applied Sciences \(ZHAW\)](#), [AEH - Corporate Health Management](#), [Suchtprävention Liechtenstein](#), [Société Médicale du Valais \(SMVS\)](#), l'[Association Romande des Assistantes Médicales \(ARAM\)](#), i Centri medico-sociali (CMS - assistenza e cura a domicilio), [Krebsliga Schaffhausen](#), [KLICK Fachstelle Sucht Luzern](#), [Verein für Jugendfragen, Prävention und Suchthilfe](#), [Suchtprävention Zürcher Oberland](#), [Samowar Bezirk Horgen](#), [CIPRET Genève](#), [Promotion Santé Valais](#), [Unisanté](#), [CIPRET Jura](#), [CIPRET Neuchâtel](#), [CIPRET Fribourg](#), e molti altri.

Il Mese Senza Tabacco

<https://mese-senza-tabacco.ch/>

La gestione del programma

[Impact Hub Ginevra-Losanna](#)

La missione di Impact Hub Ginevra-Losanna è promuovere l'innovazione sociale e la nascita di nuovi progetti imprenditoriali. Nei nostri spazi di coworking e attraverso i nostri programmi, riuniamo cittadini, imprenditori e i principali attori della nostra società, incoraggiandoli a collaborare su questioni sociali.

Il finanziamento del programma

[Fondo per la Prevenzione del Tabagismo \(FPT\)](#)

Il Mese Senza Tabacco è sostenuto finanziariamente dal Fondo per la Prevenzione del Tabagismo. Il FPT finanzia provvedimenti di prevenzione atti a contribuire in modo efficace e duraturo alla riduzione del consumo di tabacco.

Contatto stampa



Sofia Garbo

Coordinatrice della Comunicazione per la Svizzera Italiana,
Impact Hub Ginevra & Losanna

sofia.garbo@impacthub.ch

Qualche risorsa:

<p>MESE SENZA TABACCO NOVEMBRE 2023</p> <p>Vorreste smettere di fumare? Insieme, è più facile! Partecipate al Mese Senza Tabacco!</p> <p>PER DETTAGLI & ISCRIZIONE: mese-senza-tabacco.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ TUTTI ASSIEME ✓ 30 GIORNI ✓ COMUNITÀ ONLINE ✓ 100% GRATUITO ✓ IN ITALIANO, FRANCESE E TEDESCO <p>COME FUNZIONA?</p> <ul style="list-style-type: none"> Consigli degli esperti: Ricevi consigli personalizzati e strategie mirate per smettere di fumare. Intercambi con gli altri partecipanti: Per motivarsi a vicenda e condividere le avventure. Uno guida pratico: Ogni giorno, consigli per superare le sfide tipiche dello smettere di fumare. Supporto quotidiano: Informazioni e consigli su come smettere di fumare via email. 	<p>MOIS SANS TABAC NOVEMBRE 2023</p> <p>Vous souhaitez arrêter de fumer? À plusieurs c'est plus facile! Participez au Mois Sans Tabac!</p> <p>INFOS & INSCRIPTION: mese-senza-tabacco.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ PENDANT 30 JOURS ✓ ARRÊTER ENSEMBLE ✓ COMMUNITÉ EN LIGNE ✓ 100% GRATUIT ✓ EN FRANÇAIS, ALLEMAND ET ITALIEN <p>COMMENT ÇA MARCHE ?</p> <ul style="list-style-type: none"> Conseils de professionnels: Des experts de la santé partagent des conseils personnalisés. Échanges avec les autres participants: Partagez vos expériences avec les autres participants du Mois Sans Tabac! Guide pratique: Tous les jours, recevoir des conseils pour vous aider à arrêter de fumer. Newsletter quotidienne: Recevez des conseils et des astuces pour vous aider à arrêter de fumer. 	<p>RAUCHFREIER MONAT NOVEMBRE 2023</p> <p>Werdet ab November rauchfrei: Schliesse dich unserer Kampagne an! Zusammen sind wir stärker!</p> <p>DETAILS & REGISTRATION: rauchfrei-month.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 30 TAGE ✓ ONLINE COMMUNITY ✓ 100% KOSTENLOS ✓ KAMPAGNE IN DE, FR, IT <p>WIE FUNKTIONIERT DIE KAMPAGNE?</p> <ul style="list-style-type: none"> Austausch mit anderen Tabakkonsumenten: Bitte rauchfrei und teile deine Erfahrungen mit anderen Tabakkonsumenten der Rauchfreien Monate. Empfehlungen von Gesundheitsfachleuten: Gesundheitsfachleute teilen ihre persönlichen Ratschläge mit den Rauchfreien Monaten. Praktischer Leitfaden: Erhalte täglich einen Leitfaden zur Unterstützung der Raucher*innen im November. Täglicher Newsletter: Erhalte täglich einen Leitfaden zur Unterstützung der Raucher*innen im November. 	<p>MONTH WITHOUT TOBACCO NOVEMBER 2023</p> <p>Become smoke-free in November: Join our campaign! Together we are stronger!</p> <p>DETAILS & REGISTRATION: month-without-tobacco.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ STOP TOGETHER ✓ 30 DAYS ✓ ONLINE COMMUNITY ✓ 100% FREE ✓ IN FRENCH, GERMAN, ITALIAN & ENGLISH <p>HOW DOES IT WORK?</p> <ul style="list-style-type: none"> Advice from health professionals: Health experts share personalized advice to help you stop smoking. Exchange with other participants: Stay motivated and share your experiences with the other participants. A practical guide: Every day, get tips to help you overcome the challenges of getting smoking. Daily digital support: Receive the support you need in your inbox.
---	--	---	---

<p>MESE SENZA TABACCO NOVEMBRE 2023</p> <p>Vorreste smettere di fumare? Insieme, è più facile! Partecipate al Mese Senza Tabacco!</p> <p>PER DETTAGLI & ISCRIZIONE: mese-senza-tabacco.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ TUTTI ASSIEME ✓ 30 GIORNI ✓ COMUNITÀ ONLINE ✓ 100% GRATUITO ✓ IN ITALIANO, FRANCESE E TEDESCO 	<p>RAUCHFREIER MONAT NOVEMBRE 2023</p> <p>Werdet ab November rauchfrei: Schliesse dich unserer Kampagne an! Zusammen sind wir stärker!</p> <p>DETAILS & REGISTRATION: rauchfrei-month.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 30 TAGE ✓ ONLINE COMMUNITY ✓ 100% KOSTENLOS ✓ KAMPAGNE IN DE, FR, IT
<p>MOIS SANS TABAC NOVEMBRE 2023</p> <p>Vous souhaitez arrêter de fumer? À plusieurs c'est plus facile! Participez au Mois Sans Tabac!</p> <p>INFOS & INSCRIPTION: mese-senza-tabacco.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ PENDANT 30 JOURS ✓ ARRÊTER ENSEMBLE ✓ COMMUNITÉ EN LIGNE ✓ 100% GRATUIT ✓ EN FRANÇAIS, ALLEMAND ET ITALIEN 	<p>MONTH WITHOUT TOBACCO NOVEMBRE 2023</p> <p>Become smoke-free in November: Join our campaign! Together we are stronger!</p> <p>DETAILS & REGISTRATION: month-without-tobacco.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ STOP TOGETHER ✓ 30 DAYS ✓ ONLINE COMMUNITY ✓ 100% FREE ✓ IN FRENCH, GERMAN, ITALIAN & ENGLISH