Message d’intérêt public

Mois de la réduction du tabagisme

Date de début : **19 janvier 2026**
Date de fin : **24 janvier 2026**
À l’échelle du Nunavut **90 s**

Joignez-vous au ministère de la Santé pour appuyer le Mois de la réduction du tabagisme ainsi que la Semaine nationale sans fumée, qui a lieu du 18 au 24 janvier 2026. Ce mois-ci, l’objectif est d’encourager les Nunavoises et Nunavois à ne pas fumer ni vapoter.

Lorsque vous fumez ou vapotez, vous inhalez des produits chimiques et des toxines qui nuisent à la santé de votre bouche, de vos poumons et de vos organes internes. Leur inhalation peut aussi augmenter le risque de cancer. En parlant des dangers du tabac et du vapotage et en donnant un exemple positif, on aide les jeunes à faire de bons choix, maintenant et plus tard.

La consultation et les médicaments sont deux moyens qui se prouvent efficaces lorsqu’on veut réduire ou arrêter le tabagisme ou le vapotage.

Vous pouvez obtenir une consultation en personne en vous rendant à votre centre de santé local, en envoyant un message sur la page Facebook Nunavut sans fumée ou en appelant l’équipe thérapeutique de la Ligne d’aide au renoncement du tabac du Nunavut, en service jour et nuit, au numéro 1-866-368-7848.

La nicotine contenue dans le tabac et les produits de vapotage est l’une des substances les plus addictives au monde. Heureusement, il existe des produits pharmaceutiques pour soulager les envies et faciliter le sevrage : le timbre antitabagique, la gomme à la nicotine, l’inhalateur, la pastille et le vaporisateur buccal. Il existe aussi une pilule qui peut être délivrée sur ordonnance, la Varenicline, qui doit être prise deux fois par jour pendant trois mois. Discutez avec votre personnel infirmier, médical ou pharmaceutique pour en savoir plus.

Vous trouverez d’autres renseignements sur les moyens de réduire ou d’éliminer le tabagisme en consultant le site www.NUquits.ca/fr.

###

Personne-ressource pour les médias :

Charmaine Deogracias
Gestionnaire des communications
Ministère de la Santé
867-975-5712
cdeogracias@gov.nu.ca

ᑭᒃᑯᑐᐃᓐᓇᕐᓄᑦ ᑐᓴᕋᑦᓴᐃᑦ ᐊᑐᐃᓐᓇᐃᑦ ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ, ᖃᓪᓗᓈᑎᑐᑦ ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ ᐅᐃᕖᑎᑐᓪᓗ ᐅᕙᓂ *www.gov.nu.ca.*
Public Service Announcements are available in Inuktitut, English, Inuinnaqtun and French on *www.gov.nu.ca.*
Kavamatkunnin Tuhaqtitaujukhat hailihimajun Inuktitut, Qablunaatun, Inuinnaqtun Uiuitullu uvani *www.gov.nu.ca.*
Les messages d'intérêt public sont disponibles en inuktitut, en anglais, en inuinnaqtun et en français au *www.gov.nu.ca.*