

## SEMAINE POUR UN QUÉBEC SANS TABAC : LES EFFETS DU TABAGISME SONT IMPOSSIBLES À IGNORER

**Baie-Comeau, le 17 janvier 2022** – La Semaine pour un Québec sans tabac a lieu du 16 au 22 janvier cette année. Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Côte-Nord en profite pour rappeler aux Nord-Côtiers qu'il est possible de cesser la consommation de tabac et de se libérer de ses effets néfastes pour la santé.

Tout comme la pandémie, le tabagisme demeure un enjeu majeur de santé publique au Québec. Près de 400 000 Québécois vivent avec une maladie grave liée au tabagisme et 13 000 personnes meurent chaque année à cause du tabac, ce qui équivaut à plus de 35 morts par jour. La COVID-19 n'a pas aidé la situation puisque pendant la pandémie, près d'un fumeur sur deux âgé de 18 à 24 ans a augmenté sa consommation de tabac.

Sur la Côte-Nord, selon l'Enquête québécoise sur la santé de la population la plus récente (2014-2015), c'est près du quart (23 %) de la population nord-côtière âgée de 15 ans et plus qui fumait sur une base quotidienne ou occasionnelle. Cette proportion se révèle plus élevée, au plan statistique, que celle observée dans le reste du Québec dans ce groupe d'âge (19 %).

### **Du soutien dans la région**

Le CISSS de la Côte-Nord rappelle que plusieurs ressources s'offrent aux Nord-Côtiers qui veulent arrêter de fumer. En plus de l'aide téléphonique, en ligne ou par texto, ils peuvent bénéficier des services de soutien gratuits et personnalisés des centres d'abandon du tabagisme (CAT) de la région (liste en annexe). Ces centres disposent d'outils efficaces et pratiques pour aider la personne à arrêter de fumer à son rythme et selon ses besoins. On peut aussi y obtenir les ordonnances médicales d'aide à la cessation tabagique, telles que les timbres de nicotine.

Visitez la section « Tabagisme » du site Web du CISSS de la Côte-Nord pour plus d'informations : <https://www.cisss-cotenord.gouv.qc.ca/sante-publique/tabagisme/>

- 30 -

Source : Jean-Christophe Beaulieu  
Agent d'information  
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord  
418 962-2572, poste 414009

## CENTRES D'ABANDON DU TABAGISME (CAT) DE LA CÔTE-NORD

### **Sacré-Coeur**

50, rue Lévesque  
Sacré-Coeur (Québec) G0T 1Y0  
Tél. : 418 236-4637, poste 262001

### **Les Escoumins**

4, rue de l'Hôpital  
Les Escoumins (Québec) G0T 1K0  
Tél. : 418 233-2931, poste 232231

### **Forestville**

2, 7<sup>e</sup> Rue  
Forestville (Québec) G0T 1E0  
Tél. : 418 587-2212, poste 212262

### **Manicouagan**

340, rue Clément-Lavoie  
Baie-Comeau (Québec) G4Z 3B8  
Tél. : 418 296-2572, poste 315202

### **Port-Cartier**

3, rue de Shelter Bay  
Port-Cartier (Québec) G5B 2W9  
Tél. : 418 766-2572, poste 443302

### **Sept-Îles**

405, avenue Brochu  
Sept-Îles (Québec) G4R 2W9  
Tél. : 418 962-9761, poste 414161

### **Minganie**

1035, promenade des Anciens  
Havre-Saint-Pierre (Québec) G0G 1P0  
Tél. : 418 538-2212, poste 542263

### **Basse-Côte-Nord**

1070, boulevard Dr-Camille-Marcoux  
Blanc-Sablon (Québec) G0G 1W0  
Tél. : 418 461-2144, poste 611417  
Tél. : 418 461-2144, poste 611438

### **Fermont – TEMPORAIREMENT FERMÉ**

1, rue de l'Aquilon  
Fermont (Québec) G0G 1J0  
Tél. : 418 287-5461