



**Communiqué de presse**  
Pour diffusion immédiate

## **Dernier droit pour s'inscrire au défi de sa vie !**

Inscrivez-vous maintenant à [defitabac.ca](http://defitabac.ca)

**Montréal, le 17 février 2015** – Les inscriptions du *Défi J'arrête, j'y gagne !* battent leur plein. Du 1<sup>er</sup> mars au 11 avril, les fumeurs québécois sont invités à relever le défi de leur vie : arrêter de fumer pendant au moins 6 semaines. Les inscriptions se font à [defitabac.ca](http://defitabac.ca) jusqu'au 1<sup>er</sup> mars. Faites vite : il ne reste donc que 2 semaines !

La D<sup>re</sup> Christiane Laberge, porte-parole du *Défi*, continue d'encourager tous les Québécois prêts à écraser à participer. « C'est tellement important de bien se préparer et surtout d'aller chercher du soutien pour réussir à arrêter. Le *Défi* est là pour vous motiver et vous aider en proposant un éventail d'outils pour répondre à vos besoins. Pourquoi ne pas l'essayer ? Vous n'avez rien à perdre, plutôt tout à gagner ! » rappelle la D<sup>re</sup> Laberge.

### **Du soutien et des prix !**

En plus de favoriser leur réussite en s'inscrivant au *Défi*, les participants courent la chance de gagner l'un des nombreux prix, dont l'un des 2 voyages au soleil, à la Riviera Maya et à Punta Cana, offerts par Vacances Transat et Grand Palladium Hotels & Resorts !

Le *Défi* donne également accès aux participants à de nombreux outils gratuits, dont l'application pour téléphone mobile *SOS Défi*, qui invite les participants à créer leur réseau d'appuis et à y faire appel dans les moments difficiles. L'application, qui comprend aussi un calculateur d'économies, est offerte dans l'[App Store](#) d'Apple et le [Play Store](#) de Google. Pour avoir encore plus de motivation, les participants peuvent aussi se joindre aux 15 000 adeptes de la [page Facebook](#) du *Défi*, qui s'entraident et se soutiennent.

### **Le *Défi*, parce que ça marche !**

Avec sa méthode éprouvée, le *Défi J'arrête, j'y gagne !* constitue une des interventions de cessation tabagique qui touchent le plus grand nombre de fumeurs adultes au Québec. En moyenne, 2 participants sur 3 réussissent à ne pas fumer pendant les 6 semaines du *Défi*... Un excellent taux de réussite ! Ainsi, on estime que c'est près de 70 000 Québécois qui sont devenus des non-fumeurs grâce au *Défi* depuis sa création.

Le *Défi J'arrête, j'y gagne !* aura lieu du 1<sup>er</sup> mars au 11 avril 2015. Les inscriptions se font à [defitabac.ca](http://defitabac.ca).

### **À propos du *Défi J'arrête, j'y gagne !***

Le *Défi J'arrête, j'y gagne !*, une campagne qui soutient gratuitement les fumeurs souhaitant arrêter de fumer, est une initiative de Capsana réalisée en partenariat avec plusieurs organisations publiques et privées, notamment le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, l'ensemble des directions de santé publique des Agences de la santé et des services sociaux du Québec, la Société canadienne du cancer, Jean Coutu et Novartis. Depuis sa création, c'est près de 380 000 personnes de tous âges qui y ont participé. Pour en savoir plus, visitez [defitabac.ca](http://defitabac.ca).

SOURCE : Capsana

*Pour obtenir de l'information ou des entrevues avec l'une de nos porte-parole, la D<sup>e</sup> Christiane Laberge et Véronique Porlier, ex-fumeuse et participante du Défi en 2012, veuillez communiquer avec :*

Cindy Blanchette

Attachée de presse

Annexe Communications

514 844-8864, poste 119

[CBlanchette@annexcommunications.com](mailto:CBlanchette@annexcommunications.com)