



*Challeng' & Vous*  
Île-de-France



**Présentation**

*Du 1er au 29 novembre*



# Challeng' & Vous

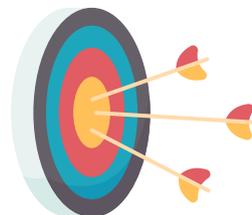
Île-de-France

MOIS  
SANS  
TABAC



## Le challenge ?

Tout au long du mois de novembre, nous proposons des **défis** aux structures d'Île de France pour un challenge inédit.  
L'objectif : vous mobiliser autour de la campagne Mois sans tabac à travers des outils, des jeux et des défis afin de renforcer votre esprit d'équipe.



## Pour qui ?

Tout le monde peut participer et s'intégrer dans une **équipe**, fumeurs ou non fumeurs, vous êtes les bienvenus !

La seule condition est de faire partie d'une **structure** (université, association, entreprise, établissement sanitaire ou social, établissement scolaire...)



## En équipe ?

Oui, car c'est un challenge collectif.

Il faut :

- Être au minimum **2 personnes** et maximum **6 personnes**
- Choisir un nom d'équipe
- Nommer un référent
- S'inscrire avant le 1er novembre



## Des récompenses ?

Toutes les équipes seront mises en avant sur le LinkedIn du Mois sans tabac IDF.  
Les **meilleures équipes** gagneront des cadeaux exclusifs !

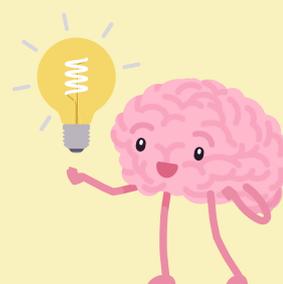


**Alors, prêt à relever le défi ?**

**RDV sur le site [www.moisanstabac-idf.com](http://www.moisanstabac-idf.com)  
pour inscrire votre équipe :**



**Défi n°1 du 1er au 13 novembre**  
**“Creusez-vous les méninges”**  
Résoudre les énigmes et trouver les  
mots cachés



**Défi n°2 du 14 au 25 novembre**  
**“Faites preuve de créativité”**  
Propositions originales pour redonner  
vie à ce logo connu de tous.

**Défi Bonus du 1er au 30  
novembre “Pause équilibrée  
sans tabac”**  
Proposer un petit déjeuner ou une  
collation équilibré





Du **1er au 30**  
novembre 2024



Prendre part au  
défi **en groupe**



Des **défis** simples  
et gratuits



Pour les **fumeurs**  
**et les non-fumeurs**



Des **lots** à  
gagner



Défi entre des  
structures d'**Île-de-  
France**

Le but de ce défi est de participer à une campagne de santé publique, que l'on soit fumeur ou non, tout en apprenant de manière ludique sur la prévention du tabagisme. Plusieurs équipes au sein d'une même structure peuvent s'inscrire.