

## ACCOMPAGNEMENT AU SEVRAGE DU TABAC



### Informations pratiques



#### PUBLIC

Salariés d'entreprises, agents de la fonction publique, demandeurs d'emploi.



#### DÉROULEMENT

Selon les attentes identifiées par la mutuelle et l'entreprise : temps collectif avec conférence animée par des spécialistes, stands d'informations, et/ou temps individuels.



#### PARTENAIRES

Entreprises, administrations



#### INTERVENANTS

Médecin tabacologue, sophrologue, équipe projet de la Mutualité Française IDF



#### CONTACTS

Isabelle Bertrand, Sotheara Van

### Le Contexte

En France, le tabac est responsable de 73 000 décès par an et le nombre de fumeurs quotidiens en constante augmentation selon le baromètre de l'INPES, de 28,7 % en 2010. Or, 60 % des fumeurs déclarent vouloir s'arrêter ou ont déjà tenté de le faire au moins une fois. Ils ont besoin d'être aidés.

### Le Contenu

Accompagner et favoriser le sevrage tabagique :

- Rappel des méfaits du tabac et du tabagisme passif sur la santé
- Information sur les différentes possibilités d'accompagnement
- Échanges personnalisés, tests de la dépendance au tabac, etc.
- Mise à disposition de documents d'information, listes de professionnels et coordonnées du 3935, centre de contact téléphonique de PSM\*.

### Les Bénéfices

Les participants acquièrent des connaissances sur les différentes possibilités et sont en mesure de les adapter à leur propre situation selon leur choix personnel.

\* PSM : [www.prioritesantemutualiste.fr](http://www.prioritesantemutualiste.fr)