

GRATUIT

SORTIR DU TABAGISME ?

Groupes de motivation
animés par un professionnel de santé

POUR QUI ?

- ◆ Votre motivation est encore fragile
- ◆ Vous avez des interrogations et des réticences à amorcer un sevrage tabagique
- ◆ Vous souhaitez mieux comprendre le phénomène de la dépendance au tabac
- ◆ Vous voulez connaître les méthodes et les accompagnements pour arrêter de fumer.

QUELLE AIDE PROPOSÉE ?

Le **Groupe d'aide à la motivation pour le sevrage tabagique** (GAMST) est animé par un tabacologue-addictologue sous forme d'une séance collective de sensibilisation et d'information pour faire le point sur votre consommation et votre rapport au tabac.

QUAND ?

Tous les jeudis, de 14h00 à 15h30, sur inscription.

OÙ ?

Dans les locaux du Souffle 84
Centre Médipôle - BAT. B - 2^e étage
1139 chemin du Lavarin - 84000 Avignon

Renseignements et inscription

par mail : cd84@lesouffle.org

par téléphone : 06 45 48 21 10 / 09 81 34 62 02

Permanence du lundi au vendredi
de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00



Le Souffle 84

Vaucluse

QUI SOMMES-NOUS ?

Le Souffle 84 est une association reconnue d'utilité publique depuis 1923.

Elle travaille depuis son siège à Avignon à la prévention des maladies respiratoires dans le département du Vaucluse et en région SUD PACA.

Ses missions visent à développer un « Espace du Souffle », un lieu d'échanges et d'entraide autour de la prévention et de la réhabilitation respiratoire.

Le Souffle 84 est animé par une équipe de professionnels et de bénévoles présents à vos côtés et à votre écoute.

LE SOUFFLE 84 INTERVIENT ÉGALEMENT SUR DEMANDE en milieu scolaire, auprès des entreprises et des collectivités territoriales et sur les thématiques suivantes :

- ◆ Prévention du tabagisme
- ◆ Place et compréhension des politiques publiques dans la prévention du tabagisme
- ◆ Formation RPIB (Repérage précoce et intervention brève) et approches motivationnelles
- ◆ Formation à la prescription de substituts nicotiques
- ◆ Accompagnement à l'occasion du Moi(s) sans tabac.