



PRÉPAREZ-VOUS POUR NOVEMBRE

Octobre 2024

Octobre est une période essentielle pour préparer le Mois sans tabac et motiver les personnes à **se lancer le défi d'arrêter de fumer pendant un mois.**

Que l'on soit professionnel de santé, de la prévention, du médico-social ou encore du travail social, nous avons tous notre rôle à jouer.

Pour vous accompagner auprès de vos patients, vos usagers ou peut-être vous-même, retrouvez ci-dessous les clés pour préparer et réussir le Mois sans tabac.

À LA UNE

Suivez nos Webinaires Mois sans Tabac : sensibilisez-vous gratuitement sur plusieurs thématiques



Calendrier des webinaires :

- Tabac et maternité - 13/11 à 12h00
- Tabac en milieu scolaire - 08/11 à 14h00
- Tabac en détention - 04/11 à 10h00 (attention ! changement de date)
- Nouveaux modes de consommation du tabac et de la nicotine - 14/11 à 12h00
- Tabac et santé mentale - 21/11 à 12h00
- Arrêt du tabac en médecine du travail - 26/11 à 12h30

Ces webinaires sont ouverts à tout professionnel (santé, social, médico-social, éducation, etc.) en lien avec les thématiques. C'est gratuit, mais sur **inscription obligatoire** !

Tous ensemble contre le tabac

Rejoignez le Challenge Inter-Structures !

Cette année un grand défi est lancé à toutes les structures du Grand Est : entreprise, association, administration, etc.

Chaque semaine pendant 4 semaines, un défi attendra votre équipe ! Soyez créatif, partagez vos coups de cœur, faites parler votre imagination.

Inscrivez votre équipe et donnez le meilleur de vous-même ! **Inscription jusqu'au 31/10.**



Rappel des conditions d'inscription :

- Vous vous inscrivez dans le cadre d'une structure (établissement de santé, scolaire, entreprise, etc.)
- Votre équipe compte au moins 2 personnes (qu'elles soient salariées, bénévoles ou usagères de votre structure), dont l'une est capitaine
- Donnez un nom à votre équipe

S'inscrire

À VOS AGENDAS !

Quelques actions phares - s'inspirer & partager -

11 octobre > 7 novembre
CSAPA Addictions France, Troyes

Samedi 12 octobre
10h > 18h
Centre commercial MUSE, Metz

Arriverez-vous à résoudre les énigmes et à trouver la sortie du tabac autour d'un **Escape Game Tabac** ?

Pour plus d'infos, contactez
fabienne.bailly@cmsea.asso.fr

Jeudi 7 novembre
19h30 > 22h30
Service en amont, CSAPA Les Wads

Formation au RPIB (Repérage Précoce et Intervention brève) pour les professionnels de santé.

Adresse : 2 place de Paraiges, Metz

MOIS SANS TABAC 

ATELIERS DE MOTIVATION

Module de 4 séances - ateliers collectifs 

Le jeudi 11 octobre de 12h à 14h :
Est-ce que je suis prêt ?

Le vendredi 18 octobre de 12h à 13h30 :
Question diét !

Le vendredi 25 octobre de 12h à 14h :
Les outils d'aide à l'arrêt : les infirmières vous répondent.

Le jeudi 07 novembre de 12h à 14h :
Changer ses habitudes.

 à Association Addictions France
2 place Casimir Périer - 4ème étage
10000 TROYES

 Consultation(s)
possible(s) à la suite
des ateliers, si vous
le souhaitez !

 **Inscription gratuite.**
auprès du secrétariat de l'association :
03 25 49 44 44

Renforcez votre motivation à arrêter le tabac en trouvant des clés collectivement !

Adresse : 2 place Casimir Périer, Troyes

Inscription au 03 25 49 44 44

Pour plus d'infos, contactez
lucie.davesne@addictions-france.org

Jeudi 18 novembre
Horaire à venir
Centre Social Le lac,
Avenue Kennedy, Sedan

Moi(s) je respire sans tabac
Venez passer un bon moment autour d'activités ludiques et variées pour se féliciter d'avoir relevé le défi et encourager le maintien dans l'arrêt du tabac.

Pour plus d'infos, contactez
ana-paula.kumps@addictions-france.org

Inscription : Corentin François
(CPTS Metz et environ)
corentin.francois@cpts-metz.fr

Mardi 12 novembre
Après-midi
Maison urbaine de santé, l'ILL Strasbourg

Venez échanger autour des bienfaits de l'arrêt du tabac et du sevrage tabagique.

Pour plus d'infos, contactez
pia.bucciarelli@cirddalsace.fr

Mercredi 20 novembre
10h > 16h

1-3 impasse de la Blanchisserie, Reims

La Tabacolor revient à Reims !
Venez célébrer la santé, le sport, le bien-être tout en renforçant l'esprit collectif autour de l'arrêt du tabac.

Inscription : Hervé Martinie
herve.martinie@addictions-france.org

Mercredis 20 et 27 novembre
9h > 17h

Le Mois sans tabac sera présent
dans 2 galeries commerciales du Grand Est

CORA
Saint-Dizier et Verdun



Ces temps forts constituent une étape clé pour trouver du soutien et aborder le mois sans tabac armé des meilleures informations. Nous comptons sur vous pour relayer au maximum ces RDV auprès du grand public.

Pour plus d'infos, contactez :

elodie.faivre@addictions-france.org (Haute-Marne)

helene.depre@addictions-france.org (Meuse)

N'oubliez pas de partager avec nous toutes vos actions pour les valoriser sur notre agenda ! On compte sur vous - moisanstabac.grandest@addictions-france.org

**Découvrir les actions MoST
du Grand Est**

Outils de communication



Vous avez besoin d'affiches, dépliants, kits d'aide à l'arrêt ?

Attention : il faut se ré-inscrire chaque année pour accéder aux supports.

Ne tardez pas !

Passez commande

ZOOM SUR...



Pour qui ?

Pour les professionnels de santé, en formation initiale ou en exercice.

Pour quoi ?

Pour vous aider à monter en compétences afin d'accompagner vos patients à l'arrêt de la consommation de tabac.

Quand ?

Formation à distance, vous la suivez à votre rythme.

Cette formation est courte et gratuite.

**Accéder
à la formation**

Retour en image



Le 12 septembre, Hélène DEPRE, animatrice Mois sans tabac en Meuse, et les bénévoles de la Ligue contre le cancer se réunissaient pour valider le programme des actions afin de sensibiliser et accompagner les fumeurs à l'arrêt du tabac dans le Nord Meusien.

Plusieurs interventions sont prévues dans les Maisons de santé pluridisciplinaires de Verdun et Thierville-sur-Meuse, dans les CHRS, dans les entreprises,...

Pour en savoir plus :
helene.depre@addictions-france.org

VOS CONTACTS DE PROXIMITÉ



Contactez
mon référent territorial

