



**LE SOUFFLE64 - COMITE CONTRE LES MALADIES RESPIRATOIRES**

Association reconnue d'utilité publique depuis 1922

21 rue de Livron 64000 PAU – Tél. : 05 59 62 00 14 – [cd64@lesouffle.org](mailto:cd64@lesouffle.org) - [www.lesouffle64.fr](http://www.lesouffle64.fr)

Permanence de 9H à 15 H, sans interruption du lundi au vendredi

## « PREVENTION ET ACCOMPAGNEMENT AU SEVRAGE TABAGIQUE AUPRES DE VOS SALARIES »

### - PROGRAMME D' ACTIONS ET TARIF -

Le Souffle 64 vous accompagne pour la mise en place d'un programme de sensibilisation et d'aide à l'arrêt au tabac auprès de vos salariés. Nous sommes disponibles pour vous rencontrer et mettre en place avec vous un programme d'actions adapté. Vous trouverez ci-dessous une proposition.

Avant d'entamer le programme de prévention, nous proposons à l'équipe qui pilotera le programme de participer à une formation (voir ci-dessous).

*Appuyez-vous sur les professionnels du Comité Le Souffle 64 pour accompagner vos salariés vers l'arrêt !*

#### **1 – FORMATION A LA METHODOLOGIE DE PROJET ET SENSIBILISATION AU TABAGISME .... GRATUITE**

*Cette formation s'adresse aux directeurs, directeurs des ressources humaines, responsable CHSCT, médecins, infirmiers, éducateurs spécialisés ...*

Elle a pour objectif la mise en place d'une politique de prévention du tabagisme partagée par l'ensemble des acteurs des entreprises et structures dans laquelle auront lieu les actions de prévention. La formation sera animée par deux tabacologues.

#### **2 – ACTIONS DE SENSIBILISATION AUX EFFETS DE LA CONSOMMATION, EVALUATION DE SON TABAGISME / DEPISTAGE SOUFFLE**

*Ces actions s'adressent à tous les salariés/usagers, quel que soient leur statut tabagique.*

##### **◆ CONFERENCE/DEBAT : INFORMATION POUR TOUS ..... 90 €L'HEURE**

Le tabacologue s'appuie sur un diaporama pour explorer avec les participants : les généralités sur le tabac et le tabagisme ; l'intoxication par la fumée des cigarettes ; les dépendances et leurs diverses formes : physique, comportementale, psychologique ; les idées reçues ; les traitements et répond aux questions du public.

##### **◆ FORUM DE SENSIBILISATION ET D'ORIENTATION : « TABAC ET SOUFFLE » ..... 175 €L'HEURE**

Un tabacologue accueille et informe vos salariés/usagers : il répond aux questions des fumeurs ou non-fumeurs, propose une évaluation du tabagisme (mesure de l'intoxication au monoxyde de carbone, test d'évaluation de la dépendance), réalise des mini-entretiens d'orientation, remet des brochures d'informations, oriente et repère ceux qui souhaitent un accompagnement au sevrage.

Un animateur « Souffle » propose aussi une évaluation du Souffle. Nous nous adressons à une population adulte, ayant parfois de nombreuses années de tabagisme derrière elle, nous proposons un dépistage des anomalies du souffle à l'aide d'un mini-spiromètre. Ce test permet de révéler les signes d'une maladie respiratoire chronique grave (la BPCO-Broncho-Pneumopathie Chronique Obstructive), spécifiques aux fumeurs, qui lorsqu'elle est dépistée à temps, peut être enrayée par l'arrêt du tabac. Elle est aussi parfois l'occasion de déclencher une prise de conscience et le démarrage d'un sevrage.

### **3 – ATELIERS ORIENTATION ET MOTIVATION A L'ARRET**

*Ces ateliers s'adressent aux fumeurs qui souhaitent en savoir plus sur l'arrêt, sans envisager forcément un arrêt.*

#### **◆ 2 ATELIERS COLLECTIFS (8 PERSONNES MAXIMUM) ..... 90 € L'HEURE**

1<sup>ère</sup> atelier : Le tabacologue anime une table-ronde pour les personnes désireuses d'en savoir plus sur le sevrage. Lors de cet atelier, les fumeurs confrontent leurs expériences et leurs difficultés ; des échanges se font autour des craintes liées à l'arrêt ; des solutions leurs sont proposées.

2<sup>ème</sup> atelier : Le tabacologue propose un travail d'aide à la motivation. Cette étape a pour objectif d'explorer les motivations à l'arrêt qui n'ont pas manqué de naître ou de se renforcer grâce à la sensibilisation (forum en particulier). Basée sur le concept d'entretien motivationnel, elle mobilise la réflexion des fumeurs et les prépare à l'arrêt, leurs décisions pouvant intervenir immédiatement ou ultérieurement.

À l'issue de cette étape, le fumeur choisit d'arrêter de fumer immédiatement ou de reporter sa décision. Il pourra être conseillé et orienté vers un lieu de sevrage ou être pris en charge sur son lieu de travail dans le cadre d'un protocole d'aide à l'arrêt, si la structure a choisi de proposer cet accompagnement spécifique. (Voir ci-dessous).

### **4 – ATELIERS SEVRAGE TABAGIQUE**

*Ces ateliers s'adressent aux fumeurs qui souhaitent entamer une démarche de sevrage et qui souhaitent être accompagnés.*

#### **◆ 2 ATELIERS INDIVIDUELS OU COLLECTIFS (maxi. 8 personnes – durée 1h) ..... 90 € L'HEURE**

Le tabacologue accompagnera les personnes dans le changement/arrêt et pourra pour ceux qui le souhaitent, les orienter vers des consultations individuelles. Les candidats à l'arrêt ont toujours la possibilité, pendant toute cette période, de nous appeler pour nous faire part d'une difficulté éventuelle.

### **5 – SUIVI TELEPHONIQUE ..... GRATUIT**

Ce suivi téléphonique se fera par le tabacologue pour toutes les personnes rencontrées lors des ateliers qui auront souhaitées arrêter ou diminuer. Elle permettra de répondre à leurs difficultés et d'évaluer leur parcours dans le changement.