

# LE TABAC, PARLONS-EN !



**PARTICIPATION GRATUITE**

Vous souhaitez diminuer ou arrêter votre consommation de tabac ?  
Vous êtes déjà dans une démarche d'arrêt ?  
Vous avez besoin de conseils personnalisés ?

## Un programme adapté à vos besoins

➔ Séances d'information et d'accompagnement avec une tabacologue

Sommes-nous tous dépendants au tabac ?	29/09/22 à 17H30
Pourquoi et comment se sevrer du tabac ?	06/10/22 à 17H30
Quels comportements adopter pour favoriser et maintenir l'abstinence ?	13/10/22 à 17H30

➔ Consultations individuelles sur rendez-vous

## Renseignements et inscription au 04.92.36.36.36

