

HAUT MONT

DU SOUFFLE

## CAFÉ DÉBAT TABAC

Rencontre conviviale avec les professionnels de santé pour échanger sur le tabac et créer un jeu de société

OUVERT À TOUS : FUMEUR, NON FUMEUR, EX-FUMEUR,...

Chaque soir de semaine en novembre à 18h

2/11 : Départ du voyage vers le sevrage

3/11 : Tous timbrés : patchs nicotiques

4/11 : Jeu tabac

5/11 : Vapoteuse

8/11 : Alimentation et tabac

9/11 : Sprays, gommes, inhalateurs,...

10/11 : Cinéma : Le Pari

11/11 : Le tabac dans l'histoire

12/11 : Jeu tabac

15/11 : Tabagisme passif... Ou pas !

16/11 : Hautmont sans mégots

17/11 : Respirer et gérer le stress

18/11 : Chicha

19/11 : Jeu tabac

22/11 : BPCO : in-Spiro-ns nous

23/11 : SAS, Sex & Sevrage

24/11 : Hypnose et sevrage

25/11 : Jeu tabac

26/11 : Vidéo concours

29/11: Bilan

ENVIE  
D'ARRÊTER  
DE FUMER ?

3 consultations  
d'accompagnement  
tabac et 1  
consultation  
diététique

100% pris  
en charge

Inscrivez-vous par SMS au :

06 32 11 10 46

25 av Hebburn à Hautmont

