https://www.ville-gentilly.fr/actualites/mois-sans-tabac-gentilly-en-novembre-arrete-ensemble

Moi(s) sans tabac à Gentilly - En novembre, on arrête ensemble !

Dans le cadre de la campagne nationale du Moi(s) sans tabac 2022, la Ville de Gentilly se mobilise pour sensibiliser la population aux effets du tabagisme et accompagner les volontaires vers l'arrêt du tabac.

Dans le cadre de la campagne nationale du Moi(s) sans tabac 2022, la ville de Gentilly se mobilise pour sensibiliser la population aux effets du tabagisme et accompagner les volontaires vers l'arrêt du tabac, avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé Île-de-France et de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie du Val-de-Marne.

Pour ce faire, des actions de sensibilisation seront menées sur les mois d'octobre et de novembre.

1. Groupe de soutien

Le service Prévention et Promotion de la Santé de la ville organisera un atelier de soutien à l'arrêt du tabac dans le cadre de cette campagne. Il accueillera, sur inscription, 15 personnes s'engageant dans cette démarche.

Les ateliers auront lieu les jeudis **3, 10, 17 et 24 novembre, de 18h15 à 20h15, à la salle prévention située au 57 rue Charles-Frérot,** à Gentilly. Ces ateliers seront animés par un médecin tabacologue et une infirmière de prévention.

Inscriptions auprès du service prévention : 01 47 40 58 00 ou par mail : m [dot] brehinier@ville-gentilly [dot] fr

2. Séances individuelles d'accompagnement diététique

L'arrêt du tabac produit un impact physiologique et psychique, qui a souvent pour conséquence une modification du comportement alimentaire. Cette modification du comportement alimentaire est par ailleurs fréquemment associée à une prise de poids. C'est dans ce cadre que s'inscrivent ces bilans individuels à destination des individus souhaitant s'engager dans une démarche d'arrêt du tabac.

Dans le cadre du Moi(s) sans tabac, les habitants de Gentilly engagés dans une démarche d'arrêt du tabac, ou ayant arrêté quelques semaines auparavant, peuvent bénéficier d'une séance intégralement prise en charge.

Renseignements auprès du service prévention : 01 47 40 58 00

Prise de rdv sur Doctolib : https://www.doctolib.fr/centre-de-sante/gentilly/centre-municipal-de-sa… (Diététicien > Bilan diététique – Mois sans tabac)

3. Consultations de tabacologie

Toute l'année, une consultation de tabacologie est proposée au CMS.

Informations et prise de rdv au standard du CMS : 01 47 40 58 59

4. Des ressources en plus pour vous accompagner

Pour vous inscrire pleinement dans la campagne du Moi(s) sans tabac 2022, nous vous invitons à consulter le site : https://mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr/

Vous pourrez notamment vous inscrire à une newsletter qui vous apportera un soutien motivationnel pendant tout le mois de novembre et commander gratuitement un kit d'arrêt du tabac (supports d'informations ludiques et pédagogiques).

Enfin, retrouvez sur le site https://www.tabac-info-service.fr toutes les ressources informatives pour réfléchir à votre projet d'arrêt du tabac et choisir les bons outils pour y parvenir.

Centre municipal de Santé (CMS)

6 rue du Docteur Ténine
94250 Gentilly
France

01 47 40 58 59
cmsdirection@ville-gentilly.fr

Horaires : Du lundi au vendredi : 8h30-19h30
Samedi : 8h30-12h

L'infirmerie du Centre municipal de santé (CMS) est fermée entre 13h et 14h.

Le port du masque n'est plus obligatoire au CMS mais reste fortement recommandé.

Publié le 24 octobre 2022