



NOUVEAU

Arrêt du tabac

Séance d'échange et d'information

Nord Vaudois | Tabac | Adultes

Vous réfléchissez à arrêter de fumer ? Peut-être avez-vous déjà fait une ou plusieurs tentatives pour atteindre cet objectif ?

Vous souhaitez obtenir de l'information de la part d'un professionnel de l'aide à l'arrêt du tabac, entendre le témoignage d'un ancien fumeur et échanger avec des personnes se trouvant dans la même situation que vous ?

www.promotionsantevaud.ch

Arrêt du tabac

Séance d'échange et d'information

Cette séance, co-animée par un professionnel et une personne ayant arrêté de fumer sans aide médicale, permettra de réfléchir aux bénéfices de la désaccoutumance tabagique et d'échanger sur les différentes techniques et outils d'aide à l'arrêt existants. Vous pourrez partager votre expérience, vos difficultés et vos astuces autour du processus d'arrêt du tabac.

Gratuit

Ma 20 nov. 18

19h00-21h00

Yverdon-les-Bains

Public:

Adultes

Lieu de la séance:

**Promotion Santé Vaud - Antenne Nord Vaudois,
Rue du Pré 2, 1400 Yverdon-les-Bains**

Information et
inscription:

**www.cipretvaud.ch
Inscription obligatoire par email valentine.guenin@prosv.ch
ou par téléphone 021 623 37 63**