

En novembre, on arrête ensemble !

Octobre & novembre

Le Moi(s) sans tabac en quelques mots...

Le 1^{er} novembre 2017 sera lancée en France la 2^{ème} édition du " Moi(s) sans tabac ".

L'idée : lancer un défi collectif aux français en leur proposant d'arrêter de fumer ensemble et de tenir 1 mois.

Fumeurs, fumeuses,

vous êtes 60% à vouloir arrêter de fumer.

Parmi vous, 29% déclarent avoir fait une tentative d'arrêt d'au moins 7 jours dans l'année.

Les taux de transformation de ces tentatives en arrêt sont en revanche très faibles sans aide extérieure. C'est pourquoi, aujourd'hui, les professionnels de santé des Hôpitaux Universitaires Paris Centre se mobilisent pour vous accompagner et vous aider à aller plus loin dans cette démarche.



**HÔPITAUX UNIVERSITAIRES
PARIS CENTRE**

Cochin • Port-Royal • Tarnier • Broca
La Collégiale • La Rochefoucauld • Hôtel-Dieu



**ASSISTANCE
PUBLIQUE**  **HÔPITAUX
DE PARIS**

Stands de prévention & d'information

- Mesurez le taux de monoxyde de carbone présent dans vos poumons
- Testez votre dépendance à la nicotine
- Échangez autour de sujets spécifiques liés à la dépendance, les effets positifs de l'arrêt...

Les stands sont animés par l'Équipe de Liaison et de Soins en Addictologie (ELSA) de l'hôpital Cochin, le service de santé au travail (SST) des HUPC et le centre de soins en addictologie (CSAPA Cassini) de l'hôpital Cochin

Rendez-vous mardi 17 octobre de 11h30 à 13h30
à l'hôpital Cochin • Site Cochin • dans le hall d'accueil du bâtiment Saint-Jacques
27, Rue du Faubourg Saint-Jacques • Paris 14^{ème}



Rendez-vous mardi 24 octobre de 11h30 à 13h30
à l'hôpital Broca dans le hall d'accueil
54-56, Rue Pascal • Paris 13^{ème}

Rendez-vous mardi 7 novembre de 11h30 à 13h30
à l'hôpital Cochin • Site Port-Royal • dans le hall d'accueil du bâtiment Port-Royal
123, Boulevard de Port-Royal • Paris 14^{ème}

Consultations individuelles d'aide au sevrage tabagique *

* Réservées au personnel de l'hôpital

Julie MARTY,
Infirmière addictologue au sein de l'Équipe de Liaison et de Soins en Addictologie (ELSA)
de l'hôpital Cochin

Catherine RAGONNET,
infirmière au sein du service de santé au travail des HUPC



Vendredi 10 novembre après-midi
Vendredi 17 novembre après-midi
Vendredi 24 novembre après-midi
Vendredi 1^{er} décembre après-midi
Vendredi 15 décembre après-midi
Vendredi 12 janvier après-midi
Vendredi 26 janvier après-midi

Prise de rendez-vous par téléphone

☎ 01 58 41 42 00

Conférences **

** Sur inscription à l'adresse suivante : <http://urlz.fr/5QQ2> (Préférez Mozilla)

Levons les obstacles à l'arrêt du tabac !

Si l'arrêt est une nécessité, la prise de poids, elle, n'est pas une fatalité !

Dr Diogo ALVES DE OLIVEIRA,

Psychiatre au sein du service d'addictologie de l'hôpital Cochin (CSAPA Cassini)

Sandra SALANIER

Diététicienne au sein du service d'addictologie de l'hôpital Cochin



Rendez-vous le jeudi 26 octobre de 14h30 à 16h
à l'hôpital Cochin • Site Cochin
dans l'amphithéâtre Jean Dausset du bâtiment Jean Dausset
27, Rue du Faubourg Saint-Jacques • Paris 14^{ème}

Grossesse & tabac

Quels sont les risques pour le bébé à naître ? Une femme enceinte peut-elle utiliser des substituts nicotiques ? Il vaut mieux fumer 4 ou 5 cigarettes par jour plutôt que d'être stressée : mythe ou réalité ?

Dr Gilles GRANGÉ

Cynécologue obstétricien et addictologue à la maternité Port-Royal



Rendez-vous le jeudi 9 novembre de 14h30 à 16h
à l'hôpital Cochin • Site Port-Royal
dans la salle 1 du rez-de-jardin du bâtiment Port-Royal
123, Boulevard de Port-Royal • Paris 14^{ème}



Tout ce que vous voulez savoir sur la cigarette électronique et le plaisir d'arrêter de fumer par le Pr Bertrand DAUTZENBERG

Pr Bertrand DAUTZENBERG,

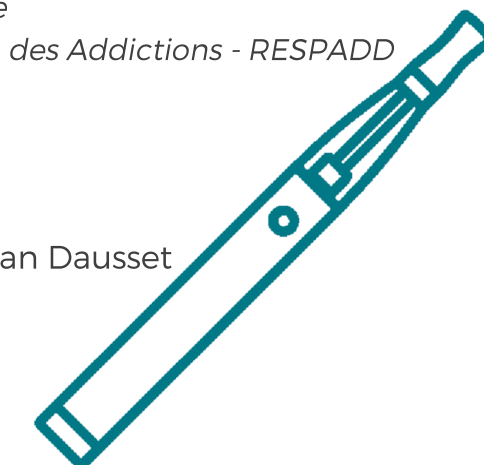
Pneumologue et tabacologue à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière

Vice-président du Établissements de Santé pour la Prévention des Addictions - RESPADD

Secrétaire général adjoint de l'Alliance contre le tabac



Rendez-vous le jeudi 23 novembre de 14h30 à 16h
à l'hôpital Cochin • Site Cochin
dans l'amphithéâtre Jean Dausset du bâtiment Jean Dausset
27, Rue du Faubourg Saint-Jacques • Paris 14^{ème}



Comité d'organisation

Diogo ALVES DE OLIVEIRA_(CSAPA Cassini),
Alexandra DEGORRE_(SST), Dr Fortier LAUNOIS_(SST),
Delphine MANSUY_(CSAPA Cassini), Julie MARTY_(ELSA), Claire
PEYRETHON_(SST), Catherine RAGONNET_(SST),
Malika SANA_(ELSA).

Pour toute question,
vous pouvez contacter :
la Direction de la Communication des HUPC :
✉ direction.communication.hupc@aphp.fr



HÔPITAUX UNIVERSITAIRES
PARIS CENTRE

Cochin • Port-Royal • Tarnier • Broca
La Collégiale • La Rochefoucauld • Hôtel-Dieu