



# CHU COMMUNIQUÉ Poitiers DE PRESSE

Poitiers, le 2 novembre 2022

## Mois sans tabac : le CHU de Poitiers se mobilise pour vous soutenir dans votre démarche de sevrage

Tous les ans, en novembre, le CHU de Poitiers relaie la campagne nationale « Moi(s) sans tabac », de Santé publique France.

La Vie la santé et l'unité de tabacologie du CHU de Poitiers s'associent à l'équipe de liaison en addictologie (ELSA) du Centre hospitalier Henri-Laborit dans le but de proposer au grand public ainsi qu'au personnel hospitalier, des animations et des consultations de tabacologie pendant tout le mois de novembre.

### LES ANIMATIONS

---

#### ➤ Poitiers – Site de la Milétrie

##### Les 8 et 15 novembre, de 14h à 16h

Atelier collectif « Ma consommation de tabac » animé par Stéphanie Tricoire et Stéphanie Lamour, infirmières d'éducation thérapeutique à la Vie la Santé.

La Vie la Santé – Atelier tout public

Au programme : verbalisation du vécu avec le tabac, balance décisionnelle à l'arrêt du tabac, les différentes dépendances, les stratégies possibles pour un sevrage.

*Inscription obligatoire au 05 49 44 48 18*

##### Le 14 novembre, de 13h30 à 15h

« Marche écolo » avec ramassage de mégots de cigarettes

Animée par Anne-Sophie Gourgues, infirmière spécialisée en santé environnementale, et Maxime Pilon, enseignant en activité physique adapté.

Objectif : sensibiliser les personnes à la consommation de tabac et les conséquences sur notre environnement.

Départ de la Vie la Santé

*Inscription obligatoire au 05 49 44 48 18*

##### Le 16 novembre, de 10h à 17h

Stand d'information et de sensibilisation – présentation des différentes méthodes d'aides à l'arrêt

Hall d'accueil – Tour Jean-Bernard

#### ➤ Châtelleraut

##### Le 30 novembre, de 9h à 12h

Stand d'information et de sensibilisation – présentation des différentes méthodes d'aides à l'arrêt

Marché de la plaine d'Ozon

**Le 30 novembre, de 13h30 à 17h30**

Stand d'information et consultations individuelles – présentation des différentes méthodes d'aides à l'arrêt  
Epicerie sociale de Châtelleraut

## LES CONSULTATIONS

### Toute l'année

Sur le site de **la Milétrie**, des consultations individuelles sont proposées pour une aide au sevrage tabagique auprès du docteur Mylène Gilbert, tabacologue.

Les lundi et jeudi après-midi de 14 à 17h.

Un créneau de consultation supplémentaire est proposé au mois de novembre : les mardis de 15h à 17h.

Sur rendez-vous uniquement au 05 49 44 44 74 ou [secretariat.pneumologie@chu-poitiers.fr](mailto:secretariat.pneumologie@chu-poitiers.fr).

### Toute l'année

Sur le site de **Châtelleraut**, des consultations individuelles sont proposées pour une aide au sevrage tabagique auprès d'Estelle Le Saunier, infirmière tabacologue, tous les lundis

Sur rendez-vous uniquement au 05 49 02 22 20

**MOIS SANS TABAC**

**En Novembre, tous ensemble vers une vie sans tabac !**

**8 et 15 novembre de 14h à 16h**  
« Ma consommation de tabac »  
La Vie la Santé - Atelier collectif  
Inscription obligatoire au 05 49 44 48 18

**14 novembre de 13h30 à 15h**  
« Marche écolo » avec ramassage de mégots  
Départ de la Vie la Santé  
Inscription obligatoire au 05 49 44 48 18

**16 novembre de 10h à 17h**  
Stand d'information  
Tour Jean-Bernard - Hall d'accueil

Flashez-moi !

Programme complet et inscriptions sur [www.chu-poitiers.fr](http://www.chu-poitiers.fr)

En France, le tabac tue chaque année 78 000 personnes et représente la première cause de mortalité évitable. 14 millions d'adultes fument quotidiennement et 60 % d'entre eux souhaitent arrêter.

Un mois sans tabac multiplie par 5 les chances d'arrêter de fumer définitivement, car après 30 jours d'abstinence, la dépendance est bien moins forte et les symptômes de manque (nervosité, irritabilité) sont moins présents.

Cette campagne mise sur un élan collectif en incitant les fumeurs à arrêter tous ensemble pendant 30 jours, au mois de novembre. Il s'agit, pour les fumeurs, de relever ensemble le défi d'un mois sans tabac, en bénéficiant du soutien et des encouragements indispensables au maintien de leur motivation.



Stéphan Maret, directeur / Paola Da Cunha, Hélène Delafond, Gracienne Guéan chargées de communication

**CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE - DIRECTION DE LA COMMUNICATION ET DU MÉCÉNAT**

AGORA direction - 2 rue de la Milétrie - CS 90577 - 86021 Poitiers Cedex  
Téléphone 05 49 44 47 47 - [communication@chu-poitiers.fr](mailto:communication@chu-poitiers.fr)