

TABAC : Comment aider le fumeur à comprendre et à arrêter sa consommation ?

Dates : 23, 24, 25 juin 2021
Durée : 3 jours (21 h)
Lieu : Lille (59)
Tarif : 1290 € H.T.
Ref. : EICAF – Adaptable en intra

Horaires de la formation : 9h-13h00/14h00-16h00

Public : Toute personne amenée à accompagner des fumeurs vers l'arrêt du produit cannabis : psychologue, travailleur social, kinésithérapeute, éducateur, enseignant, assistante sociale, médecin, infirmier, diététicien, personnel des centres d'examen de santé, sage-femmes, les équipes « santé-travail »

Intervenants : Médecin(s) tabacologue(s) et diététicienne

OBJECTIFS :

- Connaître les effets de la cigarette sur le métabolisme
- Connaître la nature de la relation fumeur-tabac
- Maîtriser les différentes étapes vers l'arrêt du tabac et les raisons des reprises
- Connaître et savoir utiliser les moyens, les outils d'aide à la prise de conscience, ou changement de comportement
- Savoir mener un entretien individuel de sevrage tabagique
- Aider à la mise en place d'animation de groupe

CONTENU :

JOURNEE 1 : LA RELATION FUMEUR-TABAC

- Les différents processus d'apprentissage de la cigarette
- Les mécanismes de la dépendance tabagique : dépendance physique et dépendances comportementale et psychologique
- La démarche vers l'arrêt du tabac, les différentes étapes de la réussite

JOURNEE 2 : LA RELATION D'AIDE AU CHANGEMENT DE COMPORTEMENT

- Analyse des blocages en communication (mises en situation pratique)
- Analyse d'entretien, jeux de rôles
- Messages, outils ...

JOURNEE 3 : L'ACCOMPAGNEMENT DU FUMEUR VERS L'ARRÊT

- Les méthodes médicamenteuses et non médicamenteuses
- Tabac et diététique
- L'e-cigarette
- Les entretiens individuels d'aide à l'arrêt : périodicité, contenu, suivi ...

- La mise en place d'une animation de groupe (séances de sensibilisation, stands, sevrage en groupe ...)

INTERVENANT

Médecin spécialisé en addictologie

METHODES PEDAGOGIQUES

- Méthode participative et interactive
- Utilisation d'outils visuels, audio-visuels
- Evaluation