

Moi(s) sans tabac 2023 - Relevez le défi, on vous soutient !

Le Lycée des Métiers d'Art de COARRAZE a décidé de prendre part à cette campagne.



Le Moi(s) sans tabac, c'est quoi ?

Le Moi(s) sans tabac est un défi collectif lancé sur la France entière en novembre pour aider les fumeurs qui le souhaitent à arrêter la cigarette pendant 30 jours consécutifs : un bon tremplin vers un arrêt définitif !

Tout le monde peut participer, c'est gratuit ! Il y a les challengers : ceux qui participent au défi car ils veulent arrêter de fumer, mais aussi les supporters : ceux qui soutiennent ceux qui veulent arrêter : famille, amis, entourage, collègues...

Pour inciter les fumeurs à participer, un stand est tenu au lycée tout le mois de novembre au milieu du hall. Des kits d'aide à l'arrêt du tabagisme ont été distribués aux fumeurs à la récréation de 10h00. Plusieurs lycéens se sont intéressés à l'action et vont essayer de ne pas fumer au mois de novembre.

Madame ESQUERRE l'infirmière du lycée peut vous aider. Venez évaluer votre Consommation de tabac à l'infirmerie avec le jeu « TIRE TA CLOPE » De plus des ateliers collectifs d'aide à l'arrêt ou à la diminution du tabac sont proposés aux élèves volontaires, ces ateliers sont animés par MEIER Cathy sage-femme tabacologue.