



PROGRAMME DE SENSIBILISATION
TABAC

Article L. 4121-1 du Code du travail : l'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs.

OBJECTIFS

- » Sensibiliser les salariés au bénéfice de l'arrêt du tabac.
- » Faire un point sur leur consommation et sur leur dépendance.
- » Informer sur les méthodes de sevrage.

ORGANISATION

- » Durée : 2 h.
- » Animation interactive avec PowerPoint.
- » Nombre de participants : 6 minimum/ 12 maximum.
- » En présentiel ou en visioconférence via Zoom.

PROGRAMME

- » Nicotine et dépendance.
 - » Bénéfice de l'arrêt du tabac.
 - » Substituts nicotiniques.
 - » Autres traitements.
 - » Cigarette électronique.
 - » Test de Fagerstrom/Test de Horn.
 - » Test de monoxyde de carbone (pour cela, il serait préférable pour une meilleure efficacité de ne pas fumer une heure avant).
 - » Mise en relation avec différents relais de sevrage.
- » Un temps d'échanges et questions-réponses.

RESTITUTION

- » **Salariés** : divers documents (plaquettes, dépliants, fiches, livrets...).
 - » « J'arrête de fumer ».
 - » Liste des centres de sevrage.
 - » Résultat du questionnaire de dépendance.
- » **Employeur** :
 - » Feuille d'émargement.
 - » Synthèse de la sensibilisation.
 - » Résultat des questionnaires de satisfaction.

