



LOIRE-ATLANTIQUE



Groupe d'aide

à l'arrêt du tabac

Tous les mercredis, de 18h30 à 20h
En visioconférence

Renseignements

02 40 14 00 14

prevention.cd44@ligue-cancer.net

Gratuit - Sur inscription

Groupe d'aide à l'arrêt du tabac

Le principe



La Ligue contre le cancer anime un **groupe d'entraide** pour accompagner les fumeurs qui souhaitent diminuer ou arrêter leur tabagisme. Cette démarche est complémentaire aux méthodes classiques d'aide à l'arrêt du tabac.

Le groupe est **modéré par deux ex-fumeurs**, bénévoles de la Ligue contre le cancer. Les participants peuvent échanger sur leur expérience commune et bénéficier d'un **soutien mutuel** pendant trois mois.

Des professionnels - **tabacologue**, sophrologue, diététicienne, socio-esthéticienne - interviennent lors de certaines séances.

Inscrivez-vous



Une séance par semaine, en **visioconférence**, le **mercredi, de 18h30 à 20h**.

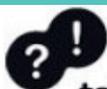
Accompagnement durant **un trimestre**.

Gratuit - Sur inscription

Une fois inscrit, vous recevrez un lien de connexion, utilisable sur ordinateur, tablette ou smartphone.

Il n'est pas indispensable de télécharger l'application en amont pour participer.

Ne pas jeter sur la voie publique



tabac-info-service.fr
Quand on sait, c'est plus facile d'arrêter

3989

Service gratuit
+ prix appel