

L'Indépendant, 15/11/23

Pyrénées-Orientales : le village "Mois sans tabac" débarque à Ur



Ce vendredi, des structures de santé du territoire seront présentes dans la galerie marchande de Carrefour pour le Mois sans tabac. - Frédérique Berlic

Une quinzaine de structures de santé du territoire sera présente dans la galerie marchande de Carrefour à Ur ce vendredi. Ce sera l'occasion de parler de votre dépendance ou de celle d'un proche au tabac, tout en participant à des animations ludiques, des ateliers de prévention et des stands d'informations.

En 2022, en France métropolitaine, plus de trois personnes de 18-75 ans sur dix déclarent fumer (31,8%) et un quart fumer quotidiennement (24,5 %). Près de six fumeurs quotidiens sur dix souhaitent arrêter de fumer. De nos jours, nous connaissons tous les effets néfastes du tabac sur notre santé. *"Mois sans tabac est l'occasion de relever ce défi collectivement grâce au soutien des différents acteurs tels les professionnels de santé, les partenaires mais également les proches qui accompagnent les participants à rester motivés dans leur arrêt du tabac"*, explique Fanny Rouquette, coordinatrice Contrat Local de Santé Montagnes Catalanes. En effet, un mois sans tabac multiplie par cinq les chances d'arrêter de fumer définitivement. Cette campagne organisée nationalement et régionalement par Santé Publique France, l'ARS Occitanie, ICM Institut du Cancer de Montpellier et l'IREPS Occitanie (pour sa 8^e édition) est une nouvelle occasion de relever le défi ensemble de réduire ou stopper sa consommation de tabac. *"Le village Mois sans tabac a sillonné la région depuis*

un mois avec une dizaine de dates et se clôture ce vendredi dans nos montagnes. N'attendez plus pour prendre soin de vous et être accompagnés par des acteurs de santé locaux".

Les partenaires locaux du village Mois sans tabac

Clinique du Souffle La Solane. Clinique Val Pyrène. Pôle Sanitaire Cerdan / Hôpital de proximité. Maison sport santé ALEFPA. MSP Capcir Haut-Conflent. Association Chemin Faisant. Addictions France. MSP Haute-Cerdagne. Lorine Le Scolan, psychologue libérale. SOLIHA 66. Soleil Cerdan. APRRES Cerdagne / Réseau Occitan'Air. Contrat Local de Santé Montagnes Catalanes

Vendredi 17 novembre de 11 h à 15 h dans la galerie marchande de Carrefour. Deux ateliers "Bien-être" animés par des professionnels de santé. Yoga Nidra à 11 h 30 et relaxation à 14 h. Accès libre et gratuit. Ouvert à tous. Plus d'informations auprès de Fanny Rouquette coordinatrice Contrat Local de Santé Montagnes Catalanes : cls.montagnescatalanes@pyrenees-cerdagne.com : Tél. : 06 71 21 10 80.