



Stands et animations Mois sans tabac

Centre d'examen de Santé de l'Assurance Maladie 82

(présent au lycée l'après-midi)

Le Centre d'Examens de santé propose des consultations de prévention en santé vers tout public du régime général à partir de 16 ans. Une attention particulière est portée auprès des publics jeunes de 16 à 25 ans lors des rendez-vous au Centre d'Examens de Santé de la CPAM avec un contenu adapté à leurs situations.

- **Exemple de stand :**

« Et si je faisais le point sur ma santé ? »

À l'occasion du village Mois sans tabac, le Centre d'Examens de Santé proposera des rendez-vous pour des examens de prévention en santé dans ses locaux et assurera la diffusion de flyers. L'infirmière animera également des ateliers interactifs (quiz, imagerie, échanges) autour de la thématique du tabac.



Le contenu de l'examen de prévention en santé pour les 16-25 ans à 3 priorités :

- Les conduites addictives : repérer la consommation d'alcool, de tabac, de cannabis et l'accompagner d'une intervention brève ou d'un entretien individuel.
- Le bien-être psychologique : repérer des troubles anxieux, une dépression.
- La vie affective et sexuelle : repérer l'usage des moyens de contraception, informer sur les moyens de contraception et dépister les IST.

L'examen comprend également : le respect du calendrier vaccinal, des examens paracliniques (niveau d'exposition sonore, acuité visuelle...), le repérage d'un surpoids/obésité, le dépistage d'une éventuelle maladie chronique et de pathologies bucco-dentaires. Le bilan est gratuit et la prise de rdv se fait sur Doctolib (autorisation parentale signée si mineur). Lieu : Centre d'Examens de Santé de la CPAM - 592 Bd Blaise Doumerc – 82000 Montauban.

Consultation de tabacologie

(présent au lycée l'après-midi)

Les consultations de tabacologie ont pour but via une prise en charge individuelle, d'accueillir, écouter et informer les personnes dépendantes du tabac.

Nous utilisons des outils motivationnels, relationnels et fixons des objectifs atteignables en vue d'une diminution ou arrêt du tabac et ou cannabis.

Nous évaluons et travaillons les facteurs de diminution ; les situations à risques.

L'accompagnement permet de décortiquer les situations, les pensées associées, les émotions et comportements du fumeur.

Il est important que le sujet s'engage sur un minimum de 3 séances pour atteindre un objectif.

Association Addictions France 82

Association Addictions France ; CSAPA (centre de soin, d'accompagnement et de prévention en addictologie) composé d'une équipe pluridisciplinaire (infirmier, éducateur spécialisé, CESF, psychologue, médecin, chargée d'accueil et d'orientation) qui accompagne de manière individuelle les personnes dans le cadre des conduites addictives et/ou réduction des risques et des dommages (addictions avec et sans substances). CSAPA également composé d'un volet prévention avec 2 chargé(e)s de prévention qui interviennent sur le territoire dans le cadre d'actions de sensibilisation autour des conduites addictives et comportements à risque à destination des jeunes, adultes, personnes en situation de handicap, justice, festif.



- **Proposition de stand :**

« **Challenge sans tabac, prêt(e) à relever le défi ?** »

Stand destiné au partage d'informations, réduction des risques, espace d'échanges et espace confidentiel au besoin. Outils dans le cadre de la consommation de tabac/puff/cannabis ; Co testeur, quiz, produits toxiques d'une cigarette, tire ta clope. + flyers & docs, goodies mis à disposition. 2 professionnels présents : 1 personne du soin et 1 personne de la prévention.

Bouger pour s'en sortir

Bouger pour s'en sortir, c'est plus qu'un nom : c'est une méthode, une conviction, un engagement.

Depuis 2009, nous agissons dans le Tarn-et-Garonne pour remettre en mouvement des personnes fragilisées, souvent éloignées de la santé, de l'emploi ou du lien social.

Notre spécialité : l'Activité Physique Adaptée, au service du bien-être, de la confiance et de la reconstruction.

Certifiés Maison Sport-Santé, nous proposons une approche basée sur la bienveillance, l'écoute et un accompagnement individualisé.

Notre équipe est composée de professionnels passionnés, en lien avec les institutions locales, les structures médico-sociales, les clubs, les associations et les entreprises.

À chaque action, notre ambition est de faire du corps en mouvement un moteur d'inclusion, avec un sport adapté, accessible et partagé, capable de transformer les trajectoires de vie.

- **Proposition de stand :**

« **En mouvement vers la santé !** »

Pour cet événement, nous prévoyons :

- Un parcours moteur ludique (slalom, obstacles, etc.)
- Un atelier tir à l'arc ventouse
- Une roue de questions sur la thématique du tabac



Proxi'Santé 82

Proxi'Santé82 est un dispositif expérimental et innovant, né des enseignements du projet MLAC (Médiateurs de Lutte Anti-COVID) porté par l'APAS 82 en 2021. Il vise à déployer des actions itinérantes de médiation en santé et de prévention primaire, au plus près des publics.

L'équipe intervient prioritairement auprès des personnes en situation de précarité, de handicap, et des jeunes, tout en s'adressant également au grand public à travers des actions collectives. Ces interventions, adaptées aux besoins identifiés localement, prennent la forme de stands d'information, permanences d'accès aux droits et aux soins, ou encore d'ateliers de prévention.



Les thématiques abordées relèvent de la santé globale (bien-être, environnement, alimentation, etc.).

Les objectifs sont :

- Identifier les besoins en santé et les territoires vulnérables ;
- Réduire les inégalités sociales de santé ;
- Améliorer l'accès à la prévention et aux soins ;
- Proposer des réponses globales, ciblées et adaptées à la population du Tarn-et-Garonne.
- Déployer des actions de médiation et de prévention en santé auprès des publics prioritaires

• Proposition de stand :

« Stand de prévention Proxi'Santé82 ludique et animé »

Intervention sous forme de stand ludique et interactif, reposant sur des outils facilitant les échanges et la discussion autour des pratiques de consommation. Cette action s'inscrit dans une démarche de réduction des risques, avec plusieurs objectifs : Accompagner la réduction du tabac et favoriser l'arrêt, au travers d'échanges et en orientant les personnes vers les professionnels ou structures partenaires présents sur les autres stands ou identifiés localement. L'action comprendra également un volet « aller-vers », afin d'aller directement à la rencontre du public cible sur le lieu de l'événement. L'objectif est de faciliter le lien avec les professionnels et partenaires présents, et d'engager le dialogue autour du tabac, des motivations d'arrêt, des freins rencontrés et des solutions existantes pour un accompagnement adapté.

Epidaure (ICM)

Epidaure, département prévention de l'Institut du Cancer de Montpellier (ICM) met en place des programmes pour la prévention des cancers sur différentes thématiques : le tabac, l'alcool, l'alimentation, l'activité physique et le soleil. Ces différents programmes s'appuient sur des modèles théoriques éprouvés en psychologie de la santé.

• Proposition de stand :

Stand animée avec la mallette d'outils Mois sans tabac Occitanie. Plusieurs ateliers ludiques y sont proposés, allant de "Classe ta clope" à la planification de l'arrêt ou à la perception des risques. Nous disposons également des kits d'aide à l'arrêt de Tabac info service et d'affiches pour informer sur l'environnement et sur les types de consommation alternatifs à la cigarette.

