

Ateliers-Conseils (petits groupes)

Orientés aide à l'arrêt pour tous les degrés de motivation
Aussi pour les personnes qui ne fument pas

Tests de monoxyde de carbone
Information sur le tabagisme actif et passif
Information sur les méthodes pour arrêter de fumer
Documentation et conseils personnalisés
Mode participatif

Durée (en général) 1 heure 30

Lieu : dans l'entreprise mandante par heure CHF 200.--

Consultations de tabacologie

Coaching personnalisé qui soutient le « futur ex-fumeur »
dans sa progression vers une vie sans fumer.

Entretiens individuels, sur rendez-vous

Lieu : au Centre VSF 1ère séance CHF 40.--
les suivantes CHF 25.--

Sur demande les consultations peuvent avoir lieu
au sein de l'entreprise mandante

par consultation CHF 80.--

Séances de groupe pour arrêter de fumer

Travail sur la motivation et l'ambivalence
Mise en évidence des ressources personnelles
Mise en évidence des freins
Elaboration de stratégies de remplacement
Renforcement de la confiance

Durée (en général) 1 heure 30:

Lieu : dans l'entreprise mandante par heure CHF 200.--

Frais de déplacement

Depuis le Centre Vivre sans fumer par km CHF 1.10