

TABAC ET PRECARITE


Intervenir
dans les Centres
d'Hébergement

▪ **Table des ressources** ▪

Que dit la loi quant à la consommation de cigarettes dans les centres d'hébergement ?

► **Article R3512-4 du code de la Santé Publique.** JORF n°0189 du 14 août 2016.
https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000033047104

► **Circulaire du 12 décembre 2006 relative à la lutte contre le tabagisme dans les établissements sociaux et médico-sociaux assurant l'accueil et l'hébergement mentionnés aux 6, 7, 8 et 9 du I de l'article L. 312-1 du code de l'action sociale et des familles.** JORF n°16 du 19 janvier 2007.
<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000000822062>



INTRODUIRE
UNE RÉFLEXION
SUR LE TABAGISME
AU SEIN DE
L'ÉTABLISSEMENT

RENCONTRER LES PARTENAIRES POTENTIELS

LES ACTEURS SPÉCIALISÉS EN ADDICTOLOGIE

- ▶ **DROGUES-INFO-SERVICE.FR.** Recherche professionnelle multicritères.
<https://www.drogues-info-service.fr/Recherche-professionnelle-multicriteres>
- ▶ **TABAC INFO SERVICE.** Trouver un tabacologue.
<https://www.tabac-info-service.fr/je-trouve-un-tabacologue>
- ▶ **RESPADD.** Annuaire des adhérents.
<https://www.respadd.org/annuaire-des-adherents/>

LES PROFESSIONNELS DE PREMIER RECOURS

- ▶ **SANTE PUBLIQUE FRANCE.** Consultation de tabacologie
<https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabac/documents/outils-d-intervention/consultation-de-tabacologie-2018>
- ▶ **RESPADD.** Dossier de consultation de tabacologie simplifié
<https://www.respadd.org/wp-content/uploads/2020/06/Consult.-tabaco.-06-2020-interactif-02.pdf>

CONCRÉTISER ET FAIRE ÉVOLUER LE PARTENARIAT

Pour aller plus loin sur le travail commun avec le secteur spécialisé en addictologie

- ▶ **FEDERATION DES ACTEURS DE LA SOLIDARITE, FEDERATION ADDICTION.** Addictions et lutte contre les exclusions : travailler ensemble. 2015.
https://www.federationaddiction.fr/app/uploads/2015/12/guide_travaillerensemble.pdf

Comment accompagner les polyconsommations ?

- ▶ **DIHAL.** L'accompagnement de personnes présentant des problématiques d'addiction ou des troubles de santé mentale dans le cadre de la pandémie covid-19. Avril 2020.
<https://www.federationaddiction.fr/recommandations-dihal-addictions-sante-mentale-rdr-structures-hebergement/>
- ▶ **FEDERATION ADDICTION.** Accompagner les consommations. 2017.
<https://www.federationaddiction.fr/accompagner-les-consommations-a-moindre-risque-parution-du-8-pages/>
- ▶ **MMPCR, ADDICTIONS France.** Réduction des Risques Alcool en Centre d'Hébergement : partage d'expériences et de ressources. 2020.
<https://mmpcr.fr/reduction-des-risques-alcool-en-centre-dhebergement/>
- ▶ **FEDERATION ADDICTION.** Vidéos d'appui – Alcool et Centre hébergement : En pratique.
<https://www.federationaddiction.fr/videos-alcool-centre-hebergement/>



TRAVAILLER AVEC LES PROFESSIONNEL·LE·S DE SANTÉ

OUVRIR LE DIALOGUE POUR CO-CONSTRUIRE LE PROJET INDIVIDUEL :

- ▶ **SANTE PUBLIQUE France.** Comment arrêter de fumer ?
<https://pro.tabac-info-service.fr/ABCedaire>

POUR ÉVALUER LE NIVEAU DE DÉPENDANCE PHYSIQUE

- ▶ **Le questionnaire de Fagerström :**
 - En ligne : **TABAC INFO SERVICE.** Je fais le point sur ma dépendance physique.
<https://www.tabac-info-service.fr/je-fais-le-point-sur-ma-dependance-physique>
 - À imprimer : **HAS.** Test de *Fagerström* simplifié en deux questions.
https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2014-11/outil_tests_fagerstrom.pdf
- ▶ **RESPADD.** Test de dépendance à la cigarette.
<https://www.respadd.org/produits/test-de-dependance-a-la-cigarette/>

POUR INVESTIGUER LE RÔLE DE LA CIGARETTE AU QUOTIDIEN

- ▶ **TABAC INFO SERVICE.** Évaluation des situations liées au tabagisme : Test de Horn.
https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2014-01/annexe_test_de_horn.pdf
- ▶ **CRIPS ILE-DE-FRANCE.** Tire ta clope.
<https://www.lecrips-idf.net/jeu-prevention-tabac>

Renforcer son approche avec l'entretien motivationnel

- ▶ **AFDEM.** Formations en Entretien Motivationnel.
<https://afdem.org/formations/>
- ▶ **FEDERATION ADDICTION.** Les formations nationales.
<https://www.federationaddiction.fr/les-formations-nationales/>



ENGAGER
UN DIALOGUE
ET CO-CONSTRUIRE
L'ACCOMPAGNEMENT

Laisser de la documentation en libre-service :

- ▶ **TABAC INFO SERVICE.** ABCédaire des outils.
<https://pro.tabac-info-service.fr/ABCedaire>
- ▶ **SANTE PUBLIQUE FRANCE.** Arrêter de fumer : pour comprendre.
<https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabac/documents/brochure/arre-ter-de-fumer-pour-comprendre>
- ▶ **SANTE BD.ORG.** Le tabac et ma santé.
<https://santebd.org/les-fiches-santebd/cancer/ma-sante-et-le-tabac>
- ▶ **RESPADD.** Accompagner l'arrêt du tabac avec succès.
<https://www.respadd.org/produits/accompagner-larret-du-tabac-avec-succes/>
- ▶ **LA LIGUE CONTRE LE CANCER.** Autopsie d'un meurtrier.
<http://www.lefleavecludovic.fr/wp-content/uploads/autopsie-d-un-meurtrier-affiche.pdf>
- ▶ **FONDATION ARC.** Affiche tabac et cancer.
<https://www.fondation-arc.org/support-information/affiche-tabac-et-cancer>

Proposer aux personnes de réaliser une session d'information :

- ▶ **RESPADD.** Environnement sans tabac.
<https://www.respadd.org/produits/environnement-sans-tabac/>
- ▶ **SANTE PUBLIQUE FRANCE.** J'arrête de fumer, série « Pour comprendre ».
https://www.youtube.com/watch?v=v98WtPq67iA&list=PLI00syIAMv7S0ADJPAJU5la7Rz7mW_9Ni
- ▶ **INCa.**
<https://www.youtube.com/user/inca/search?app=desktop&query=tabac>
- ▶ **APLEAT-ACEP.** Jeu Info intox.
<https://apleat-acep.com/jeu-info-intox/>
- ▶ **IREPS ET ORS DES PAYS DE LA LOIRE.** Le vrai faux paquet de tabac. 16 fiches pour en savoir plus sur les pratiques des nico-trafiquants.
https://ireps-ors-paysdelaloire.centredoc.fr/index.php?lvl=notice_display&id=14464#.X-IRYdh-Kg2w
- ▶ **KAHOOT.**
<https://kahoot.com/>

Le Mois sans tabac

- ▶ **FEDERATION ADDICTION.** Toutes les informations pour mettre en œuvre le Mois sans tabac.
<https://www.federationaddiction.fr/infos-mois-sans-tabac/>
- ▶ **TABAC INFO SERVICE.**
<https://partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr/>



**APPORTER
DES RÉPONSES
ET VALORISER
LES OUTILS
PROBANTS**

FACILITER L'ACCÈS À DES OUTILS EFFICACES EN LIEN AVEC LES PROFESSIONNEL·LE·S SPÉCIALISÉ·E·S

► **TABAC INFO SERVICE.**

- Bienvenue dans une vie sans tabac.
<https://www.tabac-info-service.fr/>

- 3989.

- <https://www.tabac-info-service.fr/je-me-fais-accompagner/le-39-89>

- Je télécharge l'appli.

- <https://www.tabac-info-service.fr/je-me-fais-accompagner/je-telecharge-l-appli>

► **MOIS SANS TABAC.**

- <https://mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr/>

Renforcer ses compétences avec la maîtrise des bases en tabacologie

Ressources supports :

- **RESPADD.** Premiers gestes en tabacologie.

- <https://www.respadd.org/blog/2018/04/24/premier-geste-en-tabacologie/>

- **SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE TABACOLOGIE.** Tabac : arrêtez comme vous voulez.

- <https://sft.tree-learning.fr/catalog/offers/1>

- **INTERVENIR-ADDICTIONS.FR.**

- Intervenir-Addictions.fr

Formations en présentiel :

- **RESPADD.** Formations du Respadd.

- <https://www.respadd.org/formations-du-respadd/>

- **FÉDÉRATION ADDICTION.** Les formations nationales.

- <https://www.federationaddiction.fr/les-formationen-nationales/>

- **FÉDÉRATION ADDICTION.** Toutes les informations pour mettre en œuvre le Mois sans tabac.

- <https://www.federationaddiction.fr/infos-mois-sans-tabac/>

LES THÉRAPIES COGNITIVO-COMPORTEMENTALES

- **AFTCC.** Se former à l'AFTCC.

- <https://formation.aftcc.org/formations>

- **AFTCC.** Carte des membres.

- https://www.aftcc.org/carte_membres

LA VAPE

- **LA VAPE DU CŒUR.**

- <https://lavapeducoeur.fr/>

Que dit la loi quant à l'utilisation de la vape dans les centres d'hébergement ?

- **Article L3513-6 du Code de la Santé publique.** JORF n°0099 du 27 avril 2017.

- https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000032549222/



ACCOMPAGNER LE CHANGEMENT

Pour aller plus loin sur la connaissance de la vape

- ▶ **TABAC INFO SERVICE.** Je choisis la vapoteuse.
<https://www.tabac-info-service.fr/j-arrete-de-fumer/je-choisis-la-vapoteuse>
- ▶ **RESPADD.** La Vape : ce qu'il faut savoir.
<https://www.respadd.org/blog/2020/05/20/affiche-la-vape-ce-quil-faut-savoir/>
- ▶ **IREPS NORMANDIE, UNION REGIONALE NORMANDE DE LA FEDERATION ADDICTION.** Guide pour sortir de la fumée. 2021.
<https://www.federationaddiction.fr/vers-la-vape-un-guide-normand-pour-sortir-de-la-fumee/>
- ▶ **LA VAPE DU CŒUR.** Documentation.
<https://lavapeducoeur.fr/documentation/>
- ▶ **FEDERATION ADDICTION.** Intérêts de la VAPE dans l'accompagnement par les professionnels en addictologie.
<https://portail.federationaddiction.fr/event/interets-de-la-vape-dans-laccompagnement-par-les-professionnels-en-addictologie-2021-03-10-2021-03-12-27/register>

PRÉVENIR ET AIDER À SURMONTER LES ÉVENTUELLES DIFFICULTÉS

PRÉVENIR UNE ÉVENTUELLE PRISE DE POIDS

- ▶ **MINISTERE CHARGE DES SPORTS.** Découvrez les Maisons Sport-Santé les plus proches de chez vous.
<https://www.sports.gouv.fr/pratiques-sportives/sport-sante-bien-etre/maisons-sport-sante/maisons-sport-sante-carte>

Les professionnel·le·s de la nutrition

- ▶ **TABAC INFO SERVICES.** 3989.
<https://www.tabac-info-service.fr/je-me-fais-accompagner/le-39-89>

FAVORISER LA BONNE GESTION DU STRESS

- ▶ **TABAC INFO SERVICE.** Questions/réponses : respiration.
https://www.tabac-info-service.fr/questions-reponses/04_questions-mises-en-ligne/respiration75
- ▶ **MOIS SANS TABAC ILE-DE-FRANCE.** Arrêt du tabac et gestion du stress. 2020.
<https://www.youtube.com/watch?v=nQAcnkxbxCU>
- ▶ **LES THERMES D'ALLEVARD.** Respirelax+.
<https://www.thermes-allevard.com/content/respirelax-0>

Développer des approches complémentaires concernant le stress et le bien-être général

- ▶ **SOCIETE FRANÇAISE DE SOPHROLOGIE.** Liste des sophrologues.
<https://www.sophrologie-francaise.com/index.php/annuaire/annuaire>
- ▶ **CODES.** L'association : notre réseau régional et international.
<https://www.socio-esthetique.fr/reseau.php>
- ▶ **FONDATION L'OREAL.** Le programme, nos convictions.
<https://www.fondationloreal.com/fr/nos-programmes/le-programme-nos-convictions>
- ▶ **FONDATION CHANEL.**
<https://www.fondationchanel.org/fr/>



ACCOMPAGNER LE CHANGEMENT

AIDER À GÉRER L'ENNUI :

Quelques exemples d'activités

- ▶ **UFOLEP.** <https://www.ufolep.org/>
- ▶ **TOT OU T'ART.** <http://totoutart.org/>
- ▶ **CULTURES DU CŒUR.** <https://www.culturesducoeur.org/>
- ▶ **LES PETITS DEBROUILLARDS.** <http://www.lespetitsdebrouillards.org/>
- ▶ **VACAF.** <https://www.vacaf.org/>

MOBILISER LE SOUTIEN DES PAIRS

- ▶ **FACEBOOK.** Je ne fume plus ! #JNFP.
<https://www.facebook.com/groups/jenefumeplus>
- ▶ **FACEBOOK.** Les groupes par région dans le cadre du Mois sans tabac.
<https://www.facebook.com/search/groups/?q=mois%20sans%20tabac>
- ▶ **INFO-VAPE.** Bienvenue sur Info vape.
<https://www.info-vape.fr/>
- ▶ **PSYCHOACTIF.** Tabac et cigarette électronique.
<https://www.psychoactif.org/forum/f48-p1-Tabac-cigarette-electronique.html>

Pour aller plus loin sur la mobilisation des pairs

- ▶ **FEDERATION DES ACTEURS DE LA SOLIDARITE, DIHAL.** Développer le travail pair dans le champ de la veille sociale, de l'hébergement et du logement.
<https://www.federationsolidarite.org/wp-content/uploads/2020/06/Guide-Travail-Pair.pdf>
- ▶ **FEDERATION ADDICTION.** Participation des usagers : de l'implication à la coopération. 2020.
<https://www.federationaddiction.fr/parution-du-guide-participation-des-usagers-de-limplication-a-la-cooperation/>

Que faire pour éviter le découragement ?

- ▶ **TABAC INFO SERVICE.** Je télécharge l'appli.
<https://www.tabac-info-service.fr/je-me-fais-accompagner/je-telecharge-l-appli>
- ▶ **QUITNOW.** <https://quitnowapp.com/fr#QuitNow>
- ▶ **SMOKE FREE.** <https://smokefreeapp.com/>



ACCOMPAGNER
LE CHANGEMENT

FICHE 3 : ATELIER BUDGET

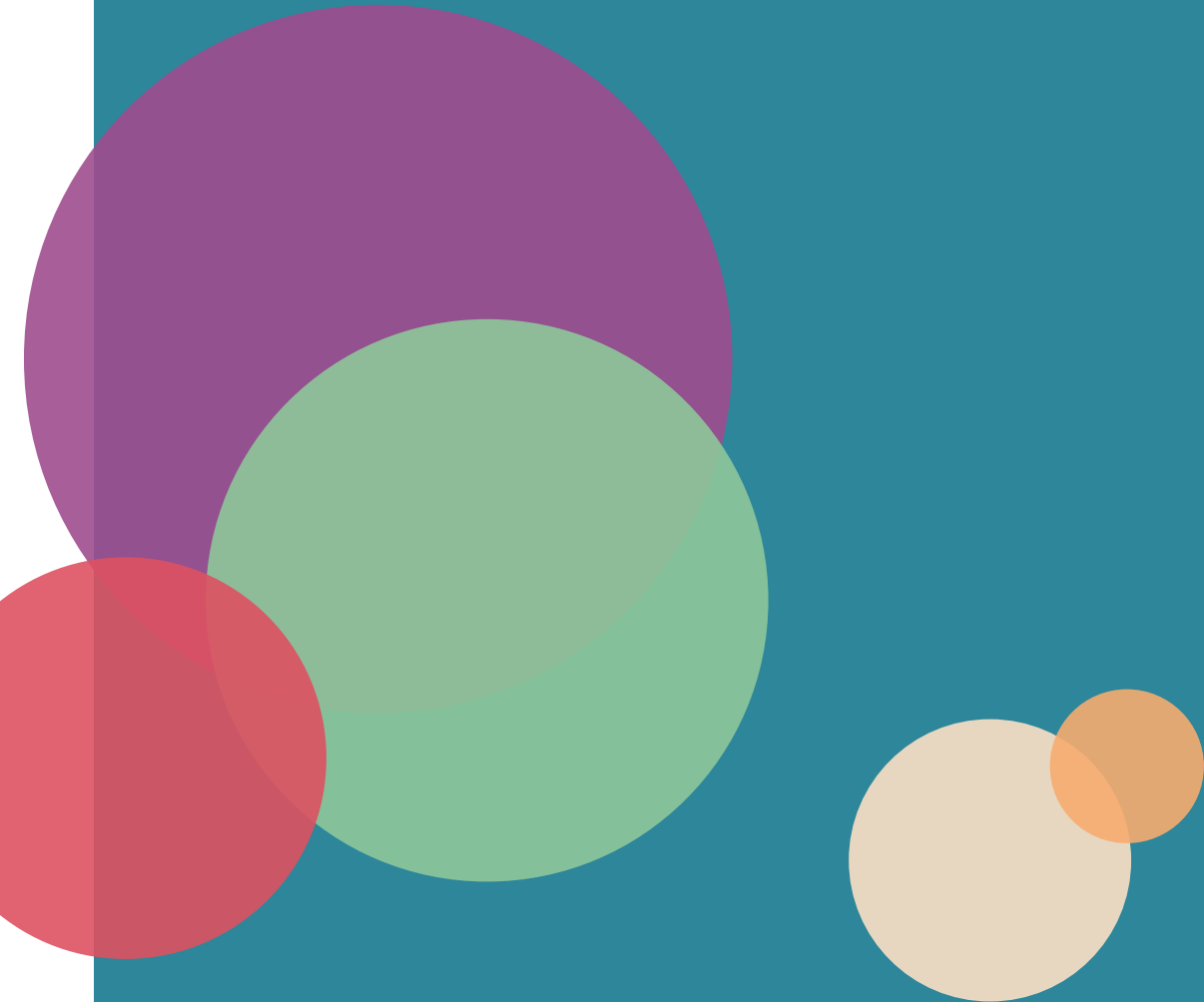
- ▶ **TABAC INFO SERVICE.** Je télécharge l'appli.
<https://www.tabac-info-service.fr/je-me-fais-accompagner/je-telecharge-l-appli>
- ▶ **LA VAPE DU CŒUR.** Calculateur d'économies vape vs tabac.
https://ecovape.fr/calcul_eco/la-vape-du-coeur/

FICHE 4 : ATELIER ALIMENTATION

- ▶ **MOIS SANS TABAC ILE-DE-FRANCE.** Arrêt du tabac et prise de poids. 2020.
<https://www.youtube.com/watch?v=CAS4LgQKOSQ>
- ▶ **MANGERBOUGER.** Guides et documents.
<https://www.mangerbouger.fr/PNNS/Guides-et-documents>
- ▶ **YUKA.** <https://yuka.io/>



ANNEXES



Fédération
des acteurs de
la solidarité

76 rue du Faubourg Saint Denis - 75010 Paris
Tél. : +33 (0)1 48 01 82 00
www.federationsolidarite.org

FÉDÉRATION
ADDITION
Prévenir | Réduire les risques | Soigner

104 rue Oberkampf - 75011 Paris
Tél. : +33 (0)1 43 43 72 38
Fax : +33 (0)1 43 66 28 38
www.federationaddiction.fr