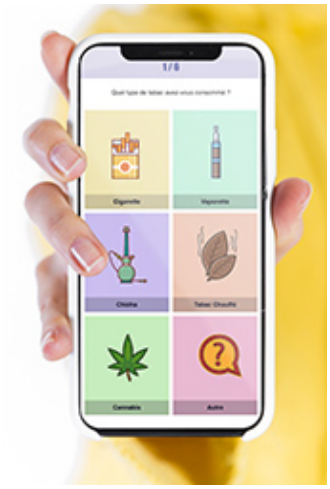
Prévention du tabagisme : Jura et Neuchâtel innovent

A l'occasion de la Journée mondiale sans tabac du 31 mai, le CIPRET Jura et Vivre sans fumer (NE) ont uni leurs forces pour lancer un projet innovant dans la prévention du tabagisme et l'aide à la désaccoutumance.



Le nouvel outil numérique et gratuit consiste en un «journal du fumeur» qui permet de documenter chacune de ses consommations (cigarette, vapoteuse, chicha, etc.) de manière ludique et facile sur son smartphone ou son ordinateur. Une synthèse de sa propre consommation est ensuite fournie.

Cette application est destinée à toute personne qui fume et qui souhaite avoir un aperçu de sa consommation, sans but d'arrêt. Elle est aussi destinée à toute personne qui souhaite entrer dans une démarche d'arrêt et à tout professionnel de la santé qui souhaite orienter ses patients. ?

Les deux centres de compétences jurassien et neuchâtelois offrent également un « coaching stop-tabac » avec des entretiens de soutien personnalisés.

Journaldufumeur.ch