



Communiqué

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

Lancement de la Semaine québécoise
pour un avenir sans tabac 2012

POUR CESSER DE FUMER : TROIS SERVICES DE CESSATION SONT OFFERTS AUX LAVALLOIS

Laval, le 18 janvier 2012 – Cette année, dans le cadre de la *Semaine québécoise pour un avenir sans tabac*, les fumeurs lavallois sont invités à contacter un professionnel spécialisé en cessation tabagique du Centre d'abandon du tabagisme de Laval afin d'échanger sur leur motivation à cesser de fumer, les thérapies de remplacement de la nicotine (gomme, pastilles et timbres) et les services en cessation disponibles à Laval.

Les fumeurs lavallois désirant se libérer du tabac sont invités à profiter de cette *Semaine*, qui se tiendra du 16 au 20 janvier, pour poser un geste concret et passer à l'action en contactant le 450 627-2530, poste 34874.

J'Arrête... et c'est gratuit!

La Direction de santé publique (DSP) de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval et le Centre de santé et de services sociaux de Laval offrent également différentes formes de soutien dans la région.

▪ **Le Centre d'abandon du tabagisme (CAT) de Laval**

Le CAT de Laval offre GRATUITEMENT des rencontres de groupe ou individuelles visant à développer les habiletés nécessaires pour cesser de fumer et maintenir cet acquis. Ces rencontres sont offertes de jour et de soir par une équipe spécialisée en cessation tabagique. Il est possible de prendre rendez-vous rapidement en contactant le CLSC le plus près de chez soi :

- CLSC des Mille-Îles : 450 661-5371
- CLSC du Ruisseau-Papineau : 450 687-5690
- CLSC de Sainte-Rose : 450 963-6260
- CLSC du Marigot : 450 668-1803

Pour un soutien téléphonique ou obtenir de l'information sur les services de cessation à Laval, les Lavallois peuvent aussi contacter la ligne J'ARRÊTE au 1 866 527-7383.

▪ **Les thérapies de remplacement de la nicotine (TRN)**

Depuis juillet 2010, les fumeurs lavallois de 18 ans et plus peuvent obtenir dans les pharmacies de la région une thérapie de remplacement de la nicotine (timbres, gomme ou pastilles) sans prescription médicale et remboursable selon son plan d'assurance.

L'implantation d'une ordonnance collective, signée par la directrice de santé publique de Laval, D^{re} Nicole Damestoy, permet aux pharmaciens de dispenser ces TRN.

Les Lavallois peuvent obtenir une consultation GRATUITE avec leur pharmacien pour recevoir cette ordonnance ainsi qu'une référence au centre d'abandon du tabagisme de Laval.

- **Site Internet 0●5●30**

En plus d'y trouver une foule d'informations sur les ressources d'aide gratuites en cessation tabagique et des trucs concrets pour cesser de fumer, les Lavallois peuvent s'inscrire GRATUITEMENT au Défi J'arrête, j'y gagne par le biais du www.0530laval.com

Puisqu'à chaque année, plus de la moitié des 1,2 millions de fumeurs québécois souhaite arrêter de fumer à court terme, la DSP de Laval invite les personnes qui désirent se libérer du tabac à mettre à profit la complémentarité des services de cessation qui leurs sont offerts gratuitement. En effet, afin de maximiser leurs chances de réussite, les fumeurs ont tout avantage à utiliser la ligne j'Arrête (1 866 JARRETE), les centres d'abandon du tabagisme ainsi que le site Internet 0●5●30, pris isolément ou de façon combinée.

Où en sommes-nous à Laval

La Direction de santé publique profite du début de la Semaine québécoise pour un avenir sans tabac pour rappeler que malgré une forte diminution du nombre de fumeurs lavallois, encore près de 23 % des personnes âgées de 12 ans et plus affirment être des fumeurs actuels, c'est-à-dire des fumeurs réguliers (63 200 personnes en 2010) ou occasionnels (14 800 personnes en 2010). « Nous avons fait des progrès au cours des dernières années. Depuis 2003, la proportion de fumeurs actuels a connu une diminution de 5 % », souligne le D^{re} Nicole Damestoy, directrice de santé publique de Laval.

- 30 -

Renseignements :

Stéphanie Daigneault
Agente d'information
Direction de santé publique de Laval
450 978-2121, poste 2025

Mathieu Vachon
Chef des communications
Centre de santé et de services sociaux de Laval
450 668-1010, poste 24222