

Agir ensemble pour une vie saine

Nous nous engageons pour une promotion de la santé efficace et professionnelle. Nous nous occupons essentiellement de prévention et de consultation en matière de dépendances et, dans la partie alémanique du canton, d'éducation sexuelle. Les prestations de notre fondation sont offertes sur mandat de la Direction cantonale de la santé publique et de la prévoyance sociale. La certification QuaTheDa nous est attribuée pour notre management de la qualité. Nous sommes proches de vous avec nos 4 centres régionaux à Bienne, Berne, Berthoud, Thoune, et nos 17 antennes de consultation.

Centre Jura bernois-Seeland

18, rue J. Verresius, 2501 Biel/Bienne
Tél. 032 329 33 73, bienne@beges.ch
Antennes de consultation : Ins, Lyss, Moutier, St-Imier, Tavannes

Centre de Berne

Eigerstrasse 80, 3007 Berne
Tél. 031 370 70 70, bern@beges.ch
Antennes de consultation : Belp, Jegenstorf, Laupen, Schwarzenburg

Centre Emmental-Oberaargau

Bahnhofstrasse 90, 3400 Berthoud
Tél. 034 427 70 70, burgdorf@beges.ch
Antennes de consultation : Langenthal, Langnau, Worb

Centre Oberland

Aarestrasse 38 B, 3601 Thoune
Tél. 033 225 44 00, thun@beges.ch
Antennes de consultation : Erlenbach, Frutigen, Interlaken, Meiringen, Zweisimmen

12.10 | Photos : www.dreamstime.com, www.photocase.com | © Santé bernoise, 2010

www.santebernoise.ch

Finito

Consultations pour les personnes désirant arrêter de fumer



**Souhaitez-vous arrêter de fumer ?
Rêvez-vous d'un teint frais, d'une peau de pêche ?
De faire du sport sans être hors d'haleine ?**

Nous vous proposons un entretien d'information suivi de six entretiens au maximum pour atteindre l'arrêt du tabac.

Contenu des entretiens :

- Informations et évaluation de la situation
- Avantages et inconvénients de l'arrêt du tabac
- Motivation et stratégies
- Décision et progrès
- Préparation du stop tabac
- Bilan et perspectives



Saisissez cette chance et optez pour une vie sans fumée !



Consultation en entreprise

Nous offrons des consultations de désaccoutumance au tabac pour les collaborateurs-trices de votre entreprise.

- Informations concernant la désaccoutumance au tabac
- Six séances en groupe
- Offre gratuite
- Début possible en tout temps

Consultation individuelle

Durant l'entretien d'information et l'évaluation de la situation, vous vous décidez pour la diminution ou l'arrêt du tabac

- Six séances
- Entretien individuel pour le maintien de l'arrêt du tabac
- Offre gratuite
- Début possible en tout temps

Groupe stop tabac

- Six séances
- Offre gratuite
- Début : consultez le site www.santebernoise.ch ou renseignez-vous auprès de l'un de nos quatre centres régionaux pour connaître la date du prochain groupe.