

# ATELIER TABAC

**EDUFA**  
**PROGRAMME**

**D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT**  
*atteint d'affections psychiatriques de longue durée  
en Famille d'Accueil Thérapeutique ou en Ambulatoire*



## ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT (ETP)

### ■ C'est quoi ?

- C'est une démarche de soins centrée sur le patient et ses besoins, mise en place par des professionnels de santé.

### ■ Pour qui ?

- L'ETP s'adresse aux personnes souffrant de maladie chronique.

### ■ Dans quel but ?

- L'éducation thérapeutique du patient vise à les aider à acquérir et maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique.

## EDUFA TABAC

### ■ C'est quoi ?

- C'est un programme ETP à la tabacologie.

### ■ Pour qui ?

- Pour les personnes souffrant d'affections psychiatriques longue durée et de dépendance tabagique.

### ■ Dans quel but ?

- Pour aider les patients dans leur dépendance tabagique.
- Amener les patients à réduire ou arrêter leur consommation tabagique par une acquisition : de **connaissances** et de **compétences** sur son tabagisme, sa dépendance et les aides associées.

# ATELIER D'ÉDUCATION À LA TABACOLOGIE

## POUR PATIENTS SCHIZOPHRÈNES

### ■ L'atelier se compose de 7 séances

- Le tabac, c'est quoi ?
- Comment devient-on dépendant au tabac ?
- Le tabac est-il dangereux pour ma santé ?
- Le tabac et la santé mentale.
- Le tabac, pourquoi arrêter ?
- Comment faire face aux envies de fumer ?
- Proposition de méthodes/techniques pour aider à maintenir la réduction ou l'arrêt.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### ■ Le tabac, c'est quoi ?

- Toxicité de la fumée de cigarette (CO),
- Nicotine (dépendance) ≠ produits toxiques (risques somatiques).

### ■ Comment devient-on dépendant au tabac ?

- Le CRAVING,
- Se situer dans sa dépendance,
- Les signes de manques,
- Les 3 dépendances.

### ■ Le tabac est-il dangereux pour ma santé ?

- Maladies, conséquences somatiques du tabagisme,
- Le tabagisme passif.

### ■ Tabac et la santé mentale

- Traitements et tabac,
- Tabac et symptômes,
- Tabac comme automédication.

### ■ Le tabac, pourquoi arrêter ?

- Bénéfices immédiats,
- Bénéfices à long terme,
- Limiter les risques par une réduction de consommation.

- **Comment faire face aux envies de fumer ?**
  - Les aides au sevrage,
  - Les personnes ressources,
  - Les situations à risque,
  - Les symptômes de manque.
- **Proposition de méthodes/techniques pour aider à maintenir la réduction ou l'arrêt**
  - Tabac et activité physique : quelles interactions,
  - Combler les moments critiques par des différentes techniques.
- **Animation des séances : concepts de l'animation des séances**
  - L'objectif des séances repose sur les mêmes principes que les consultations en tabacologie :
    - Comprendre sa dépendance au tabac,
    - Repérer les situations à risque,
    - Identifier les pensées et émotions qui le poussent à fumer.
- **EDUFA TABAC : les différentes étapes de l'atelier**
  - L'entretien individuel initial
    - Réalisation du diagnostic éducatif du patient à partir de la grille d'évaluation (patient/animateur),
  - La Réunion d'information/formation
    - A l'attention des accueillants familiaux, sur le tabac et ses conséquences : conduite à tenir pour aider un patient en sevrage ou réduction tabagique.
  - Les sept séances de groupe
  - L'entretien individuel final
    - Réalisation du bilan comparatif post et pré atelier à partir de l'évaluation initiale et finale.
  - Restitution et bilan EDUFA TABAC
    - Avec les patients participants post entretien individuel et les accueillants familiaux.