

# J'AI CHOISI D'ARRÊTER DE FUMER : COMMENT M'Y PRENDRE ?

## Je demande conseil :

- À mon médecin traitant.
- Aux médecins spécialistes.
- À l'équipe Santé-Travail (Médecin du Travail, Assistant et Infirmière Santé-Travail).



## Je m'informe :

- **Sur le site : [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr)**

et je peux télécharger l'application. Je peux ainsi bénéficier d'une aide personnalisée et efficace pour arrêter de fumer.

- **Sur le site : [www.hauts-de-franceaddictions.org](http://www.hauts-de-franceaddictions.org)**

j'y trouve également les consultations de tabacologie et les tabacologues les plus proches de mon domicile dans l'annuaire de tabacologie de mon département

- **Tabac info service, c'est aussi une ligne téléphonique !**

**Au 3989** de 8h à 20h (service gratuit + coût de l'appel).

Des tabacologues m'informent et m'aident dans ma démarche d'arrêt du tabac.

*Depuis le 01 janvier 2016, les infirmiers, les masseurs, kinésithérapeutes, les sages-femmes, les chirurgiens dentistes et les médecins du travail peuvent prescrire des substituts nicotiniques.*

## Je suis pris.e en charge !

- **CPAM (site [ameli.fr](http://ameli.fr))** : depuis mai 2018, l'assurance maladie prend en charge le remboursement de plusieurs formes de substituts nicotiniques sur prescription

- **Mutuelles** : prise en charge possible par certaines mutuelles

RETROUVONS-NOUS  
SUR [JOBDEVIE.FR](http://JOBDEVIE.FR)