

TABALFA

FUMEURS : UN AUTRE REGARD SUR LE TABAC

Vous avez envie de gérer autrement votre consommation de tabac

...

*Vous voudriez pouvoir mieux supporter l'interdiction de fumer
dans certains lieux publics ...*

Vous aimeriez vous préparer à arrêter de fumer ...

... 6 SEANCES D'ECHANGES EN GROUPE POUR:

- Mieux se connaître en tant que fumeur;
- En savoir plus sur le tabac;
- Identifier ses propres ressources et difficultés;
- Tester, expérimenter différents outils;

dans une ambiance détendue

un climat de confiance

de tolérance



RENSEIGNEMENTS PRATIQUES:

- **Animation:** Mesdames D. Biétheres, psychologue, Laurence Petit et F. Renard, travailleuses sociales au Centre ALFA.
- **Lieu:** au Centre ALFA, rue de la Madeleine, 17 à 4000 Liège – Tél: 04/223.09.03.
- **Participation financière:** 30 euros à verser au moment de l'inscription.
- **Inscriptions permanentes:** - soit par téléphone 04/223.09.03
- soit via notre site internet www.centrealfa.be

Éditeur responsable: C.Dungelhoeff

Alfa, Service de Santé Mentale, agréé et subventionné par la Région Wallonne