

OU VEUX ALLONS ARRETE FUMER ? BOUGE ENSEMB !

C'EST QUOI ?



Un programme de soutien à l'arrêt du tabac par la reprise d'activité physique adaptée à raison d'une séance d'une heure par semaine



POUR QUI ?



Toutes personnes désirant arrêter ou en cours d'arrêt du tabac



OU ET QUAND ?

Saint-Paul : le mardi de 16h30 à 17h30 au Parcours de santé de Saint-Paul

Le Port : le vendredi de 16h30 à 17h30 au Parc Boisé du Port

POURQUOI ?



Pour diminuer sa consommation de tabac, améliorer ses capacités physiques, sa confiance en soi, diminuer son essoufflement

Limiter sa prise de poids et rencontrer des personnes qui ont également cet objectif



COMMENT S'INSCRIRE ?

ANPAA
CSAPA Ouest
31 Chaussée Royale
97460 Saint Paul
Tel : 02 62 55 14 08

ANPAA
Antenne CSAPA Ouest
6 rue de Bruxelles
97420 Le Port
Tel : 02 62 45 99 60

DEBUT DU PROGRAMME LE 12 NOVEMBRE 2019
Nombre de places limité !