



Information



Consultation de tabacologie



Accompagnement de groupe



Autres méthodes



Examens



Centre de documentation



Ecoute téléphonique

Les adresses futées pour vivre sans tabac



Vous avez des questions sur la campagne **TIPTOP** ?

Contactez le service I PROM'S
Service Itinérant de Promotion de la Santé,
Rue de Wallonie, 28 – 4460 Grâce-Hollogne
04/237 94 84 - lproms@provincedeliege.be

Sommaire

Mode d'emploi.....	2
Ressources et informations générales à propos du tabagisme.....	3
Services d'aide et d'accompagnement en matière d'assuétudes, dont l'aide aux fumeurs en Fédération Wallonie-Bruxelles	6
Les Centres d'Aide aux Fumeurs en province de Liège.....	10
Les tabacologues en province de Liège.....	16
Les tarifs	16



Mode d'emploi

Services possibles :



Information



Consultation de tabacologie :

En couple – individuelle – accompagnement de la femme enceinte, des adolescents



Accompagnement de groupe



Autres méthodes :

Acupuncture, diététique, hypnose, mindfulness/pleine conscience, sophrologie



Examens :

Fonction pulmonaire (spirométrie) - marqueurs d'imprégnation nicotinique - mesure du CO expiré - radio du thorax



Centre de documentation



Écoute téléphonique

Nom de l'institution

Fonds des Affections Respiratoires, asbl (FARES)

Adresse

Rue de la Concorde, 56 - 1050 Bruxelles

Téléphone

02/512 29 36

Email

information@fares.be

Site internet

<http://www.fares.be>

Services



Gratuit, du lundi au vendredi de 9h à 16h



Un espace de travail permet de consulter les documents sur place ; certains peuvent également être empruntés gratuitement moyennant une caution de 10 € à 25 €. Un documentaliste est disponible pour vous guider dans vos recherches, il suffit de prendre rendez-vous au 02/518 18 74. Catalogue en ligne : http://fares.tipos.be/opac_css

Autres services

- Le FARES met à votre disposition un répertoire interactif des consultations de tabacologie et des « Centres d'Aide aux Fumeurs – CAF » qu'il coordonne en Fédération Wallonie-Bruxelles. <http://repertoire.fares.be>
- Le FARES gère un blog pour dispenser des conseils, partager des témoignages, donner des ressources aux personnes qui souhaitent diminuer ou arrêter leur consommation. <http://aideauxfumeurs.be>
- Organisme de formation.

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Email

Site internet

Services

Fondation contre le cancer

Chaussée de Louvain, 479 - 1030 Bruxelles

02/736 99 99

Info@fondationcontrelcancer.be

- <http://www.cancer.be>
- <http://www.tabacstop.be>



Tabac-Stop, la ligne d'informations et de conseils à propos du tabac et de l'arrêt tabagique.

Pour poser toutes vos questions relatives au tabac et à l'arrêt tabagique, vous pouvez appeler la ligne d'aide téléphonique gratuite **0800/11100**, tous les jours ouvrables de 15h à 19h. En dehors de ces heures, vous pouvez commander par téléphone la toute nouvelle brochure « *Arrêter de fumer* ». Vous pouvez également bénéficier de nombreuses informations, du programme online d'aide à l'arrêt tabagique et du programme de coaching.

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Site internet

Services

Service Public Fédéral Santé Publique - Info Tabac

Eurostation II,
Place Victor Horta, 40 bte 10 - 1060 Bruxelles

02/524 97 97

<http://www.health.belgium.be/fr/sante/prenez-soin-de-vous/alcool-et-tabac/produits-du-tabac-et-tabagisme>



Lutte anti-tabac, législation, foire aux questions, formulaires et liens intéressants.

Nom de l'institution

Site internet

Services

Enseignement.be : Prévention tabac

<http://www.enseignement.be/>



Site internet destiné aux directions d'écoles, aux enseignants, aux éducateurs, au personnel des Centres PMS et des Services PSE ainsi qu'aux élèves. Il contient des références légales, des plans institutionnels donnant le cadre au niveau européen, international et national, des ressources qui peuvent les soutenir dans la mise en place du décret (relatif à la prévention du tabagisme et à l'interdiction de fumer à l'école) ainsi que des pistes d'action, des services d'information et de soutien et des adresses utiles. Il est également possible d'y télécharger la charte "École sans fumée".

Les services repris dans ce chapitre ne représentent pas une liste exhaustive des aides existantes en matière d'assuétudes. Ils ont été sélectionnés pour leur action particulière en matière de tabagisme. Pour d'autres adresses, nous vous invitons à consulter le site internet **ALISS** (Associatif **LI**égeois **S**anté **S**ocial) : <http://www.aliss.be>. Il vous propose des informations sur toute l'infrastructure psycho-médico-sociale active en province de Liège et ce, par secteurs d'activités ou par territoires géographiques.

Nom de l'institution

Service d'Étude et de Prévention du Tabagisme, asbl (SEPT)

Adresse

Rue des Arbalestriers, 16 - 7000 Mons

Téléphone

065/317 377

Email

email@sept.be

Site internet

<http://www.sept.be>

Services



Psychologues tabacologues ou médecins sur rendez-vous.



Mise en projet / mini-défi : de 18 à 19h30 tous les lundis (excepté congés scolaires). Inscription obligatoire.

Autres services

Le SEPT peut intervenir au sein de différentes structures mais aussi auprès des particuliers.

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Email

Site internet

Services

Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.) de l'Institut Bordet

Boulevard de Waterloo, 107 - 1000 Bruxelles

02/534 54 68

aideauxfumeurs@bordet.be

<https://www.bordet.be/fr/services/servmed/tabac/duo.htm>



Programme d'aide au sevrage tabagique en milieu professionnel, aux jeunes adultes et aux demandeurs d'emploi (sur Liège notamment).



Consultations de tabacologie individuelles.

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Email

Site internet

Services

Centre ALFA, asbl

Rue de la Madeleine, 17 - 4000 Liège

04/223 09 03

alfa.prevention@gmail.com

<http://www.centrealfa.be/>



Le centre ALFA (Aide Liégeoise aux Alcooliques et à leur Famille) est un service de santé mentale spécialisé dans le traitement et la prévention de l'alcoolisme et des toxicomanies. Il s'agit également d'un centre de traitement "assuétudes" (alcool, tabac, drogues illicites, jeu, internet...).



L'ALFA propose un groupe d'entraide en 6 séances pour se préparer à l'arrêt du tabac ou pour apprendre à mieux gérer sa consommation de tabac (TabAlfa et Post-TabAlfa).

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Email

Site internet

Services

Centre NADJA, asbl

Rue Souverain-Pont, 56 - 4000 Liège

04/223 01 19

nadja.asbl@gmail.com

<http://www.nadja-asbl.be>



Le Centre NADJA est spécialisé dans le traitement et la prévention des dépendances. L'association se propose de promouvoir le rôle actif de chacun dans son milieu personnel ou professionnel dans le but de contribuer au mieux-être des usagers de drogues (dont le tabac) et de leur entourage.



Le centre de documentation de NADJA met à disposition des professionnels et des non-professionnels la documentation spécialisée sur les drogues et les dépendances.

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Email

Site internet

Services

Infodrogues

Rue du Marteau, 19 - 1000 Bruxelles

02/227 52 52

courrier@infodrogues.be

<http://www.infodrogues.be>



Cette association offre de l'information, de l'aide, des conseils à toute personne confrontée d'une façon ou d'une autre, à la problématique des drogues (dont le tabac).



Permanence au 02/227 52 52 du lundi au vendredi de 8h à 22h et le samedi, de 10h à 14h.



bibliotheque@infodrogues.be ou au 02/ 227 52 56

Nom de l'institution

Centre Hospitalier Régional de la Citadelle de Liège
Plan de 5 jours
Séances d'accompagnement en groupe à l'arrêt du tabac

Adresse

Boulevard du XII^{ème} de Ligne, 1 - 4000 Liège

Téléphone

04/225 65 15

Site internet

<http://www.provincedeliege.be/fr/aideauxfumeurs>

Horaires

2X/an en mai et en novembre durant 1 semaine (du lundi au vendredi de 19h30 à 21h).

Services



Accompagnement de groupe. Gratuit.

Nom de l'institution

Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.) de la Province de Liège

Adresse

Institut Malvoz - Quai du Barbou, 4 - 4020 Liège

Téléphone

04/344 78 85 - 04/344 79 50

Site internet

<http://www.provincedeliege.be/fr/aideauxfumeurs>

Horaires

Lundi, mardi et jeudi matin, de 9h à 12h, sur rendez-vous.

Services



Individuelles et en couple.



Test de CO expiré, fonction pulmonaire (spirométrie).

Nom de l'institution

**Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.)
du Centre Hospitalier Régional (CHR) de la
Citadelle**

Adresse

Boulevard du XII^{ème} de Ligne, 1 - 4000 Liège

Téléphone

04/225 65 15

Site internet

<http://www.chrcitadelle.be/fr/patients/services-medicaux/centre-d-aide-aux-fumeurs/>

Horaires

Tous les jours ouvrables de 9h à 16h, sur rendez-vous.

Services



Consultations individuelles.



Mesure du CO expiré, fonction pulmonaire (spirométrie), marqueurs d'imprégnation nicotinique, radio du thorax.

Nom de l'institution

**Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.)
du Centre Hospitalier Universitaire (CHU)
de Liège - Sart-Tilman et Notre Dame des
Bruyères**

Adresses

- Avenue de l'Hôpital B35 - 4000 Liège (Sart-Tilman)
- Rue de Gaillarmont, 600 - 4032 Chênée - Liège (Bruyères)

Téléphone

04/242 52 52

Services



Consultations individuelles, en couple, accompagnement de la femme enceinte et des adolescents, sur rendez-vous.



Hypnose.



Mesure du CO expiré, fonction pulmonaire (spirométrie), marqueurs d'imprégnation nicotinique, radio du thorax.

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Services

Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.) de la Clinique André Renard

Rue André Renard, 1 - 4040 Herstal

04/248 72 20



Consultations individuelles, en couple et accompagnement des adolescents, sur rendez-vous.



Sophrologie.



Mesure du CO expiré, fonction pulmonaire (spirométrie), marqueurs d'imprégnation nicotinique, radio du thorax.

Nom de l'institution

Adresse

Téléphone

Site internet

Services

Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.) du Centre Hospitalier du Bois de l'Abbaye et de Hesbaye

Rue Laplace, 40 - 4100 Seraing

04/338 79 90

<http://www.chbah.be>



Consultations individuelles, sur rendez-vous.



Mesure du CO expiré, fonction pulmonaire (spirométrie), marqueurs d'imprégnation nicotinique, radio du thorax.

Nom de l'institution

**Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.)
du Centre Hospitalier Chrétien (CHC)
Clinique Notre-Dame Waremme**

Adresse

Rue de Sélys-Longchamps, 47 - 4300 Waremme

Téléphone

019/33 94 41

Services



Consultations individuelles, en couple, accompagnement de la femme enceinte et des adolescents, sur rendez-vous.



Mesure du CO expiré, fonction pulmonaire (spirométrie), radio du thorax.

Nom de l'institution

**Centre d'Aide aux Fumeurs (CAF)
du Centre Hospitalier Régional (CHR)
Verviers East Belgium**

Adresse

Rue du Parc, 29 - 4800 Verviers

Téléphone

087/21 23 26

Site internet

<http://www.chrverviers.be>

Services



Consultations individuelles, en couple, accompagnement de la femme enceinte et des adolescents, sur rendez-vous.



Acupuncture, sophrologie.



Mesure du CO expiré, fonction pulmonaire (spirométrie), radio du thorax.

Nom de l'institution

Centre d'Aide aux Fumeurs (C.A.F.) de la Clinique Sainte-Élisabeth – Polyclinique

Adresse

Rue du Naimeux, 17 - 4802 Heuzy (Verviers)

Téléphone

087/21 37 00

Site internet

<http://www.chc.be/specif/>

Services



Consultations individuelles, en couple, accompagnement de la femme enceinte et des adolescents, sur rendez-vous.



Hypnose.



Mesure du CO expiré.

Les tabacologues en province de Liège

Sur le territoire de la province de Liège en 2016, 45 tabacologues diplômés (médecins, psychologues, infirmiers, diététiciens, dentistes...) peuvent vous aider à gérer votre consommation de tabac ou à arrêter de fumer. Retrouvez leurs coordonnées sur le site <http://repertoire.fares.be/> ou téléphonez au **02/518 18 74**.

Les tarifs

Les consultations dans les Centres d'Aide aux Fumeurs ou chez votre médecin traitant sont généralement abordables voire gratuites. En consultation privée, les tarifs des tabacologues sont très variables.

Ces consultations bénéficient d'un remboursement partiel de votre mutuelle à raison de **8 consultations** qui peuvent être réparties sur deux ans.

Tarifs des remboursements:

- **30 €** pour la **première séance**.
- **20 €** pour les **7 suivantes** (30€ pour les femmes enceintes).

À savoir:

- Les remboursements s'effectuent même si vous décidez de changer de médecin ou de tabacologue au cours de votre sevrage.
- Le « tiers-payant » est interdit à l'exception des personnes VIPO/BIM et des personnes bénéficiant de l'aide du CPAS.
- Le délai de remboursement est de 2 ans maximum à partir du premier jour du mois de la prestation.
- Le remboursement de la mutuelle intervient tant pour les consultations individuelles que pour les consultations en groupe.

Pour être remboursé :

- Renvoyez l'attestation de soins signée par le prestataire à la mutuelle (il est possible d'être remboursé après chaque consultation).
- Le prestataire de soins doit être un tabacologue reconnu ou un médecin (consultez l'annuaire du Fares pour le vérifier).

Aide financière spécifique :

Certaines mutuelles proposent une petite aide financière pour l'arrêt du tabac.

Renseignez-vous auprès de votre mutuelle.



Notes personnelles



