

PROGRAMME DE FORMATION

Mois sans tabac 2026 - Ile-De-France

MOIS
SANS
TABAC



Initiation aux thérapies cognitivo-comportementales (TCC)

PUBLIC

A destination des professionnels du sanitaire ou médico-social souhaitant acquérir une nouvelle compétence dans l'accompagnement des personnes dans la gestion de leur consommation de tabac

OBJECTIFS

- Sensibiliser les participants à l'intérêt des TCC dans la gestion de la consommation de tabac
- Comprendre et connaître les fondements théoriques de l'approche cognitivo-comportementale et leurs applications en tabacologie
- Acquérir des compétences pour l'utilisation et l'intégration dans sa pratique clinique

CONTENU

- Définition des termes : pensée, émotion et comportement
- Se familiariser avec le vocabulaire propre à la thérapie cognitivo-comportementale : Principes fondamentaux des thérapies cognitivo-comportementales : les 4 étapes de la théorie cognitive - ambivalence et biais cognitifs - restructuration cognitive
- Comprendre et connaître les fondements théoriques de l'approche cognitivo-comportementale, acquérir des compétences
- Les outils de la thérapie cognitivo-comportementale : applications en tabacologie et dans l'accompagnement au sevrage
- Utiliser et intégrer les outils dans sa pratique clinique : Cas pratiques, évaluation écrite, réponse aux questions

DATE

22/09/26 - Paris (75019)
23/09/26 - Paris (75006)
06/10/26 - Paris (75019)
07/10/26 - Paris (75006)

LIEU

En présentiel sur Paris
De 9h à 17h00

Plus d'informations/inscriptions auprès de Mélina Taillade, Coordinatrice Mois sans tabac Île-de-France

☎ 01 45 00 97 69

✉ moisanstabac.idf@ligue-cancer.net

Sous le pilotage de l'ARS Île-de-France, les acteurs de la prévention du tabagisme se sont réunis en collectif pour le Mois sans tabac en Île-de-France