

Bienvenue sur notre propriété **SANS FUMÉE**

Nous vous remercions de ne pas fumer ni vapoter sur les terrains de l'hôpital.

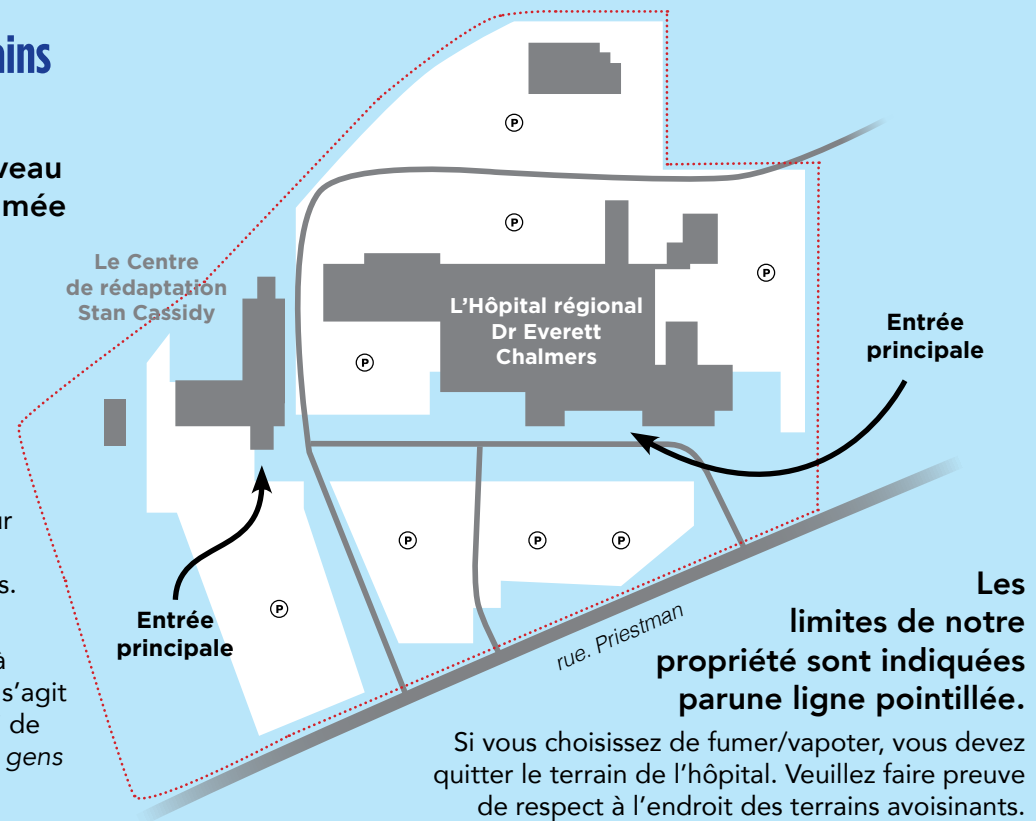


Pourquoi des terrains sans fumée?

Il n'existe aucun niveau d'exposition à la fumée secondaire qui soit sans danger.

Les milieux hospitaliers sans fumée permettent de réduire les effets néfastes du tabagisme, de favoriser des choix santé et de soutenir un environnement sain pour tous : les patients, le personnel et les visiteurs.

Horizon s'engage à promouvoir la santé et à prévenir les maladies. Il s'agit d'une initiative à l'appui de notre mission : *aider les gens à vivre en santé.*



Les limites de notre propriété sont indiquées par une ligne pointillée.

Si vous choisissez de fumer/vapoter, vous devez quitter le terrain de l'hôpital. Veuillez faire preuve de respect à l'endroit des terrains avoisinants.

Quelles mesures de soutien sont à ma disposition?

Nous reconnaissons que le tabagisme est une dépendance à la nicotine. Notre but est de fournir une aide aux personnes qui ne peuvent fumer/vapoter lorsqu'elles sont sur les lieux de l'hôpital.

Patients admis

Si vous fumez/vapotez et souhaitez abandonner votre habitude ou atténuer vos envies et vos symptômes de sevrage durant votre hospitalisation, veuillez consulter votre équipe de soins de santé à ce sujet. Les membres de l'équipe peuvent vous offrir des aides et des médicaments de remplacement de la nicotine.

Les visiteurs

Pour vous aider à ne pas fumer lorsque vous êtes sur les lieux d'Horizon, vous pouvez acheter des médicaments de remplacement de la nicotine en vente libre à votre pharmacie locale. Vous pouvez aussi acheter de la gomme à mâcher à la nicotine à la boutique de cadeaux de l'hôpital.

Les employés

Le Service de santé et de mieux-être d'Horizon fournit des ressources aux employés afin de les aider à ne pas fumer/vapoter lorsqu'ils sont au travail.

D'autres ressources pour vous aider à cesser de fumer

Téléassistance Pour Fumeurs :

Conseils personnalisés gratuits et un plan de cessation taillé à votre mesure. Ressources téléphoniques et en ligne

1-877-513-5333

www.teleassistancepourfumeurs.ca

Santé Canada :

Renseignements et ressources pour vous aider à arrêter de fumer.

www.gosmokefree.ca