



COMMUNIQUE
Le 2 janvier 2008

« Tabac : j'arrête, j'y gagne »

**La Mutuelle Générale ouvre à tous son programme de coaching
durant tout le mois de janvier !**

Alors que le décret interdisant de fumer dans tous les lieux publics vient d'entrer en vigueur, la Mutuelle Générale (MG), 2^{ème} mutuelle française, confirme son engagement en matière de prévention santé. Elle lance un programme gratuit d'aide au sevrage tabagique personnalisé et interactif privilégiant l'information et l'accompagnement global, avant, pendant et après l'arrêt du tabac. Exceptionnellement durant tout le mois de janvier 2008, ce programme est accessible à tous ceux qui en font la demande, auprès des agences MG de chaque département.

Conçu en partenariat avec l'Office Français de prévention du Tabagisme (OFT), **« Tabac : j'arrête, j'y gagne »** est un dispositif d'accompagnement à l'arrêt du tabac qui intègre parfaitement les différents types de dépendance liés au tabac. Il les analyse au travers d'une démarche interactive comprenant deux outils : d'une part un CD-ROM dont les différents chapitres sont autant d'amplificateurs de la motivation pour chaque postulant à l'arrêt du tabac ; d'autre part, une connexion Internet qui propose un coaching personnalisé sur trois mois pour suivre pas à pas les progrès... et les éventuelles baisses de motivation.

Un CD-ROM d'information et de motivation, dans lequel on navigue avec plaisir et facilité, décortique les méfaits du tabac sans langue de bois et expose les bénéfices du sevrage et ses difficultés : nous ne sommes pas là pour nous voiler la face, mais pour avancer... vers un nouveau souffle ! La dernière rubrique du CD-ROM, ouvre sur une page Internet.

Un coaching personnalisé via Internet

En entrant une adresse email et un mot de passe, le candidat au sevrage se connecte directement sur l'espace coaching. Première épreuve : le test de Fagerström et le test Q-mat qui vont déterminer son degré de motivation et de dépendance et dresser son profil. A partir de la date choisie pour arrêter de fumer, un coaching quotidien va s'instaurer : en fonction de son profil, il recevra par email pendant 3 mois des conseils personnalisés, un soutien au quotidien, et même un « tableau de bord » établissant jour après jour les progrès accomplis.

Un programme d'aide au sevrage tabagique pour tous

Ce programme a déjà fait ses preuves auprès des collaborateurs du Groupe La Poste, adhérents à la Mutuelle Générale, qui ont pu l'expérimenter avec succès dès le mois de mai 2007. Il est, aujourd'hui, proposé par la Mutuelle Générale à tous ses adhérents individuels ainsi qu'aux entreprises adhérentes qui en font la demande.

Exceptionnellement, la Mutuelle Générale a décidé, durant tout le mois de janvier, d'offrir le CD-ROM **« Tabac : j'arrête, j'y gagne »** à tous ceux, adhérents ou non, qui ont pris la bonne résolution d'arrêter de fumer. Ce CD-ROM est disponible dans l'agence MG de XXX (adresse – téléphone) ou sur www.mg.com.fr.

Avec 1,2 million de personnes protégées en France, la Mutuelle Générale est un acteur majeur dans le domaine de la protection sociale complémentaire individuelle et collective. Pour Patrick Sagon, son président, la Mutuelle Générale a d'autres ambitions : **« Bien au-delà du simple remboursement des frais médicaux, nous avons fait le choix d'offrir à nos adhérents des services à forte valeur ajoutée, notamment en matière de prévention et d'accompagnement. »**

Contact presse Mutuelle Générale

Valérie Mercadal – T. 01 40 78 08 21 – vmercadal@mg.com.fr