
Riassunto del rapporto finale – Gruppo di autoaiuto e di dialogo per smettere di fumare

In occasione di due feste che hanno avuto luogo in villaggi della regione nell'estate del 2005, il centro della salute CESAR ha organizzato uno stand per l'informazione e la prevenzione del tabagismo e dell'alcolismo. 55 persone hanno lasciato i loro dati perché desideravano essere informati nel caso avessimo organizzato un'iniziativa di sostegno per le persone intenzionate a smettere di fumare. 33 di esse erano favorevoli un gruppo di sostegno.

Dopo aver studiato le dinamiche di gruppo nel quadro della mia formazione come infermiera in salute comunitaria presso la Haute Ecole La Source di Lausanne e dopo avere visitato diversi gruppi, tra cui alcolisti anonimi e weight-watchers, abbiamo avviato il gruppo con una prima seduta il 26 aprile 2006. Malgrado i 55 inviti personali, i manifesti affissi negli studi medici, nelle farmacie e nei negozi, soltanto due fumatori hanno risposto alla nostra sollecitazione; grazie a brevi articoli pubblicati su giornali regionali si sono aggiunte a noi altre persone. Durante le sedute tenute nei due anni, al gruppo hanno partecipato tre fumatori che hanno deciso di smettere di fumare, oltre a un ex fumatore e a me stessa.