



La Smoke Attitude® : Une autre façon de concrétiser ses bonnes intentions !

La plupart des fumeurs d'aujourd'hui savent qu'ils tenteront d'arrêter de fumer tôt ou tard, qu'ils aient déjà essayé ou pas.

Oui mais quand et comment ?

Voilà la première originalité du site Smoke Attitude® : savoir quand on est prêt à se lancer dans cette aventure. Après quelques questions sur ses propres constats comportementaux, le Smoke Score indiquera gratuitement à tous les fumeurs leur degré d'intérêt face à l'arrêt potentiel du tabac.

Ouvert en janvier le site «**smoke-attitude.com**», site interactif d'accompagnement pour arrêter de fumer, propose une batterie de tests préliminaires, «les Smoke Factors», qui interrogent et éclairent les internautes sur les effets psychophysiologiques et comportementaux de leurs cigarettes.

En quelques clics on fait le point sur sa motivation, son stress, sa dépendance, son sommeil sans oublier son appétit ou son ennui... la note définie sur chaque critère révélera un score final indiquant le meilleur moment pour chacun de commencer ou pas son arrêt de tabac.

C'est simple, facile plutôt amusant et c'est la première étape de la Smoke Attitude®, **méthode déculpabilisante** d'appréhender l'acte de fumer et d'accompagner chaque fumeur dans son intention d'arrêter.

Le site développe à cet effet, **une plateforme interactive «je commence»** où chaque nouveau membre pourra suivre quotidiennement ses progrès ou ses insuccès, tout en pouvant échanger et rencontrer des personnes dans la même situation (géolocalisation), répondre à son objectif, se lancer des défis ou coacher un arrivant...

Conçue par une équipe pluridisciplinaire dirigée et animée par le Docteur Loïc Brillaud, cette méthode ludique, pragmatique et actuelle est idéale pour concrétiser ses bonnes intentions avant l'été et se débarrasser d'aprioris souvent culpabilisants, avec l'accès à une riche documentation.

Fumeurs ou pas n'hésitez plus à venir voir sur www.smoke-attitude.com

Contact Presse : Yves Lebars : telephone : 06 40 28 28 08

