



READY4LIFE

ready
4 *life*

Crédit Photo / Ready4life



Santé au travail



Élèves / étudiant-e-s / personnes en formation



Addiction, Prévention, Santé

Remplaçant Apprentissage sans tabac, « Ready4life » est un coaching personnalisé par SMS pour promouvoir la santé des apprentis. Il vise à renforcer leurs compétences de vie : gestion du stress, compétences sociales et résistance face aux substances addictives. En plus, celles et ceux qui souhaitent arrêter de fumer sont soutenus dans leur démarche.

En répondant à des quiz et en regardant des vidéos, les apprentis gagnent des points qui augmentent leur chance de gagner un prix à la fin du programme. L'inscription se fait habituellement lors d'un atelier interactif sur le lieu de travail.

IMPLICATION DE LA COMMUNE

- Mettre en place le programme en interne, en tant qu'employeur, si la commune forme des apprentis.
- Soutenir activement la promotion auprès des entreprises formatrices de la commune (lettres d'information, invitation à présenter le programme lors d'événements où les entreprises sont présentes).

CONTACTS ET INFORMATIONS

VAUD

Ligue pulmonaire vaudoise

Email - prevention@lpvd.ch

Site internet - <http://www.r4l.swiss>

VALAIS

CIPRET Valais

Email - cipret.vs@psvalais.ch

Site internet - www.cipretvalais.ch

COMMUNES AYANT MIS EN PLACE LA MESURE