

# QUESTIONNAIRE

Vous devez répondre au questionnaire, avec le plus de sincérité possible. Chaque question a son importance.

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_ Date de naissance : / /

Adresse : \_\_\_\_\_

Portable : \_\_\_\_\_ Adresse mail : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_ Situation familiale : \_\_\_\_\_

Nombre d'enfants : \_\_ âge : \_\_\_\_\_ Petits enfants : \_\_

\*\*\*

**1- A quel âge avez-vous commencé à fumer ? \_\_\_\_\_**

**2- Pour quelles raisons, avez-vous commencé ?**

\_\_\_\_\_

**3- Pourquoi n'avez-vous pas encore réussi à arrêter de fumer, qu'est qui vous en a empêché ?**

\_\_\_\_\_

**4- Combien de cigarettes, fumez-vous par jour (ou combien de vapotage / joints) ? \_\_\_\_\_**

**5- Quand fumez-vous ? Qu'est-ce qui déclenche chez vous l'envie de fumer ?**

\_\_\_\_\_

**6- Buvez-vous : du café ? \_\_\_\_\_ de l'alcool ? \_\_\_\_\_**

**7- Quelles sont les 3 raisons principales pour lesquelles vous voulez arrêter ?**

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

**8- Quelles sont vos motivations pour arrêter, maintenant ?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**9- Avez-vous des problèmes de santé ?**

---

**10- Avez-vous des peurs des craintes à rester fumeur(euse) ? Lesquelles ? (Maladies...)**

---

---

**11- Quels vont être, pour vous, les avantages de redevenir non-fumeur ?**

---

---

**12- Quelles sont vos activités préférées ?**

---

---

**13- Mise à part vous, à qui profitera cette nouvelle vie sans tabac ?**

---

**14- Aimez-vous l'odeur de :**

LA MENTHE

LA LAVANDE

L'ORANGE

\*\*\*

L'hypnose est un outil d'accompagnement de vos efforts dans :

L'arrêt du tabac, du cannabis ou de la e-cigarette, elle ne remplace pas votre motivation, votre détermination et le courage de le faire.

L'hypnose permet d'amplifier votre motivation en agissant sur votre inconscient et pour ce faire j'ai besoin de votre collaboration, de votre engagement avec vous-même.

Chaque personne arrête de fumer à son rythme, bien souvent une seule séance suffit (90%).

*« La où se trouve **une volonté**, il existe un chemin » Winston Churchill*

**Êtes-vous prêt à fournir les efforts qui s'imposent ?**

Signature :

Date

**Questionnaire à me retourner, dûment complété, par mail à l'adresse suivante : [contact@arreter-de-fumer-paris.fr](mailto:contact@arreter-de-fumer-paris.fr)**