

NE PAS RESTER SEUL·E FACE À SES ADDICTIONS



S'il est possible d'arrêter seul·e l'usage d'un produit ou d'un comportement addictif, sans aide extérieure, il est important de savoir que la dépendance rend le sevrage souvent difficile.

C'est pourquoi avant tout arrêt, il est conseillé de rencontrer un professionnel de santé ou en addictologie (addictologue, tabacologue, etc.) pour évaluer sa consommation, sa dépendance, ses motivations à arrêter et établir un protocole d'arrêt adapté à son propre cas. Evitez de rester seul·e face à des addictions.

PARLEZ-EN À ...



Votre Médecin généraliste,
Votre Médecin du travail, **Autour de vous**
Psychologue, Psychiatre, ...

Dans le 37

**Malvaux
Hôpital**
AMBOISE
02 47 57 21 92



**Centre Hospitalier
Louis Sevestre**
Centre de désintoxication
La Membrolle-sur-Choisille
02 47 42 46 46

Le CAARUD37
310 rue d'Entraigues Tours
02 47 38 43 18

Centre D'Accueil et
d'Accompagnement à la
Réduction des risques pour
Usagers De Drogue

CSAPA
Coordination au 02 18 37 05 67
Ou par secteur géographique :
Tours Centre, 26 rue Richelieu 02 47 47 91 91
Tours Nord, 112 avenue Maginot 02 34 37 89 81
Chinon, au Centre Hospitalier du Chinonais 02 47 93 62 39
Loches, 8 rue Descartes à Loches 02 18 37 05 67
Amboise, Rue des Ursulines 02 47 47 91 91

CSAPA
Centre de Soins,
d'Accompagnement et de
Prévention en Addictologie

Centre de Soins
d'Accompagnement et
de Prévention en
Addictologie

Le CJC
7j|7 de 8h à 2h
Anonyme et gratuit
0800 23 13 13



Consultation Jeune Consommateur (en
lien avec un comportement avec ou
sans substances consultation
Pour les mineurs et jeunes majeurs)

Promeneurs du net



Le CJC a intégré le dispositif national Promeneurs
du Net | Présence éducative auprès des jeunes
www.promeneursdunet37.fr

Associations Nationales

Alcool info service
0 980 980 930
alcool-info-service.fr

Tabac info-service
39 89
tabac-info-service.fr



Addict'AIDES
Addictaide.fr

Le village des addictions
Pour ne plus être seul·e face à
l'addiction

Ecoute cannabis
0 811 91 20 20
0 980 980 940

Drogues-info-service
0800 23 13 13
drogues-info-service.fr