

DIMINUER OU ARRÊTER LE TABAC ?

De bonnes raisons d'agir pour vous !



J'économise entre
300 et 500 € par
mois que je me fais
un plaisir d'investir
dans plein de petits
et gros projets.



Avec un
entraînement
progressif, j'ai
retrouvé de l'énergie
et une bonne forme
physique.



J'ai redécouvert la
saveur des aliments
et les odeurs depuis
longtemps oubliées.



J'ai longtemps hésité
à me lancer car
j'avais peur de
prendre du poids.



Je n'ai pas eu de frais, tout a
été pris en charge.



TOUTES LES INFORMATIONS SUR NOTRE
PROPOSITION AU **VERSO** !

Le Centre Hospitalier de Carcassonne dispose d'une activité
spécifique à l'accompagnement des personnes désireuses de réduire
ou de supprimer la consommation de tabac.



Q1

Le service est-il réservé aux patients hospitalisés au Centre Hospitalier de Carcassonne ?

NON, ce service est ouvert à tous et donc également aux consultations "externes".

Q2

Est-on obligé d'arrêter de fumer ?

Non, chacun fait comme il le peut et comme il le veut !

L'objectif est de réaliser un bilan et de trouver avec le patient des solutions adaptées et personnalisées pour diminuer sa consommation dans le but de la réduire autant que possible.

Q3

Comment cela se passe concrètement ?

Il s'agit de faire le point avec plusieurs professionnels (infirmière spécialisée, nutritionniste, psychologue, assistante sociale...) pour trouver le plan d'actions le plus adapté à votre profil.

Le premier rendez-vous a justement pour objectif d'expliquer le déroulement de la démarche et de mettre en place un calendrier.

Q4

Faut-il passer par son médecin traitant avant de demander un rendez-vous ?

NON, vous pouvez prendre contact directement auprès du Centre Hospitalier de Carcassonne.

Q5

Quelles sont les informations pratiques ?

Le service est accessible de lundi au vendredi de 8h30 à 16h.

Le n° de téléphone pour prendre rendez-vous est le : 04 68 24 25 86.



Pour y accéder, il faut :

- se garer si possible sur le parking visiteurs,
- rentrer par la porte B,
- prendre un ticket à la borne et se présenter aux guichets 19, 20 ou 21 pour faire les étiquettes,
- se rendre dans le service « consultations d'addictologie » (qui est juste à côté).



Nous sommes là pour vous !

N'hésitez pas à transmettre cette information
auprès de ceux qui en ont besoin !



CENTRE HOSPITALIER
CARCASSONNE