



Le sevrage en tabac et autres consommations de produits, est un véritable enjeu de santé de publique, il permet de réduire considérablement les complications péri-opératoires ainsi que les risques cardiovasculaires et respiratoires globaux.

Devant ces bénéfices évidents du sevrage, la clinique Bretéché vous accompagne en mettant en place des outils pour vous aider tout au long de votre sevrage :

- **addictaide.fr** : <https://www.addictaide.fr/les-parcours-d-evaluation/> en cliquant sur ce lien vous pourrez vous auto-évaluer sur votre consommation actuelle et votre motivation à un possible arrêt.
- **tabac-info-service** <https://www.tabac-info-service> ou au numéro gratuit 3989 et son application mobile gratuite pour un e-coaching personnalisé par un tabacologue.
- Consultation avec **un psychologue de l'établissement** pour une prise en charge personnalisée par l'hypnose : <http://www.arreter-de-fumer-nantes.com> - 06 60 17 35 25
Mme Nelly Fabre 02.51.86.87.07, fabrenelly@hotmail.fr
M. Mickaël Vade pied 02.51.86.74.77, contact@mickael-vadepied.fr
- par le groupe <https://jenefumeplus.org/jnfp/> groupe solidaire sur facebook, un groupe d'auto-support pour le sevrage tabagique facebook.com/groups/jenefumeplus lieu de discussion et d'échanges bienveillants entre professionnels et personnes en cours de sevrage ou sevrés

Vous trouverez l'annuaire des intervenants spécialisés en addictologie proche de chez vous en cliquant sur ce lien, réseau partenaire de la clinique : <https://srae-addicto-pdl.fr/parcours-de-soins/annuaire-des-professionnels/>