



En novembre, on arrête ensemble.

**22 oct., 16 nov.
et 30 nov. à 14h :**

Comment arrêter de fumer ? Réunion d'information
Centre d'Examens de Santé à Lucé

5 novembre à 18h00 :

Comment arrêter le tabac ? Réunion d'information
Réseau Addictions 28 – 58 Rue de Reverdy - Chartres

8 novembre à 13h30 :

Stand d'information
Hôpital Louis Pasteur – rez-de-chaussée – à côté des consultations externes)

15 novembre à 17h00 :

Peur de prendre du poids ? Atelier diététique
Réseau Addictions 28 – 58 Rue de Reverdy - Chartres

5 et 19 nov. à 17h30 :

«Gérer son stress par la relaxation » Atelier
Hôpital Louis Pasteur – 4^{ème} étage, service de pneumologie
(salle de réhabilitation)

Renseignements et inscriptions : www.reseau-addictions28.fr / 07 71 11 22 56
Consultations avec un tabacologue : 02 37 30 31 05



Pour participer, rendez-vous sur :
tabac info service
le site + l'appli + le 39 89

Du lundi au samedi de 8h à 20h.

Nous soutenons Moi(s) sans tabac.
Parce qu'un mois sans fumer,
c'est 5 fois plus de chances d'arrêter.
En novembre, on arrête ensemble !