

Le suivi en individuel

Consultations médicales de Tabacologie

Au Centre Hospitalier Louis Pasteur au Coudray

- ◆ Dr Claire PETAT le lundi après-midi
- ◆ Dr Catherine ROUE le lundi matin et le mardi après-midi

☎ 02.37.30.31.05

En ville

- ◆ Dr Jean-Yves BACHELIER

3bis place des arcades à Lucé

☎ 02.37.35.86.10

- ◆ Dr Lucie CALU

90 rue du souvenir Français à Chartres

☎ 02.37.88.47.22

- ◆ Dr Catherine LEPINE

3 place Vauvillier à Saint Piat

☎ 02.37.22.42.93

Consultations diététique

- ◆ Mme Alexia NOVAKOVIC,

13 rue du Dr Baudoin à Chartres

☎ 06 24 55 49 42

Suivi psychologique

- ◆ Mme Christelle RYBAK

Consultations le lundi matin et le vendredi après-midi
au CH Louis Pasteur au Coudray.

☎ 02.37.30.31.05

Grossesse sans tabac

**Vous projetez une grossesse,
vous êtes enceinte
ou avez récemment accouché**

Consultations médicales de tabacologie

- ◆ Dr Catherine ROUE le vendredi après-midi à
la maternité du CH Louis Pasteur au Coudray

☎ 02.37.30.37.66

- ◆ Mme Chrystèle FREDDO, sage-femme
7 rue du Voisin à Voves

☎ 02.37.99.28.70

Suivi psychologique

- ◆ Mme Sophie DARCHE le jeudi après-midi à
la maternité du CH Louis Pasteur au Coudray

☎ 02.37.30.37.66

Suivi diététique

- ◆ Mme Alexia NOVAKOVIC

13 rue du Dr Baudoin à Chartres

☎ 06 24 55 49 42

Aide à l'arrêt du tabac



**Arrondissement
de Chartres**

**un dispositif complet pour
accompagner votre arrêt**



2019

Aide à l'arrêt du tabac: Un dispositif de groupe

Gestion du stress par la relaxation

Tabac, cuisine & diététique

Pour tout renseignements complémentaires sur l'arrêt du tabac,

07.71.11.22.56

Vous souhaitez gérer les tensions induites par le sevrage tabagique ?

La relaxation: un outil pour lutter contre le stress induit par le sevrage.



Vous souhaitez éviter la prise de poids ?

Notre diététicienne vous informe sur l'équilibre alimentaire et la maîtrise du poids à l'arrêt du tabac.




Groupe animé par Madame Sophie DARCHE, psychologue, deux lundis par mois à 17h 30.

Groupe animé par Mme Alexia NOVAKOVIC, un jeudi par mois à 17h.

Lieu : Service Pneumologie, salle de réhabilitation, 4e étage, CH Louis Pasteur au COUDRAY

Lieu : RESEAU ADDICTIONS 28, 58 rue de Reverdy à Chartres.

Pour assister à ces séances, inscrivez vous :

 02.37.30.31.05 ou 07.71.11.22 56
(secrétariat)

Par internet :

www.reseau-addictions28.fr rubrique
« Aide à l'arrêt du tabac »

JANVIER	7 janvier	21 janvier
FÉVRIER	4 février	18 février
MARS	4 mars	18 mars
AVRIL	1er avril	15 avril
MAI	6 mai	20 mai
JUIN	3 juin	17 juin
JUILLET	1er juillet	15 juillet
SEPTEMBRE	9 septembre	23 septembre
OCTOBRE	7 octobre	21 octobre
NOVEMBRE	4 novembre	18 novembre
DÉCEMBRE	2 décembre	16 décembre

JANVIER	17 janvier
FEVRIER	14 février
MARS	14 mars
AVRIL	11 avril
MAI	16 mai
JUIN	13 juin
JUILLET	11 juillet
SEPTEMBRE	19 septembre
OCTOBRE	17 octobre
NOVEMBRE	14 novembre
DECEMBRE	12 décembre