



Le sevrage en tabac et autres consommations de produits, est un véritable enjeu de santé de

publique, il permet de réduire considérablement les complications materno-fœtales chez les femmes enceintes, les complications péri-opératoires ainsi que les risques cardiovasculaires et respiratoires globaux et est

un véritable atout dans la procréation médicalement assistée en améliorant la fertilité.

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.fr>, 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
- consultation par une sage-femme spécialisée en addictologie **Mme Aude MORANTIN** :
aude.morantin@clinique-breteche.fr ou 02-51-86-89-47 pour discuter de votre consommation actuelle ou passée.
- 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, d'échanges et de soutien bienveillant entre professionnels et personnes en cours de sevrage ou sevrés
- le réseau partenaire de la clinique : <https://srae-addicto-pdl.fr/parcours-de-soins/annuaire-des-professionnels/> pour retrouver tous les intervenants spécialisés en addictologie proche de chez vous