

Communiqué de presse

Pour publication immédiate

Cesser de fumer c'est possible et plus facile avec l'aide de professionnels

Le 4 septembre 2015 – Avez-vous envie d'avoir plus d'argent, plus de souffle ou de profiter plus de votre vie ? Arrêtez de fumer! Peu importe votre raison, c'est la meilleure décision à prendre pour votre santé.

Pour vous aider, le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides vous propose gratuitement des rencontres de groupe à Saint-Jérôme, Saint-Sauveur, Sainte-Agathe-des-Monts et Mont-Tremblant. Pour avoir des informations ou pour vous inscrire, vous devez contacter, pour Saint-Jérôme, le 450 432-2777, poste 25470; pour Saint-Sauveur, le 450 227-3447, poste 77034 et pour Sainte-Agathe-des-Monts et Mont-Tremblant, le 1 855 766-6387, poste 2178.

Bien que les groupes de soutien constituent une méthode très efficace pour cesser de fumer, d'autres solutions s'offrent à vous. Téléphonnez à la ligne sans frais 1 866 JARRÊTE (527-7383) pour obtenir un conseil, un rendez-vous téléphonique ou pour prendre un rendez-vous dans le centre d'abandon du tabagisme le plus près de chez vous. Vous pouvez aussi visiter le site interactif www.jarrete.qc.ca pour obtenir de l'information, clavarder ou participer au forum. Adeptes des messages textes? Visitez le www.smat.ca pour vous inscrire gratuitement au SMAT, un service de messagerie texte pour aider à arrêter le tabac.

Enfin, ajouter un médicament pour cesser de fumer augmente vos chances de réussir à cesser de fumer. Certains médicaments sont couverts par les assurances médicaments. Consulter votre pharmacien ou votre médecin, pour savoir si ces médicaments peuvent vous aider.

-30-

Source : Direction générale
Service des relations médias, relations publiques et à la communauté
450 432-2777, poste 22898