

Services gratuits de soutien à l'arrêt tabagique

- les [centres d'abandon du tabagisme](#)
- le service téléphonique « J'arrête » : 1 866 JARRETE (1 866 527-7383)
- le site Web [J'arrête](#)
- le [Défi J'arrête, j'y gagne!](#)
- Etc.

Liens d'intérêt

- [Santé et services sociaux du Québec](#)
- [Info-tabac.ca](#)
- [Télé-Québec](#)
- [Cesser de fumer](#) – Santé Canada
- [Conseil québécois sur le tabac et la santé](#)
- [De Facto](#) – Réseau du sport étudiant du Québec
- [Les habitations sans fumée au Québec](#)
- [Tabagisme et tabac](#) – Société canadienne du cancer, division du Québec
- [Service de messagerie texte pour arrêter le tabac \(SMAT\)](#) – Société canadienne du cancer

Des ressources à l'interne seront formées et disponibles pour soutenir les personnes qui souhaitent cesser de fumer.

Si vous avez besoin de produits pharmaceutiques pour vous aider, sachez que certains de ces produits sont couverts par le régime public d'assurance médicaments. Pour en savoir plus, consultez le site de la Régie de l'assurance maladie du Québec.

Pour les membres du personnel ou ceux et celles d'entre vous qui sont couverts par des assurances collectives, certains traitements ou produits sont aussi couverts par ces régimes.