

C'EST QUOI ? LA CJC ?

La Consultation Jeunes Consommateurs (CJC)

est un lieu spécifique, anonyme et gratuit pour interroger tes expériences de consommation de tabac, d'alcool, de cannabis, de cocaïne..., tes pratiques de jeux vidéo, de jeux d'argent ou d'internet. Les professionnels de la CJC répondent à tes questions concernant les addictions ou les pratiques addictives. Il est aussi possible d'y venir pour parler des pratiques de tes proches (amis, famille...).

POURQUOI J'Y VAIS ?

Gérer sa consommation
et se fixer des limites

S'inquiéter pour
un proche 🙄

Comprendre son niveau
de dépendance 🌿

Connaître l'action des
substances psychoactives 🌀

Réduire les risques

Apprendre à reconnaître
l'addiction 🎮 📺 🎧

LE DÉCLIC EN UN CLIC

LA CJC, UN LIEU POUR TOI, ET TES PROCHES.

Mineur ou majeur (entre 14 et 25 ans), tu peux venir seul ou accompagné. Ton entourage peut également être accueilli à la CJC (avec ou sans toi). Les propos de chacun restent **confidentiels** !

Retrouve plus d'informations
sur le site internet

www.bretagne.ars.sante.fr



Flash moi !

Prends soin de ta santé
au quotidien avec
 @pourmasante_

Ne pas jeter sur la voie publique

Conception Le Cîné Jaune

DUR D'Y VOIR CLAIR



ALCOOL, DROGUES, JEUX, RÉSEAUX...
**TU PEUX VITE TE PERDRE
DANS L'ADDICTION**

OÙ TROUVER UNE CJC ?

La CJC est gratuite et confidentielle. Des professionnels à ton écoute, échantent et répondent à tes questions dans le respect et sans jugement. Tu es libre d'aborder ce qui te préoccupe dans ton quotidien, ta vie familiale, scolaire ou professionnelle, amicale, ta santé, ta vie amoureuse.

22 CÔTES-D'ARMOR

Dinan 02 99 21 22 30

CJCA - 5 Rue Gambetta

Lannion 02 96 46 58 20

CJC - 16 av. du Général de Gaulle

Paimpol 02 96 55 64 17

CJC - Centre hospitalier
Max Querrien
Chemin de Malabry

Guingamp 02 96 44 58 52

CJC - 1 rue Saint Nicolas

Loudéac 02 96 25 36 80

CJC
38 rue de Moncontour

Rostrenen 02 96 57 40 65

CJC
35 rue Ollivier Perrin

Saint-Brieuc 02 96 60 80 69

CJC - Addictions France
3 ter rue Jules Vallès - B.P 2107

CJCA - 30 Rue Brizeux

Lamballe 02 96 60 80 69

48 bis rue du Dr Lavergne

35 ILLE-ET-VILAINE

Redon 02 99 71 71 28

CJC - rue de Galerne

02 99 71 71 28

CJCA - 3 Rue Charles Sillard

Rennes 02 22 51 41 41

CJC - 39 rue Saint Melaine

02 99 31 87 35

CJCA - 4 bis Cours des Alliés

Fougères 02 99 17 73 91

CJC - 133 rue de la Forêt

Vitré 02 99 74 14 68

CJC - 16 boulevard Denis Papin

Saint-Malo 02 99 21 22 30

CJC - 80 Boulevard du Rosais

Plélan-le-Grand 06 11 87 34 79

CJCA Brocéliande (Plélan)
3 rue de la Licorne

Saint-Méen-le-Grand

06 11 87 34 79

CJCA Brocéliande
2 rue Croix du passage

56 MORBIHAN

Lorient 02 97 21 47 71

CJC - 39 rue de la Villeneuve

02 97 64 71 33

CJCA - 2 rue du Poulorio

Ploërmel 02 97 73 39 81

CJC - Rue du Val

Pontivy 02 97 25 93 78

CJC - 1 rue Joséphine

Vannes 02 97 01 34 18

CJC - 6 rue du Capitaine Jude

Vannes 02 97 61 33 21

CJCA - Résidence Saint-Anne
24 rue Pierre Ache

Auray 02 97 29 58 30

CJC - 5 rue du Lévenant

29 FINISTÈRE

Brest 02 98 22 36 00

CJC - 2 avenue Foch

CJCA - 2 avenue Foch

Landerneau 02 98 22 36 00

CJCA - Place François Mitterrand

Morlaix 02 98 62 64 02

CJC - 6 rue Louis Bodélio
29600 Plourin-lès-Morlaix

Landivisiau 02 98 62 64 02

CJCA - Place Jeanne d'Arc

Quimper 06 07 56 55 87

CJC - 14 rue Marie Rose Le Bloch

Quimperlé 02 98 96 63 18

CJC - 20 bis avenue du Général
Leclerc

Carhaix 02 98 62 64 02

CJC - 17 place de la Mairie
29270 Carhaix-Plouguer

Concarneau

CJC - 61 route de Trégunc

Pont-l'Abbé 06 07 56 55 87

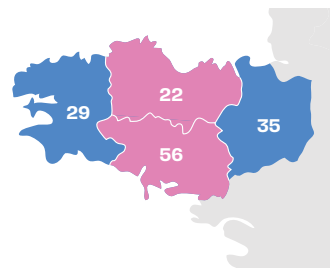
CJCA - 2 bis rue Jean Jaures

Pouldreuzic 06 07 56 55 87

CJCA - 2A rue de la mer

Douarnenez 06 07 56 55 87

CJC - 17 rue des Plomarch



A LA CJC, TOUT LE MONDE EST BIENVENU !

Je suis démotivé, stressé, comment mieux gérer ?

Je suis à cran avec mes parents !

Comment faire la fête, comment réduire les risques ensemble ?

Je n'ai pas envie d'arrêter mais est-ce que je peux réduire les risques ?

Je ne peux plus m'en passer, je ne trouve plus de plaisir, où en suis-je dans ma consommation ?

Mes parents s'inquiètent ! Ils ne comprennent pas mon comportement !

Je m'inquiète pour un copain, comment l'aider ? Je ne supporte plus la consommation d'un proche... que faire ?

Dans mon groupe d'amis tout le monde consomme, je ne veux pas me retrouver tout seul, comment faire ?

Pour toutes ces questions et bien d'autres, pas de panique ! La CJC est là pour y répondre, te rassurer, te conseiller, t'accompagner...