

TU CROIS AVOIR  
UN PROBLÈME  
DE DROGUE OU  
D'ALCOOL ?

TU ES INQUIET  
PAR TES HABITUDES  
DE JEU DE HASARD  
ET D'ARGENT ?

TU AS L'IMPRESSION  
DE PASSER TA VIE  
SUR L'INTERNET ?

NOUS POUVONS  
T'AIDER !

## PROGRAMME JEUNESSE

NOUS SOMMES UN ÉTABLISSEMENT PUBLIC DU RÉSEAU DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, NOS SERVICES SONT GRATUITS, CONFIDENTIELS ET ACCESSIBLES.

## APPELLE-NOUS !

Services externes  
de Montréal

514 486-1304

Services externes  
de la Montérégie

450 678-2426

SANS FRAIS 1 866 851-2255 / WWW.CRDFOSTER.ORG

## TU N'ES PAS SEUL

### TU ES ÂGÉ ENTRE 12 ET 17 ANS ?

### LE CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE (CRD) FOSTER VIENT EN AIDE À DE NOMBREUX JEUNES QUI VIVENT DES DIFFICULTÉS COMME LES TIENNES.

PEU IMPORTE SI C'EST TA CONSOMMATION D'ALCOOL OU DE DROGUE, TON UTILISATION D'INTERNET OU TES HABITUDES DE JEU QUI TE CAUSENT PROBLÈME, TU TROUVERAS CHEZ NOUS ÉCOUTE ET SOUTIEN. ET TA FAMILLE AUSSI, SI ELLE LE SOUHAITE.

## QUELS SONT TES BESOINS ?

POUR BIEN CONNAÎTRE TES BESOINS, UN INTERVENANT ÉVALUERA TA SITUATION LORS D'UNE PREMIÈRE RENCONTRE.

PAR LA SUITE, TU RENCONTRERAS DE NOUVEAU L'INTERVENANT POUR DISCUTER DES RÉSULTATS DE TON ÉVALUATION ET DU SUIVI QUE L'ON TE PROPOSE.

TU PEUX AINSI AVOIR ACCÈS À 8 RENCONTRES INDIVIDUELLES AVEC UN INTERVENANT. PLUSIEURS SUJETS Y SERONT ABORDÉS :

- Comment réduire l'abus ou arrêter la consommation d'alcool ou de drogues
- Comment développer des habiletés sociales et d'adaptation pour t'aider à surmonter tes difficultés
- Comment réagit ton cerveau sous l'influence de l'alcool et des drogues
- Comment éviter de retomber dans tes vieilles habitudes

PARCE QUE TU PEUX AVOIR BESOIN DE PLUS DE SOUTIEN

Le CRD Foster propose aussi d'autres services :

- Des services de soutien pour les proches d'une personne aux prises avec un problème de dépendance, et ce, même si cette dernière ne reçoit pas de services du CRD Foster
- Des services de réintégration sociale

## SI TES DIFFICULTÉS SONT LIÉES AU JEU OU À L'INTERNET

Après ton évaluation, tu pourras rencontrer un intervenant en individuel sur une période d'environ 13 semaines. Ici aussi, plusieurs sujets seront discutés pour te donner les outils nécessaires pour améliorer ta situation :

- Connaître les pensées erronées ou magiques liées au jeu
- Améliorer tes compétences pour t'aider à trouver des solutions à tes problèmes
- Développer de meilleures habiletés sociales et d'adaptation
- Prévenir la rechute

## QUI SOMMES-NOUS ?

Le Centre de réadaptation en dépendance (CRD) Foster offre des services de réadaptation gratuits aux personnes qui sont aux prises avec des problèmes de toxicomanie, de jeu pathologique et de cyberdépendance. Des services sont aussi disponibles pour l'entourage.

Le CRD Foster dessert la clientèle d'expression anglaise de l'ensemble du Québec depuis 1964. Nous cherchons à offrir des services à proximité de notre clientèle et disposons de nombreux points de service à Montréal et en Montérégie.

## APPELLE-NOUS !

MONTRÉAL

514 486-1304

MONTÉRÉGIE

450 678-2426

SANS FRAIS

1 866 851-2255

SIÈGE SOCIAL  
ET SERVICES INTERNES :  
450 659-8911



DO YOU BELIEVE  
YOU HAVE A DRUG  
OR ALCOHOL  
PROBLEM?

ARE YOU WORRIED  
ABOUT YOUR  
GAMBLING HABITS?

DO YOU FEEL LIKE YOU  
ARE SPENDING YOUR  
LIFE ON THE INTERNET?

WE CAN  
HELP YOU.

## YOUTH PROGRAM

WE ARE A PUBLIC INSTITUTION OF THE HEALTH AND SOCIAL SERVICES NETWORK; OUR SERVICES ARE FREE, CONFIDENTIAL AND ACCESSIBLE.

## CALL US!

Montreal Outpatient  
Services

514 486-1304

Montréal Outpatient  
Services

450 678-2426

TOLL FREE 1 866 851-2255 / WWW.CRDFOSTER.ORG

## YOU ARE NOT ALONE

### ARE YOU BETWEEN 12 AND 17 YEARS OLD?

THE FOSTER ADDICTION REHABILITATION CENTRE HELPS NUMEROUS TEENAGERS LIKE YOU WHO ARE HAVING THE SAME DIFFICULTIES.

WHETHER IT IS DRUG OR ALCOHOL USE, THE TIME SPENT ON THE INTERNET OR YOUR GAMBLING HABITS THAT CAUSE A PROBLEM, YOU WILL FIND SUPPORT AND UNDERSTANDING. YOUR FAMILY TOO, IF THEY SO DESIRE.

## WHAT DO YOU NEED?

TO KNOW WHAT YOUR NEEDS ARE, A COUNSELLOR WILL EVALUATE YOUR SITUATION DURING YOUR FIRST MEETING.

AFTERWARDS, YOU WILL MEET THE COUNSELLOR AGAIN TO DISCUSS THE RESULTS OF YOUR EVALUATION AND THE SERVICES WE CAN PROVIDE.

YOU MAY ATTEND UP TO 8 INDIVIDUAL SESSIONS WITH A COUNSELLOR. MANY SUBJECTS WILL BE DISCUSSED:

- How to reduce or stop abusing alcohol or drugs
- How to develop social and coping skills to help you overcome your problems
- How your brain reacts differently under the influence of alcohol and drugs
- How to avoid returning to your old habits

BECAUSE YOU MIGHT NEED MORE HELP

The Foster Addiction Rehabilitation Centre offers other services:

- Support services for family members are available regardless if the person is receiving services or not from the Foster Addiction Rehabilitation Centre
- Social reintegration services

## IF YOUR PROBLEMS RELATE TO GAMBLING OR THE INTERNET

After your evaluation, you can meet individually with a counsellor for a period of approximately 13 weeks. During that time, many subjects will be discussed to give you the tools necessary to improve your situation:

- Recognize false or wishful thinking regarding gambling
- Improve your problem solving skills to help you find solutions
- Develop better social and coping skills
- Prevent relapse

## ABOUT US

The Foster Addiction Rehabilitation Centre offers free rehabilitation services to people with substance abuse disorders, problem gambling and cyberdependence. Services are also available for family members.

Foster has been serving the English-speaking population of Quebec since 1964. We make our services accessible to our clients by having numerous points of service in Montreal and the Montréal region.

## CALL US!

MONTREAL  
514 486-1304

MONTÉRÉGIE  
450 678-2426

TOLL FREE  
1 866 851-2255

HEAD OFFICE AND INPATIENT  
SERVICES  
450 659-8911