



# Programme de sensibilisation et de réadaptation à l'égard des dépendances

**SOUTIEN POUR LES PERSONNES SOUFFRANT DE TROUBLES LIÉS À LA CONSOMMATION DE SUBSTANCES CHIMIQUES**



**Êtes-vous aux prises avec un problème de consommation? Êtes-vous inquiet(ète) de la manière dont votre dépendance aux substances chimiques influence votre vie professionnelle et vos relations personnelles?**

**Notre Programme de sensibilisation et de réadaptation à l'égard des dépendances (PSRD) peut vous aider à obtenir le traitement dont vous avez besoin pour surmonter votre problème de consommation.**

L'équipe de professionnels et de pairs du PSRD est prête à agir comme un système de soutien dans votre cheminement vers la guérison. Lorsque vous demandez de l'aide, vous êtes évalué(e) par un médecin. Outre ce médecin, vous êtes affecté(e) à une équipe constituée de pairs de NAV CANADA et du (de la) NAVCOH de votre région.

L'équipe du PSRD travaillera avec vous pour déterminer le traitement qui convient le mieux à votre situation et à vos besoins. Diverses options de traitement sont possibles : soins dans un centre de réadaptation, counseling individuel, thérapie de groupe et éducation, suivi et encadrement par rapport à la dépendance, programme des Douze Étapes ou programme équivalent. Une fois qu'un accord a été convenu pour toutes les exigences du programme, tous les frais de traitement sont couverts par NAV CANADA.

En outre, tout au long du processus du PSRD, vous pouvez compter sur le soutien confidentiel d'une équipe de pairs pour vous aider à rester sur la bonne voie. Ces pairs sont souvent des employés qui ont suivi le PSRD ou qui ont été touchés par la dépendance d'un proche aux substances chimiques.

## Obtenir de l'aide

Le PSRD est un programme à participation volontaire. Si vous avez besoin de soutien, communiquez avec un(e) pair(e) du PSRD, avec votre gestionnaire, avec un(e) spécialiste, Gestion de l'invalidité, ou avec le (la) vice-président(e) adjoint(e), Développement de talent. Une liste des pairs se trouve dans Central, sous « Programmes de soutien ».

---

## QU'EST-CE QUE LA DÉPENDANCE AUX SUBSTANCES CHIMIQUES?

La dépendance aux substances chimiques est une maladie provoquée par un usage inadéquat de l'alcool ou des drogues. Elle entraîne des changements dans le cerveau, le métabolisme et le comportement de la personne. Voici certains des effets possibles :

- malnutrition ou importante perte de poids;
- maladie du foie et autres complications médicales;
- dysfonctionnement du cerveau;
- baisse du rendement au travail;
- conséquences sociales.

## COORDONNÉES

**Vice-président(e) adjoint(e),  
Développement de talent**  
613-563-7270

**Spécialiste, Mieux-être des employés**  
613-563-3957

**Spécialiste, Santé des employés**  
613-563-4757

**Spécialiste, Gestion de l'invalidité**  
613-563-5617

**NAVCOH  
Conseillers(ères) en santé  
au travail de NAV CANADA**

FIR de Vancouver  
604-598-4872 ou 604-916-0797

FIR d'Edmonton  
780-890-8359 ou 780-446-8528

FIR de Winnipeg  
204-983-8564 ou 204-791-5613

FIR de Toronto  
905-676-3152 ou 416-931-9974

FIR de Montréal  
514-633-3395 ou 514-247-0705

FIR de Moncton  
506-867-7168 ou 506-866-2811

FIR de Gander  
709-651-5204 ou 709-424-4097

Région de la capitale nationale  
et CENTRE NAV  
613-563-3957

**Pour obtenir des services de consultation professionnels et confidentiels, communiquez avec les responsables de notre Programme d'aide aux employés et à la famille au 1-800-361-5676**

bienvivre@navcanada.ca  
wellness-bienetre.navcanada.ca