CAP
CENTRE D'APPUI ET DE PRÉVENTION

Registre des envies

Date	Heure	Force 1-10	Durée de l'envie	Qu'est ce qui a provoqué l'envie?	Où et avec qui j'étais?	Comment j'ai fait face à l'envie et mes sentiments par rapport à ça?	Activités de rechange et comportements alternatifs

150 chemin Montréal – Bureau 300 Ottawa (Ontario) K1L 8H2 | **Tél.** 613-789-2240 | **Téléc.** 613-789-2236