

PROGRAMME DE SEVRAGE

Il est recommandé de suivre ce programme avec votre médecin ou votre pharmacien afin de sevrer votre somnifère.

 Pleine dose
  Moitié de la dose
  Quart de la dose
  Aucune dose

Semaines	Plan de sevrage							
	lund	mar	mer	jeu	ven	sam	dim	
1 et 2								
3 et 4								
5 et 6								
7 et 8								
9 et 10								
11 et 12								
13 et 14								
15 et 16								
17 et 18								