

# Liens utiles

---

- **Forum de soutien et d'entraide au sevrage de SoutienBenzo:**  
Sevrage des benzodiazépines, antidépresseurs et somnifères:  
<http://soutienbenzo.forumgratuit.org/>  

- **Le Manuel Ashton: Les Benzodiazépines: Comment agissent-elles et comment s'en sevrer ?**  
Protocole à suivre lors du sevrage des benzodiazépines  
Information sur la recherche médicale effectuée lors du sevrage clinique des benzodiazépines: <http://www.benzo.org.uk/freman/index.htm>  

- **Psychotropes.Info : site d'information sur les médicaments psychiatriques:** <http://psychotropes.info>  

- **Chaîne Youtube Carole Advices :** vidéos informatives sur le fonctionnement des psychotropes, sur le sevrage, le post-sevrage, sur les mécanismes des troubles psychologiques et sur la reconstruction après la médication psychiatrique: <https://www.youtube.com/user/CaroleAdvices>  
ou sur Psychotropes.Info:  
<http://psychotropes.info/wordpress/chaine-youtube/>  
  

- **Benzodiazépines : dépendance et sevrage :** site d'information sur la dépendance et le sevrage aux benzodiazépines: <http://benzodiazepines.onlc.fr/>
- **Guide Pour Décrocher Des Médicaments Psychotropes En Réduisant Les Effets Nocifs.** Publié par The Icarus Project et Freedom Center:  
<http://www.willhall.net/files/ComingOffPsychDrugsHarmReductGuide-French.pdf>  

- **Le site de l'association Neptune :** <http://www.forumpsy.net/>
- **Dépendance et sevrage aux benzodiazépines :** site d'information sur les benzodiazépines et leur sevrage :  
<https://sites.google.com/site/sevrageauxbenzodiazepines/Home>  
