

GROUPE

Partage autour des addictions

LES OBJECTIFS

- ▶ Identification et reconnaissance du trouble addictif
- ▶ Reconnaissance des causes et des conséquences de l'addiction
- ▶ Faire face aux besoins et aux envies de consommation
- ▶ Prévoir un plan d'urgence
- ▶ Définir des activités gratifiantes propres à chacun
- ▶ Gestion des émotions (jeux de carte, jeux de rôle)
- ▶ Gestion des pensées négatives
- ▶ Techniques de relaxation et techniques de respiration

INFORMATIONS

Déroulement

- Prise de conscience du comportement addictif
- Echanges autour du comportement addictif
- Gérer les situations à risque
- Maintenir l'abstinence fondée sur l'expérience personnelle de chacun
- L'affirmation de soi et prévention de rechute



Lieu

Établissement de Bienne

Rue Général-Dufour 17 | CH - 2502 Bienne



8 participants

Groupe ouvert



1h45

12 séances



Les jeudis

de 16:30 à 18:30



Âge minimum requis : **18 ans**



Groupe animé par :

Ehsan Houssaini

Médecin addictologue

Ellen Surdel

Psychologue

Benjamin Lory

Infirmier

Merci de penser à l'environnement, n'imprimez pas inutilement ce document.