

LE GROUPE

Le groupe **Prévention de la rechute** réunit des personnes qui ont une volonté commune : maintenir une abstinence après un temps de consommation et de dépendance à des produits psycho-actifs (alcool et/ou autres substances).

Les objectifs de ce groupe sont de prévenir, retarder et raccourcir une éventuelle période de reconsommation future (la rechute).

À l'aide de différents exercices, ce groupe vous propose d'apprendre différents outils thérapeutiques qui favorisent une abstinence. Vous en saurez plus sur les addictions et sur la gestion de situations à risque.

LE THÉRAPEUTE

Dr Antoine Lagaude

En pratique

La thérapie se déroule sur 8 séances d'une heure trente chacune. Elles ont lieu chaque semaine au Centre des Addictions à Uccle. Le tarif par séance est de 26 euros dont une partie est remboursée par l'INAMI.

Pour y participer

Une première consultation individuelle est souhaitée avant de débiter les séances. Cet échange est utile pour poser vos questions et recevoir des informations détaillées. Pour cela, merci de contacter le thérapeute (coordonnées au dos).

Quelles conditions ?

Toute personne motivée pour maintenir une abstinence et qui désire s'engager dans un programme de soins est la bienvenue. La participation à l'ensemble des 8 séances est recommandée.

QUE FERONS-NOUS ?



Psychoéducation



Auto-observation



Gestion des envies



Stratégies d'évitement



Affirmation de soi



Travail motivationnel



Résolution de problèmes



Plan d'urgence

" Ça commence par
une idée et puis ça
devient tout autre
chose. "

Pablo Picasso



**CENTRE
DES ADDICTIONS**
BRUXELLES-EPSYLON

Avenue de Boetendael 27-34
1180 Uccle
(accueil sur rendez-vous)

Pour participer au groupe

Dr Antoine Lagaude
Tél : 02 431 76 00
(lundi au jeudi de 10h à 12h)
et addictions@epsylon.be

Plus d'informations sur
www.centre-addictions.be



**GROUPE
THÉRAPEUTIQUE**

**PRÉVENTION DE
LA RECHUTE**

**CENTRE
DES ADDICTIONS**
BRUXELLES-EPSYLON

www.centre-addictions.be