

# GROUPE

Groupe Addiction :  
accros ou pas...?

## LES OBJECTIFS

- ▶ Comprendre l'addiction et leurs mécanismes
- ▶ Comprendre le processus de rechute
- ▶ Repérer ses situations à risques
- ▶ Repérer ses forces et ses ressources
- ▶ Repérer, accompagner, écouter ses émotions : celles qui favorisent ou éloignent la prise de produits

## INFORMATIONS

Ce groupe s'adresse à toute personne qui s'interroge sur son rapport aux produits psychoactifs ou sur ses comportements addictifs. L'objectif est de favoriser le processus de cheminement propre à toute dynamique de changement et d'acquérir des outils pour réguler ou arrêter les consommations ou d'autres comportements dommageables. Il se déroule en six séances dont les thèmes sont: *Quand parle-t-on d'addiction ?*, *La roue du changement : bénéfices et intérêts à diminuer ou à poursuivre la consommation ou le comportement*, *expérimentations de différents outils*, *travail sur les ressources et les forces personnelles et enfin les stratégies...*



Lieu

### Établissement d'Yverdon

En Chamard 55A | CH - 1442 Montagny-près-Yverdon



12 participants **Groupe ouvert**



1h30 **6 séances**



**Les mardis** de 13:45 à 15:15



Âge minimum requis : **17 ans**



**Groupe animé par :**

**Laurianne Mer**

Médecin praticien

**Elise Matignon**

Infirmière

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