

ACCÈS



EN VOITURE

- ▶ A 54 Bruxelles-Charleroi, sortie n°29 «Mont-sur-Marchienne-Vilette»; direction Marchienne N579 (pendant 2 kms). Suivre flèches.
- ▶ N90 depuis Binche : à Marchienne-au-Pont, suivre direction Hôpital Van Gogh.
- ▶ Par le R3, sortie n°4 «Marchienne-au-Pont-Beaumont-Montigny-le-Tilleul». Suivre flèches.



PARKING

- ▶ De vastes parkings gratuits sont à la disposition des patients et de leurs familles devant l'hôpital.



EN BUS

- ▶ Lignes 43, 50, 52, 71, 72, 73, 74, 75, 109 et 172.



EN MÉTRO

- ▶ Lignes M1-M2 (arrêt Cartier).



EN TRAIN

- ▶ Arrêt en gare de Marchienne-au-Pont ou Marchienne-Zone (+/- 10 minutes à pied depuis la gare).

Centre de jour

Polyclinique

Parking gratuit

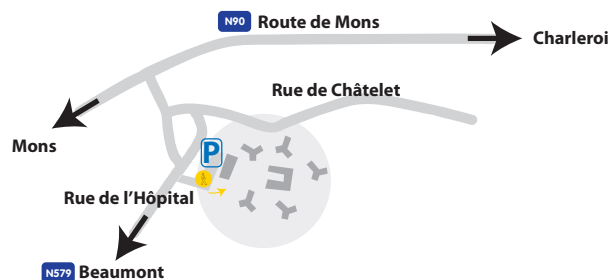
Hôpital Vincent Van Gogh

Hôpital de jour
55, rue de l'Hôpital
6030 Marchienne-au-Pont

Unité de Thérapie et de
Médecine Comportementale

Contactez l'accueil :

☎ 071/92 28 70



www.humani.be

AD0258 - 11/2022



Programme de jour
« **SOIF DE VIVRE** »
Groupe thérapeutique



UNITÉ DE THÉRAPIE
ET DE MÉDECINE
COMPORTEMENTALE

PROGRAMME DE JOUR « SOIF DE VIVRE »

INDICATIONS ET OBJECTIFS

Le programme psychothérapeutique « **Soif de vivre** » vise à aider les personnes adultes souffrant d'un mésusage d'alcool et voulant s'engager dans une démarche d'abstinence totale ou de consommation contrôlée.

Il se subdivise en **TROIS TEMPS** :

▶ INSPIRATION

Cette première étape dure environ deux mois et est ouverte aux deux démarches afin d'explorer vos motivations et clarifier votre objectif thérapeutique au regard de différents apports psycho-éducationnels (informations permettant de comprendre les composantes bio-psycho-sociales des problèmes d'alcool). Au terme de cette étape, vous serez redirigé vers la forme de prise en charge la plus adaptée à votre démarche personnelle.

▶ ACTIVATION

Cette deuxième étape dure environ trois mois et est exclusivement réservée aux personnes en démarche d'abstinence totale. Vous apprendrez notamment à identifier vos situations à risque de rechute. Vous développerez des habilités de gestion des situations difficiles (émotionnelles, relationnelles, conflictuelles,...), de restructuration cognitive, ou encore d'affirmation de soi. De plus, une attention sera portée sur des techniques de méditation de pleine conscience, de relaxation, d'auto-compassion et bien plus encore...

▶ CONFIRMATION

Cette troisième étape dure environ deux mois et est à nouveau ouverte aux deux démarches. Elle s'attardera sur l'apprentissage de stratégies de prévention de la rechute.

FORMAT

- ▶ Thérapie de groupe de 8 à 10 personnes maximum.
- ▶ Groupe fermé avec possibilité d'intégration de nouveaux participants en début de phase **ACTIVATION** et **CONFIRMATION**.
- ▶ À partir de novembre 2023, une demi-journée par semaine (le mardi) de 9h00 à 12h30.

EQUIPE SOIGNANTE

Psychiatre, référent du groupe thérapeutique

Dr. NGIRINGABO Gaston

▶ gaston.ngiringabo@humani.be

Psychologue, référente du groupe thérapeutique

Mme NKUNDABAGENZI Lydia

▶ lydia.nkundabagenzi@humani.be

MODALITÉS D'ADMISSION AU PROGRAMME DE JOUR :

- 1 Rencontre avec la psychologue référente du groupe lors d'une consultation. Si l'indication se révèle adéquate, le/la candidat(e) participe au groupe thérapeutique.
Demande d'inscription via l'adresse mail suivante :
▶ lydia.nkundabagenzi@humani.be
- 2 Le/la participant(e) s'engage à signer un contrat thérapeutique et à respecter scrupuleusement le règlement interne du groupe.
- 3 Pour les participant(e)s n'ayant pas effectué la phase **INSPIRATION** et intégrant la phase **ACTIVATION**, une période d'essai sera observée avec une possibilité de report de participation à une session de groupe ultérieure.

LE MESUSAGE D'ALCOOL

L'alcoolisation ponctuelle importante (API), la « **beuverie express** », l'hyperalcoolisation rapide ou « **binge drinking** » se caractérisent essentiellement par :

- ▶ Un usage dit « **nocif** » de l'alcool.
- ▶ Un état d'ivresse aiguë recherché rapidement en consommant de manière excessive des boissons alcoolisées sur une courte période de temps.
- ▶ Des épisodes ponctuels ou répétés de prises d'alcool.
- ▶ Une perte de contrôle « **temporaire** » qui peut être ou non directement influencée par le milieu/ l'événement en cours.

La dépendance à l'alcool se caractérise essentiellement par :

- ▶ Un usage dit « **avec dépendance** »
- ▶ Une envie répétée et irrésistible de consommer des boissons alcoolisées.
- ▶ Une perte de contrôle avec incapacité de pouvoir s'arrêter.
- ▶ Une consommation excessive et chronique.
- ▶ Un phénomène de tolérance obligeant le patient à augmenter ses doses d'alcool pour obtenir les mêmes effets qu'aux premiers temps de son alcoolisation.

Quelles en sont les conséquences possibles ?

Alors que le binge drinking peut mener à des comportements à risque sous l'effet de l'alcool, la dépendance entraîne une altération globale de la qualité de vie du patient (au niveau médical, psychologique, social, professionnel, financier et/ou juridique)