

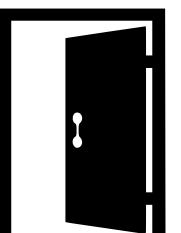
FORMATIONS ADDICTIONS



Formations brèves et gratuites sur les addictions

Données par un•e pair•e et
un•e pro en binôme

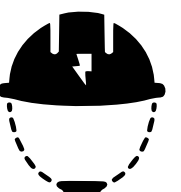
Autonomie



Empowerment



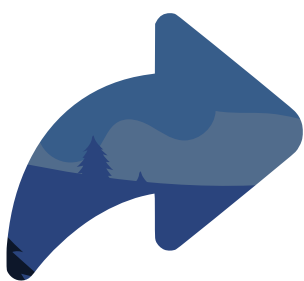
RdR



Orientations



En savoir plus



retablissement.ch

FORMATIONS ADDICTIONS

Découvrez le Recovery College

- **Le Recovery College, c'est quoi ?**

Des formations sur des thématiques en lien avec les addictions, données en binôme par un·e pro et un·e pair·e.

- **Qui peut participer ?**

Toute personne intéressée peut y assister gratuitement.

- **Quelle est leur durée ?**

Elles sont brèves et comptent 2 ou 3 séances de 1h30.

- **Quel est l'objectif de ces formations ?**

Renforcer ses connaissances et compétences sur les addictions dans un esprit interactif et convivial.

- **Comment organiser une formation en institution ?**

Un formulaire de contact est disponible en ligne. Les institutions de la CRIAD peuvent mettre en œuvre gratuitement les formations existantes du catalogue sur demande.

- **Est-ce qu'il y a des formations sur mesure ?**

Oui, avec un atelier de récolte des besoins de 1h30 organisé au préalable. Merci de contacter l'équipe du projet pour discuter des modalités.

Notre catalogue de formations

Je ne te reconnais plus quand tu as bu



Comment gérer en tant que proche lorsqu'une personne de son entourage a une consommation problématique d'alcool ? Dans ce cours, les formatrices se penchent sur cette question, en proposant des stratégies pour apaiser les tensions, et des astuces pour s'autoprotéger.

Soraya et Noémie

J'ai craqué... et après ?



Consommer après une période d'abstinence, est-ce un échec, un apprentissage, un passage obligé ? Dans ce cours, les formateurs proposent d'explorer les expériences des participant·e·s au regard de la théorie, afin d'augmenter leur capacité d'agir et prévenir la rechute.

Patrick et Thomas

Parler à ses proches : comment dire ? Comment écouter ?



Comment parler de ses problèmes d'addiction à ses proches ? Comment écouter son entourage ? Dans cette formation, les intervenant·e·s se centrent sur l'importance de la communication dans les relations, et proposent des astuces pour augmenter la confiance en soi et en sa parole.

Yaël et Gérald

Mieux vivre avec l'addiction



Un bien-vivre ou un mieux vivre est-il possible malgré l'addiction ? Comment limiter les risques liés à la consommation ? Dans ce cours, les formateurs proposent des pistes de réflexion ainsi que des stratégies de réduction des risques à mettre en place au quotidien.

Ken et Fabio

Vous avez dit rétablissement ? Quid dans les addictions ?



Comment se rétablir lorsque l'on souffre d'une problématique d'addiction ? Dans ce cours, les formatrices proposent d'explorer les représentations du rétablissement, tout en identifiant également les facilitateurs et obstacles dans un parcours de rétablissement.

Pascale et Tania

Sécurité sociale, mes droits, mes devoirs



Comment s'y retrouver dans le système de sécurité sociale suisse sans perdre son calme ? Les intervenant·e·s proposent d'examiner les régimes d'aide sociale, avec les droits et devoirs qui en découlent, en donnant des pistes aux participant·e·s qui envisagent une reprise d'activités.

Carla et Pascal

L'après-résidentiel : un chemin vers l'autonomie



Comment gérer la sortie d'une institution résidentielle sociothérapeutique après un séjour ? Comment passer d'un cadre protégé à la vie en société ? Voilà des questions abordées par les intervenant·e·s qui proposent d'esquisser des pistes pour une transition en douceur.

Corine et Fabio

Se débarrasser de la paperasse



Comment gérer la paperasserie ? Comment interagir avec les administrations sans perdre son sang-froid ? Voilà des questions qu'abordent les formatrices, en proposant des stratégies afin de gagner en confiance et prioriser les démarches dans les méandres de l'administratif.

Rose et Carla

Volonté : prise de tête ou philosophie ?



« Quand on veut, on peut », vraiment ? L'idée séduit par sa simplicité, mais la réalité est plus complexe, en particulier lors de problématiques d'addiction. Dans ce cours, les formateurs proposent d'aller au-delà des idées reçues à travers un cheminement philosophique collectif.

Gaël et Gérald

La fiction comme outil de rétablissement



La fiction ne serait-elle pas un puissant outil pour le rétablissement et l'estime de soi ? Dans cet atelier participatif, les formatrices proposent d'aborder les addictions sous couvert de fiction, ce qui permet d'explorer d'autres possibles, tout en prenant du recul par rapport à ses émotions.

Sabine et Corine

Jusqu'ici tout va bien... dit le funambule



Comment maintenir ses objectifs de réduction ou d'abstinence d'alcool ? Quelles attitudes adopter pour conserver une vie sociale ? Les formatrices proposent de réfléchir à ces questions et d'identifier des stratégies pour renforcer l'estime et affirmation de soi.

Rose et Carla

L'improvisation comme outil de rétablissement



Et si le « faire comme si » contribuait au rétablissement, et à porter un autre regard sur le vécu ? C'est ce que proposent les formatrices dans ce cours axé sur l'improvisation. Celui-ci permettra aux participant·e·s d'exprimer leurs émotions dans un climat de bienveillance.

Sabine et Corine