

## S'INFORMER POUR:

- MIEUX DECIDER
- RENFORCER LES ACQUIS
- PREPARER LE SUIVI

ð Le séjour de post-cure offre la possibilité de vivre une expérience de vie sans alcool. Le programme thérapeutique favorise la réflexion et la prise de décision. Il permet également de préparer la sortie et l'accompagnement social, psychologique et médical.

ð Les entretiens de couple et familiaux permettent de situer la place de la consommation d'alcool dans la dynamique relationnelle. Ceci aide pour clarifier les attentes et ajuster les offres de soins.

ð Les soignants informent au sujet des modalités des soins et proposent leur soutien pour que chaque patient prenne les décisions adaptées à ses besoins.



Saint-Pons-de-Thomières, située au sein du parc naturel régional du Haut Languedoc



Séjour en chambre individuelle avec salle d'eau



Un programme thérapeutique pluridisciplinaire auquel les proches sont invités à participer

Hôpital de Saint-Pons de Thomières

CENTRE SPECIALISE  
DU HAUT LANGUEDOC

Soins de suite et de réadaptation en addictologie  
Filière Alcoolologie



Avenue de La Gare  
SAINT-PONS DE THOMIERES  
34 220

Téléphone : 04 67 97 43 00  
Fax: 04 67 97 33 75

<http://www.hopital-spons.com>



# Le séjour de soins de suite: une étape de réflexion et d'échanges, pour faire son choix de vie et prendre ses propres décisions

## CENTRE SPECIALISE DU HAUT LANGUEDOC

**Nous accueillons des personnes qui ont commencé les soins** pour les problèmes liés à leur consommation d'alcool.

**Seules les personnes abstinentes**, ayant déjà arrêté la consommation d'alcool, peuvent être admises.

**Le séjour de soins de suite est une étape** dans la démarche de soins: il succède au sevrage et ouvre l'étape d'apprentissage de l'abstinence. Cet apprentissage dure plusieurs mois ou années: c'est pourquoi la mise en place de l'accompagnement de proximité est un objectif majeur dans notre programme.

**Les dépendances autres qu'à l'alcool** sont abordées (information, modalités d'arrêt) notamment **le tabac**.

**L'accueil des proches** dans le cadre d'entretiens de couple et familiaux permet d'instaurer un climat davantage favorable pour la prévention de la rechute et le maintien de l'abstinence.

### Références du programme thérapeutique

Notre cadre théorique intègre différents courants psychothérapeutiques (psychanalyse; systémie; cognitivo-comportemental; médiation corporelle) associés aux approches sociale et médicale.

### Groupes de parole:

Ils sont animés par les infirmières, les psychologues et les médecins. Ils offrent la possibilité de partager son expérience et de progresser dans la réflexion.

L'objectif est de repérer la fonction adaptative de la consommation d'alcool, de bénéficier d'informations pertinentes, d'analyser ses motivations, de mieux s'armer pour la prévention de la rechute et de mieux s'organiser pour l'accompagnement de proximité.



### Ateliers:

- **Expression libre (ergothérapie)**
- **Technique corporelle (coordination motrice)**
- **Mémoire (stimulation cognitive)**
- **Ecriture**
- **Loisirs**
- **Sophrologie**
- **Relaxation**
- **Image de soi**



### Le séjour: 3 formules

#### 1. Séjour de 4 semaines:

Il se déroule en groupe fermé. Il concerne les personnes sevrées souhaitant renforcer leurs acquis et bénéficier d'un délai pour mieux préparer le retour dans leur milieu de vie habituel.

#### 2. Prolongation de deux semaines:

Au terme des 4 semaines de base, les personnes qui le souhaitent demandent une prolongation du séjour. La décision est prise en fonction de la pertinence de la demande et de la capacité d'accueil.

#### 3. Séjour de consolidation:

Il concerne les personnes ayant déjà effectué un séjour de quatre semaines et qui, après leur retour au domicile, rencontrent des difficultés majeures pour le maintien de l'abstinence. Elles peuvent discuter avec leur médecin de l'utilité d'effectuer un séjour de consolidation censé renforcer l'abstinence pour éviter la reprise de la consommation d'alcool.

Pour les demandes d'hospitalisation et d'entretien de couple et familiaux:

Téléphone : 04 67 97 43 00  
Télécopie : 04 67 97 33 75

