



Groepsaanbod polikliniek **WAT ALS JE WORSTELT MET ALCOHOL, DRUGS OF MEDICATIE?**



Stel je je soms vragen bij je gebruik van alcohol, drugs of medicatie? Worstel je met een verslaving? Dan zijn deze groepssessies misschien iets voor jou. We komen wekelijks samen om te spreken over een bepaald thema. Onder begeleiding van Liesbeth Vermeeren, (ervaringsdeskundige) en Lise Docx (psycholoog) kan je informatie delen en ervaringen met lotgenoten uitwisselen.

Waar? Zorggroep Multiversum, PZ Campus Alexianen, Provinciesteenweg 408, Boechout

Wanneer? Op maandag 9/9 (motivatie), 16/9 (zelfzorg), 23/9 (sociale contacten), 30/9 (terugval), 7/10 (ik in herstel) en 14/10 (ik kan het niet alleen) - van 11 tot 12.30 u

Kostprijs? € 15 (via Conventie Psychologische Zorg = 1 keer aangerekend via factuur, bedrag blijft hetzelfde, ook al ben je niet alle sessies aanwezig)



ZORGGROEP
MULTIVERSUM
IEDER VERHAAL TELT

Wie zijn wij?

Liesbeth Vermeeren is ervaringsdeskundige en heeft reeds 4 jaar ervaring met het ondersteunen van mensen in hun herstelproces. Ze is als ervaringsdeskundige actief bij het Mobiel Psychiatrisch Team Multiversum, Cadenza, zelfhulpgroepen en een privé praktijk. Lise Docx is klinisch psycholoog en systeemtherapeut. Ze heeft meer dan 10 jaar ervaring in zowel ambulante als residentiële verslavingszorg.

Wat zijn de thema's?

9/9 Motivatie is belangrijk om tot verandering te komen. Wat kan je doen om je motivatie te versterken en te behouden?

16/9 Zelfzorg. Moeilijke momenten horen bij het leven. Hoe ga je hiermee om en behoud je je veerkracht?

23/9 Sociale contacten. We staan stil bij je sociale context. Wat wil je graag behouden en veranderen?

30/9 Terugval. Omgaan met een verslaving is vaak een proces met vallen en opstaan. Wat betekent terugval in dit proces en hoe kan je hiermee omgaan?

7/10 Ik in herstel. Herstellen van een verslaving is meer dan alleen stoppen met gebruiken. Wat vind jij belangrijk en hoe wil jij je leven graag (opnieuw) invullen?

14/10 Ik kan het niet (alleen). Herstellen doe je niet alleen. Tijdens deze bijeenkomst staan we stil bij de rol van naasten in je herstelproces en waar je terecht kan voor hulp.

**KLIK HIER OM JE
IN TE SCHRIJVEN**

of bel naar 03/443 79 23.

Bereikbaar van maandag tot vrijdag tussen 9 en 17 u.