

Service de médecine des addictions

Groupe de prévention de la rechute basée sur la pleine conscience (MBRP)



Quoi?

Ce groupe de prévention de la rechute (cycle de 8 séances) est basé sur des exercices de méditation en pleine conscience dans le but de :

- Acquérir les moyens pour sortir des réactions ou comportements automatiques nocifs
- Agir de manière plus réfléchie et consciente

Pour qui?

Ce groupe est destiné à toute personne abstinente qui souhaite apprendre à mieux gérer les inconforts et envies liés à l'arrêt de la consommation.

Quand?

Session ponctuelle, dates à définir.

Où?

Session ponctuelle, lieu à définir.

Règles du groupe

- Respect de la confidentialité
- Respect de l'expérience propre de chacun-e, non-jugement

Inscription

Veuillez contacter le secrétariat au 021 314 84 00. Pour les personnes avec un suivi en cours au sein du service, il est possible de se renseigner auprès des thérapeutes.

Entretien d'indication préalable.

Prix

La participation à ce groupe est remboursée par les assurances maladie de base, hormis la franchise et la quote-part de 10%

Une ordonnance de psychothérapie est requise.

Plus d'informations

www.chuv.ch/medecine-addictions