

Cannabis Clinic C.H.U. Brugmann

- **Programme d'arrêt ou de réduction de la consommation de cannabis**

Public : Toute personne intéressée ayant des difficultés à gérer sa consommation, souhaitant l'arrêter ou la réduire et prêt à s'engager à suivre l'entièreté du programme.

Admission : après un entretien à la consultation.

Prix : 35 euros la journée (repas compris) avec mutuelle belge en ordre.

Programme :

Le programme s'étale sur 5 mois et comprend 10 journées qui se composent comme suit ;

1. Un groupe de réflexion et d'action dans lequel plusieurs thèmes sont abordés: l'histoire de la consommation, le partage de l'information concernant le produit, l'exploration et la mobilisation de la motivation au changement et le passage à l'action. Ceci se réalisera en aidant à distinguer les différents facteurs (personnels, familiaux, environnementaux, ...) à l'origine de la consommation, en repérant les comportements, les pensées, les émotions et le contexte actuel qui entretiennent cette consommation et en discutant de stratégies concrètes permettant d'aider chacun dans sa singularité à atteindre les objectifs qu'il se sera fixé. La dernière séance sera consacrée à la prévention de la rechute.
2. Un groupe de relaxation : apport de diverses techniques visant à utiliser les ressources des participants pour se détendre, mieux gérer le stress et les pensées négatives, développer la créativité, augmenter les sentiments de bien être et de confiance en soi...
3. Séances individuelles avec un des thérapeutes de la Cannabis Clinic, visant à approfondir des aspects abordés lors des groupes ou à aborder des sujets plus personnels. Possibilité également d'entretien de couple ou de famille en fonction des demandes. Les entretiens peuvent se faire à des fréquences plus importantes en fonction des attentes des participants (au prix habituel des consultations).
4. Analyse du taux de THC dans les urines, visant à donner un feed back à chaque participant (feed back donné lors des entretiens individuels).
5. Permanence sociale à la demande.