



COMPRENDRE ET REAGIR FACE AUX ADDICTIONS

OBJECTIF :

Permettre une prise de conscience de la dangerosité des addictions pour soi et pour son entourage et initier ainsi une réaction

PROGRAMME :

1°) Collecte des représentations

- Qu'est-ce qu'une addiction ?

2°) Addiction comportementale et dépendance à une substance psychoactive

3°) Les notions de plaisir, envie, bien-être, besoins, accoutumance, culpabilité, satisfaction, habitudes et dépendance

4°) Le fonctionnement de notre cerveau : simple et logique

5°) Les conséquences physiques, psychiques professionnelles, sociales, familiales, et environnementales

6°) La législation

7°) Comment ne pas entrer en addiction ?

8°) Les 5 étapes pour sortir d'une addiction

9°) Collecte des nouvelles représentations et connaissances

10°) Evaluations à chaud et présentation de l'évaluation à froid

11°) Echanges libres

COMPETENCES VISEES :

Être capable de :

- Repérer les différents types d'addictions et leurs origines
- Distinguer besoins et envies
- Expliquer les mécanismes du corps face à une addiction
- Identifier les multiples conséquences
- Mettre en place des solutions pour résister aux addictions.

DUREE : ½ journée (3.5 heures)

POUR QUI ? Tout public par groupes de 10 personnes maximum

PREREQUIS : Aucun

METHODES PEDAGOGIQUES :

Pédagogie participative selon notre processus d'apprentissage : **ERECA** : Engagement / Réflexion
Expérimentation / Compréhension / Action

EVALUATIONS :

- **à chaud** : de l'évolution des représentations et de la satisfaction des participants
- **à froid** : après 6 mois auprès :
 - du stagiaire : auto-évolution de son comportement et des changements
 - du responsable : évolution des indicateurs et estimation de l'impact de la formation sur la santé des personnes

DOCUMENTS :

- Livret pédagogique pour chaque participant
- Attestation individuelle de formation
- Bilan pour le responsable (évaluations et remarques des participants et du formateur)

