

Informatie training Omgaan met verslaving

De training omgaan met verslaving is speciaal ontwikkeld voor mensen met ASS en een verslavingsproblematiek. De bijeenkomsten hebben een persoonlijk karakter en zijn gericht op veilig voelen. Men moet het gevoel hebben te kunnen delen wat nodig is.

De training bestaat uit 12 bijeenkomsten, waarin je leert inzicht te krijgen in je verslavingsgedrag en de gevolgen die dit gedrag heeft op jou en je directe omgeving. Er wordt samen met jou naar passende alternatieven gezocht en deze worden in beeld gebracht zodat er nieuw gezonder gedrag voor in de plaats kan komen.

We kijken naar gezonde gewoontes en genoegens, strategieën die voor jou belangrijk zijn om een uitglijer te voorkomen, we maken hoog risico situaties en waarschuwingssignalen visueel zodat je jezelf kunt voorbereiden op risicovolle situaties en keuzes leert maken die je behoeden voor uitglijers en terugvallen.

We zoeken samen naar gezonder alternatief gedrag en maken dit eigen, zodat je zelfstandig in staat bent verandering door te voeren. Daarnaast maken we een S.O.S. kaart om inzichtelijk te maken wat je kunt doen bij risico's.

Aanmelden via:	kennisbank@autismepunt.nl
Aantal keer:	1 intake + 12 bijeenkomsten + 1 evaluatie
Frequentie:	Eén keer per week (m.u.v. vakantie en feestdagen)
Start:	18 maart
Dag en tijdstip:	Maandag van 16.30 tot 18.00 uur
Groepen maximaal:	4 deelnemers (groep gaat door bij minimaal 3 deelnemers)
Locatie:	Lupinestraat 14, 5614 GM Eindhoven
Prijs:	Kan betaald worden vanuit ZIN/PGB of door zorgverzekeraar.
Belasting:	korte huiswerkopdrachten
Trainers:	Marij vd Aalst Tel. 06-46925344