

4. Relevante websites/telefoonnummers

- Vlaams expertisecentrum voor Alcohol en andere Drugs (VAD): www.VAD.be
- De Druglijn: www.druglijn.be of bel 078/15.10.20

Hulp buiten GZA rond verandering in alcoholgebruik:

- Uw huisarts
- AA Vlaanderen (zelfhulpgroep): www.aavlaanderen.org
- SOS Nuchterheid (zelfhulpgroep): www.sosnuchterheid.org
- Centrum Geestelijke Gezondheidszorg VAGGA: www.vagga.be/nl/verslavingszorg
- Narcotics Anonymous Vlaanderen (zelfhulpgroep): www.na-belgium.org
- Verslavingskoepel Kempen: www.verslavingskoepel.be



GZA Ziekenhuizen

ZORGPAD ALCOHOL

Patiënten folder

In deze folder krijgt u meer informatie over

1. Wat het Zorgpad Alcohol is
2. Wat het zorgaanbod is binnen GZA
3. Wat praktische zaken
4. Wat relevante telefoonnummers en websites



1. Wat is het Zorgpad Alcohol?

Om meer bewustheid te creëren heeft het Vlaams expertisecentrum voor Alcohol en andere Drugs (kortweg VAD) de handen in elkaar geslagen met verschillende grote ziekenhuizen doorheen Vlaanderen (waaronder ook dit ziekenhuis) om ondersteuning te bieden aan mensen om meer bewust te worden van ons alcoholgebruik.

Uiteraard drinken we allemaal wel eens graag een glaasje. Wie niet? We ondervinden vaak verschillende voordelen om te drinken: we zijn vlotter in contact, we zijn sneller geneigd slechte herinneringen te vergeten, het ontspant ons... Vaak is het gewoon ook gezelliger om een glaasje mee te drinken op een gelegenheid. Alcohol is gewoon erg aanwezig in (en zelfs een onderdeel van) onze maatschappij. Toch is het verband tussen alcohol en uw gezondheid een goed (wetenschappelijk) onderzocht feit.

Soms, ook bij niet-overmatig drinken, kunnen de kortstondige voordelen van ons alcoholgebruik op lange termijn toch wel serieuze gevolgen hebben voor onze gezondheid. Vaak is het overduidelijk wanneer er te veel gedronken wordt en hulp nodig is. Vaak is dit ook niet. Alcoholgebruik hoeft niet altijd overmatig te zijn om onderliggend ons te beïnvloeden. Vaak zijn we ons er niet van bewust.

2. Wat is het aanbod?

GROEPSAANBOD:

In het ziekenhuis worden er groepsessies aangeboden: ons Kort Interventie Traject (KIT). Dit is een reeks van 5 groepsessies die gegeven worden door professionals aan mensen die bewuster willen omgaan met hun alcoholgebruik. U wordt begeleid gedurende 5 sessies van 2 uur (1 sessie per week, laatste sessie enkele weken na de 4de sessie) om u hierbij te ondersteunen. De sessies bouwen op elkaar voort en daarom moet je de volledige reeks volgen. Deze sessies gaan door in Sint-Augustinus en Sint-Vincentius en u hoeft hiervoor niet opgenomen te zijn.

3. Praktische informatie

Hoe aanmelden voor de groepsessie?

1. U kunt een mail sturen naar volgende mailadres: zorgpadalcohol@gza.be
2. U kunt het invulformulier invullen op de website www.gzaziekenhuizen.be/zorgpadalcohol

Wilt u meer informatie?

1. U kunt altijd een mailtje sturen
2. Neem een kijkje op www.gzaziekenhuizen.be/zorgpadalcohol

Hoeveel kost het?

De volledige reeks van 5 groepsessies kost 12.5 euro (2.5 euro per sessie).

De sessies gaan telkens door van 16.00-18.00 in Sint Augustinus Ziekenhuis op:

7.11.23
14.11.23
21.11.23
28.11.23
19.12.23

> Inschrijvingen voor een reeks kan telkens tot 3 werkdagen voor de start van een nieuwe groep.