

Alles wat je wil weten over onze hulpverlening

Je ziet het voor jezelf niet meer zitten! Je hebt het gebruik hoe langer hoe minder onder controle, je krijgt alsmaar meer problemen op verschillende vlakken, je krijgt vervelende reacties, je voelt je minder fit,...

Mensen die overmatig drinken of medicatie slikken, die drugs gebruiken of zich niet kunnen beheersen op speelautomaten of internet ervaren vaak veel problemen, met hun omgeving, maar vooral ook met zichzelf. Het is niet makkelijk om te (moeten) erkennen dat je eigenlijk een probleem hebt. Het is niet makkelijk om te beslissen iets een je gewoonte te veranderen. Het is zo mogelijk nog moeilijker effectief de stap naar stoppen met drinken, slikken, gebruiken, spelen, ... te zetten. Ondanks de vele capaciteiten die men heeft, lijkt het een loodzware taak, een onoverkomelijke opgave.

In hulpverlening proberen we samen een oplossing te zoeken voor je problemen, gaan we samen kijken hoe we je situatie kunnen veranderen, verbeteren. We doen dat kosteloos, op je eigen tempo en in alle discretie.



Voor de drinker/gebruiker biedt de CAD een ruim aanbod van individuele en groepsinitiatieven, waaruit je naar eigen goeddunken datgene kan 'plukken' wat voor jou zinvol lijkt. Tijdens een eerste contact kan een hulpverlener dit samen met jou bekijken.

Vind je het moeilijk om onmiddellijk deze stap te zetten, aarzel dan niet ons (eventueel anoniem) telefonisch te contacteren. Een hulpverlener neemt graag even de tijd om naar je verhaal te luisteren en bekijkt samen met jou wat je verder kan doen.

Individuele hulpverlening

De meeste cliënten komen naar onze dienst voor **individuele gesprekken** met een hulpverlener:

- **éénmalig consult:** een gesprek waarbij je gebruik en alle mogelijke knelpunten daar rond besproken wordt en waarbij we samen antwoorden proberen te vinden op de vragen die je hebt. Je kan nadien steeds terug contact opnemen.
- **éénmalig informatiesprek:** een gesprek waarbij de hulpverlener uitleg en informatie geeft rond middelen, hun effecten en werking, ... Je kan nadien steeds terug contact opnemen.
- **intakegesprek:** kennismakingsgesprek met het oog op verdere begeleiding. De intake gebeurt door een hulpverlener die zich heeft gespecialiseerd in het hebben van het eerste contact met een cliënt. Na het intakegesprek wordt een dossier en verslag opgesteld, het verhaal van de cliënt wordt op de teamvergadering voorgesteld en een vaste hulpverlener wordt gekozen. Deze hulpverlener is degene met wie je verdere gesprekken zal hebben. Begeleiding kan individueel, als koppel, als gezin.

Je kan bij ons ook terecht voor de opvolging van je **medicamenteuze behandeling**.



Alles wat je wil weten over onze hulpverlening

Wanneer je naast je gebruik ook kampt met *andere (mogelijk psychiatrische) probematieken*, zoals depressie, psychose, zelfmoordgedachten, persoonlijkheidsstoornissen, ... kan je daarrond onze psychiaters consulteren.

Praktisch:

Voor een eerste gesprek neem je best telefonisch contact op met het CAD van Hasselt of Genk, waar de kennismaking zal plaatsvinden. Men zal er een afspraak voor je plannen. Vermeld je naam, telefoonnummer en van waar je bent.

Verdere begeleidingsgesprekken kunnen eventueel plaatsvinden in één van de CAD-regiokantoren, rekening houdend met de openingsuren van dat kantoor. De CAD heeft regiokantoren in Neerpelt, Tongeren, St-Truiden, Beringen, Heusden, Lommel, Maasmechelen, Lanaken.

CAD-hulpverleners hebben beroepsgeheim; je kan er in vertrouwen je verhaal kwijt.

Je betaalt niets voor de individuele gesprekken.

Cursussen en praatgroepen

Naast deze individuele contacten met een hulpverlener, is er ook de mogelijkheid van het volgen van **cursussen en praatgroepen**. Het groepsaanbod richt zich tot op heden op drinkers en gokkers.

Voor drinkers:

- *cursus 'Wanneer is alcohol een probleem?':* een cursus van 4 sessies, waarbij drinkers, ouders, partners, kinderen, ... zich (samen) kunnen komen informeren over alcohol, gebruik, verslaving, ...om voor zichzelf een antwoord te vinden op de vraag 'Wanneer is alcohol een probleem?'

- *cursus 'Meten met Maten':* een cursus van 10 sessies, waarin drinkers hun drinkgedrag analyseren en hun maat leren kennen.

- *praatgroepen 'Mannengroep', 'Vrouwengroep' en 'Koppelgroep',* met een maandelijkse bijeenkomsten. Mensen met een alcohol- (en medicatie-)probleem komen samen thema's bespreken en ervaringen uitwisselen.

Voor gokkers:

- *gokcursus:* een cursus van 10 sessies voor iedereen die een probleem heeft met gokken en die meer controle over dit gokgedrag wil hebben.

- *praatgroep voor gokkers* met maandelijkse gespreksavond, waarbij gokkers thema's bespreken en ervaringen uitwisselen.

Praktisch:

Voor deelname aan deze groepsinitiatieven wordt er een kennismaking met een van de begeleidende hulpverleners gevraagd. Je kan hen contacteren via het centrale nummer van de CAD. Op de folder vind je de namen van de contactpersonen.

Alle groepsinitiatieven vinden plaats in Hasselt of Genk.

Voor de cursussen wordt een kleine bijdrage gevraagd (max €10).

