



# RASANAM

## FICHE D'ACCOMPAGNEMENT

### (S')INFORMER

#### Suggestions de thématiques pour une animation

- L'importance de l'accompagnement spécifique, de l'écoute et du soutien pour les proches des personnes concernées par des problématiques d'assuétudes
- Les lieux de prise en charge pour l'entourage d'une personne encline à l'addiction

#### Objectifs de la vidéo

- Faire de la prévention et proposer des pistes concrètes pour accompagner (aide, soins) les proches des personnes souffrant de problèmes liés aux assuétudes.
- Mettre en lumière les bienfaits de différentes approches thérapeutiques, dont l'accompagnement individuel et les groupes de paroles, afin d'accompagner au mieux les proches des personnes touchées par des problématiques d'assuétudes.
- Valoriser le rôle de l'entourage dans le cadre de l'accompagnement d'un·e proche enclin aux addictions.
- Informer sur l'importance que les proches prennent soin d'eux et ne s'oublient pas dans le cadre de l'accompagnement d'un·e proche enclin aux addictions.

#### L'acteur de la vidéo

- Le **réseau RASANAM** est le réseau assuétudes de la région namuroise agréé par la Région Wallonne. Son rôle est de soutenir et de coordonner les actions des institutions qui accueillent, informent, accompagnent ou soignent les personnes dépendantes à un produit licite ou illicite (alcool, drogues, médicaments...) ou à un comportement (jeux, ...). Son rôle principal est de soutenir la concertation et l'action des services membres du réseau. Leur finalité est d'améliorer la qualité des soins et de l'aide en matière d'assuétudes et de favoriser la continuité des prises en charge.



## BOUSCULER

### Les grandes pistes de réflexion et les questions concrètes liées

- Quelles peuvent être les difficultés vécues pour les proches, l'entourage d'une personne qui souffre d'assuétudes ? Quels peuvent être les risques à terme si les proches s'oublient au profit de la personne qu'ils et elles aident ?
- Quels différents accompagnements et aides peut-on trouver spécifiquement pour les proches de personnes concernées par les addictions dans l'offre proposée par le réseau RASANAM sur le territoire namurois ? en Belgique francophone ?
- En quoi l'accompagnement des proches est-il également essentiel, dans le cadre de l'accompagnement des personnes concernées par les problèmes d'assuétudes et la prévention des addictions ? Pourquoi est-ce important que l'entourage puisse se retrouver au centre des préoccupations, en matière d'assuétudes ?
- Quelle est la force des groupes de parole pour les personnes qui ont un-e proche touché-e par un problème d'assuétude ?
- Avez-vous déjà été concernée par la situation ? Si oui, qu'avez-vous pu mettre en place pour prendre soin de vous, prendre du recul ou trouver des moments de répit ?



## MOBILISER

### Liens vers des outils qui permettent d'alimenter la réflexion

- Le [site](#) du réseau RASANAM.
- Les [membres du réseau](#) assuétudes RASANAM et leur guide pratique pour s'orienter plus facilement parmi les différents services d'aides proposées, en matière de santé mentale et d'assuétudes dans la région de Namur-Dinant.
- Le [site](#) de la Fédération des Institutions pour Toxicomanes de Wallonie (Fédito Wallonne).
- La [liste](#) des 18 partenaires du réseau supra-local Wallonie-Bruxelles (WaB).
- Le [site](#) d'Infor Drogues & Addictions qui offre de l'information, de l'aide, des conseils à toute personne ou collectivité de manière anonyme.

#### Ressources audiovisuelles

- L'épisode « [Alcool, nous avons un problème](#) » du Podcast Vivons heureux avant la fin du monde par ARTE radio.
- La collection de documentaire portée par le réseau régional de France 3 « La France en vrai » propose [huit films documentaires](#) sur les causes, les mécanismes et les conséquences de la dépendance, diffusés dès le mois d'avril 2024.
- L'épisode « [En finir avec les addictions #17](#) » du podcast Psychologie et Bien-être par Psychologue.net.
- Le film « [My beautiful boy](#) », film américain de Felix Van Groeningen, 2018.
- Le film « [Oslo, 31 août](#) », film norvégien coécrit et réalisé par Joachim Trier d'après « Le Feu follet » de Pierre Drieu la Rochelle, 2011.
- Le documentaire « [Le cri des coquelicots](#) » réalisé par Elisa Vdk, Melissa Laurent et Sophie Godenne, qui donne la parole à des femmes bruxelloises au quotidien précaire, (ex-)consommatrices de drogues, parfois mères, travailleuses du sexe et/ou (ex-)détenues, 2022.

Ressources littéraires :

- Le livre « Et toi, pourquoi tu bois ? » écrit par Charlotte Peyronnet, paru en 2024 et qui traite de l'omniprésence de l'alcool dans la société et des spécificités de l'alcoolisme féminin.
- [L'entretien de Charlotte Peyronnet sur son livre](#) dans l'émission « Entrez sans frapper » de Jérôme Colin, diffusée le 10 janvier 2024.

### **Pistes d'actions et de mobilisations concrètes**

Si vous êtes une personne dépendante ou un·e proche, vous cherchez de l'information sur l'offre d'aide et de soins en assuétudes :

- Contactez le [réseau RASANAM](#) en région namuroise.
- Contactez les [services d'aides](#) existants près de chez vous via la liste des 18 partenaires du réseau WaB. Il s'agit du Réseau supra-local Wallonie-Bruxelles, une organisation interprofessionnelle et interinstitutionnelle qui œuvre à la mise au point de bonnes pratiques de coopération entre services d'aide aux personnes présentant une problématique d'assuétude.
- Contactez la [permanence téléphonique d'Infor Drogues & Addictions](#) ouverte à toute personne (jeune, adulte, usager de drogues, proche d'usager, professionnel) qui souhaite parler et/ou poser des questions à propos des drogues et de leurs usages.

Partagez nos vidéos pour sensibiliser et informer sur les aides et soins existants en matière d'assuétudes dans la région de Namur.

Soyez attentif·ve à ne pas véhiculer de propos stigmatisant et jugeant à l'égard de personnes concernées par l'addiction.

Essayez aussi de soigner le choix des mots quand vous parlez de problématiques liées aux assuétudes ou de personnes concernées et touchées par les addictions. D'être nuancé·e dans vos propos, afin de ne pas renforcer les stéréotypes existants.

Si vous vous sentez démuni·e face à une personne emprise à l'addiction et par la façon dont il serait judicieux de l'accompagner, orientez-vous vers les structures spécialisées pour demander une aide adaptée et soutenir la personne de manière plus adéquate.

