

# Formation SOS Alcool

**12 soirées** pour développer son écoute et sa compréhension des problématiques liées à l'alcool.



# Apprendre - comprendre - conseiller

**La formation SOS Alcool** s'adresse principalement aux personnes bénévoles, pair-e-s répondant-e-s ou futur-e-s répondant-e-s de notre ligne SOS Alcool. D'autres personnes intéressées à titre professionnel ou personnel peuvent également s'y inscrire sur demande.

Le but de la formation est d'acquérir ou de développer une pratique d'écoute auprès de personnes concernées par la problématique d'alcool, ainsi qu'auprès de leurs proches. Les brefs conseils et une écoute bienveillante sont les socles de la ligne d'écoute SOS Alcool.

Les thèmes traités sont les suivants :

## Alcoologie et alcoolodépendance

Introduction de base sur ces deux notions et les fondamentaux de l'Écoute. Une mise en pratique permettra de traiter quelques-unes des notions suivantes: Trop c'est combien? Quelle différence entre une consommation modérée, à risque et une dépendance?

## Alcool et impacts relationnels

Mise en lumière de l'impact de la consommation d'alcool problématique sur l'environnement proche de la personne (enfants, conjoints, parents, amis, collègues). Définition de la co-dépendance et ses mécanismes. Exploration du savoir-être dans l'Écoute et mise en pratique de situations en lien avec les proches.

## Alcool et risques

Définitions et pistes d'interventions possibles face aux conséquences néfastes de la consommation d'alcool problématique sur soi et/ou sur les autres (violences, risque suicidaire, dépassements de limites). Présentation de quelques outils de savoir-faire dans l'Écoute et mise en pratique de situations en lien avec les risques

## Alcool et autres addictions

Informations et définitions d'autres types d'addiction ainsi que celles pouvant se conjuguer en parallèle.

### Formateurs et formatrices

- **Mélina Blanc**, directrice et formatrice de La Main Tendue 143
- **David Leuba**, collaborateur social, pair praticien formateur PPSM, Croix-Bleue romande
- **Vanessa Redzepi**, responsable et formatrice du Secteur social, Croix-Bleue romande

D'autres formateur-trice-s et invité-e-s peuvent intervenir également au cours de la formation.

## Déroulement des soirées

### Partie 1 – 2026

Mardi 27 octobre – Alcoologie et alcoolodépendance

Jeudi 12 novembre – Fondamentaux

Mardi 24 novembre – Analyse de pratique

### Partie 2 – 2027

Mardi 23 février – Alcool et impacts relationnels (proches)

Jeudi 11 mars – Savoir-être

Mardi 23 mars – Analyse de pratique

### Partie 3 – 2027

Mardi 2 novembre – Alcool et risques

Jeudi 18 novembre – À l'écoute de soi

Mardi 30 novembre – Analyse de pratique

### Partie 4 – 2028

Mardi 29 février – Alcool et autres addictions

Jeudi 16 mars – Savoir-faire et clôture

Mardi 28 mars – Clôture et remise des attestations

## Informations

Les soirées ont lieu de 18h30 à 21h dans les locaux de la Croix-Bleue romande à Chavannes-Renens.

Tarif : offert pour les répondant-e-s de la ligne SOS Alcool.

Prix pour les non-répondant-e-s sur demande.

# 4

modules

# 12

soirées



Plus d'informations



## Inscriptions

Écrivez-nous à l'adresse ci-dessous:

[sos.alcool@croix-bleue.ch](mailto:sos.alcool@croix-bleue.ch)



# SOS ALCOOL

0848 805 005



Croix-Bleue romande

TEL 021 633 44 33

MAIL [sos.alcool@croix-bleue.ch](mailto:sos.alcool@croix-bleue.ch)

WEB [www.croix-bleue.ch](http://www.croix-bleue.ch)

Avenue de la Gare 31

1022 Chavannes-Renens