



SERVICE DE SANTE MENTALE SPECIALISE  
DANS LA PREVENTION ET LE TRAITEMENT  
DE L'ALCOOLISME ET DES TOXICOMANIES



## Charte [www.aide-alcool.be](http://www.aide-alcool.be)

### **I. Les promoteurs**

Le **Pélican** est une ASBL spécialisée dans les assuétudes. Subsidée et agréée par la Commission Communautaire française, les services proposés s'adressent à toute personne présentant une problématique au niveau de la consommation d'alcool, de drogues, de médicaments ainsi qu'aux jeux de hasard et d'argent. Le service accueille aussi l'entourage des consommateurs.

Le **Centre Alfa** (aide liégeoise aux alcooliques, aux toxicomanes et à leur famille) est un Service de Santé Mentale (SSM) spécialisé dans le traitement, la prévention et la réduction des risques en matière d'alcoolisme et de toxicomanies agréé et subsidié par la Région Wallonne.

Ces deux ASBL se composent de psychologues, de médecins généralistes, de médecins psychiatres, de travailleurs sociaux, d'éducateurs et de secrétaires. Ces deux services sont agréés et membres des différents réseaux wallons et bruxellois qui concernent les matières propres aux assuétudes et aux problématiques connexes.

La présente charte est réalisée et avalisée par ces 2 institutions copropriétaires de l'outil [www.aide-alcool.be](http://www.aide-alcool.be).

### **II. Valeurs et philosophie en matière de prise en charge des assuétudes**

En ce qui concerne la problématique des assuétudes, les différents axes du site (Informations, Selfhelp et Accompagnement en ligne) s'inscrivent dans un continuum reliant le champ de la prévention à celui de la réduction des risques en passant par celui du soin.

Ces 3 axes d'intervention s'ancrent dans une philosophie de travail commune :

- L'assuétude naît de la rencontre d'une personnalité avec un produit dans un environnement socio-familial donné (modèle triphasé, dit triangle d'Olivenstein).
- La personnalisation de l'aide selon la demande de la personne, ses capacités et son contexte de vie sera respectée.
- Une assuétude peut être envisagée comme une trajectoire de vie, parfois étendue sur plusieurs années et souvent chaotique. Dans cette perspective, la rechute ne doit être

ni banalisée, ni dramatisée, mais être considérée comme un évènement qui peut être analysé de façon constructive pour en faire un élément d'évolution.

- L'abstinence d'un produit n'est pas un but en soi, mais un moyen, souvent indispensable pour parvenir à un mieux-être individuel, familial ou social. Cependant, le choix de l'abstinence appartient à la personne.
- Le suivi repose sur la participation active du consultant dans l'élaboration et le déroulement du traitement. Le rythme de chacun est respecté. Nous veillons à réfléchir ensemble à des solutions et non à les imposer.

Que ce soit pour le selfhelp ou l'accompagnement en ligne, **ce service est anonyme et gratuit.**

### **III. Objectifs du programme « aide-alcool.be » :**

1. *Offrir une alternative complémentaire à la consultation traditionnelle en face à face concernant la consommation problématique d'alcool, via la mise à disposition d'un outil d'information et d'accompagnement en ligne.*

Le site internet [www.aide-alcool.be](http://www.aide-alcool.be) a été élaboré dans le but de favoriser l'autonomie personnelle. En fonction de ses propres besoins, la personne peut s'informer, évaluer et analyser sa propre consommation ou sa motivation. Cela peut se faire via des tests en ligne ou un programme d'aide fondé sur les outils classiques des thérapies comportementales et cognitives. Ce programme peut être réalisé seul (partie selfhelp en ligne) ou accompagné d'un psychologue (partie accompagnement en ligne) et permet d'accéder à un forum privé d'échange. Les plages horaires s'étendent de 8h à 20h, et le samedi matin. La durée classique est de 3 mois.

2. *Approcher les personnes moins enclines à s'adresser aux services d'aide classiques (publics-cibles)*

Grâce à l'anonymat, la gratuité et la flexibilité horaire, le site vise :

- les personnes majeures,
- les personnes qui se trouvent dans des zones géographiques moins bien dotées de services psycho-médico-sociaux,
- les personnes qui ne se situent pas encore dans une démarche active de soin ou qui éprouvent un blocage à entamer directement une thérapie en face à face
- les personnes qui ont un emploi du temps et une activité peu compatibles avec les heures d'ouverture des services d'aide existants,
- les personnes qui ont des difficultés physiques ou matérielles pour se déplacer.

3. *Offrir une information de qualité à toute personne qui cherche des informations sur la thématique de l'alcool : professionnels, entourage de consommateurs, étudiants, etc.*

#### **IV. Profil des partenaires**

*Institution :*

- Reconnue, subsidiée, et spécialisée dans le domaine des assuétudes et de l'alcool en particulier, en Belgique francophone,
- Proposant une approche pluridisciplinaire,
- Intégrée au sein des réseaux de partenaires,
- Qui dégage du temps de travail d'un/des psychologue(s), consacré à la prise en charge de patients en ligne via le site.
- Qui accorde du temps de formation au(x) psychologue(s) afin de se familiariser au nouvel outil thérapeutique qu'est aide-alcool.be, ainsi que du temps consacré aux intervisions, aux mails et à la formation continuée.
- Qui s'engage à garantir la gratuité des chats du programme aide-alcool.be

*Psychologue :*

- Formation en psychothérapie et/ou un minimum de 2 ans d'expérience en psychothérapie en matière d'assuétudes.
- Intérêt pour le programme aide-alcool.be et dans l'utilisation de l'aide en ligne comme outil complémentaire à sa pratique professionnelle.
- Connaissance de l'ordinateur et être équipé d'un ordinateur avec un accès personnel à internet.
- S'engage à se former à l'aide en ligne et à l'utilisation du programme.

#### **V. Conditions nécessaires au bon déroulement du chat en ligne**

- Le/la psychologue et le patient ne peuvent travailler que lorsqu'ils sont dans des conditions adéquates pour le faire (physiquement, psychologiquement, technologiquement) pour assurer la qualité de la thérapie qui est proposée. A titre d'exemple :
  - Veiller à disposer d'un espace-temps sécurisée.
  - Eviter d'être dérangé ou interrompu en cours de chat en s'installant dans un espace adéquat et au calme.
  - Eviter de réaliser d'autres tâches afin de se concentrer uniquement sur le chat en cours.
  - Disposer d'une connexion internet fiable et stable.
  - Etc.

## **VI. Obligations en matière de prise en charge**

### **Article 1 – Formation continue**

Le/la psychologue est invité(e) à s'inscrire ou s'est inscrit dans une démarche thérapeutique et personnelle. Le/la psychologue participe à des intervisions et a un lieu de supervision de sa pratique. Cette supervision est assurée en individuel ou en groupe par un ou des pairs qualifiés.

### **Article 2 – Respect du code de déontologie des psychologues**

Tout psychologue engagé sur le projet est soumis au code de déontologie des psychologues belges (confidentialité, secret partagé, etc.).

Néanmoins certaines spécificités sont à préciser :

**Le psychologue doit :**

- **S'assurer qu'aucune personne n'a accès à son ordinateur durant les chats, à ses chats précédents et à ses notes personnelles ;**
- **Disposer d'un ordinateur personnel avec un accès sécurisé ;**
- **Se déconnecter après chaque session de chat ;**

**Et ne doit pas :**

- **Se connecter sur des ordinateurs publics (exemple : un cyber café) ;**
- **Communiquer son mot de passe à une tierce personne.**

### **Article 3 – Attitude de réserve vis-à-vis des tiers et critères d'exclusion**

Le/la psychologue n'est pas en mesure de délivrer des attestations de suivi, même si c'est une demande qui émane de l'intéressé.

Le/la psychologue pourra éventuellement motiver son refus de suivre un patient si celui-ci heurte ses valeurs personnelles ou s'il le met en porte-à-faux par rapport à l'application de la présente charte. Le/la psychologue veillera cependant à réorienter le patient vers un collègue thérapeute en ligne ou vers une autre structure d'aide.

### **Article 4 – Limites de l'aide en ligne**

Le/la psychologue reste vigilant(e) aux limites du service proposé et met en œuvre les moyens propres à l'aide en ligne pour permettre, dans le cadre de la demande du/de la patient(e), le développement personnel de celui-ci/celle-ci. Il veillera à réorienter le patient vers un confrère pour un entretien en face à face en se référant au réseau d'aide et de soins si besoin est.

### **Article 5 – En cas de risque suicidaire**

www.aide-alcool.be n'est pas un service d'aide d'urgence et n'offre donc pas de permanence 24h/24. L'aide proposée est entièrement anonyme et il est impossible d'identifier et/ou de localiser une personne.

Pour les situations urgentes impliquant un danger pour la personne ou son entourage, nous conseillons de prendre contact avec les services de secours. En cas de risque suicidaire, nous fournissons une information sur les ressources en la matière et orientons vers les structures d'aide spécialisées (services hospitaliers d'urgence, centre de prévention du suicide, télé-accueil, etc.).