



ACCOMPAGNER

BENZO-FREE

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE POUR L'ARRÊT DES
BENZODIAZÉPINES CHEZ LE SUJET ÂGÉ

Comprendre les effets du médicament, prévenir les effets secondaires,
éviter les complications



HÔPITAUX UNIVERSITAIRES
PITIÉ SALPÊTRIÈRE
CHARLES FOIX

ASSISTANCE
PUBLIQUE



HÔPITAUX
DE PARIS

LE PROGRAMME BENZO-FREE

L'hôpital Charles Foix propose **un programme éducatif** de soutien aux personnes consommant des benzodiazépines depuis plus de 6 semaines

Organisation des sessions

L'ensemble du programme est découpé en 7 sessions sur une période de 12 semaines :

- **6 ateliers** de 2 heures en petits groupes
- **3 entretiens individuels** de 45 minutes environ.

Aucune participation financière n'est demandée ; ceci entre dans la mission de prévention de l'hôpital.

La consommation chronique des benzodiazépines :

- Est fréquente chez les personnes âgées
- Augmente le risque de chutes
- Altère les fonctions cognitives
- Entraîne une dépendance

Le but de ce programme est de rendre le patient et/ou l'aidant compétent dans la gestion de la prise des médicaments et l'arrêt des traitements.

SOUTIEN

**EN PARLER
AVEC D'AUTRES
PERSONNES**

COMPRENDRE

Les objectifs

- **Améliorer vos connaissances** et vos compétences sur le maniement des benzodiazépines
- **Connaître les alternatives**
- **Vous apprendre à gérer au mieux** les mesures à prendre si besoin

Les thèmes abordés

Atelier 1

Diagnostic éducatif - **Evaluation**

Atelier 2

Connaissance des benzodiazépines

Atelier 3 à 6

Accompagnement du sevrage

Atelier 7

Synthèse et bilan collectif

Atelier 8

Synthèse et bilan individuel

**PARTAGER VOTRE
EXPÉRIENCE**

CONVIVIALITÉ

BENZO-FREE

Vous ou votre proche prenez régulièrement des benzodiazépines :

Vous pouvez bénéficier d'un programme d'éducation thérapeutique qui vous permettra d'arrêter ce traitement et ainsi de limiter la survenue d'effets secondaires.

Les séances individuelles et les ateliers ont lieu à :

Hôpital Charles Foix

7 Avenue de la République
94200 Ivry-sur-Seine

Moyens d'accès :

 **7** : Mairie d'Ivry


 **182** : Charles Foix

 **C** Gare de Vitry ou d'Ivry

Renseignements et inscriptions :

Sandrine Raymond

Référent de programme

 01 49 59 46 99

RDV : 01 49 59 46 55