



Alchochoix+ est un programme québécois d'intervention précoce de gestion de la consommation qui vise à redonner aux adultes leur capacité de choisir où, quand, avec qui et quelle quantité d'alcool ils consomment.

Catégorie d'outils	Intervention précoce : adultes – alcool
But de l'outil	<p>Alchochoix+ est un programme de prévention secondaire qui vise à éviter que le problème de consommation d'alcool ne s'aggrave. Il implique l'utilisation de stratégies de contrôle pour réduire la consommation et la maintenir à un niveau qui permet d'éviter les problèmes associées à celle-ci.</p> <p>Programme de gestion de la consommation qui combine des éléments issus de trois sources reconnues efficaces dans le traitement des troubles liés à l'usage de l'alcool :</p> <ul style="list-style-type: none">> la théorie de l'apprentissage social ;> le modèle cognitivo-comportemental de la rechute ;> l'intervention motivationnelle. <p>Programme d'intervention qui vise à réduire le risque associé à la consommation d'alcool. Il s'adresse aux buveurs à risque ou problématique (sans diagnostic probable d'abus ou de dépendance).</p>
Clientèle visée	<p>Il s'adresse aux adultes qui s'inquiètent des conséquences associées à leur consommation d'alcool.</p> <p>Le programme ne s'adresse pas aux personnes consommant plus de 35 consommations par semaine ou ayant un diagnostic d'abus ou de dépendance à l'alcool.</p>
Description de l'outil	<p>Programme de gestion de la consommation qui combine des éléments issus de trois sources reconnues efficaces dans le traitement des troubles liés à l'usage de l'alcool :</p> <ul style="list-style-type: none">> la théorie de l'apprentissage social ;> le modèle cognitivo-comportemental de la rechute ;> l'intervention motivationnelle.

<p>Format et modalité d'utilisation</p>	<p>Programme d'activités disponible en 3 formules :</p> <ul style="list-style-type: none"> > formule autonome : la personne travaille seule et à son rythme, à l'aide d'un guide pendant six à huit semaines. Certaines personnes voudront prendre plus de temps, d'autres moins. > formule guidée : en plus de progresser à l'aide d'un guide, le client rencontre à quelques reprises un intervenant Alcochoix+ qui répond à ses questions, le guide et le soutien dans sa démarche. > formule de groupe : la personne assiste à six rencontres de groupe de 90 minutes chacune. Un intervenant Alcochoix+ présente les principaux éléments du programme. Les participants discutent ensemble des obstacles rencontrés, des stratégies gagnantes, du progrès effectué, etc.
<p>Temps de passation</p>	<p>Six à huit semaines pour la formule autonome et guidée.</p> <p>Six rencontres de groupe d'une durée de 90 minutes chacune pour la formule groupe.</p>
<p>Utilisateurs et milieux d'intervention ciblés</p>	<p>CSSS</p>
<p>Pratiques existantes</p>	<p>Programme québécois appuyé par le ministère de la Santé et des Services sociaux.</p> <p>Outil qui est actuellement utilisé dans plusieurs CSSS du Québec. Devrait être implanté dans tous les CSSS d'ici 2010.</p>
<p>Formation (formation requise, formation préalable, soutien à la formation)</p>	<p>Une formation de deux jours (incluant une demi-journée de formation sur l'outil DÉBA-A/D) est obligatoire pour les intervenants qui désirent appliquer le programme.</p> <p>Les intervenants doivent posséder des compétences en relation d'aide. La formation Alcochoix+ n'est pas réservée à un titre professionnel spécifique (exemple : ARH, psychologue, travailleur social, infirmière, etc.).</p> <p>Les intervenants doivent entretenir des croyances compatibles avec l'objectif de boire contrôlé.</p> <p>L'intérêt des intervenants envers ce type de programme constitue un atout important pour favoriser la motivation des usagers.</p>
<p>Utilité de l'outil</p>	<p>Outil permettant d'amener le participant à réduire le risque associé à sa consommation d'alcool.</p>

<p>Avantages</p>	<p>Programme basé sur une intervention brève (environ 6 semaines) et sur une approche non stigmatisante.</p> <p>Programme adapté au rythme et aux besoins des individus.</p> <p>Programme flexible (offert en trois formats).</p>
<p>Inconvénients</p>	<p>Programme conçu uniquement pour l'alcool.</p> <p>Programme qui n'est pas adapté pour la population analphabète fonctionnelle ou malvoyante.</p>
<p>Validité scientifique</p>	<p>Pré-expérimentation de l'outil auprès de clients et de cliniciens.</p> <p>Étude d'évaluation d'implantation en cours.</p>
<p>Droits d'utilisation</p>	<p>Il est nécessaire d'obtenir une autorisation du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) pour utiliser le programme.</p> <p>Pour de l'information sur le programme Alcochoix+, consulter le site internet www.alcochoixplus.gouv.qc.ca</p>
<p>Personnes ressources</p>	<p>Pour de l'information sur la conception du programme : Hélène Simoneau Centre Dollard-Cormier – Institut universitaire sur les dépendances ☎ 514 385-3490, poste 3203 ✉ helene.simoneau.cdc@ssss.gouv.qc.ca</p> <p>Pour de l'information sur les formations Alcochoix+ : Véronique Landry RISQ ☎ 514 385-3490, poste 3202 ✉ veronique.landry.cdc@ssss.gouv.qc.ca</p>
<p>Référence pour fin de citation</p>	<p>Simoneau, H., Landry, M., Tremblay, J. (2004). <i>Alcochoix+ : un guide pour choisir et atteindre vos objectifs.</i></p> <p>Simoneau, H., Landry, M., Tremblay, J. (2005). <i>Alcochoix+ : Manuel de l'intervenant(e).</i></p>
<p>Publications reliées</p>	<p>Simoneau, H. (2005). Alcochoix+ : un programme québécois de boire contrôlé. <i>Info Toxico</i>. www.domremymcq.ca</p>