



Partager  
Se confier  
Y croire  
Espérer

# EN PARLER POUR SE LIBÉRER

reconnue d'utilité publique en 1922



MINISTÈRE DE LA SANTÉ,  
ET DE LA PROTECTION SOCIALE

DIRECTION GÉNÉRALE DE LA SANTÉ



Sans abo avec  
**La Croix Bleue**

189, rue Belliard, 75018 Paris • Tél. 01 42 28 37 37 • [www.croixbleue.fr](http://www.croixbleue.fr)

## Sommaire

P 3. QUI NOUS SOMMES-NOUS ?

P 4.- 5. NOTRE HISTOIRE

P 6. OBJECTIFS

P 7. METHODE

P 8. MOYENS

P 9. PARTENARIAT

P 10.-11. FONCTIONNEMENT

P 12. LE JOURNAL

P 13. CONGRES

P 14. -15. TEMOIGNAGES

P 16. CAMPING

.





## QUI SOMMES-NOUS ?

association Loi 1901

créée en 1877 à Genève et en **1883 en France**.

La Croix Bleue est composée de personnes qui ont été alcoolodépendantes ou qui sont en recherche de solutions vis-à-vis de leur relation à l'alcool ou autres produits addictifs.

La Croix Bleue est aussi composée de personnes de l'entourage, de sympathisants qui souhaitent mieux connaître la problématique et/ou apporter leur soutien, leurs compétences au service de nos objectifs.

Dans ce contexte bienveillant, les personnes en difficulté peuvent trouver les outils de leur reconstruction .

# NOTRE HISTOIRE

## En Suisse

- Louis-Lucien ROCHAT est né en 1849.  
Pour parachever ses études pastorales, il part en Angleterre.  
Il y entend pour la première fois le témoignage d'un « buveur relevé ».
- En 1874, pour vérifier qu'il est possible de renoncer à toute boisson alcoolique sans compromettre sa santé, contrairement à ce qui se disait à l'époque, il en fait l'expérience. Il en déduit que l'obstacle à l'abstinence est d'ordre social. Découvrant également que les anciens buveurs ne peuvent limiter leur consommation, que la reprise d'un premier verre entraîne les autres, il estime qu'il n'y a donc pas d'autre façon de sortir de la dépendance que la coupure totale.
- De retour à Genève, il prend le 8 janvier 1876 son premier engagement d'abstinence totale. Stagiaire dans une paroisse, il préside une série de services funèbres d'hommes (maladies ou suicides dus à l'alcool). Constatant par ailleurs l'étendue du fléau, puisque tout se fait et se traite un verre à la main, il décide d'entreprendre une campagne contre l'« intempérance ».

# En France

- Pierre BARBIER est né en 1835 à Valentigney (Doubs). Dès l'âge de 11 ans, il était connu comme un terrible buveur, ayant dû quitter sa maison après une déconfiture commerciale, homme méprisé par tous, au fond de la déchéance, dans l'impasse.

Le 18 septembre 1874, Pierre BARBIER, 38 ans, seul, dégouté de lui-même, s'écrie :

« Misérable que je suis, qui me délivrera ? Pardonne-moi encore cette fois, Seigneur, donne-moi de ne plus jamais boire ». Il eut l'impression instantanée d'être délivré. Il ne rebut jamais.

- En 1880, Pierre BARBIER, apprend que la Croix Bleue prospérait de l'autre côté du Jura, à La Chaux-de-Fonds, en Suisse.

Il s'y rend, prend son premier engagement sur un carnet neuf, qu'il rapporte pour recruter des signatures françaises.

Il gagne à la cause Lucy Peugeot, qui fut la deuxième signataire en France.

Tout les séparent. Il était pauvre, elle était riche. Il appartenait à la classe des travailleurs, elle était fille de patron. Elle avait compris que Pierre BARBIER devenu abstiné, était seul, au milieu d'une génération incapable de le comprendre, exposé aux pressions, dans un pays où l'on ne croyait pas qu'il fut possible ou permis, de faire aucune chose joyeuse ou triste sans le verre à la main.

- La Croix Bleue française était née : un buveur et un solidaire ensemble.

Nous sommes en 1883.

## OBJECTIFS

✓ **Accompagner les personnes**

pour sortir de la dépendance à l' alcool ou autres produits psychoactifs et vivre une abstinence heureuse.

✓ **Aide à l'entourage**

✓ **Engager ou participer à des actions de prévention** des risques liés à une consommation excessive d'alcool et autres produits addictifs.



## MÉTHODE

### L'accompagnement

Nous proposons un accompagnement personnalisé par un membre actif. Les membres actifs accompagnants ont reçu une formation à la relation d'aide pour mieux gérer les difficultés et ne pas se perdre eux-mêmes dans la souffrance de l'autre.

### L'engagement

C'est un engagement écrit de rupture avec l'alcool pour une durée déterminée et renouvelable qui est proposé (non obligatoire) et co-signé par le membre actif accompagnant. Il est un soutien qui permet au malade de formuler ses motivations. L'écoute et le dialogue lui permettent de retrouver la confiance perdue, et de reconstruire son identité.

### Les réunions : lieux d'accueil et de parole

Elles sont souvent hebdomadaires et donnent une autre dimension à l'accompagnement. Les thèmes de discussion variés permettent l'échange et mettent en relief les similitudes entre nos différents parcours aidant chacun à élaborer sa propre solution et projet de vie.

## MOYENS

- **Un siège**

**189 rue Belliard – 75018 – PARIS**

**01.42.28.37.37**

Il s'appuie sur un réseau de plus de 1300 bénévoles répartis à travers la France en 70 lieux d'accueil.

L'esprit d'accueil, la solidarité, et le respect manifestés lors des réunions de la Croix Bleue sont à la base d'une dynamique de groupe qui a fait ses preuves et permet aux personnes d'envisager un avenir possible hors alcool.

- **Un journal trimestriel Le Libérateur**

Outil de communication interne et externe à l'association. Il permet de relier les membres et de mieux faire connaître notre action auprès des partenaires médicaux et sociaux. Il propose également à ses lecteurs un dossier traitant d'un thème lié à la problématique alcool plus ou moins directement, tant il est vrai que celle-ci investit tous les domaines de la vie.

C'est un outil de formation et d'accompagnement, de réflexion et d'animation de nos réunions. A travers son journal, La Croix Bleue manifeste qu'elle n'est pas « un groupe d'anciens buveurs », mais une association de personnes porteuses d'un projet de vie et de valeurs génératrices de lien social et actrice au sein du réseau d'addictologie.

- **Un site internet : [www.croixbleue.fr](http://www.croixbleue.fr)**
- **Une page facebook : Facebook-Croix-Bleue-Asso**

## LE PARTENARIAT

- La Croix Bleue adhère à la **CAMERUP** (Coordination des Associations et Mouvements d'Entraide Reconnus d'Utilité Publique) qui unissent leurs forces pour les mêmes objectifs.
- Elle s'intègre dans le réseau d'addictologie.
- Elle est en lien avec le monde médical, les travailleurs sociaux et les pouvoirs publics avec qui elle partage l'objectif fondamental de réduire le terrible impact économique et social de l'*alcoolisme* dans notre Société.  
Elle travaille notamment avec l'**INPES** (institut national de prévention et d'éducation pour la santé), la **SFA** (Société Française d'Alcoologie) et l'**INSERM** (Institut National de la santé et de la recherche médicale).

Ainsi, lors de ses congrès, la Croix Bleue donne la parole non seulement à ses membres, mais aussi aux associations partenaires et aux professionnels avec lesquels elle mène son action.

# FONCTIONNEMENT

La Société Française de la Croix Bleue représente environ 80 unités implantées sur tout le territoire national :

- 11 groupes régionaux plus le Siège
- 66 sections
- Gestionnaire d'un centre de postcure et en lien étroit avec 3 centres dont un pour femmes. Ils totalisent 98 lits. La durée du séjour type est de 90 jours.
- 1 camping
- 1 journal : Le Libérateur

## Bénévolat

Le bénévolat des Membres Actifs, pivot de l'action concrète de l'association, permet une disponibilité et l'établissement d'une relation autre, plus facile, qu'avec des intervenants salariés.

## Complémentarité

Toutefois, bénévole ne veut pas dire sans formation. En complément de l'expérience du terrain, le membre actif est formé dans la pratique d'accompagnement .

L'action des travailleurs sociaux, des médecins spécialisés, des psychiatres, psychologues, dans certains cas des juges est nécessaire et complémentaire de notre action.

## Activités des sections locales

Dans les sections, environ 1500 réunions sont tenues chaque année, ainsi que 1000 rencontres festives.

Les festivités (kermesses, réunions avec d'autres associations, fêtes de Noël...) sont l'occasion de témoigner de la possibilité de se divertir sans avoir recours aux boissons alcoolisées.

D'autres actions très diverses peuvent prendre place dans l'accompagnement des personnes, comme l'organisation de bibliothèques, de vestiaires, de locaux pour sans-abri, relation avec les "Restos du Cœur", etc..

## Accompagnement personnalisé

- Par des visites à domicile, à l'hôpital
- Des appels téléphoniques donnés et reçus
- L'accompagnement des personnes s'inscrit dans la durée et il est difficile de traduire cette activité uniquement par les chiffres (temps passé, kilomètres parcourus)
- Le suivi de l'engagement d'abstinence  
dans le respect et l'honnêteté tant de la part de l'accompagné que de la part de l'accompagnant.

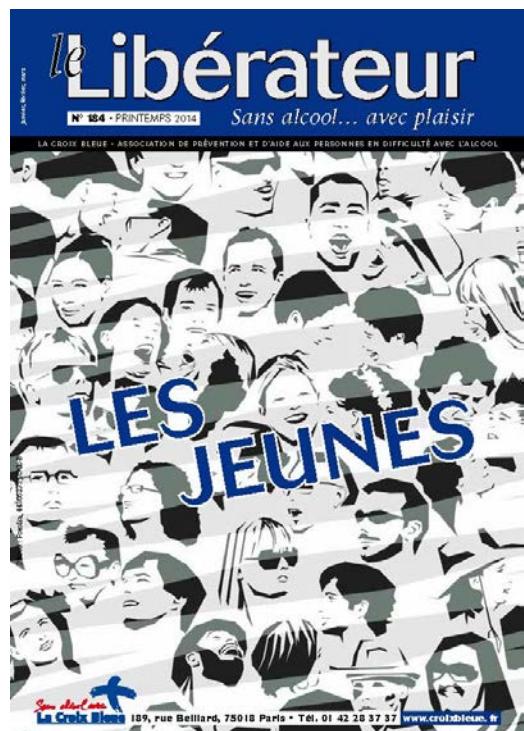
Certaines personnes quittent la Croix Bleue quand la santé est revenue, c'est le choix libre de chacun. Certains reviennent d'ailleurs plus tard, ayant pu bénéficier d'autres apports et mettent au service de la Croix Bleue une expérience enrichie.

**La reconsommation** peut faire partie du parcours. Les sections accueillent une réalcoolisation sans dramatiser, mais sans banaliser non plus. Même occasionnelle, elle met fin au statut de membre, et nécessite la signature d'un nouvel engagement qui devra être tenu au moins 9 mois avant de retrouver le statut de membre actif.



# Le Journal de La CROIX BLEUE

trimestriel



**Un congrès national tous les deux ans**



The poster is dark blue with a purple-to-white gradient at the bottom. At the top, a large white number "5" is positioned next to a circular logo containing a woman in a traditional dress, a stork, a map of France, bread, and other items. To the right of the "5" is the word "ème". Below the "5" and logo, the text "CONGRES NATIONAL DE LA CROIX BLEUE" is written in white. At the bottom, the date "Samedi 13 et dimanche 14 juin 2015" and location "MONSWILLER Espace Le ZORNHOFF" are given in white.

**5<sup>ème</sup>**

**CONGRES NATIONAL  
DE LA CROIX BLEUE**

Samedi 13 et dimanche 14 juin 2015

**MONSWILLER**  
**Espace Le ZORNHOFF**

Un slogan porteur d'espoir pour tous ceux et celles qui ont réalisé que, devenus dépendants de l'alcool, leur vie ne serait plus qu'une succession d'échecs familiaux, professionnels, sociaux, et de maladies, s'ils ne trouvaient pas les moyens et l'aide bienveillante d'une association capable de les projeter vers un avenir meilleur. L'abstinence n'est pas un but en soi, mais peut devenir un choix de vie libérateur et un art de vivre !



### Aujourd'hui est une date anniversaire

Le 8 décembre 2000, il y a treize ans, a été le jour de ma rencontre avec la Croix Bleue. Le premier jour où j'ai assisté à une réunion. Je me revois encore... Mon futur parrain m'a accueillie un peu avant le reste du groupe, il m'avait demandé de venir une demi-heure avant la réunion pour apprendre à se connaître. Cet entretien particulier, personnalisé, m'a aidée à me sentir plus à l'aise pour la réunion qui devait suivre. Cet homme, chaleureux sans être apitoyé, ouvert sans être volubile, à l'écoute tout en sachant me guider, a su ranimer en moi une flamme depuis longtemps éteinte : la possibilité d'accepter de l'aide, de rencontrer d'autres personnes qui pour la plupart avaient retrouvé la voie de la sérénité. Après cette prise de contact, j'ai assisté à ma première réunion, où j'ai découvert l'écoute, le partage et le non-jugement, la parole libératrice, l'expérience à s'approprier et puis le travail formidable que réalisaient les membres actifs : ces bénévoles, sortis de l'enfer de l'alcool et qui se réinvestissaient sans cesse pour aider encore et encore ceux qui tombaient, ceux pour qui la route était plus difficile, ceux qui n'y croyaient pas encore, ceux qui ne voulaient pas y croire, ceux qui ne s'autorisaient pas à y croire, ceux qui pensaient que c'était impossible, hors de portée. Ces membres actifs, lors de ma première réunion, je les ai enviés, oui j'avais envie d'être comme eux. Je me suis promis de devenir comme eux.

Leur générosité, leur ouverture ont été mon guide dans mon abstinence. J'ai su que j'allais sortir des ténèbres, pour moi, pour eux, grâce à moi, grâce à eux, avec moi, avec eux. Je ne me suis autorisé aucun faux pas : pas de reconsommation, pas d'absence aux réunions. Rester vigilante, poser mes questions, dévoiler mes doutes et mes difficultés, écouter l'expérience des autres, avancer, faire confiance, y croire. Et j'y suis arrivée. Je suis devenue au fil du temps totalement indifférente à l'alcool, mais pas à la Croix Bleue ! Je m'y suis investie, avec sincérité et enthousiasme. Et aujourd'hui, date anniversaire de ma rencontre avec NOTRE association, les larmes me montent aux yeux. Non je n'ai rien oublié... Je rends hommage à tous les membres : que serions-nous sans eux? Notre Croix Bleue est vivante, grâce à leur travail sans compter, à leur générosité. À vous tous, merci.

Guilaine MIRANDA





# Chaîne de Solidarité

Il arrive que les conflits intérieurs ne puissent plus être résolus que par ce redoutable faux ami qu'est l'alcool qui vous aide peut-être un temps, mais vous entraîne avec le temps vers un puits sans fond. Parlons plutôt de tunnel parce qu'au bout du tunnel, il y a la lumière, le soleil...

On en sort du tunnel de l'alcool, ce n'est pas une utopie !

Je l'ai vécu ! Je me considère ancien malade guéri . Je ne retoucherai plus à l'alcool. J'aimerais que d'autres profitent de mon expérience pour ne pas perdre de précieuses années faute d'informations. Ceux qui souffrent d'une addiction ou d'une autre doivent savoir que ce n'est pas sans solutions.

Seulement, il faut faire confiance aux mains solidaires qui se tendent. Les hommes et les femmes qui font vivre les associations d'entraide comme la Croix Bleue, dont je fais partie aujourd'hui, sont ces petites mains tendues. Il y a eu aussi pour moi, des amis, un médecin... toute une chaîne de solidarité qui m'a permis d'y croire. Au fond de moi, l'envie de vivre s'est réveillée. Aujourd'hui, j'essaie de rendre témoignage de mon expérience de cette terrible maladie qui détruit le malade et ses proches, pour que la chaîne de solidarité continue.

Seul, on se décourage,

c'est très dur, mais en faisant partie d'un groupe, on est porté par les autres. On ose y croire, relever la tête au lieu de se noyer d'alcool dans la honte.

En côtoyant les personnes qui y sont arrivées, on se dit :

**pourquoi pas moi ?**

Les abstinents ne sont pas des surhommes, simplement, ils ont fait un choix et le vivent bien. S'ils le vivent si bien, c'est, je pense, qu'on ne connaît vraiment son bonheur qu'après l'avoir perdu.

On a tout à gagner à être solidaire face à la maladie : associations, monde médical et médico-social, etc. tout le monde a sa place et son rôle à jouer. Malades ou proches, ne perdez pas de temps, franchissez le pas, il y a des gens pour vous aider tel que vous êtes, sans vous juger.

On dit à la Croix Bleue : Il y a un avenir pour votre espérance !

*André LAMOUKIAN*



# Camping de la Croix bleue



Situé à **VERNOUX-EN-VIVARAIS** (Ardèche)

Ce camping « sans alcool » est destiné aux membres de la Croix Bleue ainsi qu'aux personnes en recherche d'abstinence.

Il est situé sur un très beau plateau de l'Ardèche, au calme, tout en étant à proximité de tous les commerces et de la piscine municipale.



Renseignements et inscriptions  
Nicole et Jean-Pierre GARCIA

10 rue Pierre Iselin, 25310 Hérimoncourt

Tél. : 03 81 30 97 13 – 06 62 40 30 33

[camping@croixbleue.fr](mailto:camping@croixbleue.fr) - Site : <http://camping.croixbleue.fr>