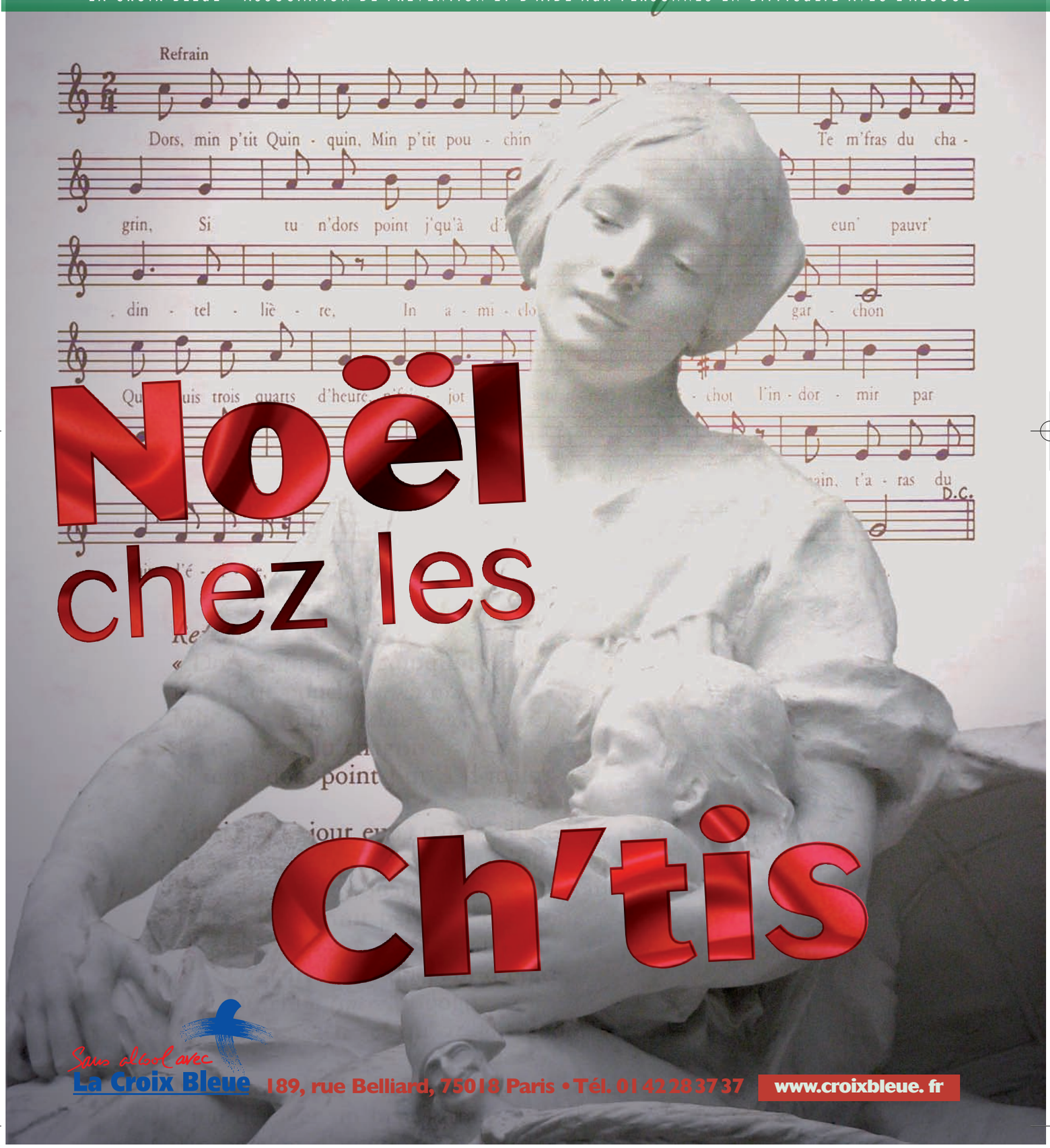
Liberateur 167 28/10/09 12:20 Page 1

le Libérateur

N° 167 • Hiver 2009

Sans alcool… avec plaisir

LA CROIX BLEUE • ASSOCIATION DE PRÉVENTION ET D'AIDE AUX PERSONNES EN DIFFICULTÉ AVEC L'ALCOOL



Noël chez les Ch'tis

Sans alcool avec La Croix Bleue

189, rue Belliard, 75018 Paris • Tél. 01 42 28 37 37

www.croixbleue.fr

Liberateur 167 28/10/09 11:00 Page 2

Sommaire

Témoignages

3 Catherine
4 Eliane

Dossier: Noël chez les Ch'tis !

5 Origines de la Croix Bleue
8 La Croix Bleue aujourd'hui
12 Traditions et cultures
16 Esprit croix bleue esprit de Noël

Les jeunes, qu'est-ce que vous en dites?

18 Témoignages des sœurs Blassel

Alcoologie

20 Une région exemplaire en santé publique
Atelier d'Affirmation de soi
21 Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC)

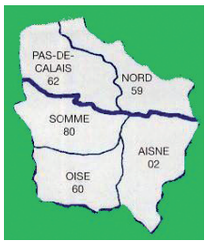
L'Association

22 Presqu'Île-l'Archipel
23 Groupe Franche Comté

Les sections

25 L'Hôpital
Douai
Voyage à Bruxelles
26 Rouen
Prévention en enreprise
Forum des associations
27 Marseille
Riom

Le Libérateur • Hiver 2009 • n° 167 • Rédaction, administration: Croix Bleue, 189 rue Belliard, 75018 Paris • Tél. 01 42 28 37 37 • Directeur de publication: Maurice ZEMB • Rédactrice, Françoise BRULIN • Maquette, Safari: Tél. 01 40 39 14 43 mcbernard @safari-pa.fr • Imprimerie Bedi Sipap — 86007 Poitiers CEDEX • Abonnement 2009 : 18 € • CCP Société Française de la Croix Bleue: Paris 158.99 M N° de C.P.P.P.: 1104G79245 • ISSN: 1153-1274 • E-mail: cbleue@club-internet.fr • Site: www.croixbleue.fr



Édito

Avez-vous regardé la couverture?

La douceur, la tendresse mais aussi la force et la détermination émanent de cette mère chantant une berceuse à son enfant.

Cette sculpture d'Eugène DÉPLÉCHIN finement ciselée dans la pierre blanche se situe dans le centre-ville de Lille. Elle est inspirée de la chanson « le P'tit Quinquin », écrite par Alexandre Desrousseau en 1853 évoquant la vie dure des ouvrières. L'enfant confiant s'est endormi.

Cette œuvre ne contredit pas la réputation des gens du nord: chaleureux et courageux!

Et à l'heure où nous sortons nos décorations de Noël, où bientôt nous serons gagnés par la fébrilité des préparatifs, cette scène marque un temps de répit, d'apaisement propice à la réflexion.

Les sections du Douaisis, du Cateau, de Cambrai, de Saint-Quentin et de Lille ont préparé ce numéro pour vous.

Nous ne sommes pas exhaustifs. De nombreuses personnalités ont enrichi le Nord, le Pas-de-Calais et la Picardie dans tous les domaines, de De Gaulle à Louis Blériot en passant par Bachelet, Renaud et bien sûr Dany Boon. Mais ce n'est pas notre propos. Nous survolons quelques traditions et donnons la parole à La Croix Bleue régionale.

Le Nord est à la pointe du progrès en matière d'alcoologie et de prise en charge de la maladie alcoolique. Dernièrement, un deuxième centre de postcure (SSR) Croix Bleue a été inauguré dans le Pas de Calais, l'Archipel. Notre association est présente depuis le XIX^e siècle dans cette région où les conditions de vie rude favorisaient l'alcoolisme. Aujourd'hui encore l'esprit Croix Bleue est bien vivant! En ce mois de décembre, l'esprit de Noël aussi.

Nous vous souhaitons à tous, des émotions, des rires, des chants, des histoires, partagés entre amis ou en famille pendant ce temps de fêtes.

Et qu'en 2010, vos motivations ne faiblissent pas mais se renforcent avec la conviction que chaque geste compte pour faire un monde meilleur!

Et maintenant, bienvenue chez les Ch'tis!

Françoise BRULIN

© Nimbus - Fotolia.com

De gauche à droite: Maurice ZEMB, Jacques NAUD, Françoise BRULIN, Michel et Eliane POTENTIER, Yves GARCON, Martine CARON, Pascal LEBFEBVRE, Annick JOURNET, Jacqueline BOUQUEREL, Sylvie MONTEUX, Jeannine et Gustave DENOYELLE et Patrick GRATTEPANCHE.

Et aussi la famille BLASSEL, Robert BOUCHET et Maryse HEGEMANN.

Toutes les régions Nord-Pas-de-Calais-Picardie étaient représentées à travers les sections Croix Bleue: Le Cateau/Cambrai , Le Douaisis, Lille Lomme et environs et Saint-Quentin.

Liberateur 167 28/10/09 11:02 Page 3

Catherine

Infirmière libérale depuis 1978, je fus très fatiguée en 1993. En effet, mon mari s'était installé comme artisan et j'avais trois enfants de 12, 10 et 8 ans. Mon père eut une embolie cérébrale et se retrouva hémiplégique. J'avais organisé sa sortie, trouvé une garde malade 24h/24, l'infirmière passait deux fois par jour pour les soins et prises de médicaments, le kinésithérapeute trois fois par semaine, le médecin une fois. Sa maison se trouvait à 20 kilomètres de chez moi.

Peu à peu l'alcool prit une place de plus en plus importante. Mon alcoolisation s'intensifie rapidement, je buvais partout, mes flasques étaient dans la voiture, dans ma valise de soins, dans la chambre, bref, partout ! Le climat familial était très tendu. Un jour, alcoolisée depuis 5 heures du matin, je buvais puis jetais les flaques par la fenêtre de la voiture, j'étais énervée, angoissée, fatiguée, je devais faire des prises de sang, je grillai une priorité à droite, traversai la chaussée, défonçai les palissades puis me retrouvai dans le jardin. Impossible de redémarrer ! Je donnai ma carte de visite au locataire et j'appelai le médecin du dispensaire. Il me ramena donc chez moi et très calmement me conseilla de me soigner. Il me présenta un dépliant sur le centre de postcure Croix Bleue de Longuenesse, la Presqu'île. Il me conseilla de faire un sevrage de trois semaines auparavant. À la fin de mon séjour, je fus transférée à Longuenesse le 12 décembre 1996.

© Monika 3 Steps Ahead - Fotolia.com

Après le repas du soir, il y avait la veillée en chansons autour du feu de bois de la grande salle. Puis vint le 25 décembre, jour de Noël que je fêtais sans ma famille. Au menu, il y avait : plateau de fruits de mer, cuisse de chevreuil, pommes de terre rissolées, la fameuse bûche glacée. Nous étions toutes déguisées et nous avons dansé toute la soirée au son des rocks, tout autour d'un verre de champagne spécial : de l'eau de Badoit. C'était évident, il y avait des bulles. Nous nous sommes couchées à 3 h du matin. Quelle joie !

Le troisième mois, je contactai la Croix Bleue de Douai pour y passer une soirée. On me parla de l'engagement d'abstinence écrit. Si nous ne parvenions pas à le tenir, il fallait le dire sans tarder et en reprendre un. Avec l'aide des amis de la Croix Bleue je pouvais atteindre ce but.

Je sortis en mars 1997, ravie de mon séjour à la Presqu'île. Il était de coutume pour le départ de faire une petite fête et les résidentes y donnaient des cadeaux. Annick qui peignait très bien me fit une petite toile sur trépied. J'avais beaucoup de sympathie pour elle. J'ai appris plus tard que cette Alsacienne s'était pendue en apprenant la demande de divorce entreprise par son mari pendant son séjour. J'en fus bouleversée.

Je fis partie de la Croix bleue à cette époque et devins membre actif. Mon parrain était Jean BERNARD et ma marraine Jacqueline qui devint vite ma confidente. Elle était formidable et les réunions m'étaient devenues indispensables. Il y avait des thèmes, des témoignages, des sorties.

À mon retour ma situation familiale n'avait pas beaucoup évolué. Mon père était en maison de retraite, son état physique et psychique se dégrada.

On dut vendre sa ferme flamande. Pour la première fois je le vis pleurer.

Il décéda le 18 février 1999. Ma sœur contesta les papiers testamentaires. Ce fut un procès très dur et je me réalcoolisai. Mon mari et mon médecin traitant me disaient que je jouais le jeu de ma sœur Je me retrouvai à nouveau en sevrage puis je refis un séjour en 2006 à la Presqu'île.

Aujourd'hui je suis abstinente, j'ai à nouveau signé à la Croix Bleue. Je vais aux réunions tous les samedis. Nous sommes allés en voyage à Bruxelles. Je fais de l'aquarelle tous les vendredis de 14 à 16h et je vais à la balnéothérapie trois fois par semaine. Maintenant je prends le temps de vivre. Je suis heureuse dans une abstinence libérée du produit alcool, il n'est plus présent dans ma tête. Si je n'étais pas tombée dans l'alcool j'aurais peut-être développé un cancer du sein ou une hyperthyroïdie.

Merci à tous, vous qui m'avez aidée à garder une abstinence qui je l'espère durera en me guérissant tous les jours. Merci à mon mari qui m'a toujours épaulée, merci à mes enfants qui m'ont supportée.

Ma sœur a tout de même admis beaucoup de choses et a rétabli le contact par le biais de son avocat.

Mon passé est derrière, l'avenir reste devant. Je suis abstinente heureuse.

Catherine LEGENDRE
Section du Douaisis

Liberateur 167 28/10/09 11:09 Page 4

Eliane

© Natascha Farber - Fotolia.com

J'avais une dizaine d'années. Il faut remonter à l'enfance pour me souvenir du jour où l'alcool est entré dans ma vie. On avait droit à un quart de verre le midi pour nous requinquer de cette fameuse Quintonine que les grands-parents macéraient dans du vin rouge ou blanc car nous étions des enfants maigrichons. Il y avait ma sœur, mon aînée et mon petit frère. L'alcool a toujours été là. Mon grand-père est mort d'une cirrhose, j'avais treize ans et demi. Première cuite à l'âge de seize ans : le fils de ma patronne se mariait. Ensuite, une autre quelques mois plus tard, au mariage d'une cousine éloignée. Là, grand-mère s'est fâchée très fort et j'étais bannie des fêtes de famille : « *Toi, tu ne viendras plus, tu resteras à la maison.* ». Pas grave, Eliane avait d'autres tours dans son sac ! Je travaillais comme employée de maison dans un hôtel trois étoiles. Alors je piquais de temps en temps un verre par ci, un verre par là. Fichue à la porte, donc chômage ! En 1969, je trouvais un travail en tant que noyauteuse. Chacun payait son coup à boire. À l'économat, on pouvait acheter de la bière comme on voulait. Ce n'était pas cher alors on s'en donnait à cœur joie. Des fois on avait du mal à rejoindre notre poste de travail et cela faisait bien rire notre chef d'atelier. C'est à l'atelier de noyauteuse que j'ai connu mon premier mari. Un sacré phénomène ! Lui, il faisait rentrer des caisses de bière dans le fond de l'atelier.

J'attendis mon premier enfant, Noël. Il naquit le jour du réveillon de Noël 1970. Sept mois plus tard, nous nous séparons, mon mari et moi. Je me retrouvai à la rue et je demandai de l'aide pour mon fils ne pouvant subvenir à ses besoins. Il fut placé à la DASS. Je n'avais même pas le droit de le voir. Il avait été mis auprès d'une mère nourricière. Je n'arrivais pas à trouver du travail. À l'asile de nuit, on se fait voler le peu que l'on a. Alors je n'osais même pas aller aux toilettes ou sinon avec toutes mes affaires. Comme je vivais dans la rue, les trois quarts du temps je ne faisais pas « la manche », j'avais horreur de ça, mais des hommes bien intentionnés me proposaient de m'offrir à manger et à boire. Surtout à boire car après… Mais souvent, j'arrivais à m'esquiver. N'en pouvant plus, j'allai voir ma sœur qui était en ménage. Tous les deux, bien sûr dans l'alcool ils m'hébergèrent et firent connaître un jeune homme un peu plus vieux que moi, On se mit en ménage. Oh là, là, pas pour longtemps ! Et j'ai été enceinte de ma première fille. La maison, il fallut la rendre. Patatras boum !!! À la rue de nouveau ! On prit une chambre d'hôtel. Cela n'a pas duré un mois. Monsieur eut la bonne idée de louer un garage. À ça, non alors, pas question ! J'ai pris mes jambes à mon cou ! Eliane encore à la cloche ! Je finis à l'hôpital. J'accouchai de ma première fille, Paule. Il fallut revenir vivre à Saint-Quentin. J'étais femme de ménage à ce moment-là pour une maison intérimaire.

Fin 1972, je revins à la maison maternelle de Mondrepuis avec ma fille Paule dans les bras. Une amie me dit : « *Ne t'inquiète pas, tu pourras avoir une chambre meublée chez Blanche.* » C'était un bar-restaurant. Paule était prise en charge par la DASS pendant trois mois. Je lui rendais visite régulièrement chez la nourrice. Je me dis : « *Eliane, dépêche-toi de faire quelque chose sinon ta fille risque de rester là.* ». Les fêtes de fin d'année arrivent. Je rencontre Michel, mon futur mari à cette époque. Chez Blanche, grande fête : l'alcool coulait à flots, ça mange, ça boit, moi aussi d'ailleurs. J'ai dansé avec mon ex-mari et tout le temps de la danse, je lui disais : « *Rends-moi, mon fils, Noël. Il n'appartient pas plus à toi qu'à moi mais c'est moi sa mère. Rends-le-moi, c'est à moi de l'élever.* ».

Nous n'avions pas pu nous mettre d'accord. Ensuite, je travaillai chez Pigier, femme de ménage intérimaire : nettoyage des salles et allumage de la chaudière à cinq heures du matin. La période la plus dure pour moi fut de perdre mon père en plein été 1983. Je voulais mourir. Là pour moi ça a été la chute aux enfers jusqu'en novembre 1984, un peu plus d'un an. Au moment de Noël, rien ne m'intéressait. La famille, les enfants et les copains essayaient de me distraire en m'emmenant choisir les jouets de Noël des enfants. J'en avais cinq mais il n'y en avait que quatre à la maison. Le premier était chez ses grands-parents. Ils l'élevaient et en avaient la charge. Seuls comptaient pour moi la perte de mon père et ce premier fils que je n'avais pas à côté de moi.

« *T'as dit que tu appellerais la Croix Bleue !?* » Une journée passe, puis deux et trois, quatre, cinq. Mon mari s'énervait de rabâcher tous les jours la même chose. Et le 18 décembre 1984, après quelques jours d'abstinence, j'ai appelé la Croix Bleue.

Aujourd'hui, je peux dire à toutes et à tous : ne désespérez pas. La vie est pleine d'embûches mais il faut faire avec : c'est la vie ! Depuis que je suis arrivée à la Croix Bleue, je me suis accrochée. J'avais une telle fougue et une telle détermination dans ma soif de savoir et de vouloir aider dans les premiers mois que les amis de la Croix Bleue me disaient : « *Tout doux, Eliane, prends le temps de faire !* ».

J'ai oublié de dire que Michel et moi nous nous sommes mariés en 1977. Nous avons eu une autre fille, Anne, et deux autres garçons : Roger et Bruno. Je suis très fière de mes enfants. Nous sommes, je crois, une famille unie car nous avons beaucoup d'échanges, de discussions. Je ne dis pas que c'est tout beau, tout rose car des fois, on n'est pas d'accord mais dans l'ensemble, ça marche bien. Car il y a beaucoup d'amour. J'aime mes enfants.

Eliane POTENTIER
Section de Saint Quentin

Liberateur 167 28/10/09 11:14 Page 5

Interview de Renée BOULINGUEZ par Jean CARPENTIER

Vivre Ensemble :
« Madame BOULINGUEZ, pourriez-vous évoquer vos premiers pas vers l'alcoolisation ?

Renée BOULIGNUEZ: Je suis née à Béthune en 1925 dans une famille croyante, d'origine paysanne. Je gagnais bien ma vie, puisque j'avais une formation de comptable. Je me suis mariée. Tout semblait bien parti… et pourtant, j'étais en train de devenir alcoolique sans m'en rendre compte… (Quand je m'en suis rendu compte, il était trop tard !…)
Je buvais « comme tout le monde » ! Je ne me soûlais pas… je buvais, c'est tout… Mais de plus en plus ! Et il en fut ainsi pendant des années, d'autant plus que j'avais une santé robuste ! La seule interruption : pendant ma grossesse, « comme par miracle », je me suis retrouvée dégoûtée de l'alcool et du tabac… Mais dès que ma fille unique a vu le jour, c'était reparti ! Mon mari, invalide, avait le même penchant pour l'alcool.

V.E. : Un jour ou l'autre, les signaux d'alarme doivent quand même se mettre à fonctionner ?

R.B.: Oui, un jour à Noeulx Les Mines (où j'avais pu reprendre un commerce), je me suis mise à trembler… et puis, ma vue se troublait… Bref mon docteur m'a fait comprendre que la meilleure ordonnance, c'était « ARRÊTEZ DE BOIRE » ! J'y suis arrivée (non sans mal !). Et puis des cousins sont venus fêter notre anniversaire de mariage. « Ca s'arrose ! »… et rebelote ! C'était si dur de s'arrêter… et si facile de rechuter ! J'ai dû me rendre à l'évidence. « *Je n'étais plus une buveuse excessive, j'étais devenue dépendante.* » Alors, je buvais encore plus… pour oublier ! Un verre en appelle un autre…

V.E. : Arrivé à ce stade, on doit commencer à récolter ce qu'on a semé ?

R.B.: Oui. Est arrivé ce qui devait arriver : en juillet 1973, brusquement, hémorragie à l'estomac… un an et demi de convalescence ! J'avais compris la leçon. J'arrêtais de boire à nouveau. Et puis un jour, un médecin m'a dit : « *Allez, je vous paye l'apéritif !* ». Je lui ai répliqué : « *Mais, Docteur, je ne bois pas, vous savez !* ». Sa réponse a été le feu vert : « *Mais il n'y a plus de danger maintenant. Rien qu'un verre, ça ne peut pas faire de mal.* » Résultat : quelques jours plus tard, il me fallait un demi-litre de Ricard chaque matin… et je ne vous dis pas ce que j'ingurgitais l'après-midi ! (Ce docteur est décédé à 47 ans en 1982, il était alcoolique lui-même.) J'étais « imbibée » du matin au soir… J'ai tenu ce rythme pendant près d'un an, en m'occupant toujours de mon épicerie. Alors, mon Docteur (un autre !) m'a fait peur : « *La cirrhose, c'est pour bientôt !* » Je suis rentrée à l'hôpital pour une cure de désintoxication. Tout s'est précipité. Paralysies dues à la polynévrite… On m'a transférée en psychiatrie et ensuite à l'hôpital de Béthune suite à un coma hépatique avec arrêt cardiaque ! Un mois après, retour en psychiatrie ! En janvier 1978, œdème à la jambe (21 abcès de la jambe droite entre le genou et les orteils… une autre conséquence de l'alcoolisme ! J'étais arrivée à ce point où j'étais « condamnée » par la médecine.

V.E. : Toute cette période a dû être un vrai cauchemar pour vous ?

R.B.: Après le cauchemar, il y a le réveil… Le 27 février 1978, je suis arrivée à la Croix Bleue…

V.E. : Quel jour avez-vous eu la certitude d'en avoir fini à tout jamais avec l'alcool ?

R.B.: J'ai fait une postcure à la Presqu'Île et je suis rentrée chez moi avec en poche mon premier engagement. Il s'agit d'un engagement renouvelable, d'abord au bout de dix jours, puis chaque mois. À la fin de la première année, on devient membre actif si on le souhaite et le renouvellement de l'engagement devient annuel.
Monsieur BRUNEL, le pasteur responsable de la Presqu'Île m'a énormément aidée à saisir la main de Dieu. Et puis il m'a emmenée voir mon mari, hospitalisé à Helfaux, qui, lui aussi, a arrêté de boire, pour me rejoindre à Lille en septembre 1978. C'était le début d'une vie nouvelle et paisible… J'ai même arrêté de fumer ! C'était merveilleux de pouvoir prier ensemble, tous deux libérés par le Seigneur !

V.E. : On peut supposer qu'après une telle libération, on devient militant pour que cela soit possible pour beaucoup d'autres ?

R.B.: Depuis des années, je suis membre de la section Croix Bleue de Lille. Beaucoup de « sauvetages » ont pu être opérés. Et j'ai fort à cœur d'accomplir « un travail de suite « *auprès de tous ces amis, anciens buveurs…* ».

Extrait du journal « Vivre Ensemble » Avril 1985 – N° 66

Renée

© ktsdesign — Fotolia. com

Liberateur 167 28/10/09 11:16 Page 6

1892 l'année horrible

Horrible par l'émigration vers les USA, de nombreux mineurs français ou belges lockoutes après la grande grève perdue des syndicalistes et des « hérétiques » .

Horrible, elle fut considérée comme l'année la plus noire par la classe ouvrière. En 1892, naissaient à Lille et ses faubourgs 5 905 enfants dont 28 % — soit 1 855 — décédaient avant l'âge d'un an (dont 485 à la naissance).

Ces chiffres indiquent l'état médico-social de la population mal nourrie, mal logée, mal soignée dont les revenus sont largement écornés par le fléau national n° 1, l'ennemi public n° 1 : l'alcoolisation forcenée des hommes.

La lutte contre l'alcoolisme fut nécessaire pour améliorer les conditions de vie : les salaires (souvent amputés par la boisson), la nourriture, la santé, le logement.

Certains politiques comme Jean JAURES, LAFARGE, BASLY, VANDERVELDE, LOUCHEUR réagirent, mais ce fut surtout les paroisses protestantes qui luttèrent contre l'alcoolisme global sur deux plans :

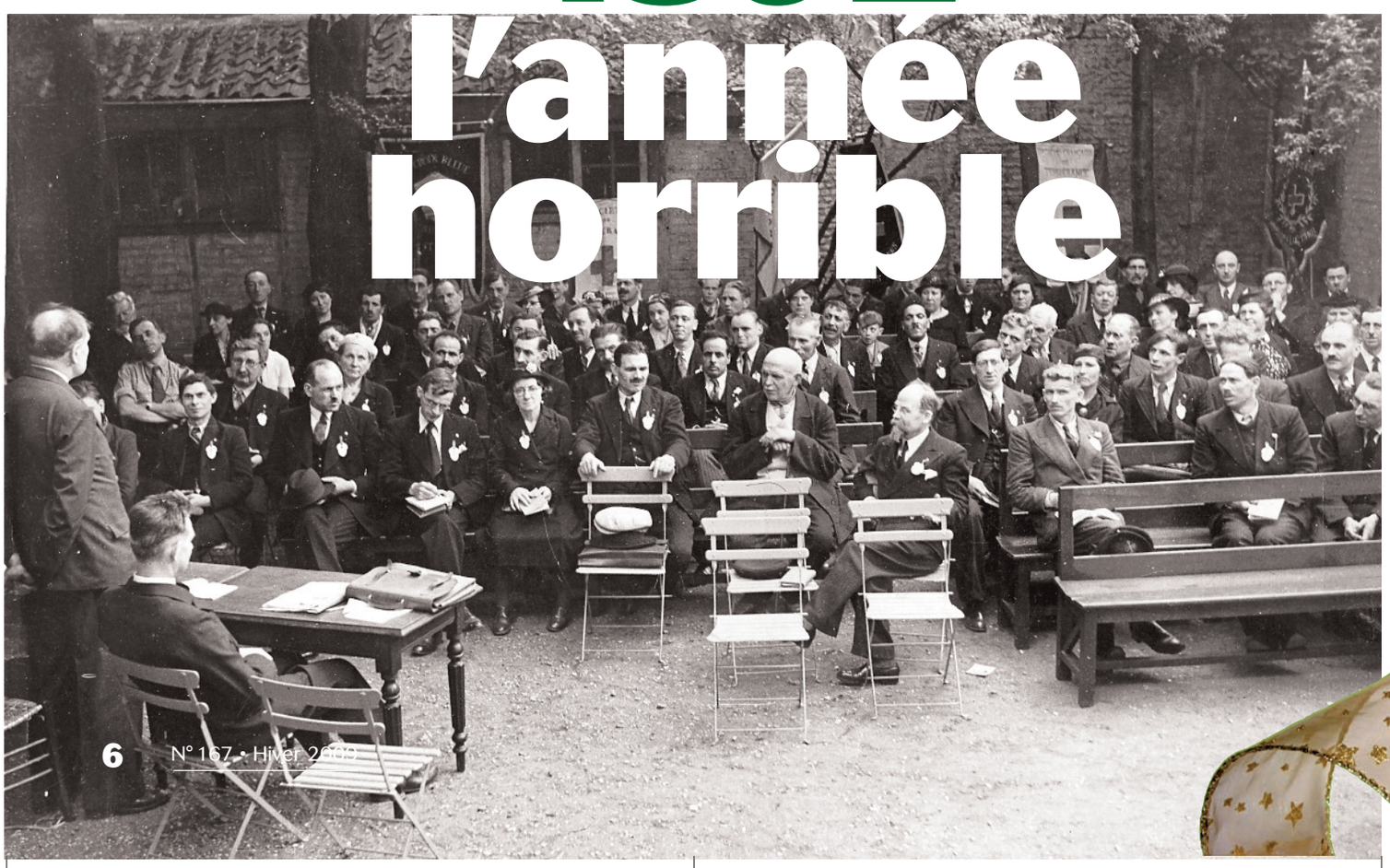
l'un global, en alertant les autorités, en tenant des meetings, des conférences contradictoires, des articles dans les journaux, en distribuant des tracts surtout au moment des élections ; l'autre individuel, par la création locale de sections de la Ligue anti-alcoolique, la Société de tempérance qui rassemblaient les intempérants puis par la création de sections Croix Bleue pour les dépendants accueillis, accompagnés par des tempérants qui signèrent l'abstinence par solidarité.

Ce fut l'activité du pasteur GOUNELLE à Roubaix à partir de 1895. Dès 1896, Fives eut sa section de tempérance et en 1897-1898, avec le pasteur Henri NICK se produisit l'extension de l'œuvre. Henri MELL fut aidé par l'équipe VALLEE, KALBENBACH, De SMET, etc.

En 1903, avec le pasteur DUNANT débute l'œuvre à Maubeuge « sous le bois ».

Le bassin houiller d'Artois influencé par Fives et Maubeuge créa ses sections Croix Bleue à partir de 1910, sauf à Lens où existait une Ligue anti-alcoolique française et flamande. Ce furent les sections de Lens, Sin-le-Noble et Hénin-Liétard, Liévin, Barlin, Bruay-Béthune et Bully-les-Mines.

En 1911, le congrès régional eut lieu à

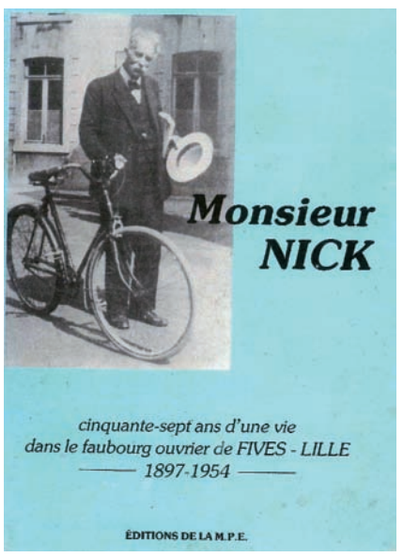


Liberateur 167 28/10/09 11:18 Page 7

Lens, le jour de la Pentecôte avec le défilé dans la ville de toutes les sections, le Maire BASLY en tête de cortège.
À côté des locaux cultuels, chaque paroisse se dota d'un immeuble diaconal avec un service social, un dispensaire, une banque alimentaire, des mouvements de jeunesse encadrés et formés, y compris sur le plan professionnel.
À Liévin ce fut une mutuelle de soins en 1905 et un estaminet de tempérance en 1906. À Bully fut ouverte une maison Croix Bleue, centre d'éducation populaire, en 1964.

Les responsables chrétiens étaient encadrés par des pasteurs convaincus de l'urgence.
De nos jours, nous avons d'autres urgences comme celle de l'alcoolisation de la jeunesse.
Là aussi, Dieu nous viendra en aide.

Robert BOUCHET



Réunion de Coron et tradition du café

La réunion de Coron était un élément essentiel du travail d'accompagnement du pasteur. La cuisine se remplissait de tous les voisins et amis. C'était une occasion magnifique de prendre contact avec des familles nouvelles. Encadrée de nombreux cantiques, la lecture de la Parole de Dieu fournissait l'occasion d'annoncer l'Évangile Après la réunion proprement dite, c'était la tasse de café et la conversation, individuelle directe, l'invitation à venir au temple.
La tasse de café, ou plutôt une jatte de café ! Je serais incomplet et injuste si je ne célébrais pas la valeur et le rôle de la jatte de café. Non seulement à cause du plaisir qu'on pouvait éprouver à la boire, mais parce que la qualité du café était l'expression de la joie qu'on avait à recevoir le pasteur ; pour lui « on en faisait du frais » et, pendant ce préliminaire de réception, le visiteur avait le temps de sonder le terrain, de tâter la situation morale de la famille. Quand le café était servi, tout en trempant son demi-morceau de sucre « à la sucette », l'entretien sérieux et personnel pouvait commencer et, le café pris, les deux jattes prises, « parce qu'on ne va pas sur un pied » — et le moment était arrivé d'ouvrir la Bible, de lire le passage qui convenait, d'ajouter quelques mots et de prier.
D'ailleurs le café était un « drapeau ». On parlait couramment du « café de Protestant », c'était le café sans alcool.
[…]

De ces multiples souvenirs de la Croix Bleue, je n'en évoquerai que la vision d'un après-midi de dimanche au Café de Tempérance de Liévin :
C'était un ancien estaminet, près de la grand-place, où l'on avait bu et hurlé. Il avait été acheté et transformé en Café de la Croix Bleue. L'immeuble était resté celui de l'estaminet : salles un peu basses, mal éclairées, mal aérées. Mais aussi bien au rez-de-chaussée qu'au premier étage et dans la cour, tout était rempli, débordant de tous les amis de l'Église. Et puis, l'heure venue, toute cette foule remplissait le grand baraquement dressé dans la cour et la réunion commençait : conférence, chants, appels à la signature.
Mais on ne se contentait pas d'appeler dans les salles et les temples, on allait faire des patrouilles le samedi et le dimanche soir. On sortait à quatre. On ramassait dans la rue, sur le bord de la route, un malheureux ivrogne. Obtenir son adresse était le plus difficile, puis le reconduire chez lui. La réception n'était pas toujours bienveillante de la part de sa femme : « *Vous auriez bien pu le laisser sur la route !* ». Mais, le lendemain, on allait voir le camarade ; c'était le moment favorable pour commencer le traitement.

K. DE VISME

© Elenathewise - Fotolia.com

© Oksana Pravdina - Fotolia.com

Liberateur 167 28/10/09 11:19 Page 8

Bienvenue à La Françoise

Je n'ai pas quitté ma région sous une pluie battante en pleurant avec la voix de Jacques BREL dans les oreilles!!! *
Ce n'était guère mieux. C'était un jour glacial, je tenais à peine debout. Ambulance direction, gare du Nord, train jusqu'à Saint-Omer. La neige m'y attendait ainsi que Marie-Geneviève, l'infirmière de la Presqu'ile, nous étions un 5 mars.
À la proposition de postcure j'ai adhéré, mais trois mois dans le Pas-de-Calais!….
C'est quand même le Nôôrd!*
J'ai opté pour la Presqu'île, et ce ne fut en aucun cas des vacances, du moins pour les deux premiers mois.
Quoique!… Au bout d'un mois mon état physique nettement amélioré, j'ai retrouvé le goût des découvertes. Cathédrale gothique, abritant le tombeau de Saint ERKEMBODE (cela ne s'invente pas), sa tour unique veille jalousement sur la maison de Germaine ACREMONT, auteur de « Ces Dames aux Chapeaux Verts » critique en son temps (1914-18) de la bourgeoisie bien pensante de la ville, vielles petites rues pittoresques, fortifications VAUBAN à l'ouest du jardin public bien souvent traversé, et tant d'autres choses… sans oublier l'émotion ressentie lors de la messe de Pâques en grégorien à l'abbaye Saint-Paul de Wisques.
Deux mois de larmes lors des séances de psychothérapies, et c'est « l'épreuve » du retour à domicile!…. Épreuve réussie. Retour au volant de ma voiture comme prévu dans le contrat établi.
Début mai 95, soleil à gogo. C'est déjà l'été. Chaque fin de semaine direction la Côte d'Opale. Une quarantaine de kilomètres à travers une campagne boulonnaise éblouissante, colza jaune d'or sur tapis de verdure, étrangeté des noms de villages se terminant souvent par « hem » et « ques » et voici cette Mer du Nord inconnue pour moi. J'ai pris un plaisir immense à découvrir et visiter des villes comme Boulogne sur Mer, Etaples, Calais et des sites extraordinaires comme les caps Gris-nez et Blanc-nez. J'ai testé l'extrême gentillesse des autochtones. Cap Blanc-nez, panne de voiture, descente en roue libre sur une petite route sinueuse jusqu'au garage du premier village en bas. Un gentil monsieur examina mon moteur bien qu'il soit l'heure de la fermeture. Problème de joint de culasse. Moment de panique. Mon retour est prévu avant l'heure du repas.
Que faire? Il m'a rassurée en remplissant le radiateur, expliqué que je devais m'arrêter tous les 25 kilomètres et remettre de l'eau. Une chance, dans mon coffre, six bouteilles de Contrex achetées pour une de mes compagnes.
Gentiment, il a prévenu de mon retard. Ouf!!! La Presqu'île. Tremblante comme une feuille, j'entrai dans la salle à manger et m'effondrai en larmes. Ma tension nerveuse était extrême. Ces fins de semaines « touristiques » ont affermi mon abstinence et ma capacité à vivre.
Les chaînes sont éternelles pour les Bourgeois de Calais, j'ai perdu les miennes dans le Pas de Calais.
Espoirs…

Françoise NICODEAU BELOUET
** Petit clin d'œil au film de Dany Boon*

© C Quemun - Fotolia.com

Pour moi l'abstinence n'est plus un problème mais une évidence, c'est un choix de vie que j'assume avec bonheur. Ce n'est pas toujours facile surtout au début. Il faut regagner la confiance des proches, pour cela il faut du temps et les comprendre aussi. On a menti, triché tellement de fois qu'il faut faire ses preuves. Mais avec de la patience et de l'amour, ça arrive… et là qu'est-ce qu'on se sent bien.
Ce que j'ai rencontré aussi c'est la bêtise humaine, hélas elle existe! Des « juste un verre » ou « ce n'est pas une goutte qui peut te faire mal » j'en ai

Thérèse

**Cher Skipper,
Cher équipage,
Chers responsables des quais de nuit et chères coéquipières,**

Pour arriver à mes fins, j'ai pris les moyens, et mon moyen à moi, c'est le voilier dans lequel j'ai décidé d'embarquer avec vous.
Il me fallait une équipe qui connaisse la mer et ses caprices, et qui sache faire manœuvrer le bateau pour qu'il arrive entier à destination. C'est à la Presqu'île que je l'ai trouvé.
Ce nom de Presqu'île ce n'est pas un hasard, et ma destination, ce n'est plus

Liberateur 167 28/10/09 11:20 Page 9

a Presqu'île

© Spice - Fotolia.com

Marie-Paule

entendu. Moi j'ai trouvé la parade en y répondant avec le sourire du style :
« *tu forcerais un diabétique à manger du sucre?* » ou encore « *tout ce que je devais boire dans ma vie je l'ai déjà avalé* ».
Il suffit d'adapter sa réponse à la personne présente mais toujours avec le sourire, le résultat est immédiat en général.
Il y a cependant des irréductibles ! J'ai déjà versé mon verre d'un grand cru que l'on m'avait mis malgré mon refus dans une plante mais sans me cacher et j'ai dit : « *vous pouvez en mettre un autre si vous voulez !* ». Il ne l'a pas fait, bizarre !
Il y a aussi la dure réalité de la vie et il faut se battre. En voici un échantillon. :
Quand je suis sortie de la Presqu'Île, je me suis retrouvée seule dans un logement d'urgence sans téléphone, mes enfants passaient me voir quand ils pouvaient. J'étais bien.
Mon plus jeune fils s'était engagé dans les Casques Bleus en Yougoslavie. Ma solution ? Ne plus écouter les infos. Je me suis plongée dans l'aquarelle et j'ai intégré une association. Dur, dur mais vivable. Après un an il est revenu et il s'est marié. Toujours pas de travail pour moi. À 49 ans, pas facile de trouver. Passer d'une vie aisée au RMI demande quelques sacrifices mais j'étais bien dans ma tête, c'est l'essentiel.
Enfin un logement ! Je récupère mes meubles, je m'installe, je suis heureuse.
Ça ne dure pas. J'apprends que ma fille âgée de 28 ans est atteinte d'un cancer. Là je pense à boire, non pas une envie, un besoin irrésistible, mais de colère, de rage. Cette pensée part aussi vite qu'elle était venue et je réalise le ridicule de cette idée, elle va avoir besoin de moi. Elle est opérée, tout se passe bien.
La vie redevient belle et voilà : quatre mois après, c'est mon tour : cancer de la bouche. Pas question de baisser les bras, opération, radiothérapie… ce n'est pas facile mais je m'en sors.
Ma maman décède, mon fils aîné a des accidents de moto, rien de très grave heureusement.
Ma fille décide d'avoir un bébé c'est bien c'est super mais voilà il y a 50 % de risque de rechute ! Il faut attendre six mois après l'accouchement pour savoir enfin que tout va bien. Vous imaginez les angoisses ! Elle est heureuse et moi aussi !
Ma situation financière s'améliore et j'apprécie. Toujours des problèmes à droite à gauche avec les enfants et leurs familles, ma santé en dents de scie, un jour bien un autre mal mais je suis devenue philosophe et je fais au mieux avec ce qui arrive !
J'ai vécu un grand bonheur : après 25 ans de silence je retrouve ma filleule. C'est merveilleux : on a l'impression de s'être quittées la veille et nous avons une relation en parfaite harmonie. En avril dernier elle a perdu son compagnon dans des circonstances tragiques. Elle reste avec trois enfants dont un de deux ans. Après ce bilan vous vous demandez si ça vaut le coup ? Sans hésiter OUI !!!!
Les épreuves m'ont apporté beaucoup de force morale. Les tracas du quotidien, je les survole et je n'accorde d'importance qu'à ce qui en vaut la peine.
Par contre ce que j'ai gagné en richesse intérieure, en amitié, en liens familiaux n'a pas de prix et c'est un trésor qui fait oublier le reste, alors OUI, ÇA VAUT LE COUP !

Marie-Paule

un rêve, c'est une réalité.
Mon but, larguer ma dépendance à l'alcool, regoûter à l'indépendance et parvenir à l'abstinence et donc à ma liberté.
Pas facile de franchir le pas, et de monter à bord ce 20 juillet.
Le bateau, je ne le connais pas, l'équipage non plus, j'ai le mal de mer, et puis, la promiscuité pour trois mois, bof !
Tout cela a pris forme de jour en jour, ma couchette « île aux moines » pas mal, je m'y ferai,
La nourriture est bonne, et de toute façon, j'ai ma ration obligatoire anti-scorbut d'un citron par jour !
J'ai trouvé ma place sur cette embarcation, je l'ai prise, et je l'ai gardée.
Il y a eu des tempêtes, suivies d'accalmies, pour me reposer et réfléchir, des imprévus, de légères brises bien agréables, et le bateau fend la vague et suit sa route.
L'équipage est là ! Prudent et vigilant. Parfois, les harnais de sécurité sont nécessaires pour ne pas aller à la baille.
Puis… le cap !
Je le sens Je l'aperçois Je le vois J'y parviens J'y suis ! Quel bonheur d'arriver au but ! Quelle satisfaction de me sentir bien dans mon corps, oxygénée dans ma tête et fière de n'avoir pas lâché la barre.
Je remercie sincèrement tout l'équipage et je lui souhaite bon vent.
Ne lâchons surtout pas cette sacrée barre, et tenons bon le cap sinon, le bateau ne nous mènera nulle part !

Thérèse
Témoignage de fin de séjour 2000

© Darren Baker - Fotolia.com

Liberateur 167 28/10/09 11:22 Page 10

Premier Noël sans alcool

Ce sont mes premières fêtes de fin d'année sans alcool. Ce sont les premières dont je puisse réellement parler, ce sont les premières dont je me souvienne… C'est la première fois que je peux parler de Fête avec toutes ses notions de joies, de partages, du plaisir de manger, de mélange de saveurs. Se souvenir de TOUT dans les moindres détails sans aucun trou de mémoire. Pouvoir apprécier chaque instant qui passe sans aucun regret de ne plus boire d'alcool.

J'appréhendais mon arrivée chez mes amis où j'avais mes habitudes, mon verre de whisky m'attendait, toujours prêt! En ouvrant la porte j'étais presque gêné de ne plus consommer mon petit poison préféré mais j'ai eu l'agréable surprise de voir profusion de jus de fruits frais sur la table au milieu des traditionnels petits fours et des bouteilles de champagne. J'ai été très touché par cette attention et ai pu profiter pleinement de ces mises en bouche.

J'avais franchi une première étape avec l'apéritif mais j'angoissais en attendant minuit. Qu'aurai-je dans mon verre au moment du toast?

J'étais fasciné par les bulles de champagne qui montaient dans les coupes des invités et je me sentais un peu frustré en regardant mon verre certes très coloré mais désespérément « inactif » sans ivresse. Je remarquais en fait pour la première fois les effets de l'alcool sur mes amis, c'était très étrange: nous approchions des douze coups et je me sentais encore en pleine forme avec tous mes esprits. Je n'ai à aucun moment regretté de ne plus boire d'alcool car tout se passait pour le mieux. Le temps passait. Nous nous sommes souhaité une bonne année et nous avons continué à faire la fête. Pour la première fois j'ai tenu jusqu'au bout sans m'affaler dans un canapé pour cuver. Pour la première fois je me suis réveillé sans mal de tête et pas à la recherche d'une bouteille non terminée pour « réajuster les niveaux » en avalant une bonne lampée comme dans mes anciennes journées d'alcoolique…

J'ai commencé cette année en faisant le vœu de continuer toujours aussi sereinement mon abstinence. J'ai depuis un nouveau regard beaucoup moins critique sur les autres et une bien meilleure estime de moi.

Yann BONOMETTI
Section Le Douaisis

Ses racines, la région a su les conserver. Le trait de plume ne sera pas passé sur l'histoire du bassin minier. De Béthune à Valenciennes, celui-ci aura contribué largement au développement de la région. Tout comme la sidérurgie et le textile. Mais ces trois piliers subirent tour à tour les assauts de différentes crises et séismes économiques.

Sur les débris d'activités autrefois florissantes, la région a su reconstruire. Les métiers de la mine sont entrés dans les musées, la sidérurgie s'est concentrée sur le littoral et le textile a pris le virage des fibres techniques. La région est devenue multipolaire. Tirée par l'industrie automobile et ses sous-traitants, irriguée par un maillage d'autoroutes, ses pays se sont unis et ont joué de leurs atouts pour sortir d'une sinistrose économique latente.

Région de contrastes

Lille, capitale régionale, est devenue un pôle incontournable à un jet de pierre de Bruxelles, Paris et Londres. La capitale des Flandres s'est hissée au rang des grandes métropoles jusqu'à devenir capitale européenne de la culture. Elle que l'on connaissait pour sa braderie, s'est forgée l'image d'une métropole où se conjuguent les façades flamandes et les audaces architecturales, les vieux quartiers et les immeubles de bureaux, les traditions et les pôles d'enseignement supérieurs.

Liberateur 167 28/10/09 11:23 Page 11

Contrastes et diversité

Peut-on désormais évoquer le Nord – Pas-de-Calais sans qu'un clin d'œil complice vous ramène aussitôt à « Bienvenue chez les ch'ti » ? Nul doute que le film de Dany Boon apportera encore longtemps à cette région un puissant capital de sympathie. De même que d'autres créations ont, en leur temps, mâtiné les deux départements de couleurs autres que celles grisâtres de la mine.
C'est sur son passé que la région Nord – Pas-de-Calais s'est bâtie. Sur ses atouts qu'elle s'est développée. Avec sa diversité qu'elle sait aujourd'hui retenir.

M. et Mme GAYANT de Lille ©www.nordmag.fr

Au cœur même de la région Nord – Pas-de-Calais et de ses 1 547 communes, le beffroi de Lille peut, sans rougir, tourner son phare à 360 degrés.

Riche de diversité

Il faut voir le poumon vert qu'est l'est du département. Ses paysages de bocage et les plans d'eau de Sambre-Avesnois, un Valenciennois réanimé et rénové. Au sud, vers le Pas-de-Calais, Arras domine au cœur d'un pays vert et agricole. À l'ouest, les Flandres viennent s'éteindre sur un littoral aux couleurs d'opale. La région est riche de sa diversité.
De beffrois en beffrois, de géants en géants, les villes s'enchaînent aux villes et réunissent sur un même territoire quelque 4 millions d'habitants aux origines diverses. Autre diversité que celle de sa population. Qui danse au son des fifres et du tambour lors du célèbre carnaval de Dunkerque ; qui se rassemble en masse pour son incontournable braderie de Lille ; qui se délace sur les plages sans fin de la côte d'Opale ; qui se retrouve dans ses traditions et dans ses fêtes populaires. Attachante, la région l'est sans conteste. Elle séduit et retient.

Hubert PREVOT
Journaliste La Voix du Nord de Lille

Liberateur 167 28/10/09 11:25 Page 12

Traditions

Le Picard ou Ch'ti est une est une variante de la langue d'oïl et presque chaque ville parle son propre patois. Pendant la Première Guerre Mondiale, dans les tranchées, les compagnons des gars du Nord se moquaient de leur façon de dire « ch'ti » et « mi », d'où l'origine du mot ch'timi. Les spectacles patoisants connaissent toujours un grand succès par exemple les sketches de Simons et Line Dariel

Les Biloutes et boubourse de Dany Boon, les cafougnettes (blagues) mais aussi les wassingues ou loque à loqueter (serpillière), la chirloute (mauvais café) ou les chicons (endives) sont des mots devenus courants.

L'bonheur i est in l'air. I quet aussi bien sus l'tiete d'in Sot qu'sus chelle d'in malin… À méditer…

Annick JOURNET, Catherine LEGENDRE et Yann BONOMETTI

BEFFROI DE DOUAI

Les beffrois de la Région disposent d'un carillon. Le Conservatoire à Rayonnement Régional de Douai est l'unique établissement de ce niveau à proposer une classe de Carillon. Douai est également la seule ville avec un carillon ambulant qui sillonne les routes de France et pays avoisinants.
www.arpac-douai.com

© Yvon Brenienek - Beffroi escaladé par le père Noël et ses lutins

De « Germinal » à « Bienvenue chez les Ch'tis », plus d'un siècle s'est écoulé. La région a connu de grandes transformations. Auguste Seydoux (1801-1878) et son frère aîné Charles (1796-1875), protestants d'origine suisse, arrivent au Cateau en 1824 et fondent une puissante industrie textile qui perdure avec la dentelle de Caudry. Cette dentelle et celle de Calais ainsi que les nombreuses filatures ont permis le développement des sociétés de vente par correspondance (La Redoute, Les 3 Suisses…).
La famille Mulliez a fondé la première enseigne Auchan à Roubaix. Depuis elle règne sur une véritable galaxie industrielle qui possède aussi Flunch, Décathlon, Kiabi, Phildar, Leroy Merlin et Norauto, etc.
Les bassins miniers et sidérurgiques se sont reconvertis dans l'industrie automobile avec Renault à Douai, Peugeot et Toyota à Valenciennes et dans le tourisme (Ouverture prochaine du musée du Louvre à Lens). Les terrils sont mis en valeur de différentes façons citons par exemple la piste de ski à Noeux les Mines, la base de loisirs à Rieulay ou les réserves naturelles du valenciennois.

LES GÉANTS

Les géants sont les symboles des cités et peuvent représenter des héros imaginaires, des personnages historiques ou même des animaux. Portés par une ou plusieurs personnes, ils se déplacent seuls ou en couple, quelquefois en famille, lors de leur jour de fête. En effet, chaque géant possède son jour de sortie, parfois depuis le XVIe siècle.
Les Géants naissent, grandissent, se marient, fondent une famille et meurent comme les hommes.

Les géants classés au patrimoine de l'UNESCO

LES SPORTS

Quatre clubs évoluent en 1ère division :
RC Lens, Lille, Valenciennes et Boulogne/mer.
En cyclisme, les Quatre jours de Dunkerque et Paris/Roubaix attirent toujours autant de monde que le Tour de France. L'Enduro du Touquet reste un événement sportif pour tous les motards.

SPÉCIALITÉS GASTRONOMIQUES

Bonbons : Carambar Bêtises de Cambrai :
Fromages : Maroilles, Mimolette, Boulette d'Avesnes, Mont des Cats, Vieux Lille
Plats : Tarte au Maroilles, moules frites, andouillette, fricadelle (la recette est secrète !), carbonade flamande, Potjevleesch, les chicons, tarte au sucre et Spéculoos.

LES SAINTS

Dans le Nord Pas-de-Calais plus qu'ailleurs, persiste la tradition de célébrer les saints, certains plus que d'autres puisque chacun de ces saints représente une profession, un métier, le protecteur d'un domaine particulier.

Liberateur 167 28/10/09 11:26 Page 13

et cultures

FÊTES, CARNAVALS ET DUCASSES

Dès le début du XIXe siècle, le port de Dunkerque affiche déjà l'un des carnavals les plus originaux de France. Cet événement annuel se perpétue avec ses célèbres « Bandes » et son jeter de harengs.
La Braderie de Lille rassemble tous les premiers week-ends de septembre plusieurs millions de personnes.
Le moindre village organise une ducasse (fête foraine) et depuis quelques années conçoit son propre Géant.
Des milliers de coulonneux pratiquent encore la colombophilie et organisent de nombreux concours de lâchers de pigeons.
De nombreux jeux traditionnels ont toujours des adeptes : le billon, le tir à l'arc et le tir à l'arbalète, le javelot, la paume, la crosse ainsi que la bourle ou boules flamandes. Ils se déroulent souvent dans la cour des estaminets.

Rue Faidherbe lors de la Braderie de Lille

LE CENTRE HISTORIQUE MINIER

Installé sur le carreau de la fosse Delloye, le Centre Historique Minier est le plus grand musée de la mine en France. La visite guidée propose au public de suivre l'itinéraire emprunté par les « gueules noires » pour se rendre à la mine. De l'impressionnante « salle des pendus » où les mineurs enfilaient leur tenue de travail, à la « descente » dans les galeries où le guide explique le travail au fond depuis l'époque de germinal jusqu'aux années 1990, les visiteurs se retrouvent dans l'univers bien réel de la mine.
Centre Historique Minier :
03 27 95 82 82
www.chm-lewarde.com

Endives, chicorées frisées, barbes de capucin

Ces trois salades sont toutes des chicorées ! Le chicon, la chicorée à café et la barbe ont en effet une origine commune : la chicorée sauvage (Cichorium intybus L.)
Les fleurs de chicorée s'épanouissent le long de la journée et flétrissent quand on les cueille. Un comportement bien poétique qui lui valut le surnom de fiancée du soleil.
Les racines récoltées en plein champ en septembre sont repiquées dès le mois d'octobre dans un site tout à fait surprenant et confidentiel, 15 mètres sous la surface de la métropole lilloise. Là, à l'abri de la lumière, dans d'anciennes carrières de craie, les morceaux de racines donneront trois à quatre semaines plus tard de larges feuilles couleur or. www.keldelice.com

Le carambar

En 1954 à Marcq en baroeul, fut créé un bonbon qui fit le tour du monde : le carambar.
Cherchant à utiliser un excédent de cacao, la chocolaterie DELESPAUL HAVEZ le mélangea à du caramel.

Ficelle picarde

Sur une crêpe salée, placer une demi-tranche de jambon d'York, une grosse cuillerée d'une sauce aux champignons et un peu de râpé. Rouler les crêpes, les ranger dans un plat à four. Napper légèrement de crème fraîche saupoudrer du râpé et faire gratiner…

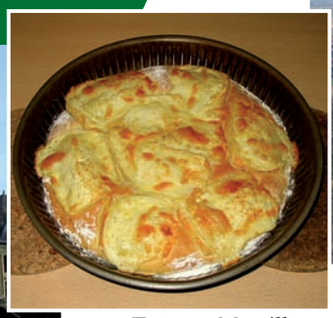
Tarte au maroilles

Prendre un moule à tarte. Y mettre du feuilletage ou de la pâte brisée. Piquer. Gratter le maroilles, couper en petits cubes : compter 40 à 50 g par personne. Casser un œuf le battre avec une cuillère de crème fraîche, du sel, du poivre, de la muscade. Le verser dans la tarte. Cuire au four à 180° pendant 15 mn environ.

Pierre COUCKE

Noël dans le Nord

Lille. Grand Place



Tarte au Maroilles

Le terril du 11-19 de Loos en Gohelle (pas de calais) près de Lens © euchpierre.fr

Goliath

Béthume

Cueillette des chicons

Gargantua

Adolph F. Isler les gueules noires

Les bourgeois de Calais

Centre minier

Berck Plage

Saint Quentin

Liberateur 167 28/10/09 11:37 Page 15

LA LUMIÈRE JAILLIRA

La lumière jaillira
Claire et blanche un matin
Brusquement devant moi
Quelque part en chemin

La lumière jaillira
Et la reconnaîtrai
Pour l'avoir tant de fois
Chaque jour espérée

La lumière jaillira
Et de la voir si belle
Je connaîtrai pourquoi
J'avais tant besoin d'elle

La lumière jaillira
Et je l'inviterai
À venir sous mon toit
Pour y tout transformer

La lumière jaillira
Et déjà modifié
Lui avouerai du doigt
Les meubles du passé

La lumière jaillira
Qu'éternel voyageur
Mon cœur en vain chercha
Et qui était en mon cœur

La lumière jaillira
Reculant l'horizon
La lumière jaillira
Et portera ton nom.

Jacques BREL

1 958 - Extraits

© Rainer Tagwercher - Fotolia.com

© Tolchik - Fotolia.com

Tout finit un jour,

mais… ! TIC – TAC – TIC – TAC CLIC – CLAC – CLIC – CLAC

Une année a fermé ses volets.
Une autre a commencé son envolée.
Tout finit par arriver.
De la première dent qui a poussé,
À celle qui finit par tomber.
Des premiers pas, bien hésitants,
Aux derniers souvent chancelants.
Des bancs de l'école par nos fesses s'usant,
À l'heure de la retraite bientôt sonnant.
Ainsi tourne l'horloge du temps.
Tout finit par arriver…
Ainsi, de notre premier souffle de vie,
Qui de toute force s'exprime par un cri,
À notre dernier soupir qui s'éteint dans la nuit.
Comme la fleur des champs
Qui est balayée par le vent,
Notre vie paraît et s'enfuit l'espace d'un instant.
Tout finit un jour, mais… !
Mais à chaque nouvelle aurore
Il nous faut croire et espérer encore.
Se dire qu'il n'est pas trop tard
Et emprunter non pas par hasard
Le chemin qui mène à la VIE
Qui, elle, jamais ne se finit.

ESPRIT CROIX BLEUE

À l'approche de Noël, les gens disent souvent : « Allez, c'est Noël, c'est cadeau » pourtant des cadeaux on peut en faire toute l'année : un bonjour, un sourire, aider une personne, etc.
En 1992, j'ai découvert un texte lors de la communion de mon fils aîné, que j'ai gardé, je l'ai même lu au baptême de ma petite dernière. Le voici :

Dieu seul peut donner la Foi
Mais tu peux donner ton témoignage.
Dieu seul peut donner l'Espérance,
Mais tu peux rendre confiance à tes frères.
Dieu seul peut donner l'Amour,
Mais tu peux apprendre à tes frères à aimer.
Dieu seul peut donner la Paix,
Mais tu peux semer l'union.
Dieu seul peut donner la Force,
Mais tu peux soutenir un découragé.
Dieu seul est le chemin,
Mais tu peux l'indiquer aux autres.
Dieu seul est lumière,
Mais tu peux la faire briller aux yeux de tous.
Dieu seul est la vie,
Mais tu peux rendre aux autres leur désir de vivre.
Dieu seul peut faire ce qui paraît impossible,
Mais tu pourras faire le possible.
Dieu seul se suffit à lui-même,
Mais il préfère compter sur toi.

Ces réponses ne correspondent-elles pas aux principes de la Croix Bleue ?
Les membres actifs (croyant ou non croyant) n'essayent-ils pas de faire leur possible dans la limite de leur équilibre ?
Noël, c'est fêter la naissance du fils de Dieu.
À la Croix bleue, l'esprit de Noël dure toute l'année, avec des hauts et des bas, les forces, les faiblesses et les limites de chacun.

Jacqueline BOUQUEREL
Le Douaisis

Pascal LEFEBVRE

Le p'titquinquin (L'canchon dormoire)

Paroles et musique : Alexandre DESROUSSEAUX – 1 855

Refrain :
Dors, Min p'tit quinquin,
Min p'tit pouchin, Min gros rojin
Te m'fras du chagrin
Si te n'dors point ch'qu'à d'main.

Ainsi, l'aut'jour eun'pauv'dintellière
In amiclochant sin p'tit garchon
Qui d'puis tros quarts d'heure, n'faijot qu'braire ?
Tâchot d'linformir par eun'canchon
Ell'li dijot : Min Narcisse,
D'main, t'aras du pain n'épice
Du chuc à gogo
Si t'es sache et qu'te fais dodo !
(au refrain)

Et si te m'laiche faire eun'bonn'semaine
J'irai dégager tin biau sarrau,
Tin pantalon d'drap, tin giliet d'laine…
Comme un p'tit milord te s'ras farau !
J't'acat'rai, l'jour de l'ducasse
Un porichinell'cocasse,
Un turlututu
Pour jouer l'air du capiau-pointu…
(au refrain)

© Brischnik - Fotolia.com

NB : Quinquin, vient du néerlandais manneken qui signifie petit homme (diminutif ken, petit)

Liberateur 167 28/10/09 11:31 Page 17

Venez festoyer avec nous !

© Grégory MAYER - Fotolia.com

Avec un peu plus de cent kilomètres de côtes, la région Nord-Pas-de-Calais vous offre de magnifiques plages de sable doré, des dunes à perte de vue plantées d'oyats*. Du haut des falaises du Cap Gris Nez et du Cap Blanc Nez on y respire l'air iodé de mer tout en observant le détroit de la Manche. À défaut de montagnes, du haut des Monts des Flandres, vous adorerez admirer des vues panoramiques sur l'Audomarois et la frontière belge.

Pour les fêtes de Noël, les villes font installer une patinoire sur leur place au beau milieu des chalets et autres attractions, cela réjouit les enfants et les adultes équipés de patins sur glace.

Dans les villages les gens décorent leur maison avec des illuminations de tous genres. Des concours de beauté y sont organisés.

Une tradition du Nord veut que lorsqu'une ville organise un défilé folklorique, ses géants soient de sortie en tête de cortège suivis par de nombreuses sociétés, fanfares, harmonies, majorettes, chars garnis et autres.

L'été comme l'hiver vous pouvez faire du ski sur les terrils aménagés. Vous slalomez aussi bien que sur une montagne avec les mêmes sensations.

Noël, c'est aussi les jardins publics décorés de personnages de contes mêlés à la végétation et illuminés de toute part. Et c'est la grande roue qui ne s'arrête pas de tourner.

C'est aussi des promenades en traîneaux accompagnées du Père Noël suivi par d'autres enfants tout au long du parcours. Le Père Noël est très sportif, il descend du beffroi en rappel sous les yeux de centaines de badauds. Dans les villages c'est du haut du clocher qu'il rejoint la terre ferme sous les applaudissements de la foule et des enfants qui attendent de recevoir une friandise.

Noël est également une fête de famille, des enfants réunis autour d'un joli sapin garni avec à son pied des cadeaux pour tout le monde. Sans oublier que c'est l'anniversaire du Christ.

Gustave DENOYELLE

© Brischnik - Fotolia.com

** L'oyat (Ammophila arenaria) est une plante vivace croissant dans les terrains sablonneux grâce à un système racinaire très profond. Elle a notamment été utilisée pour fixer les dunes littorales des Landes de Gascogne en France.*
Wikipédia

Eclats de vie

Abstinent total depuis avril 2003, j'aborde avec sérénité les fêtes de fin d'année qui, pour moi, ont une véritable signification.
En effet depuis mon adhésion à la Croix Bleue, le groupe que je fréquente m'apporte la sécurité, les conseils (on n'en a jamais assez), le soutien et l'accompagnement car sans eux, les embûches ne sont jamais loin !....
Aujourd'hui le mot « abstinence » brille en millions de couleurs et illumine ces fêtes.
Que de bonheur !
Que de joie, d'être heureux, heureux de vivre en harmonie avec soi-même mais aussi envers et avec les autres. Quelle évolution !
À présent, ce sont des Noëls empreints de bonne humeur, de sagesse et cela sous la houlette de l'abstinence.
Je porte très haut les couleurs de la Croix Bleue et ce dans ma vie de tous les jours. Qu'il est bon de se faire de l'auto-prévention car cela ajoute une pierre de plus à mon édifice : celui de grandir !
Je terminerai mon propos en souhaitant aux lecteurs de notre journal de très bonnes fêtes de fin d'année.

Yves GARCON

© Frederic CHAPRON - Fotolia.com

Liberateur 167 28/10/09 11:33 Page 18

Mon père, Deux

Enfant, j'avais plutôt une vie normale avec une mère dévouée et un père sévère mais aimant, je n'en doute pas aujourd'hui. Tout allait bien dans ma vie jusqu'à ce que mon père devienne alcoolique dépendant.
Eh oui, mon père est alcoolique, et cela a beaucoup perturbé notre vie de famille, car le malade est victime et entraîne sa famille avec lui.
Cela a été progressif sans que l'on s'en aperçoive mes sœurs, ma mère et moi. Et là, on se pose un tas de questions : Comment en est-on arrivé là, Comment s'en sortir ?
Quand nous étions invités, il buvait quelques verres, il était joyeux avec nous et j'avoue que j'adorais ça. Il a été élevé à la dure et a toujours du mal à nous montrer ses sentiments d'amour. Il n'arrive pas à se pardonner ses erreurs.
Avec « un petit verre dans le nez » il était cool ! Jusqu'au jour où « le cool » est devenu « le bourreau » !
En ce qui me concerne, j'ai vécu l'alcoolisme violent de mon père à l'âge de 19 ans, époque où j'étais fiancée et nous vivions chez mes parents avec ma petite sœur de 10 ans. Ma sœur aînée était mariée. J'ai vu des horreurs que je n'oublierai jamais : il harcelait, frappait, menaçait ma mère avec ce qu'il trouvait sous la main-tournevis et même fusil. La honte, la peur, les nuits de cris, de larmes devenaient notre quotidien. Nous avions tout essayé pour le raisonner, le persuader, le convaincre d'arrêter de boire et de nous faire souffrir. J'ai ressenti les choses avec beaucoup de maturité mais quelle douleur de partir de la maison en laissant ma mère et ma sœur entre les mains du bourreau.
Alors que j'étais enceinte d'un garçon qu'il souhaitait tant, un dimanche mon père a cassé une bouteille de vin dans l'évier pendant que ma mère et moi faisions la vaisselle. Ma mère a été blessée à la main. Je me suis mise en colère et je lui ai donné un coup-de-poing en disant que la vie était belle et qu'il allait devenir grand-père d'un petit garçon, qu'il fallait se battre pour ces belles choses, que s'il continuait comme cela, il nous perdrait. Il nous détruisait et se détruisait.
J'ai vu pleurer mon père comme un enfant en disant « ma fille m'a frappé ».
J'ai pris conscience qu'il était malheureux de cette situation et perdu au fond du gouffre.
Il a fait une cure de désintoxication qui a échoué puis il a intégré la Croix Bleue, accompagné de sa femme, soutenu par sa famille. Cette association l'a beaucoup aidé. À son tour, adhérent, il aide les autres, toujours accompagné de ma mère, à apprendre à connaître et reconnaître sa maladie pour mieux la combattre.
Je sais aujourd'hui qu'il n'est pas à l'abri d'une rechute. C'est une maladie sournoise qui arrive sans prévenir, comme beaucoup de maladies. Je pense qu'on n'en guérit pas mais on est en rémission, sur le fil qui peut le faire basculer à tout moment.
L'alcoolique fait des victimes mais il l'est aussi, il est sous l'emprise de la dépendance et cela a changé la vie de l'homme, du mari et du père qu'il est. Mais il a une épouse aimante, dévouée, protectrice, qui se sacrifie toujours pour sa famille. Mon père le sait car elle est restée. Ces mauvais moments ont eu de bonnes et mauvaises répercutions dans ma vie, mon mari n'a pas le droit à l'erreur concernant l'alcool, je n'en consomme jamais. Je suis plus indulgente et compréhensive envers les autres et surtout j'ai mieux compris mon père et je me suis rapprochée de lui.
Chaque expérience dans la vie bonne ou mauvaise nous enrichit. Mon père continue à se battre pour lui et les siens. Un combat de tous les jours et cela vaut le coup !

Betty BLASSEL

Liberateur 167 28/10/09 11:33 Page 19

sœurs témoignent

Comment, dernière fille d'une fratrie de trois sœurs, j'ai vécu l'alcoolisme de mon père ! J'étais une petite fille sage, réservée, ayant vécu une enfance heureuse avec mes parents et mes sœurs. Mon père était professeur et ma mère au foyer : une famille normale avec une bonne situation sociale.

Puis l'adolescence, l'entrée au collège, le même où mon père travaillait, et le début de son alcoolisme. Il buvait le vendredi après l'école jusqu'au dimanche, donc il ne reprenait pas le travail le lundi. L'alcoolisme à son travail a été su par certains et pas par d'autres mais sans retour négatif pour moi, j'étais la fille de « monsieur le professeur » et pas « du prof alcoolique ».

Malgré cela, je ressentais de la honte de le voir boire autant et peur que cela se sache. Faire semblant que tout va bien, devant les copines, les collègues de mon père que je croisais, essayer de cacher la situation aux autres, la honte vient aussi de là.

À la maison, je restais beaucoup dans ma chambre, en essayant de ne pas entendre les cris, descendre manger et essayer de ne pas regarder tout l'alcool consommé par mon père. Les nuits étaient difficiles, réveillée par les cris de colère enivrés de mon père, les murmures de douleur de ma mère et les bruits confus des bagarres. Moi, dans mon lit je me disais « lève-toi », « dis-lui d'arrêter » mais je n'ai jamais réussi : Trop faible. Le lendemain je me levais, allais à l'école comme si je n'avais rien entendu de ces nuits. J'étais une élève studieuse, très sage, pour ne pas que l'on me remarque et pour faire plaisir à mes parents, que mon père soit fier. J'ai assisté à des choses difficiles, j'ai entendu des choses difficiles, moi dans mon coin je n'ai pas voulu les rendre plus difficiles encore. Ne pas faire de rébellion mais au contraire être la plus sage, sans problème comme pour essayer de faire un contrepoids sur le quotidien malsain dans lequel je vivais.

Aujourd'hui je suis grande, mariée, maman de deux enfants mais face à mon père je suis restée une petite fille réservée qui ne communique pas beaucoup avec lui et qui n'exprime pas ses sentiments. J'ai toujours une crainte face à lui alors que je n'ai jamais reçu de claque de sa part, ce doit être une conséquence de cette adolescence vécue dans la violence et la colère incomprise qu'exprimait de façon particulière mon père.

Malgré tout, les seules fois où il m'a montré son amour c'était dans ces moments d'ivresse.

Nelly BLASSEL

© Unclesam - Fotolia.com

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:22 Page 20

une région exemplaire et depuis longtemps en santé publique

La région du Nord-Pas-de-Calais paye depuis longtemps un lourd tribut à ce qu'il est convenu d'appeler actuellement les conduites addictives. Les dommages liés à la consommation d'alcool et de tabac sont dans notre région parmi les plus importants en France.

Par la suite, la consommation de drogues illicites a pris le relais et est devenue un problème considérable.

Cette constatation a fait qu'au Centre Hospitalier Régional et Universitaire de Lille a été mis en place un service hospitalier au service des personnes subissant des dommages liés à leur consommation, ce service s'est appelé Pavillon 54 en relation avec la Loi de 1954. Puis, celui-ci a évolué et est devenu la Clinique d'Addictologie de la Charité, quand le concept d'addictologie a semblé plus pertinent.

L'approche sanitaire n'a pas été la seule développée dans notre région, l'approche préventive a été très rapidement mise en place.

De manière exemplaire, dans le premier contrat État Région en ce qui concerne la problématique santé, un volet alcool dans sa dimension sanitaire et préventive a été développé, ceci était une première en France. Le Haut Comité d'Etudes et d'Information sur l'Alcoolisme, puis le Haut Comité de Santé Publique, ont proposé une politique publique en ce qui concerne les conduites addictives.

Le Nord-Pas-de-Calais a été un des premiers à répondre aux recommandations de ces deux instances sanitaires.

Après une consultation de l'ensemble des citoyens et des institutions, un plan régional de santé alcool a développé des priorités sanitaires et préventives à mettre en place. Ceci a donné lieu au développement de multiples structures sanitaires sur l'ensemble du territoire et à de très nombreuses actions de prévention plus particulièrement dans le milieu scolaire, dans le milieu professionnel et en population générale.

Par la suite, un plan addictologie a été proposé et mis en place incitant à de multiples réalisations. Le Groupement régional d'Alcoologie et d'Addictologie a soutenu de nombreuses actions de formation des acteurs de santé non seulement en alcoologie et en addictologie mais aussi auprès des milieux professionnels.

Ce groupement est exemplaire car participent à son activité à la fois les professionnels de santé, les professions paramédicales et l'ensemble des mouvements associatifs. Cette structure conserve une activité qui fait l'envie de multiples autres régions.

Celle-ci a par ailleurs avec excellence été pionnière dans la reconnaissance et la prise en charge du syndrome d'alcoolisation fœtale.

Une culture de santé publique caractérise depuis longtemps notre région et c'est ce qui a permis de développer une politique de santé en addictologie complète et efficace.

Mais ceci n'aurait pas été possible sans une ancienne et féconde collaboration entre les mouvements d'entraide et les acteurs de santé, les institutions de l'état, les pouvoirs publics et les acteurs politiques. Ils ont œuvré ensemble pour développer une politique adéquate aux besoins et attentes de la population.

De plus, une politique de recherche clinique, sociologique et économique a apporté un soutien quant à la définition des objectifs les plus pertinents devant être développés dans son adaptation régionale. Ceci est le garant d'une efficacité.

Professeur Ph. J. PARQUET

Atelier d'Affirmation de soi

Au cours du séjour d'hospitalisation, un atelier est proposé aux patients du service. Il se déroule en groupe. À l'origine, l'idée était de proposer un espace dans lequel serait abordée la communication sous forme de scénettes issues de la vie quotidienne. L'intérêt de cette approche permet d'initier un changement porté par la dynamique de groupe. Chacun peut appréhender des notions simples de la communication tout en les mettant en pratique sous forme de jeux de rôle.

L'affirmation de soi (ou assertivité) peut se définir comme l'ensemble des attitudes verbales qui permettent d'exprimer clairement un point de vue, une idée ou un sentiment tout en respectant autrui. L'objectif étant de faciliter l'échange pour le rendre constructif. Mais contrairement à l'idée reçue, s'affirmer ne peut se réduire à une notion de *« caractère »* qualifié de *« fort »*, réservé souvent à d'autres, et dont on serait pourvu… ou dépourvu. Cette représentation binaire entrave le sentiment d'efficacité. Il s'agit donc tout d'abord de questionner cette considération, cette représentation en évoquant des pistes de réflexion. Ensuite, il s'agit d'aborder des techniques de communication et d'en apprécier les effets grâce à leur mise en pratique sous forme de jeux de rôle.

On y aborde les notions de *« disque rayé »** pour prendre conscience des effets des justifications, l'importance de l'empathie dans l'échange ou celui du non-verbal…

L'intérêt est double : individuel mais aussi collectif grâce au retour des personnes constituant le groupe.

Arnaud NESTOR, Psychologue, Centre hospitalier de Somain Unité d'alcoologie « La Clairière »

* Le principe du disque rayé. Répéter calmement mais fermement sa position pour contenir quelqu'un qui tente de vous faire changer d'avis.

Arnaud NESTOR

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:23 Page 21

Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC)

© bellemedia — Fotolia.com

Qu'est-ce que c'est ?

S'il est parfois compliqué pour une personne qui vient consulter un psychologue de distinguer la différence entre ce dernier et un psychiatre, il est d'autant plus complexe de comprendre qu'il existe différents types de psychologues en ce qui concerne leurs orientations et leurs approches de la thérapie. Les différences fondamentales que l'on rencontre dans le paysage thérapeutique français demeurent entre les Thérapies d'orientation psychanalytique et les Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC).

Les Psychologues analytiques vont travailler avec le patient plus particulièrement sur le passé de l'individu, sur son vécu antérieur. Cette thérapie vise également à mettre à jour les mécanismes de défense d'une personne, mécanismes qui existent pour faire face à certaines pulsions ou encore certains affects. Les TCC, quant à elles, vont se focaliser plus particulièrement sur le vécu présent de la personne.

Pourquoi comportementale et pourquoi cognitive ?

Les TCC font partie intégrante de l'évolution des thérapies jusqu'à nos jours. Elles se basent sur un contenu scientifique et chaque méthode employée est mise à l'épreuve pour en vérifier leur efficacité. La première moitié du XX^{e} siècle est marquée par la naissance de thérapies comportementales visant à appréhender quels facteurs entrent en jeu dans l'élaboration d'un comportement.

Comprendre comment un comportement est déclenché permet par la suite d'adapter la thérapie dans le but de changer ce comportement. Il s'agit ici bien sûr de comportements qui posent des difficultés à la personne qui vient consulter, comme par exemple des phobies ou encore une consommation excessive d'un produit (alcool, drogue, etc.). La critique principale de cette approche fut qu'elle n'abordait pas une partie importante de l'individu, c'est-à-dire : *« ce qu'il se passe dans ma tête lorsque je fais un comportement »*. En effet dans les différentes situations que l'on rencontre, tout au long de notre vie, nous sommes continuellement traversés par des pensées, des réflexions, des analyses. Nous n'en avons pas toujours conscience mais ces pensées et notre ressenti influencent grandement notre manière d'agir. Ce que l'on appelle cognitif ici c'est justement l'ensemble des processus par lesquels nous analysons et interprétons les situations que l'on vit. Les TCC abordent ainsi différents aspects de la personne, à la fois la manière dont elle agit, les émotions qu'elle ressent et l'ensemble des pensées qui la traverse.

Principe de fonctionnement d'une Thérapie Cognitive et Comportementale

Le fait de connaître l'origine de nos difficultés est important pour soi mais est-ce une condition nécessaire et suffisante pour le changement ? Maintenant que je sais pourquoi je vais mal, est-ce que je peux changer ? Les TCC ne répondent pas spécifiquement à cette question mais plutôt à *« comment je vais mal »* ? C'est-à-dire, comment je fonctionne actuellement pour m'amener à un mal-être. En conséquence, les TCC se basent surtout sur la compréhension du fonctionnement actuel de la personne afin d'élaborer avec elle les objectifs et les éléments de sa guérison.

Les étapes principales d'une Thérapie Comportementale et Cognitive

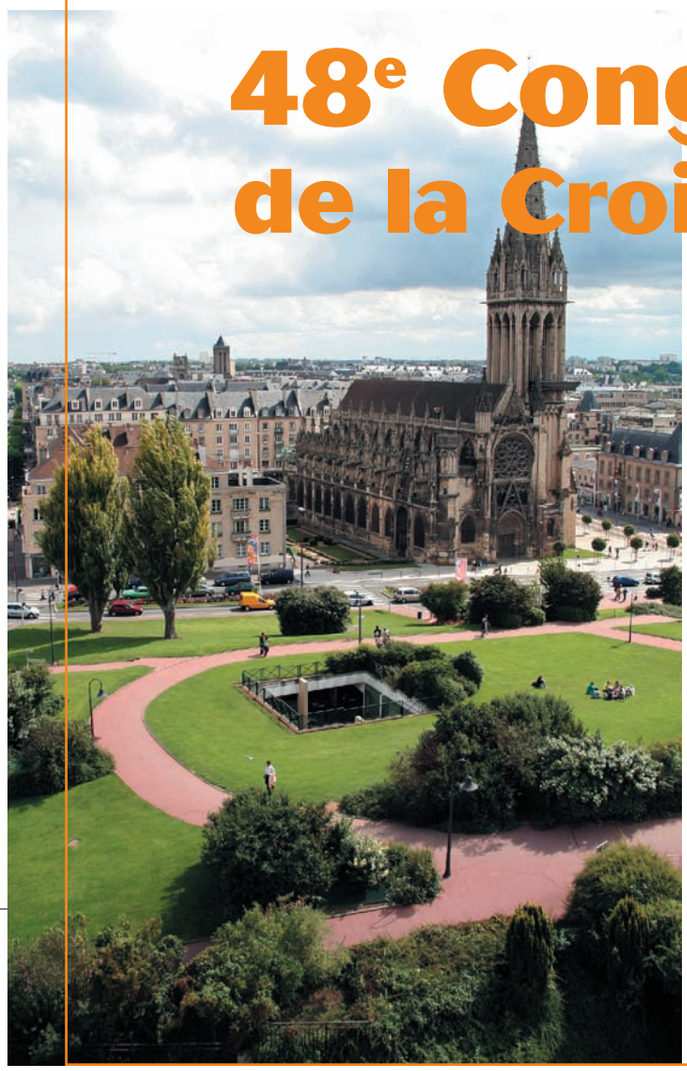
Il est, dans un premier temps, nécessaire d'apprendre à s'analyser. Au travers d'une auto observation, la personne, avec l'aide du thérapeute, va mettre à jour les différentes situations qui la mettent en échec et amènent une souffrance. Ces situations seront alors abordées tout au long de la thérapie pour que la personne puisse analyser précisément son fonctionnement : les pensées qui lui viennent, les émotions qu'elle ressent, ses réactions face à ces situations… Pour parler plus concrètement et illustrer notre propos nous pourrions prendre l'exemple d'une personne ayant des difficultés avec ses consommations d'alcool : *« ce qui déclenche chez moi l'envie de boire c'est quand je suis triste et que je me sens seul (situations et émotions). Quand c'est comme ça, je me dis que je suis bon à rien, que les autres ne veulent pas de moi et qu'il ne me reste que l'alcool pour oublier (cognitions, pensées). Quand j'en arrive là et bien je vais acheter une bouteille et je m'enferme chez moi sans voir personne (comportement). »*. Au travers de cet exemple nous voyons qu'il est possible d'analyser ce que vit cette personne, par le biais des émotions, des pensées et des comportements. Le deuxième temps de la thérapie consiste, tout particulièrement, à élaborer avec la personne les méthodes qui vont lui permettre de mieux gérer les situations qui déclenchent chez elle une difficulté.

Pour finir…

Les TCC ne font bien sûr pas miracle comme toutes thérapies. Nous ne sommes pas toujours prêts à changer mais, pour autant, nous pouvons tout de même nous questionner sur nos difficultés. Le psychologue est là pour nous écouter et également nous aider à mieux cerner nos problèmes. Les TCC apportent en ce sens, bien souvent, une meilleure compréhension de soi-même et de notre fonctionnement pour un problème donné. Et mieux se connaître, permet parfois d'améliorer la relation que l'on a avec l'autre et la vision que l'on a d'autrui.

Pierre Taquet,
psychologue au CCAA de Douai et
au CSAPA de Carvin

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:24 Page 22



48e Congrès National de la Croix Bleue à Caen

Du samedi 12 juin à 14 heures au dimanche 13 juin 2010 à 16 heures

Sur le thème :
« Sans alcool avec la Croix Bleue, bâtir demain ».

Prix inchangé de la carte congrès pour les deux journées : 40 euros.

Prochains thèmes du Libérateur :
« L'écoute » au printemps,
« Le congrès à Caen » en été

Calendrier

Congrès à Caen	Assemblée générale
12 et 13 juin	29 mai

Engagement d'abstinence

Forts de leur expérience, femmes et hommes de la Croix Bleue ont acquis la conviction que peut devenir possible ce qui ne l'a pas été jusqu'alors. Ils affirment qu'à partir de la rupture avec l'alcool, un renouveau intervient.
La guérison est possible. Nombreux sont ceux qui vivent la confiance en Dieu comme une force essentielle.

Nom, Prénom : .....

Adresse : .....

Je promets de m'abstenir de toute boisson alcoolique pendant : .....

Motif de la signature : .....

.....

engagement du..... au .....

À découper et à renvoyer à : La Croix Bleue, 189 rue Belliard, 75018 Paris

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:25 Page 23

Changement à la Presqu'Île-l'Archipel

Alain CHARPENTIER, après avoir assumé la direction près de quatre ans a quitté l'établissement le 31 août 2009. Nous lui devons, entre autre, les études et la réalisation de l'Archipel, bel outil de travail apprécié par les résidents, le personnel ainsi que par tous les visiteurs.

Alain CHARPENTIER

Un grand merci.

Pour lui succéder notre choix s'est porté sur Brahim BELABDI qui nous vient d'Annecy. Il a pris ses fonctions le 12 octobre 2009.

Nous souhaitons que ses qualités humaines et sa compétence soient porteuses d'espoir pour les résidentes et résidents des deux centres.

Brahim BELABDI

Formation sur l'engagement dans le groupe Franche Comté

Le thème de cette journée d'automne organisée par le groupe Franche Comté était: « l'engagement sous toutes ses formes ». Pierre Dunat animait ce nouveau module de la commission de formation. D'abord, s'engager pour rompre: Buveurs et solidaires ont fait le choix, à un moment de leur vie, d'une rupture avec le produit alcool. Nous avons débattu des questions suivantes: Quelles ont été nos motivations pour rompre avec l'alcool? Avec quelles aides, dans et hors Croix Bleue? Comment avons-nous utilisé l'engagement écrit progressif d'abstinence proposé par la Croix Bleue? Ensuite, s'engager pour servir: le membre actif s'engage dans une relation à l'autre, et une ouverture vers l'extérieur.

Nous nous sommes interrogés sur l'enrichissement personnel généré par ce service, mais aussi le cadre et les limites nécessaires qu'il faut y apporter. La journée n'a pas suffi pour aborder la dernière partie du module: « s'engager pour militer ». Cette réflexion se poursuivra sans doute l'année prochaine. Nous avons chanté **« Ne rentrez pas chez vous comme avant ».**

Et effectivement, nous nous sommes sentis « renouvelés » pour mieux vivre nos engagements!

Françoise BRULIN

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:27 Page 24

Camping de la croix bleue

162, Chemin de Greignac, 07 240 Vernoux en Vivarais — http://camping.croixbleue.fr

Prestations de qualité, ambiance excellente : soirée d'accueil pour les nouveaux, repas pris en commun une fois par semaine. Ce camping est particulièrement bien placé, situé en Ardèche dans un bel environnement, au calme tout en étant à proximité des commerces, de la piscine et du lac. Le camping loue 13 caravanes équipées d'un auvent, (vaisselle complète, réfrigérateur, gaz, salon de jardin).

Si vous souhaitez vous inscrire ou avoir des renseignements vous pouvez contacter :
Jean-Pierre ou Nicole GARCIA, 10, rue Pierre Iselin,
25310 HERIMONCOURT
03 81 30 97 13 le soir de préférence ou 06 62 40 30 33.
camping@croixbleue.fr et site : camping.croixbleue.fr

Ouverture le 4 juillet — fermeture le 22 août 2010
Les inscriptions se feront à partir du 1er mars 2010

TARIFS 2010

Location de caravane :	
à la semaine :	**68,00 €**
à la journée :	**12,00 €**
Garage mort (particulier) par an :	**70,00 €**
Forfait 1 ou 2 personnes par/jour :	**6,00 €**
Par personne supplémentaire p/jour : 2,00 €	
Adulte ou enfant	
EDF p/jour :	**2,40 €**
Animal p/jour :	**0,80 €**
Emplacement (particulier) p/jour :	**2.50 €**
semaine :	**15,00 €**
Vacancier venant avec son matériel	
Visiteur p/jour :	**1,60 €**
Taxe de séjour à partir de 13 ans :	**0,22 €**
Lessive (produit fourni) :	**3,30 €**
Douche (le jeton) :	**0,50 €**
LOCATION	
Cafetière électrique à la semaine :	**1,50 €**
Couverture durée du séjour :	**1,50 €**
NOUVEAU	
TOILE DE TENTE	
(semaine)	**5,00 €**
(journée)	**1,00 €**

AUCUNE NUITÉE NE SERA DÉCOMPTÉE

À retourner à : Association la Croix Bleue, 189 rue Belliard, 75018 Paris.

Bulletin d'abonnement et / ou de don

Le Libérateur quatre numéros par an **18 €** (prix inchangé)

☐ Mme ☐ Melle ☐ M. : .....

Adresse : .....

.....

.....

Vous pouvez aussi parrainer une personne de votre choix en offrant un abonnement !

Abonnement simple ..... **18 €** ☐
ou
Abonnement & don ..... ***plus de*** **18 €** ☐
ou
Don* simple ..... ☐

Ci-joint un chèque du montant choisi établi à l'ordre de la Croix Bleue

****Don***
L'association, reconnue d'utilité publique, est habilitée à recevoir legs et dons. La déduction fiscale est de 66 % du montant du don. Pour les sommes supérieures à 15 euros, un reçu fiscal sera envoyé.

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:28 Page 25

Voyage à Bruxelles

En mai, la section « Le Douaisis » organisait un voyage à Bruxelles. Nous avions le choix entre visiter les serres royales ou visiter une chocolaterie. Curieusement la chocolaterie a fait l'unanimité.

Après une visite guidée de la ville de Bruxelles le matin et le musée Jacques Brel, un bon repas et en avant la chocolaterie ! Là, nous eûmes droit à toutes les explications sur l'origine et la fabrication du cacao, sur les différences entre chocolat blanc, noir… agrémentées bien entendu de dégustations. L'ambiance était au rendez-vous d'autant plus que nous sommes tombés au beau milieu de la « Gay Pride ». Chacun est donc rentré de ce beau séjour avec des chocolats et… des préservatifs !

Annick JOURNET

L'Hôpital en fête

Avec la participation d'Odette et l'ami Charles de la section de Metz.

Parties de boules à Douai

Par un bel après midi d'automne la section s'est réunie autour d'un barbecue pour passer un bon moment ensemble. Une fois brochettes, merguez et autres saucisses, accompagnées de salades diverses dégustées, il était temps de passer aux choses sérieuses, à savoir le concours de boules. Six équipes de trois se sont affrontées et la cour a retenti de cris divers.

Par exemple : *« C'est moi qui ai gagné, je suis à 50 cm du cochonnet, tu en es à plus de 70 cm… »* et chacun de discutailler ! Eh, oui que voulez-vous : nous sommes du Nôôôrd ! En tout cas on a bien ri et bien mangé !

Annick JOURNET

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:39 Page 26

Sous le soleil et un fort vent...

Toujours Elbeuf/Louviers et Rouen, main dans la main...

En septembre, nos sections participaient pour la première fois à un forum des associations à Elbeuf. Des panneaux et affiches plastifiées entouraient notre stand. Sur des tréteaux étaient déposés de nombreuses brochures et des Libérateurs. Un quizz confectionné par les deux sections et des mots mêlés adultes et enfants (merci à la section de St-Etienne) ont attiré de nombreux visiteurs et ont également été le fruit de nombreux échanges. Un jeu vidéo sur la consommation d'alcool a provoqué beaucoup d'interrogations. De très nombreuses personnes se sont prêtées au jeu du *« parcours avec des lunettes simulant la vision d'une personne alcoolisée »*.

Les participants se sont vus offert des bonbons, certains même une pendulette Croix Bleue. Dans l'après-midi, Catherine GRENIER et Pierrette HELLOUIN ont présenté l'association au stand/sono et ont répondu aux questions de l'animateur fort intéressé par une association qu'il ne connaissait pas. Cette journée très fructueuse en contacts nous a confortés dans notre décision de participer le plus souvent possible aux différents forums de l'agglomération d'Elbeuf/Louviers et de Rouen. Merci à Pierrette, Joël, François, Jacqueline, Gilbert, Jean-Marie d'avoir assuré le stand toute la journée.

Catherine GRENIER

Prévention en enreprise

Le Docteur ZORGNIOTTI, médecin du travail, SITA Alsace et la Croix Bleue alsacienne se sont associés pour organiser une soirée d'information et d'échanges sur les « risques alcool » dans les locaux de la ville de Brumath. Après la présentation d'un diaporama et un exposé du médecin, Norbert DITSCH chauffeur depuis 1996 et abstinent depuis 2002 a témoigné de sa propre histoire d'ancien alcoolique.

Cinq salariés de l'entreprise sont venus l'entendre. Linda WINTER membre solidaire de La Croix Bleue a complété cette intervention en racontant son vécu d'épouse d'ancien buveur. Les échanges et les questions ont fusé. Parce que tout le monde peut être touché et qu'il n'est pas facile de faire face seul, partager témoignages et expériences est essentiel. La réunion prévue pour durer une heure a duré deux heures trente ! **Pour une première rencontre, c'est encourageant !**

La direction de SITA n'était pas présente afin de garantir la confidentialité aux salariés.

Extrait du journal de l'Entreprise SITA

Méchoui à Rouen

En septembre, la section de Rouen organisait son premier méchoui. 80 personnes dont les sections d'Elbeuf/Louviers et Versailles, ont partagé ce repas champêtre très ensoleillé.

Des jeux pour les petits et les grands ont accompagné également cette journée : Chamboule-tout, tir à la carabine, jeux de fléchettes, pêche aux canards…

Merci à toutes les personnes ayant œuvré pour la réussite de cette journée.

Pierrette HELLOUIN

Liberateur 167 20afin 28/10/09 12:40 Page 27

Fête et forum
de la section de Riom

Fin août, la section de Riom organisait son traditionnel pique-nique sur la base de loisirs de Saint Gervais d'Auvergne. Ce fut l'occasion pour les sections de Moulins, Saint-Étienne, Clermont-Ferrand, ainsi que les amis soutenant notre action de se retrouver autour d'un buffet froid copieusement garni, grâce aux membres de la section, aux commerçants et aux amis.

Après différents jeux, enveloppes, etc., c'est sous un soleil radieux que notre concours de pétanque s'est déroulé. Une très belle journée passée dans la joie et la bonne humeur. Un grand merci à la municipalité de Saint Gervais d'Auvergne qui nous a prêté gracieusement les locaux.

En septembre, la section participait au Forum associatif organisé par la municipalité. Plus de 50 associations étaient présentes. La Croix Bleue était la seule association d'aide et d'accompagnement aux personnes addictes à l'alcool.

Tout au long de la journée, à travers documentation, affichage et diaporama, de nombreux contacts se sont établis, cela a permis de faire mieux connaître notre section, mais également la Croix Bleue et ses engagements. La journée s'est terminée par le verre de l'amitié offert par la municipalité ; plus de 150 personnes du monde associatif s'y sont retrouvées.

Jean NIORT

Marseille fait la fête...
avec les autres !

C'était la fête des vingt ans de la paroisse réformée de Marseille Nord. Nous étions invités… Cela ne se refuse pas. Et bravement, la section s'y est préparée : on n'allait pas venir les mains vides !

Pendant plus d'un mois, une partie des réunions fut consacrée à composer une chanson qui soit un témoignage sans nous prendre pour autant trop au sérieux.

Sur l'air de *« Glory, glory, alléluia… »* nous avons exercé nos talents. Vous en jugerez, mais à la fête, nous sommes « passés » trois fois et devant un public on ne peut plus varié des fameux quartiers nord qui ne sont pas Chicago, on vous l'assure.

Ce fut une très belle manifestation, où la Croix Bleue tenait même un atelier, précisément l'atelier : *« Arrêtez-vous, ici l'on chante… et vous y chanterez aussi. »*.

Maurice CAVALIE

GLORY, ALLELUYA

Notre Croix Bleue est venue porter sa bougie
Pour que la fête soit encore mieux réussie.
Pour faire la fête, on est toujours, toujours présent.
Si on boit d'l'eau, on n'en est pas moins gourmand !

REFRAIN
On est des écologi-iques. Fini, fini la barri-ique
On n'est plus des alcooliques. L'abstinence nous a libérés.

On a longtemps aimé jouer les fier-à-bras
Et raconté partout nos tristes faux exploits !
Ça faisait toujours rigoler tous les copains
Mais beaucoup pleurer nos gamins.

Après avoir vécu des années de galère
Après avoir éclusé des palettes de bière
Dans les bistrots de notre chère Canebière
Nous avons enfin compris.

Pour vous dire quand et comment ça s'est passé,
Il nous faudrait vous prendre toute la journée.
Sachez pourtant qu'à la Croix Bleue, on est heureux !
Toute sa force est dans l'amitié !

Collectif régional

Joyeux Noël et bonne année !

Section de Lille

Section de Cateau Gambraisis

Section de Douai

Section de Saint-Quentin

La Caisse Nationale d'Assurance-maladie, le Conseil du Développement de la Vie Associative, le Ministère de la Santé et la Mutualité Sociale Agricole subventionnent en partie la Société Française de la Croix Bleue.