

Le



Libérateur

Sans alcool... avec plaisir

N° 12 HIVER 2018

La Croix Bleue association de prévention et d'aide aux personnes en difficulté avec l'alcool et autres addictions associées.



Dossier
L'esprit de NOËL



EDITO

...Page 2

DOSSIER A THEME

« L'esprit de NOËL »

- Souvenirs

...Page 3

- Les 4 bougies

...Page 4

- C'est quoi l'espoir?

...Page 5

TEMOIGNAGES

« Votre maman est malade »,

Hervé,

...Page 6

Henry

...Page 7

...Page 8

...Page 9

...Page 10

...Page 11

ADDICTOLOGIE/PARTENARIAT

Les enfants d'alcooliques,

...Page 12

Il lui fallait ses 2 verres ...

...Page 13

...Page 14

Les groupes néphalistes

...Page 15

dans le parcours de soin

...Page 16

NOUS AVONS LU...

« A consommer avec modération »

...Page 17

Michel CRAPLET & « Ados, Al-

...Page 18

cool » Christine VILET

...Page 19

ASSOCIATION

Dates, camping, engagement...

...Page 20

Réunion des Responsables

...Page 21

INSERM 9ème RENCONTRE-DEBAT

...Page 22

VIE DES SECTIONS

- Groupe Franche Comté

...Page 23

- Groupe ARA & Pays de Saverne

...Page 24

- Section d'AULNAY

...Page 25

- FORUMS Aux Associations

...Page 26

- « Extraits presse régionale »

...Page 27

LIBRE EXPRESSION

...Page 28



chers ami(e)s

En cette nouvelle année, je vous présente mes vœux les plus sincères, accompagnés de ceux du Conseil d'Administration et du Siège.

Que 2019 nous consolide dans nos efforts d'accompagnement auprès d'une population souvent affaiblie et isolée, ou bien entourée de personnes aimantes mais épuisées...

Que 2019 nous aide aussi dans cette lutte permanente pour garantir nos moyens d'actions. Faisons que la CROIX BLEUE puisse continuer son œuvre, tant sur le terrain qu'auprès de ses partenaires ou des instances.

Pensons également à nous, après cette période de fêtes qui nous aura peut-être permis de partager avec nos proches, nos amis.

Vous trouverez dans ce numéro d'hiver des témoignages, toujours aussi émouvants, des histoires vécues, de la sincérité et toujours l'espoir et le bonheur d'un nouveau choix de vie. La CROIX BLEUE tient une place particulière dans nos vies, c'est pourquoi nous tenons tant à la pérennité de notre Libérateur qui est un des fils conducteurs de notre association.

Je vous souhaite une agréable lecture et un esprit de Noël conservé durant toute cette année que j'espère douce et chaleureuse.

Guilaine MIRANDA

Présidente Nationale.

DOSSIER A THEME

L'esprit de NOËL



souvenir: S'éveiller à la solidarité.

Lorsque Chrétien est revenu de postcure dans son village des Vosges du Nord en 1982, ce furent cinq couples de jeunes abstinents, tous membres de La CROIX BLEUE, qui se trouvèrent face à une question nouvelle. En effet, ils s'étaient engagés à l'abstinence et ne pouvaient donc plus prendre part à la Sainte Cène, puisque la coupe contenait du vin. Averti du problème, le conseil presbytéral décida qu'il y aurait dorénavant une coupe contenant du vin et une coupe contenant du jus de raisin. Il y a dix ans, c'est moi qui revenais de postcure. Cette fois, la coupe de vin à la table de la communion avait disparu, il n'y en avait qu'une avec du jus de fruit. Malgré quelques réflexions du genre : « Ce n'est pas une gorgée de vin qui nuira à leur santé ! », la solidarité a joué grâce à notre ami Arthur qui attira l'attention des paroissiens le premier sur le droit à ne pas consommer d'alcool. Depuis, j'ai pu constater que d'autres paroisses de la région ont suivi ce bel exemple.

Jean-Claude Scherer Section de Bouxwiller

Une émouvante nuit de Noël en partage

Quelques-uns étaient étendus sur des sacs de ciment en papier qu'ils avaient déroulés soigneusement. Très gentiment, le gars qui était à côté de moi m'a cédé un morceau de sa

couche. Il y avait beaucoup de monde et nous étions tous très serrés. Comme pour rappeler que c'était Noël, il y eut dans la nuit cette voix qui fredonna le chant de l'« Adeste Fideles »(2). J'ai le souvenir d'une sorte de paix. Pas de disputes. Une atmosphère lourde de lassitude, de fatalisme. Des solitudes l'une à côté de l'autre, dans une odeur forte. On nous a réveillés vers sept heures. Le gars qui était à côté de moi m'a offert d'utiliser le bout de savon qu'il avait plié dans un bout de journal. Nous nous sommes débarbouillés. Puis je suis sorti. J'ai alors fait connaissance d'un jeune compagnon : un gars de Bretagne qui renvoyé de l'armée errait sans travail. Je lui ai proposé de boire quelque chose. Il m'a dit qu'étant de la CROIX BLEUE il ne buvait pas d'alcool. Je l'ai quitté en fin de matinée. J'ai passé toute cette journée en portant toute la tristesse de cette nuit, mêlée étrangement à un très fort sentiment de paix. Je n'ai jamais oublié ce Noël vécu dans le silence de la misère.

Maurice Combe

(1) L'asile de nuit de nos jours, heureusement, n'a plus rien à voir avec la description qui en est faite. (2) Adeste Fideles : chant religieux qui annonce la naissance du Christ . Article paru dans le journal La Tribune - Le Progrès le 24 décembre 2005.



DOSSIER A THEME

L'esprit de NOËL



I était une fois quatre bougies qui brûlaient lentement. Le silence régnait en maître dans ce lieu consacré. Un tel silence que l'on pouvait entendre les quatre bougies murmurer.

La première disait d'un ton attristé:

"Je suis la Paix!

Personne n'arrive à me maintenir allumée.

Je crois bien que je vais m'éteindre..."

Sur ces paroles à peine audibles, sa flamme diminua peu à peu jusqu'à disparaître.

La seconde clama d'un ton indigné:

"Je suis la Foi!

Mais à présent le monde pense que je ne suis plus indispensable.

Ça n'a aucun sens de rester allumée plus longtemps!"

Elle se tut et sa flamme mourut, soufflée par une brise légère.

La troisième bougie, des larmes dans la voix s'exclama:

"Je suis l'Amour!

Je suis malmenée chaque jour, délaissée!

Les gens oublient même d'aimer ceux qui sont proches d'eux!

Ne voient-ils pas que je suis indispensable?

Je n'ai plus la force d'exister.



Je ne peux rester allumée plus longtemps."

Sans bruit, elle s'effaça à son tour.

C'est alors qu'entra une enfant.

Voyant les trois bougies éteintes, elle en fut attristée.

"Mais pourquoi avez-vous cessé de brûler?

Vous deviez rester allumées jusqu'à la fin!"

L'enfant laissa glisser une larme le long de sa joue.

La quatrième bougie murmura:

"N'aie pas peur, tant que ma flamme est vivante, nous pourrions rallumer

les autres bougies. **Je suis l'Espérance!"**

Les yeux brillants, la petite prit la bougie de l'Espérance et d'une main ferme ralluma les trois autres.

Que l'Espoir ne s'éteigne jamais à l'intérieur de nous.

Que chacune d'entre nous entretienne tendrement l'enfant vivant que nous abritons en nous. Pour raviver l'Espoir, la Foi, la Paix et l'Amour.

Extrait du poème "Un jour, un jour"

écrit par Louis ARAGON et chanté par Jean FER-RAT.

C'est quoi l'espoir ?



La petite lumière vacillante au fond du tunnel de nos âmes quand il y fait noir, tout noir.

Edmond Rostand, nous donne un conseil fulgurant :

"C'est la nuit qu'il est beau de croire à la lumière!".

Dans la guerre, dans le deuil, dans la souffrance, dans la solitude et la tristesse, c'est parce que l'on sait garder espoir que l'on réussit à sortir du trou. C'est parce que des hommes, des femmes, des enfants ne perdent pas espoir dans leurs heures les plus noires que l'humanité évolue, comme guidée par ce flambeau invisible qui est au fond de nos cœurs. Seulement l'espoir est comme une plante, il se cultive, il a besoin de soins : c'est la petite fleur sur son astre désert qu'arrose sans cesse le Petit Prince afin qu'elle vive et qu'elle soit un témoin d'amour.

Par l'attention qu'on porte aux choses, aux êtres, aux situations et à soi-même, l'évolution se féconde, le progrès germe graduellement et la création finit par reflourir.

Mais l'espoir d'une vie meilleure ne suffit pas : il faut forger cette existence qu'on souhaite et cesser de la rêver ; il faut se former soi-même. Garder espoir, c'est toujours faire un pas de plus, quelle que soit la détresse, quel que soit l'obstacle. L'espoir c'est aussi la confiance que l'on a dans la vie.

Enfin l'espérance se partage : il est des trésors en chaque être, il faut savoir les découvrir. Car avoir l'espoir c'est aussi savoir sourire.

Marc de SMEDT



otre maman est

Votre maman est malade

*malade, cette maladie est difficile à comprendre mais il y a quelque chose dont il ne faut pas douter : **votre maman vous aime.***

Elle fait tout son possible pour se soigner et vous le savez.

Quand la maladie prend le dessus et qu'elle boit, elle ne maîtrise plus rien et nous sommes démunis et malheureux face à son comportement.

Mais dès qu'elle va mieux, elle prend soin de nous.

Bien-sûr, je m'énerve contre elle quand elle ment et refuse de voir la réalité de sa maladie.

Vous entendez mes colères qui ne servent à rien sauf à nous faire plus de mal à tous et je m'en excuse.

Vous savez que je n'ai qu'une priorité : l'aider à se soigner car votre maman est en danger ».

Tous ces mots je les ai dits à mes enfants, plus maladroitement parfois mais toujours avec la certitude qu'affirmer notre attachement mutuel aux uns et aux autres était notre première protection dans ce cauchemar.

Alors s'il vous plaît, ne généralisez pas. Dans

de nombreux cas, les familles confrontées à l'alcool et à l'impuissance restent des familles aimantes et aidantes qui font tout leur possible pour protéger leurs enfants.

Il est primordial de le dire pour obtenir plus de moyens et de temps consacrés à l'information, au soutien et à l'accompagnement de l'entourage dans les parcours de soins.

Je le réaffirme ici : j'étais son conjoint aimant et naturellement aidant. Il dépendait uniquement des professionnels de la santé de faire de moi un partenaire plus performant.

Les solutions existent, des initiatives le prouvent.

Sachant cela combien de temps encore nous laisserez-vous souffrir en silence ?

Anonyme





Résilience...

HERVE

Définition: «La résilience est un phénomène psychologique qui consiste, pour un individu affecté par un traumatisme, à prendre acte de l'événement traumatique pour ne plus vivre dans la dépression.

La résilience serait rendue possible grâce à la réflexion, à la parole, et à l'encadrement médical d'une thérapie, d'une analyse».

La Résilience n'est pas une méthode, bien sûr, mais un terme désignant :

- une moindre vulnérabilité aux aléas de la vie,
- donc la capacité à faire face aux difficultés, l'adversité, les situations à risques,
- la capacité de rebondir malgré les épreuves, les traumatismes.

Pour je crois la première fois depuis que je suis membre de la CROIX BLEUE, je vous propose mon témoignage:

Depuis la première fois où j'ai assisté à une réunion CROIX BLEUE j'ai vu différentes personnes, ressenti différentes détresses, entendu différentes questions, différentes réponses. Alors j'ai écrit ce texte pour témoigner et je l'espère apporter de l'aide à celles et ceux qui doutent encore. Je sens bien que tu es à bout... je l'étais aussi.

Je connais ton désarroi... ne plus avoir de souvenirs de la vieille, les bleus récoltés on ne sait plus où ni comment. Ne plus savoir ce qu'on a mangé, si on a mangé, l'heure à laquelle on

s'est couché, les visites chez les médecins, du corps et de l'âme, etc. J'ai vécu ça des années.

Je pourrais te raconter des histoires d'alcool qui me sont arrivées et qui te feraient rire ou pleurer. Des ruptures douloureuses avec l'alcool, des retrouvailles encore plus douloureuses, jusqu'à ce que je n'en puisse plus.

Il n'y a qu'une solution si toi également tu n'en peux plus... Une seule et unique solution, si évidente et si difficile à faire pourtant, toute bête,

toute simple, c'est d'arrêter!

C'est de te dire qu'aujourd'hui, tu n'as qu'un seul problème: c'est l'alcool !



Tout le reste est secondaire.

Parce que si tu parviens à demeurer abstinent d'alcool, donc à garder ta lucidité, tu trouveras les solutions en temps et en heure et tu parviendras à régler tes problèmes, à faire tes choix, et tes difficultés se résoudront fatalement.

Par contre si tu retournes à l'alcool, tu retournes au chaos de ta vie.

C'est peut-être la seule chose dont je sois sûr dans la vie.

Et pour pouvoir demeurer abstinent, j'ai assisté aux réunions, pris des numéros de téléphone auprès des malades alcooliques comme moi, je me suis procuré de la littérature écrite par des malades, des médecins, tout ce qui était susceptible de m'aider.



HERVE

Bref j'ai commencé à m'intéresser vraiment à moi et moins au reste et ce qui me semblait de grandes causes, de grands drames ou de grandes injustices est passé au second plan.

Et peu à peu, les problèmes se sont résolus, mon état d'esprit a évolué, j'ai changé de fréquentations, de mode de vie, de pensée, petit à petit, un jour à la fois, et c'est au fur et à mesure que j'ai retrouvé ma dignité et l'estime de moi-même, que ma vie s'est améliorée, que j'ai osé la regarder en face et lui sourire.

Le monde autour de moi n'a pas fondamentalement changé, c'est le regard que je porte désormais sur lui qui n'est plus le même.

C'est ça, pour moi, faire preuve de résilience.

C'est se connaître et s'accepter enfin, avec ses qualités et ses défauts, avec ses limites, ce qui permet de résister aux émotions (positives ou négatives) qui pourraient mettre en danger l'équilibre de vie qu'on a enfin trouvé après avoir vécu sur un fil pendant si longtemps et de s'être senti pratiquement seul au monde.

C'est aussi accepter les reproches sur notre conduite passée, même si on pense que la page est tournée, par nous et par les autres, qu'on en rit parfois. Il faut garder à l'esprit qu'il y aura encore des situations ou des mots qui nous feront mal, nous ramèneront à l'époque de notre consommation, à ce qu'on a vécu et fait vivre aux autres.

Il faut en être conscient, des colères ou des griefs qu'il nous faudra gérer seul, sans l'aide du produit alcool, on aura encore à en subir, parce que personne n'a la même faculté de pardonner ou d'oublier.

C'est le prix à payer pour se faire pardonner et surtout, et c'est le plus difficile, pour arriver à se pardonner à soi-même.

Hervé (CROIX BLEUE de Longwy)





roisième

HENRY

lâchait plus....

Tout cela a duré quasiment

vingt ans, malgré des changements de régions où je ne connaissais personne.

Je tenais difficilement sans alcool, parfois quelques jours, très rarement plus.

En 1971, j'intègre la fonction publiquemais toujours cet alcool qui me tient aux tripes et dont je ne peux plus me passer. C'est l'enfer au quotidien !

Début 1973, ma consommation est sans limites. J'étais emporté par un raz de marée géant qui m'attirait de plus en plus vers le fond, vers le néant, vers la mort. Je vivais dans un mal-être permanent, j'étais englué dans un piège qui se resserrait inexorablement, et je dois dire merci à la direction de cet établissement et à mon frère qui ont eu compréhension et patience.

10 Mai 1973, 10 heures du matin, je reviens du bistrot du coin, mal, très mal.

De l'autre côté de la rue, je vois mon médecin devant chez lui.

Que s'est-il alors passé dans ma tête à ce moment pour que ma vie bascule ? Je ne le sais pas, mais à cet instant il s'est passé quelque chose que je ne maîtrise pas, d'ailleurs je ne maîtrise plus rien depuis bien longtemps, je suis au bout du rouleau, au fond du gouffre, je n'en peux plus de cette vie de souffrance qui n'a de vie que le nom.

enfant d'une famille unie, nos parents nous ont toujours apporté amour, affection, et exemple : un père et une mère héros de la Résistance, ma mère, femme au foyer, un frère aîné, une sœur de quelques années de plus que moi.

Ils nous ont élevés dans le respect de la justice et des valeurs humaines de droiture, de morale, de tolérance et de respect de l'autre.

A la mort de ma mère, je me suis retrouvé seul avec mon père. J'avais douze ans.

Il m'a élevé en me donnant toujours le maximum d'amour.

A dix sept ans, à la mort de mon père, je suis allé vivre chez ma sœur, puis chez ma grand-mère maternelle, puis.... j'ai pris mon envol. Electricien, puis électromécanicien, j'avais toujours du travail.

J'ai fait partie d'un club sportif, où nous avons des réunions et des sorties, souvent bien arrosées (beaucoup trop) ; et pour être comme les autres, j'ai eu recours à l'alcool car ça me donnait l'impression d'être aussi grand que les copains. Cette illusion m'a conduit à boire toujours plus, et le piège s'est refermé inexorablement. J'ai quitté mon Sud natal pour la région Parisienne en espérant un nouveau départ.

Cela n'a pas fonctionné. L'alcool était toujours dans ma vie, de plus en plus présent, il ne me



HENRY

Je traverse et je lui demande « **comment fait-on pour se désintoxiquer ?** », il me répond qu'il part pour une urgence et me demande de revenir un peu plus tard, ce que je ne manquerai pas de faire.

Instinct de conservation ? Déclat ? Mystère ! Mais toujours est-il qu'après cette entrevue avec mon médecin, les choses ont changé.

Après m'avoir examiné, il décide de mon hospitalisation, je suis d'accord et lui explique que cela doit se faire vite car je sens que je risque de changer d'avis à chaque instant.

Direction l'hôpital Stell de Rueil-Malmaison où je fus hospitalisé le jour même, pour une durée de 3 semaines (pour une cure de dégoût).

Dès ma sortie de l'hôpital, m'attendait une place aux Fréguières près de Marseille (Ancien centre de Post-cure de la CROIX BLEUE) pour un séjour de trois mois. Ce séjour fût pour moi une découverte extraordinaire, une nouvelle naissance, car j'ai rencontré des gens d'une rare qualité humaine, en particulier

Monsieur et Madame de L'ESCALE, les directeurs du centre avec qui j'ai eu des conversations très fortes.

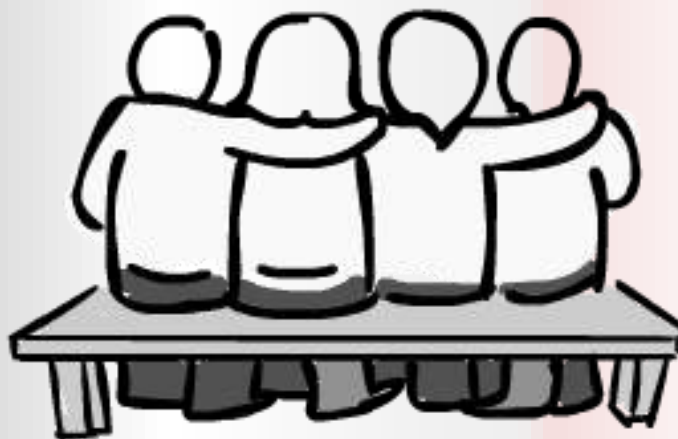
Ces échanges avec eux m'ont fait comprendre où se trouvait le chemin et le sens que je de-

vais donner à ma vie, et encore aujourd'hui après bien des années, leurs souvenirs sont toujours présents dans mon cœur et il est impossible pour moi de ne pas respecter la parole que j'ai donnée à un homme et une femme qui m'ont accordé leur confiance.

Je n'ai jamais failli à cette parole donnée ce jour-là en signant mon 1^{er} engagement.

De retour chez moi, je me suis rendu à la section CROIX BLEUE de Poissy où je fus accueilli par le Pasteur Paul DOMBRE, et l'ensemble de la section avec chaleur et amitié. Je me suis senti comme un membre de la famille qui revient à la maison après une longue absence.

J'étais très assidu aux réunions qui pour moi étaient pleines d'enseignements et de soutiens pour avancer dans une abstinence encore fragile.



Sept mois plus tard je fus reçu membre actif, avec comme parrain Monsieur de L'ESCALE et Madame DOMBRE comme marraine.

Je repris mon travail et fus très aidé par mon entourage, professionnel, amical et familial.



HENRY

Quelques mois plus tard je me suis marié avec une jeune femme exceptionnelle, (qui est devenue elle aussi membre active « solidaire »). Ce bonheur va durer seize ans, jusqu'à la disparition de mon épouse.

Le soutien sans faille de toute la section m'a aidé dans cette épreuve de deuil pour tenir le coup, par leur présence constante, discrète, et avec tant d'amitié. Nous avons eu quatre enfants qui sont la plus grande fierté de ma vie et qui m'ont donné onze superbes petits enfants.

En 1980, la CROIX BLEUE a ouvert la section de Versailles avec des amis des sections de Poissy et de Maison Laffitte. Notre regretté ami, Claude CURINGS en a été le 1^{er} Président.

Puis je suis devenu responsable de la section.

J'ai fait de mon mieux pour faire vivre cette section avec la confiance, l'aide et le soutien sans restriction des amis (es) membres, car sans cette aide je n'aurais peut être pas eu la force de le faire et je ne peux que leur dire merci du fond du cœur pour tout ce qu'ils m'ont donné sans compter et pour le travail qu'ensemble nous avons accompli.

Maintenant au soir de ma vie , en regardant le chemin parcouru, je me dis que si j'ai pu apporter quelque chose aux uns ou aux autres,

je n'ai fait que renvoyer une infime partie de ce que j'ai reçu au fil de ces années par mes amis (es) de la CROIX BLEUE où j'ai découvert des femmes et des hommes d'une immense richesse de cœur et de qualité humaine.



Henry CASANOVA

Section de Versailles



Enfants d'alcooliques : des enfants en grande détresse !

Devenus adultes ils sont souvent marqués.

Ce sont les parents qui demandent à l'enfant de les protéger, de les écouter et de prendre



On rencontre souvent dans les familles où un des parents est malade alcoolique et l'autre codépendant, des enfants en grande détresse !

Cet enfant se trouve projeté dans une inversion des rôles, il devient le parent de ses parents, ce n'est pas un choix de sa part, il est obligé d'en passer par là pour maintenir un semblant d'équilibre dans la famille.

Il oublie qu'il n'est qu'un enfant et gère tout ce qu'il peut gérer : les tâches matérielles, la prise en charge de la fratrie et la prise en charge de ses parents touchés par la maladie alcoolique.

C'est souvent à lui que l'on demande d'aller acheter de l'alcool.

Ces enfants ne se donnent pas le droit de rêver, ils ne jouent pas, ils ne se projettent pas dans l'avenir, ils ne font pas de bêtises, ce sont les esclaves de leurs parents.

soin d'eux. L'identité de l'enfant se développe autour de cette obligation de prendre soin de ses parents. Il lui est interdit d'être un enfant et de toute façon, il n'en est plus capable.



Ayant assuré des responsabilités d'adultes, il lui sera difficile plus tard de faire à nouveau confiance à ses parents ou à d'autres adultes. Il ne sait que s'oublier et se perd souvent dans tout ça.

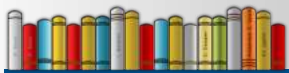
A l'âge adulte beaucoup de ces enfants développent une dépression chronique, leur estime de soi est en baisse constante et ils n'ont plus confiance en eux ni en personne.

L'enfant protège ses parents contre le monde extérieur présenté comme hostile et persécutant, il est le soignant de ses parents.

Article rédigé par Ghyslaine Gimenez

<https://www.facebook.com/ghyslaine.gimenes>



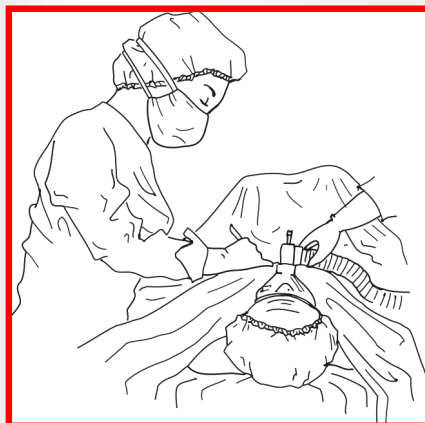


"Il lui fallait ses deux verres d'alcool avant de commencer ses opérations": plus d'un médecin sur six boit trop...



es médecins spécialistes boivent près de deux fois plus que le reste des citoyens. Les gynécologues, les anesthésistes et les chirurgiens sont parmi les plus touchés. Ils sont pourtant bien au courant des dégâts causés par l'alcool mais le stress, la charge émotionnelle, la recherche de la performance pour être plus rentables les poussent parfois à boire. Un sujet tabou dont on ne parle ni dans les blocs opératoires, ni dans les couloirs mais qui existe bel et bien.

Nous rencontrons un anesthésiste à la retraite, aujourd'hui, il ne boit plus que de l'eau. Pourtant, au début de sa carrière, il était, ce qu'on appelle un bon buveur, et a fini par sombrer dans l'alcoolisme. Il témoigne : *"C'est une mauvaise gestion de ses émotions (...). Le problème des hôpitaux, c'est que une fois que vous tombez dans un milieu où émotionnellement vous ne savez plus gérer, la maladie alcoolique est déjà pratiquement installée mais vous ne vous en rendez pas compte puis les circonstances font que vous buvez de plus en plus"*. Et apparemment, à l'époque, il n'est



pas le seul dans sa profession à vivre pareille situation. Sans langue de bois, il poursuit : *"J'ai connu un chirurgien vasculaire cardiaque, il lui fallait ses deux verres d'alcool avant de commencer toutes ses opérations. Et c'était le brancardier qui ravitaillait en whisky (...). Il fallait ça pour le stabiliser. On n'a jamais mesuré ses capacités, sans et avec alcool. Il ne s'est jamais vraiment planté et quand il se sentait mal, c'était l'assistant qui reprenait"*.

Médecin, une profession très exposée à l'alcool

L'alcool à l'hôpital, c'est un sujet plus que sensible surtout dans ces métiers très exposés. Anne-Cécile HUWART a mené l'enquête pendant plusieurs mois dans les hôpitaux et elle y a rencontré certains de ces professionnels qui trinquent. *"Ce sont des personnes qui gèrent de l'humain, des situations très difficiles, des personnes qui ne vont pas bien puisqu'elles sont à l'hôpital. Ils doivent gérer tout cela dans un contexte de management qui, lui, n'est justement pas toujours très humain"*.



« Il lui fallait ses deux verres d'alcool avant de commencer ses opérations": plus d'un médecin sur six boit trop...

Ils sont donc un peu pris en tenaille entre les demandes de performance, de réduction des coûts et des patients qu'ils doivent traiter". Nous prenons rendez-vous avec un autre médecin, urgentiste cette fois, il nous explique comment il été victime de ces conditions de travail très exigeantes :



"Les journées commençaient à 7 heures et finissaient à 22 heures. Alors le soir, on expérimente un petit verre puis deux, puis les périodes de rencontres avec l'alcool deviennent de plus en plus solides et dures. En 2012, un événement a fait que je me suis dit non. Celui de prendre ma voiture un soir à une extrémité de la ville et rentrer chez moi et ne plus se rappeler par où on est passé". Des chercheurs de l'Université d'Anvers ont interrogé 1500 médecins et spécialistes à travers tout le pays et les résultats ont de quoi interpellier.

18% des médecins et spécialistes boivent trop

18% d'entre eux ont une consommation d'alcool problématique, dans la population générale, c'est 10% soit près de deux fois moins. Les plus touchés sont les gynécologues, les psychiatres, les anesthésistes et les chirurgiens.

Le problème n'est pas nouveau mais il existe. Anne-Cécile HUWART, la journaliste de Médor précise que quand il y a un problème d'alcool

dans un rapport médical, il est mentionné sous sa formule chimique. Signe que le sujet est tellement tabou qu'on n'ose pas le nommer. Nos deux médecins témoins s'en sont tous les deux sortis, au prix d'une cure de 5 à 6 ans et de plusieurs séjours à l'hôpital. La démarche est particulièrement compliquée lorsqu'on exerce ce genre de métier. "Il y a une sorte de fierté à essayer de se soigner tout seul", explique l'urgentiste devenu alcoologue. "Je pense que c'est une erreur. Les médecins sont une population à risque de ne pas accéder aux soins comme tout le monde." Des dispositifs ont été mis en place dans certains hôpitaux pour faire de la prévention. De son côté, l'Ordre des Médecins a mis en ligne, il y a deux ans, une plateforme:

"Médecinsendifficulté.be" pour leur apporter une aide concrète. 200 médecins y ont déjà fait appel. Les mentalités évoluent. Mais on l'aura compris, on est encore très loin du compte....

L'enquête complète est à lire dans le magazine MEDOR

Pascale BOLLEKENS

LA PLACE DES GROUPES NEPHALISTES dans LE PARCOURS DE SOIN

Historiquement, l'activité thérapeutique des groupes néphalistes a précédé de plusieurs décennies la protocolisation des soins médico-psycho-sociaux en alcoologie. Cependant, leur activité n'a jamais été qualifiée de soignante en raison du volontariat des membres des groupes et de l'absence d'une qualification professionnelle diplômée.



Nous définissons habituellement comme de l'accueil, du soutien et de l'accompa-

gnement l'action des groupes néphalistes.

Afin d'identifier la place que les groupes occupent dans le parcours de soins, nous devons

dans un premier temps établir les objectifs thérapeutiques proposés par la plupart des protocoles thérapeutiques en alcoologie ; puis identifier les fonctions assurées par les groupes néphalistes.

Axes principaux des protocoles de soins en alcoologie

Si le sevrage de l'alcool reste l'affiche centrale de tout protocole alcoologique, le travail des soignants déborde naturellement les soins liés au sevrage médicalement assisté pour proposer au patient, en amont, un travail motivationnel, puis, en aval, l'aider à développer des outils d'évitement de la rechute. Le travail motivationnel se déroule, peu importe la technique thérapeutique d'approche, selon deux axes : d'une part accepter que la personne soit atteinte d'une maladie indépendamment de sa volonté et sans aucune connotation morale, et d'autre part faire une balance décisionnelle qui l'amènera à prendre la décision de se soigner et s'approprier la démarche.

LA PLACE DES GROUPES NÉPHALISTES dans LE PARCOURS DE SOIN



Afin d'éviter la rechute, par ailleurs, certains conseils de bon sens semblent indispensables mais

leur efficacité est renforcée par la répétition et le partage avec d'autres patients. C'est surtout certains changements de « philosophie de vie quotidienne » qui éloignent le patient de la rechute et le mènent sur le chemin du

rétablissement : renforcer son estime de soi afin de sortir de sa timidité et cesser d'être drapé dans l'illusion d'une différence orgueilleuse ; s'habituer à partager les émotions et les sentiments ; trouver du « matériel » pour faire évoluer son identité et s'habituer à parler en son nom propre ; se sentir soutenu pendant le réaménagement de sa vie relationnelle et souvent pour contempler un passé fait de dégâts, de ruines, d'échecs ; se sentir renforcé dans la croyance qu'il est possible de ne pas rechuter, de vivre parmi les autres, normalement, sans recours à l'alcool et de se donner un avenir.

Potentiels thérapeutiques du contexte des groupes néphalistes

Or, les groupes néphalistes proposent un espace relationnel régulier, constant, rassurant et une philosophie d'accueil caractérisée par la bienveillance, la tolérance et l'espoir en la personne et en l'avenir. Pour la personne alcoologique, encore ambivalente quant à l'éventualité d'une cure de sevrage et de l'arrêt des consommations,



LA PLACE DES GROUPES NÉPHALISTES dans LE PARCOURS DE SOIN

la fréquentation d'un groupe néphaliste lui permettra d'expérimenter un accueil sans jugement par des pairs rétablis ayant reconnu avoir souffert de cette maladie et capables de témoigner sur leur parcours de soins sans omettre, ni masquer, leur situation alcoolique précédente, ce qui pèsera, certainement, sur sa balance décisionnelle. Nous savons, effectivement, qu'un nombre très important parmi les malades alcooliques ont souffert, bien avant de développer la maladie, d'abandons, de deuils, de trahisons, de sévices psychologiques, physiques voire sexuels et de multiples dévalorisations. Cette affirmation n'est ni une justification ni une explication de la maladie – puisque d'autres personnes ayant, également, subi les mêmes maltraitances ou malheurs ne manifestent pas de maladie alcoolique – mais c'est un élément central pour comprendre que, pour une majorité de patients, les consommations alcooliques sont intégrées dans un « style de vie » et que le chemin du rétablissement suppose un changement radical de « philosophie de vie quotidienne » ; en ce sens, les groupes néphalistes sont des contributeurs essentiels du changement. Une telle approche de la fonction des groupes néphalistes auprès des patients alcooliques pourrait expliquer également le processus qui permet à certaines personnes, présentant des troubles liés à l'usage à l'alcool, d'accéder à l'abstinence – qui plus est l'abstinence heureuse–sans avoir, pour autant, recours au système de soins, en intégrant uniquement un groupe néphaliste. Ils se sont, effec-

tivement, offert la possibilité de faire évoluer leur style de vie et leur philosophie de vie quotidienne de sorte que la consommation de l'alcool serait devenue obsolète.

Appariement de soins médico-psychosociaux et de la pratique de groupe néphaliste

J'utilise à dessein l'expression « pratique de groupe néphaliste » au même titre que je parlerais de « pratique de sport » ou « pratique d'un instrument musical » voire « pratique religieuse » puisqu'il s'agit de connoter, par cette expression, l'intégration du patient dans le groupe néphaliste comme constituant de sa quotidienneté (peu importe si la fréquence est pluri-hebdomadaire, hebdomadaire, mensuelle ou autre). J'ai essayé de montrer que la pratique d'un groupe néphaliste par un patient alcoolique lui donne accès à des expériences psychologiques, relationnelles et comportementales qui correspondent bien aux objectifs thérapeutiques dont il s'est fixé, à l'aide de ses thérapeutes et soignants, lors de ses processus thérapeutiques.

Il existe donc un appariement et une complémentarité bien explicite entre système de soins et pratique de groupe néphaliste ; ceci n'est pas surprenant, puisque la majorité des protocoles thérapeutiques en alcoologie se sont inspirés en observant le fonctionnement des groupes néphalistes. Je dois proposer une problématique spécifique concernant le fonctionnement, d'apparition récente, du « patient expert » au sein des protocoles des soins. Son témoignage, lors de l'animation des groupes thérapeutiques pendant les soins, ne peut remplacer



LA PLACE DES GROUPES NÉPHALISTES dans LE PARCOURS DE SOIN

Le fonctionnement d'un groupe néphaliste n'a pas le spectre bien large, des expériences thérapeutiques que le patient ferait en les fréquentant. La fonction symbolique d'un discours collectif et en même temps à multiples variantes fait défaut lors de l'intervention du patient expert, dont la validité de sa parole risque, par ailleurs, de pâtir en raison de la prétention d'une expertise injustifiée car acquise au cours des cours de formation professionnelle. La posture scientiste et informative du discours du patient expert -corolaire d'une prétention experte- fera écho au discours soignant qui est effectivement expert ; en ce sens, renforcera la position soignante, mais ce discours ne proposera pas d'expériences thérapeutiques complémentaires aux propositions soignantes. Je me sers de la notion de

Le patient expert n'est donc pas concurrent des groupes néphalistes mais une fonction qui souligne, renforce, amplifie le discours soignant ; c'est aussi une fonction qui fait la jonction entre expertise soignante et expertise néphaliste et par conséquent entre engagement thérapeutique et engagement néphaliste.

« jonction » au sens de la jonction entre deux routes ou deux trajectoires, car en fait il s'agit de joindre la trajectoire du patient dans l'espace soignant et la trajectoire du patient dans l'espace néphaliste. L'objectif est que le patient puisse circuler librement entre les deux

espaces et profiter des expériences qui sont, nous l'avons déjà vu, complémentaires. Il est indispensable de proposer cette jonction au patient alcoolique fraîchement abstinent car si le corps est sevré, le cerveau est toujours « possédé par l'esprit de l'alcool » et effrayé devant les réalités relationnelles qui s'ouvrent dorénavant devant lui. Pendant les premiers décennies de soins alcoologiques, la fonction de cette jonction était naturellement assurée par des volontaires, issus des groupes néphalistes, qui « circulaient » dans les services hospitaliers d'alcoologie ou dans les salles d'attente des CCAA et croisaient, au hasard, des patients désireux d'échanger avec eux et ils les sensibilisaient à un autre discours et une autre manière d'aborder le quotidien. En ce sens, le patient expert est un épiphénomène qui correspond à l'air du temps actuel et les réajustements en cours, en matière d'économie de la santé, mais la fonction de jonction nécessaire entre la démarche soignante et la pratique des groupes néphalistes est ancienne et fait partie de l'arsenal thérapeutique en alcoologie. C'est cette fonction de jonction qui est en jeu lors des séances du Grand Cirque, réunion mensuelle faisant partie du protocole thérapeutique de l'alcoologie clodoaldienne – à Sèvres depuis 2011 – et mise en place de façon ininterrompue par Dr HAAS depuis plus de soixante ans. **Dr Vangelis ANASTASSIOU, Chef du service de Médecine Addictologique du Centre Hospitalier des Quatre Villes - Responsable du « réseau alcoologique Dr HAAS**



MICHEL CRAPLET
**À CONSOMMER
AVEC MODÉRATION**



BROCHE: 28,90€

Êtes-vous particulièrement sensible aux effets de l'alcool ? Est-il possible de boire sans tomber dans l'excès ? À partir de quand devient-on alcoolique ?

Boire est agréable, l'alcool avive nos sens et renforce la convivialité. Pourtant, trop d'alcool peut nous gâcher la vie et celle de nos proches.

Le Dr CRAPLET explique comment rester dans la modération, comment ne pas tomber dans la dépendance et comment en sortir avec bonheur. Bref : comment rester libre.

Psychiatre et alcoologue à l'hôpital de Saint-Cloud, Michel CRAPLET est médecin délégué de l'Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie, et expert auprès de la Commission européenne.



Aujourd'hui, pas de fête entre ados sans alcool. Et l'amusant n'est pas de boire un verre, mais d'être " bourré ". 6 jeunes sur 10 ont d'ailleurs déclaré avoir été ivres dans l'année.

Ils ont 13-16 ans et s'entraînent à boire très rapidement, jusqu'à l'ivresse.

Le binge Drinking devient un phénomène de société.

Les nouveaux mélanges, les prémix, les happyhours, la législation plus restrictive mais ambiguë, les parents qui leur ont appris à trinquer..., toute la société concourt à donner une image festive de l'alcool. Quel plaisir les ados trouvent-ils à s'enivrer ? Pourquoi doivent-ils forcément boire en grande quantité ? L'alcool est-il la nouvelle addiction des plus jeunes ? Et les mélanges, quel danger ? Les pertes de conscience, les comas éthyliques ont augmenté : qui sont les plus fragiles ?

L'alcoolisation provoque aussi des comportements agressifs ou passifs, des risques d'accidents.

Et, à plus long terme, connaît-on l'impact sur leur santé, leur scolarité, leurs liens sociaux ? Que faire ? Que leur dire ? Comment aider ceux qui ne savent pas s'arrêter ? Comment les parents peuvent-ils réagir au mieux ?



BROCHE 15,11€

Une enquête qui fait l'état des lieux, rapporte des histoires d'adolescents concernés et donne les conseils de professionnels.

Bulletin de don

Je désire soutenir l'action de la CROIX BLEUE et
j'établis un chèque du montant choisi établi à
l'ordre de la Croix Bleue que j'envoie

au siège, 189 rue Belliard, 75018 PARIS

Dès réception du chèque, le siège établit un reçu fiscal.

Engagement d'abstinence

A découper et à renvoyer à

LA CROIX BLEUE

189 rue Belliard 75018

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 duau

Le signataire:

Avec l'aide des amis de la Croix Bleue vous pourrez atteindre ce but.

« Il y a un avenir pour votre espérance »

CAMPING de la CROIX-BLEUE

Il est situé à Vernoux en Vivarais, première station verte de l'Ardèche. C'est un site idéal et propice pour la vie au grand air, la détente et le repos. Si vous souhaitez vous inscrire ou avoir des renseignements vous pouvez contacter :

Jean-Claude SCHERER

Tél. : 06 12 60 73 79

Email : scherer.jeanclaudio@neuf.fr

camping@croixbleue.fr

Site : <http://camping.croixbleue.fr>

QUELQUES DATES 2019

Journées d'étude:

INSERM: Le 21 mars 2019

SFA: 25 janvier 2019

CA: 9/10 Février 2019

AG 2019: 18 mai 2019 ou 25 mai 2019, Le lieu reste à définir



REUNION DES RESPONSABLES DU 30 novembre, 1& 2 décembre 2018 À L'ETHIC ETAP de DIJON



Notre réunion des responsables s'est déroulée dans la simplicité, l'harmonie et la joie des retrouvailles annuelles.

Le vendredi soir:

REUNION DES RESPONSABLES DE GROUPE :

Il y eut des échanges riches, interactifs et productifs.

Certaines régions ou sections ont changé de nom pour permettre une ouverture plus large au sein des départements.

OUVERTURE - COMMUNICATION

Aller chercher les malades là où ils sont (hôpitaux etc.) et ne pas attendre qu'ils viennent à nous de leur propre initiative

Travailler les réseaux et les partenariats

QUESTIONNEMENT

La signature a toujours été un outil mais peut devenir un frein à l'adhésion (engagement d'abstinence vs RDRD)

Réflexion sur la notion de Membre...

Le samedi toute la journée et le dimanche matin

Les 4 ateliers :

Atelier N°1 : Objectif 1000 (Linda, Henry et Ludovic)

Atelier N°2 : Rôle du siège (Guilaine, Chantal, Alain)

Atelier N° 3 : Relation avec les partenaires (Marie et Marc)

Atelier N°4 Animation des réunions (Michèle, Jean Jacques, Daniel)

INNOVATIONS :

SURPRISE: 3 témoignages nous ont émus de Dominique THOMAS, Bernard GRIFFATON et Henry CASANOVA ! Projet sur la remise en place de la COMMISSION DE FORMATION, présentation des DOCUMENTS DE FIN D'ANNEE et présentation du LIVRE DE COMPTE.

CONCLUSION: Beaucoup d'échanges, d'idées partagées et parole très libérée.



Cette rencontre était particulière car Bertrand NALPAS nous quitte pour un départ à la retraite bien mérité, MERCI pour son dévouement pendant toutes ces années !

« 9ème RENCONTRE-DEBAT »

Cette année la rencontre INSERM et groupe ALCOOL se sont réunis le 8 décembre 2018 à la salle Louis PASTEUR et avait pour thème: LE BINGE DRINKING et le devenir des fonctions cognitives après l'arrêt de l'alcool.

Cette année encore, la Journée Inserm Alcool et Recherche, rencontre-débat annuelle avec les 9 mouvements d'entraide aux personnes en difficulté avec l'alcool se tient, pour sa 9ème édition à l'Institut Pasteur. Plusieurs projets de recherche sont en cours et le plus avancé concerne la détection et l'orientation vers les soins des personnes ayant des troubles causés par l'alcoolisation fœtale. Le comité de pilotage de ce protocole s'est réuni à plusieurs reprises ; il est constitué de membres associatifs du groupe Inserm Alcool, de Stéphanie TOUTAIN, chercheuse au Centre de recherche Médecine Science Santé et Société de l'Université Paris Descartes, de David GERMANAUD, neuropédiatre et chercheur spécialisé dans le SAF (syndrome d'alcoolisation fœtale) à l'hôpital Robert DEBRE de Paris et de Henri-Jean AUBIN, professeur en addictologie à l'Université Paris Sud et chercheur dans l'UMR 1018 Inserm, qui deviendra animateur du groupe Inserm Alcool en 2019. Le travail de recherche va commencer sous peu et vous en serez informé via vos associations. Le binge Drinking qui défraie la chronique quotidienne est perçu

comme spécifique aux adolescents et jeunes adultes. Mais qu'en est-il dans la réalité ? Ne serait-ce pas aussi une forme d'alcoolisation des adultes ? Quelles sont ses conséquences sur le fonctionnement cérébral ? Est-ce plus - ou bien moins - dommageable qu'une alcoolisation excessive régulière ? Fabien GIERSKI, maître de conférences en Neuropsychologie à l'Université de Reims répond aux questions de la salle. Quant au point de vue des associations, il sera porté par Jean-Pierre GADAUD (Santé de la Famille) et Chantal GINOUX (CROIX BLEUE). " **Le devenir des fonctions cognitives après l'arrêt de l'alcool.** " Cet ensemble des processus mentaux qui forgent la connaissance est altéré à des degrés divers par l'alcoolisation excessive. En 2012, une scientifique de l'Université de Caen nous avait parlé des troubles de la mémoire au cours de la maladie alcoolique. Aujourd'hui, 6 ans après, Anne-Lise PITEL, chercheuse de la même équipe (Unité Inserm 1077), viendra nous exposer l'évolution de ces troubles après l'arrêt de l'alcool. Récupération ou non ? A quel degré, avec quelles méthodes thérapeutiques ? Le point de vue des associations sera, tout comme le matin, présenté en duo par Marc MARGELIDON (CROIX BLEUE) et Jean (AA). Les thèmes retenus cette année nous interpellent dans notre quotidien, dans notre entourage, dans notre réalité.

Bertrand NALPAS, Inserm Mission Associations Recherche & Société

GROUPE FRANCHE

COMTE

La campagne de la CROIX BLEUE chez King jouet

Comme depuis de nombreuses années, différentes sections de la CROIX BLEUE du pays de Montbéliard participent à la campagne d'emballage chez King jouet à Audincourt. Chaque semaine depuis le mois d'octobre, les membres d'une section, soit Audincourt soit Valentigney avec l'aide de Montbéliard, se relaient afin de satisfaire les clients de ce magasin de jouets.



Ces instants sont emprunts de générosité, convivialité et bonne humeur qui caractérisent si bien les sections d'Audincourt et de Valentigney. Les sourires sont de mise et les équipes se surpassent pour emballer les cadeaux de nos chères têtes blondes.

Bien évidemment cette action permet d'établir des contacts et également de faire découvrir

l'action de la CROIX BLEUE au travers d'affiches, flyers, cartes de visite mais surtout un dialogue posé et constructif sur la maladie « alcool ».

Notre mission souvent méconnue est appréciée par les clients qui soulignent l'importance de cette aide dans la maladie.

Les sections d'Audincourt et Valentigney épaulées par des membres de la section de Montbéliard vont poursuivre leur campagne jusqu'à Noël en collaboration étroite avec la sympathique équipe de King Jouet qui nous a accueillis avec beaucoup de gentillesse.



Au travers de cette action nous conjugons entraide et campagne de sensibilisation sur les dangers liés à l'alcool et le rôle important de la CROIX BLEUE dans cette « lutte ».

Nous gageons que l'envie, le dévouement et la bienveillance des membres des sections d'Audincourt, Valentigney et Montbéliard permettront à certains de trouver un soutien, une main tendue, mais également aux enfants de trouver au pied du sapin de beaux cadeaux emballés avec amour !!!

Joie et bonne humeur sont à partager sans modération.

Bernard ROMAIN

Section de VALENTIGNEY

GROUPE ARA



a rencontre régionale d'octobre 2018. Un très bon week-end porté et animé par Adrien DREYFUSS directeur du centre du Chambon sur Lignon.

*Marc MARGELIDON
Section du Bassin de MOULIN*

CROIX BLEUE PAYS DE SAVERNE, Plaines et plateaux



Notre repas de Noël à Dossenheim-sur-Zinsel La CROIX BLEUE Pays de Saverne Plaine et Plateau s'est retrouvée autour d'un bon repas pour fêter Noël dans la convivialité et la bonne humeur. Merci à tous pour les encouragements apportés à notre ami Alex qui est sur le bon chemin vers sa nouvelle vie sans alcool. « und ein guter Rutsch » pour 2019

Rachel ROOS, Section de SAVERNE

GROUPE FRANCHE COMTE



Repas de Noël groupe Franche Comté du dimanche 9 décembre 2018 qui s'est déroulé dans une très bonne ambiance festive pour le groupe de Franche Comté. Une cinquantaine de personnes, de toutes les sections ainsi que des personnes de Belfort, ont répondu présentes pour cette journée très particulière en fin d'année.



Des chants de Noël, au cours du repas délicieux, ont permis de redécouvrir nos sourires d'enfance.

Les danses Européennes et orientales nous ont tenu en haleine et ouvert l'appétit pour de succulents desserts très nombreux. Encore merci au groupe qui nous a fait danser, bravo !

Toute l'équipe de la section de Belfort peut être également remerciée pour la qualité de l'organisation, et le respect du budget prévu. Nous sommes repartis avec joie et bonne humeur.

A renouveler chaque année.

Bernard ROMAIN, Section VALENTIGNEY



Le 7 décembre 2018, la section d'Aulnay sous-bois a fêté la fin d'année, toujours sous le signe de la bonne humeur et du partage. Merci aux membres du bureau pour l'organisation et aux participants, dont les conjoints et les membres du conseil presbytéral. En route pour une nouvelle année !



SECTION D'AULNAY

Nadine et Jean-Luc, section d'AULNAY

LES FORUMS DES ASSOCIATIONS

SECTION DU BASSIN DE MOULINS



Tous les ans, la représentation fidèle de la CROIX BLEUE siège lors de nos forums. Elle fait partie de notre communication avec la plupart des groupes et sections dans toute la France.

SECTION DE SALON de Provence



SECTION DE SAVERNE



SECTION D'AIX en Provence



GROUPE FRANCHE COMTE

EMPS FORT

BELFORT Réveillon solidaire

Même sans alcool, la fête sera belle

L'association La Croix Bleue de Belfort organisera ce lundi 31 décembre son traditionnel réveillon du Nouvel An. Au menu, cocktails sans alcool et une très grosse dose de convivialité. Il est encore possible de réserver.

Le réveillon du Nouvel An peut être difficile pour ceux qui ont choisi l'abstinence, au niveau alcool, depuis peu de temps ou depuis plus longtemps.

À la Croix Bleue de Belfort, association qui aide les personnes qui ont un problème avec l'alcool, un réveillon est organisé par solidarité. Depuis 1985 sans discontinuer. Il aura lieu ce lundi 31 décembre et il est encore temps de réserver pour y participer.

Rappeler sans cesse que l'alcool est une maladie
« Nous souhaitons rompre la solitude de nos adhérents en organisant cet événement », détaille Corinne Derangère, présidente de la Croix Bleue de Belfort depuis 2011. Ce dernier sera sans alcool, bien évidemment.

« Personnellement je ne bois jamais une goutte d'alcool par choix de vie autant que par



Photo A.A.

« Franchir la porte de l'association, c'est déjà 50 % de la guérison »
Corinne Derangère,
présidente de la Croix Bleue de Belfort

solidarité. J'ai connu cette association grâce à un ancien compagnon qui aimait des soirées. Je ne voyais pas une goutte d'alcool. J'ai vite compris pourquoi et j'ai eu un coup de cœur pour cette association et pour ces bénévoles en 1985. »

Une époque passée où, selon Corinne Derangère qui est infirmière, l'alcool n'était pas tant considéré comme une maladie qu'aujourd'hui. « Au niveau des hôpitaux on ne traitait pas l'alcool de la même manière. Un malade de l'alcool était maltraité. » Aujourd'hui, il est beaucoup mieux accompagné.

« En 2018, il y a des services addictologie dans les hôpitaux, l'Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (ANPA)... Mais il ne faut jamais cesser de rappeler que l'alcool est une maladie. »

Un Sam ne suffit pas

Et qu'il faut être vigilant, notamment les soirs de fête comme le réveillon du Nouvel An, à tout prix. « Pendant les fêtes, les gens ont tendance à se lâcher » poursuit Corinne Derangère. « Et avoir un « Sam », une personne qui conduit mais qui ne boit pas c'est bien, mais cela ne veut pas dire qu'une personne a l'autorisation de

boire à outrance. Un passager qui chahute sur le siège passager car il est éméché est très dangereux. »

À l'écoute toute l'année, à toute heure

Selon Corinne Derangère, il n'y a qu'une seule solution : l'abstinence. Pour celui qui conduit bien sûr mais aussi pour le malade qui a des problèmes récurrents avec l'alcool.

En tant que présidente de l'association, elle ouvre la porte aux alcooliques quelle que soit la situation.

« Le mieux, c'est que la personne concernée soit consciente de son problème. Ensuite, avoir le courage de franchir la porte de l'association, c'est déjà 50 % du chemin fait vers la guérison. À la Croix Bleue, les personnes peuvent venir même si elles ont consommé. Nous sommes disponibles 365 jours par an et quelle que soit l'heure. »

À ses invités du réveillon elle leur souhaitera une bonne année. Mais surtout une bonne santé...

Alexandre ARBEY

» Pour s'inscrire au réveillon, téléphoner au 06 59 55 96 96.



LA FÊTE

Un réveillon qui sera teinté d'émotion

Elle avait réussi à se sortir de l'enfer de l'alcool mais la maladie l'a rattrapée.

Le jour du récent réveillon de Noël, Marie-Chantal Schwalm, membre active de l'association la Croix Bleue de Belfort, est décédée d'un cancer à l'âge de 60 ans.

Ses obsèques auront lieu lundi 31 décembre à 15h à Héricourt.

« Elle faisait partie du noyau dur de notre équipe » rappelle Corinne Derangère, présidente de la Croix Bleue. « Elle en a été la secrétaire de 2006 à 2011. »

La présidente de l'association aura, comme tous les invités au réveillon, une pensée émue pour elle et son compagnon Michel François pour l'occasion.



Un hommage sera rendu à Marie-Chantal Schwalm (ici avec son compagnon Michel François).

DOSSIER A THEME

L'esprit de NOËL

UNE FETE INTERIEURE AUSSI

Il y a toujours
Noël qui arrive,
Il y a toujours dans le plus
noir des noirs
De la lumière à supposer,
À voir déjà montré, même en
dehors de soi.
Surtout lorsque la nuit où l'on patauge
Est la plus longue.
C'est un tunnel sans voûte
Qui débouche
Dès maintenant
Sur un enfant dans la lumière.

GUILLEVIC 1907-1997

