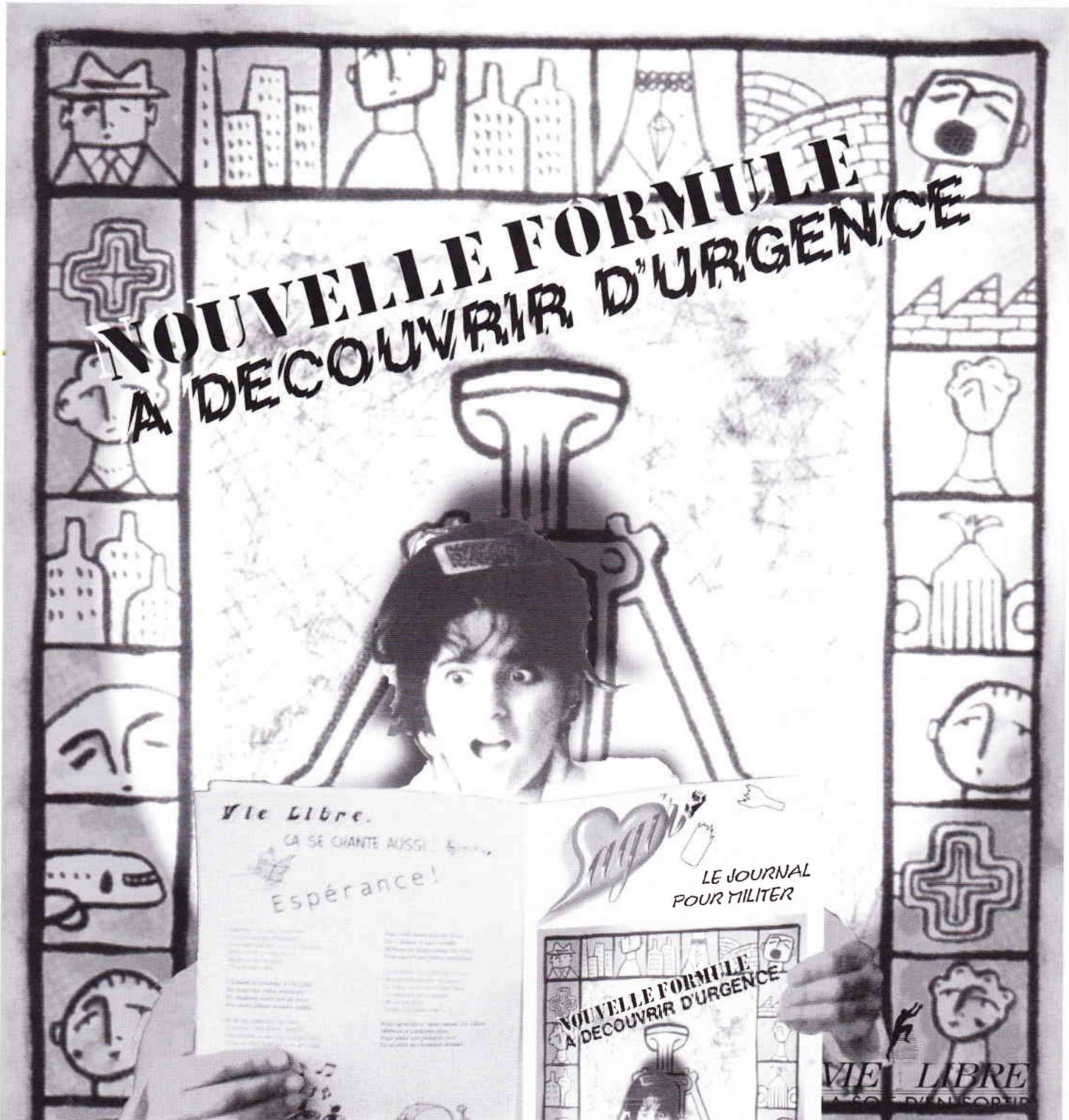


LE JOURNAL POUR MILITER

NOUVELLE FORMULE A DECOUVRIR D'URGENCE



Vie Libre.

CA SE CHANTE AUSSI.

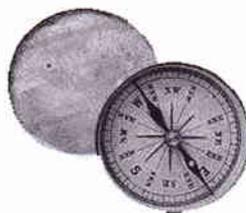
Espérance!

LE JOURNAL
POUR MILITER

NOUVELLE FORMULE
A DECOUVRIR D'URGENCE

VIE LIBRE
A SOUS-RENTRENT

SOMMAIRE



Édito

Ça y est ! On y est 3

Vie des structures

Comité de section 4

Vie des structures

Comité Départemental 5

Révision d'activité

Commencer à faire une « Révision d'activité » 6

Dossier Central :

« La Guérison » 7 à 10

Introduction 7

Des « trucs » pour en parler 8&9

Retours aux sources 10

Exprimons-nous 10

Action représentative

Boycott des valeurs boursières 11

Formation

Rencontrer des malades en équipe de base 12

Le thème du trimestre

L'amitié en question 13

Nouvelles du Mouvement

Le Conseil National 14

Psycho Pratique

La ligne du temps 15

Chanson

Espérance 16

AGIR N° 176 supplément à Libres N° 239

Directeur de publication : Jean-Pierre Guillozou

Comité de rédaction : Stéphane Broutin, Maurice Brunon, Jacques Janusz, Jean-Pierre Guillozou, Louis Le Blévec, Fanny Pileur, Michel Riez.

Mise en page : Stéphane Broutin.

Rédaction-administration : 8, impasse Dumur, 92110 Clichy, tél. : 01 47 39 40 80

Fax : 01 47 30 45 37 - Minitel : 3615 ALCOVIELIB

Internet : <http://www.vielibre.asso.fr> - **E-mail** : vielibre@wanadoo.fr

Commission paritaire : CCPAP 50560

Imprimerie Borel: 63-65, avenue de la Dhuy, 93170 Bagnolet, tél. : 01 49 93 12 34

ÉDITO

Ça y est ! On y est !

Nouvelle année, présentation nouvelle du n° Agir 176, premier de l'an 2000.
Un événement !

La commission Agir en parfaite intelligence avec la commission Formation, a voulu modifier le contenu du journal des militants pour militer.

D'abord la page de garde, elle représente en haut, un coeur "gros comme ça" donnant la force à un poing pour casser la dive bouteille avec son contenu à l'origine de bien de nos malheurs.

Puis le fameux tire-bouchon, affiche qui sera celle de notre congrès national, devant lequel se trouve le visage d'une femme effarée ou apeurée par les méfaits de l'alcool (à moins qu'elle ne soit émerveillée par le contenu du nouveau journal). Tout autour, on retrouve divers dessins relatifs aux effets de l'alcool sur nous, sur la société (travail, joies, peines, envie de s'évader, etc..).

A l'intérieur du nouvel Agir, vous trouverez des rubriques concernant la vie du mouvement, un dossier central sur un thème bien précis, des conseils pour la formation des adhérents, une rubrique sur l'action représentative, enfin tout ce qu'il faut pour être bien dans ses baskets et militer d'une façon constructive.

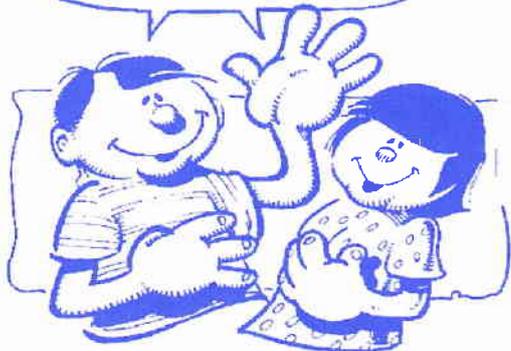
Bien sûr, vos remarques, vos suggestions, vos critiques sont attendues et seront étudiées pour que ce document d'un autre style soit vraiment un outil de travail.

Je ne voudrais pas terminer mon propos sans vous rappeler, chers amis, que nous sommes déjà en l'an 2000 et que dans quelques mois, se déroulera à Orléans, notre grand Congrès de masse. Sous le thème "Des nouveaux bâtisseurs pour un nouveau millénaire", nous nous retrouverons le 19 novembre au Zénith et tous ensemble, une nouvelle fois, devant l'opinion publique, nous proclamerons à nouveau ce que certains ne veulent pas entendre : la maladie alcoolique est une maladie dont on guérit ; nous en sommes les témoins vivants. La réussite de ce grand rassemblement est liée à la volonté de tous les adhérents de vouloir faire connaître encore plus notre grand mouvement.

Le comité de rédaction tient à vous présenter à toutes et à tous, ses voeux les plus sincères pour la nouvelle année. Que l'an 2000 vous apporte joie, bonheur, santé et réussite dans toutes vos entreprises, qu'elles soient familiales, associatives ou professionnelles.

Bonne année, bon courage.

Jean-Pierre GUILLOZOU



Comité de Section

Le dossier central de ce numéro d' "AGIR" portant sur la guérison, nous vous proposons d'axer votre prochain comité de section sur cette question.

Il est important, dès le début, d'expliquer l'objectif de la rencontre, à savoir :

"A la fin de cette réunion, nous voulons que chacun sache mieux comment parler de guérison avec les malades qu'il (qu'elle) suit". Bien entendu ce qui nous importe ce sont les malades qui refusent l'idée de guérison.

Compter 2 h à 2 H 30 de réunion.

Donner à chacun une photocopie du questionnaire, ainsi que des pages 8 et 9, pour que tout le monde puisse suivre.

VOIR

Quand nous sommes avec les malades et que nous parlons de guérison, que disent les malades ?
Que disent en particulier ceux qui refusent la notion de guérison ? (n'hésitons pas à être précis et à nommer les malades)
Que répondons-nous ?
Que dit-on quand on parle de guérison ?

REFLECHIR AUX CAUSES

Comment peut-on expliquer la difficulté des malades à accepter l'idée de guérison ?
Quelles sont les idées qui leur ont été enseignées ?
Quelles sont les idées qu'il ont développé par eux-même ?

REFLECHIR AUX INTUITIONS DE VIE LIBRE

Qu'est-ce qui peut être amélioré dans notre façon de parler de guérison ?
On relit ensemble les pages 8 et 9 de ce numéro
Avec quoi est-on d'accord ? pourquoi ?
Qu'est-ce qui nous choque ? pourquoi ?
Comment notre accord et notre manière d'être choqué est-elle révélatrice de ce que nous pensons de la guérison ?
Qu'est-ce que ces pages m'apprennent ?

AGIR

Qu'est-ce qu'on dégage de tout ça ?
Comment va t-on parler de guérison ?
Que veut-on dire à chaque malade ?
On prend la date de notre prochain comité de section.

Comité **D**épartemental

Vie des structures...



ORDRE DU JOUR TYPE D'UN COMITE DEPARTEMENTAL EN ASSEMBLEE GENERALE

Accueil par le responsable départemental

Présentation

- des délégués des sections du département
- des autres participants
- de l'ordre du jour de l'assemblée générale
- détermination du quorum

Point sur les assemblées générales de section

Rapport moral d'activités 1999

- présentation par le secrétaire
- vos réflexions et commentaires, vote

Rapport financier 1999

- présentation par le trésorier
- vos réflexions et commentaires, vote

Objectifs d'action et budget prévisionnel 2000

- proposition du bureau départemental sortant
- débats et vote

Elections 2000

- du bureau départemental
- des délégués à la région
- des signataires aux opérations bancaires
- des animateurs des commissions départementales

Calendrier des réunions 2000

- du bureau, du comité, des commissions

Bilan de l'assemblée générale (tour de table)

Révision d'Activité



COMMENCER A FAIRE UNE "REVISION D'ACTIVITE"

Rappel: une révision d'activité est une rencontre régulière de quelques militants qui, à la base, se réunissent pour échanger et confronter ensemble leurs vies militantes. Elle se déroule sous forme de voir, réfléchir, agir, les informations qui y sont débattues sont confidentielles, mais il est essentiel qu'elles soient débattues pour que chaque militant affine le projet qu'il a pour les malades et leur entourage.

Nous pouvons faire révision d'activités pour parler des malades que chacun d'entre nous suit individuellement (c'est le schéma proposé ici), ou pour parler de ceux que

l'on cotoie tous ensemble lors de rencontres d'équipes de base où ils sont invités.

Chaque trimestre, Agir nous proposera une grille de révision d'activités(cf thérapeutique page 4). Vous pouvez vous en servir pour inspirer les vôtres. Vous pouvez également l'utiliser telle quelle en la distribuant à chaque membre de l'équipe et en suivant les questions proposées. Dans tous les cas, il faut vivre la démarche Voir - Réfléchir - Agir en entier.

Pour ce premier numéro new-look, nous faisons comme s'il s'agissait de votre première révision d'activités.

Si on ne se connaît pas bien, on commence par la question 1 sinon on passe directement à la question N°2.

1) On se présente : qui on est, sa famille, ce qu'on fait dans la vie, quel parcours on a eu avec l'alcool, quel parcours on a eu à Vie Libre ?

2) On prend le temps chacun de décrire un malade avec qui on est en lien :

qui est-il ? que fait-il ?

comment consomme t-il ?

avec qui est-il en lien (famille, amis, médecins, organisation, etc...)

quelles démarches a t-il déjà fait (ou pas) ?

quelle proposition lui avons-nous déjà fait (ou pas) ? Pourquoi ?

Après que chacun ait répondu aux questions du Voir, cherchons à répondre aux questions suivantes:

en quoi ce malade est-il important pour moi?

comment je me sens engagé à l'accompagner?

quels signes d'espoir je vois :

dans son comportement ?

dans sa rencontre avec Vie Libre ?

De tout cela, qu'est-ce que je dégage ?

Qu'est-ce que je vais faire concrètement avec ce malade ? (où, quand, comment et avec qui ?)

A quelle date peut-on prendre rendez-vous pour reprendre ces décisions dans une prochaine révision d'activités ?

Dossier Central:

LA GUÉRISON

La Guérison

A "Vie Libre", nous osons dire que tous les malades alcooliques peuvent guérir, d'autres disent : "vous êtes des malades stabilisés". Pourquoi ne pas le dire pour la grippe ? Sommes-nous à l'abri d'autres gripes ? "NON".

A "Vie Libre", pour atteindre la guérison durable, il nous faut une abstinence totale et définitive.

Celle-ci demande une fidélité dans toutes les actions des structures de notre association. Se mettre à l'écart, c'est prendre des risques car nous vivons dans une société où l'alcool fait soi-disant partie de la convivialité. Nous faut-il cela à "Vie Libre" pour passer des soirées conviviales ?

La guérison des malades alcooliques, c'est le retour aux responsabilités, au permis de conduire, une vie de famille plus harmonieuse, le droit au travail, le retour à la liberté, la dignité et le grand espoir de retrouver ce qui a été perdu.

Hier des rejetés, aujourd'hui des responsables.

Jacques JANUSZ
Secrétaire Général

Guéri ? Guéri ? Est-ce que j'ai une tête de buveur guéri ?
C'est parce que dans notre société les adeptes de la stabilisation, voir de la maladie à vie ont souvent droit de citer que ce dossier central va tenter de vous aider à réfléchir collectivement à cette question. C'est d'abord Jacques JANUSZ qui nous donnera son point de vue. Puis, c'est trois choses à avoir en tête avant de parler de guérison. Les militants aussi parlent de guérison en pages 8 et 9. Louis LE BLEVEC, nous rappellera que nous sommes depuis 1953 dans un mouvement de buveurs guéris et pour terminer, nous vous proposons de vous réunir entre buveurs guéris pour échanger.

Maurice BRUNON



Dossier Central :

LA GUÉRISON



3 choses à avoir en tête ... 3 choses à av

Nous croyons profondément que la guérison existe et que tout malade peut guérir. Cependant, cette opinion n'est pas unique. Les malades ne l'admettent pas de façon instinctive (sinon ils guériraient sans nous). Certains "spécialistes" développent d'autres idéologies, à savoir : on n'est jamais guéri, juste stabilisé, on serait guéri si on pouvait reboire modérément. D'autres professionnels refusent le sevrage et incitent à rechercher une consommation modérée. Pourtant la guérison est le fondement même de Vie Libre. Nous avons donc à la promouvoir dans ce contexte, même si c'est parfois difficile (comme l'est toujours le "métier" de militant).

Tout malade sevré n'est qu'une étape vers la guérison. Une personne qui débute l'abstinence est encore mal dans sa posture, même la proximité de la guérison. Ces malades peuvent retomber un jour, ils seront parfaits un autre jour, vous rejetteront si vous

SACHANT TOUT CELA, VOICI DES T

"L'abstinence, c'est gai, depuis que je ne bois plus, je suis beaucoup plus heureux, et être heureux dans sa vie, c'est ça la santé".

Il paraît qu'il existe à Vie Libre des militants qui ont un album de photos ; dedans, il y a plein de photos d'eux. ça commence quand ils buvaient, puis on les voit changer au fur et à mesure qu'ils s'éloignent de l'alcool. Il paraît que ces photos parlent plus aux malades que tous les discours sur la guérison.

"Oui on peut toujours replonger, comme on peut toujours attraper une grippe, pourtant quand la grippe s'arrête on se déclare guéri ; quand on n'a plus envie de boire, on se déclare guéri également".

"Ne confondons pas "malade" et "hors norme" quand on est abstinent dans la société française, on est clairement hors norme, on n'est pas malade pour autant..."

"Ne confondons pas "malade" et "fragilisé". Il est exact que les quantités énormes d'alcool que nous avons ingurgitées ont attaqué nos corps. Il est exact que nous ne pouvons plus reboire car nous sommes fragilisés, pourtant nous sommes guéris".

Il arrive qu'on dise : "voilà, 2, 5, 10 ou 30 ans que je ne bois plus", les malades répliquent : "tu es extraordinaire". Ne perdons pas l'occasion de répondre "Non, ce n'est pas moi qui est extraordinaire, c'est la guérison qui est extraordinaire, d'extraordinaire".

Dossier Central :

LA GUÉRISON

avoir en tête ... 3 choses à avoir en tête ...

pas guéri. En fait, le sevrage n'est qu'une
il est inutile, voire négatif, de forcer une
obstinance à se dire guérie si celle-ci est
si celle-ci craint encore la rechute ou
alcool.

prendre que la guérison existe et qu'un
ment bien dans leur peau, par contre ils
leur dites : "vous êtes déjà guéri".

La guérison est quelque chose d'encore plus grand et plus
merveilleux que tout ce qu'on pourra jamais en dire. Nous pouvons
en parler, mais c'est avant tout notre manière d'être qui en parle
pour nous. Si notre façon de vivre montre une abstinence heureuse,
alors nous serons d'autant plus convaincant et appelant. De la
même façon, témoignons de notre vécu, mais pour rendre la
guérison attirante, pas pour la calquer sur l'autre personne.

TRUCSTM POUR EN PARLER.

"L'organisation mondiale de la santé
définit la santé par "bien dans son corps,
bien dans sa tête, bien dans ses relations".
Nous n'avons jamais été aussi bien dans
ces trois dimensions, nous sommes
guéris".

"Ce qui définit un malade alcoolique, ce n'est
pas le fait qu'il boive de l'alcool (des milliers
de personnes en boivent sans être malade), c'est
le fait qu'il ne puisse pas s'empêcher de boire.
La guérison, c'est quand on peut ne pas boire et
la guérison complète, c'est quand ne pas boire
n'est plus une corvée mais une joie".

"Quand on est guéri, on sait au plus
profond de soi que l'alcool ne peut
plus rien nous apporter".

"La guérison, c'est comme le vent, on
ne la voit pas, pourtant elle existe et on
en sent clairement les effets".

"La société véhicule des idées qui
rendent l'homme prisonnier.
L'idée qu'on est jamais guéri est
une des pires qui soit.
Changeons la société,
annonçons la guérison".

"Parler de guérison, c'est comme planter des graines, on n'est
pas toujours sûr que ça pousse, on ne sait pas quand ça va se faire
mais en plantant sans relâche, on finira forcément par y arriver. Parlons
sans cesse de la guérison".

Dossier Central:

LA GUÉRISON

AUX SOURCES DE LA GUÉRISON...

...UNE DATE À RETENIR

Cette date est celle de la création du mouvement "Vie Libre" : c'était le 22 Juillet 1953.

Les fondateurs de ce mouvement, André TALVAS (un prêtre) et Germaine CAMPION (une buveuse guérie).

La carte d'identité: "Vie Libre" Mouvement National des buveurs guéris, d'abstinents volontaires et de sympathisants pour la guérison et la promotion des victimes de l'alcoolisme.

A cette époque, les alcooliques étaient considérés comme des ivrognes, des vicieux et responsables de la situation dans laquelle ils se trouvaient. Aujourd'hui, l'opinion publique à évolué, on ne parle plus d'ivrogne mais de malade alcoolique et aussi de guérison. Guérison : utopie ou réalité.

En 1953, parler de malades alcooliques et de guérison était certainement utopique mais à l'aube de l'an 2000 la guérison des malades alcooliques pour des dizaines de milliers est devenue une réalité.

Pour moi, buveur guéri, cette guérison n'est pas simplement le fait de ne plus consommer des boissons alcoolisées mais au contraire d'être devenu libre devant ce produit, d'avoir retrouvé ma liberté face à cette dépendance, d'être redevenu responsable de moi-même dans ma famille, dans la société, et cette guérison m'a permis d'aider beaucoup de personnes en difficulté face à l'alcool.

Louis LE BLEVEC

Après avoir lu ce dossier central, prenons le temps de nous réunir à quelques militants "buveurs guéris" pour exprimer nos doutes et nos joies (si, si, réunissons-nous, il ne suffit pas de lire les questions).

Voir :

Comment vit-on notre abstinence ?

- dans quels domaines l'alcool a-t-il encore une emprise sur nous ?
- dans quels domaines se sent-on libérés ?

Nos peurs ?

- quelles sont-elles
- si on n'en a plus, comment nos peurs ont-elles disparu ?

Dans le mot Guérison, qu'est-ce qui me plaît ? qu'est-ce qui me déplaît ? pourquoi ?

Réfléchir :

Après que chacun se soit exprimé sur les questions du voir :

en quoi ce qui me plaît ou me déplaît est-il révélateur de ma vie et de mes peurs ?
si j'avais quelque chose à encore apprendre sur la guérison, qu'est-ce que ce serait ?

Agir :

Quels moyens je peux me donner pour continuer à me sentir de mieux en mieux ?

Quelles nouvelles idées ça me donne pour parler de guérison aux malades ?

Stéphane BROUTIN

Action Représentative

COMMUNIQUÉ DE PRESSE :

" VIE LIBRE ", ASSOCIATION DE LUTTE CONTRE L'ALCOOLISME, VOTE POUR LE BOYCOTT DES ACTIONS BOURSIÈRES DES MEMBRES DU LOBBY D'ALCOOLICIERS " ENTREPRISE ET PRÉVENTION "

Lors du 46ème Conseil National du mouvement "Vie Libre" qui s'est déroulé près d'Angers, les 300 délégués nationaux du mouvement de lutte contre l'alcoolisme ont voté à l'unanimité pour le boycott des valeurs boursières des membres d'"Entreprise et Prévention".

"Vie Libre" a pourtant essayé de trouver un accord avec "Entreprise et Prévention", association de producteurs d'alcool, pour que celle-ci cesse ses pratiques douteuses notamment ses actions de prévention de l'alcoolisme auprès des jeunes. Selon "Vie Libre", ce rôle ne peut être endossé par des alcooliers qui défendent en même temps leurs intérêts financiers.

La négociation entre "Entreprise et Prévention" et Vie Libre a échoué : l'association des 17 alcooliers est restée sur ses positions et a refusé de changer son mode de fonction-

nement en ce qui concerne la prévention.

"Vie Libre" a également demandé à "Entreprise et Prévention" de ne plus s'opposer à l'application de la loi Evin. "Entreprise et Prévention" a déclaré ne pas être à l'origine du détournement de cette loi.

Récemment, lors de la sortie du rapport d'évaluation de la loi Evin, qui montre que la loi a été vidée de son sens suite aux pressions des alcooliers, "Entreprise et Prévention" déclare que le lien entre publicité et augmentation de consommation n'est pas prouvé.

On peut alors se demander pourquoi ces mêmes alcooliers dépendent alors chaque année des milliards de francs dans des campagnes publicitaires.

Il était entendu que si le dialogue échouait, "Vie Libre" lancerait un boycott des valeurs boursières des

sociétés membres d'Entreprise et Prévention.

Aujourd'hui "Vie Libre" appelle donc au boycott des actions des sociétés adhérentes "d'Entreprise et Prévention" et cotées en bourse au règlement mensuel (telles que le Groupe Pernod Ricard...).

Boycotter ces actions, c'est refuser de spéculer sur un produit qui est à l'origine du décès de milliers d'individus chaque année en France.

Vie Libre va demander aux actionnaires de ces valeurs boursières qui sont parfois des mutuelles, des sociétés d'assurances et des fonds de pensions de retraites de les exclure définitivement de leurs achats boursiers. Acheter de telles actions est incompatible avec leurs activités visant à préserver la santé, l'intégrité physique et morale des individus.



Par leur vote, les délégués ont engagé encore plus loin Vie Libre dans la lutte contre les causes de l'alcoolisme. À nous maintenant de relayer cet appel...



F ormation

RENCONTRER DES MALADES EN EQUIPE DE BASE

C'est la démarche primordiale du mouvement ; pourtant par le fait même que ce n'est pas une vraie réunion, que ceux qui y sont invités ne sont pas (ou pas encore) des militants, il est nécessaire d'être attentif à quelques points.

1- Avant la réunion :

Penser à aller chercher certains malades chez eux.

En effet, tous sont différents, si certains sont autonomes et peuvent venir seuls, d'autres (et ce sont souvent ceux qui vont le plus mal) ne viendront que si on les amène.

Prévoir les conditions de rencontre sympa

Si nous sommes en hiver et que ça se déroule dans une salle, pensez ou envoyez quelqu'un quelques heures avant pour mettre le chauffage. De même, prévoyez les gâteaux, boissons, etc...

Penser aux premiers arrivants

Les malades ne louent pas un bus commun pour venir ; de ce fait, il est courant que l'un d'entre eux arrive à l'avance ; le pire qui puisse lui arriver est qu'on le laisse glander en lui disant juste "on va attendre tout le monde pour commencer". Au contraire, c'est le moment rêvé pour discuter, montrer les moyens du mouvement ou tout simplement pour s'intéresser à sa vie et à celle de son entourage.

2- Pendant la réunion

Il y a toujours un équilibre à garder entre deux extrêmes : ce n'est pas une réunion comme on en fait entre militants, il n'y a pas d'ordre du jour, de planning strict et de toute façon, être trop sérieux ferait fuir les malades. A l'inverse, ce n'est pas non plus une discussion où on parle de tout et de n'importe quoi comme dans les bis-

trots (les malades n'ont pas besoin de nous pour cela !). Le mieux est d'avoir dans sa tête quelques questions que l'on veut poser aux malades pour les faire progresser ; et entre leurs questions, de se permettre de dévier sur les centres d'intérêt du malade (football, tiercé, lecture, etc... Chaque homme, chaque femme a quelque part une passion).

Exemples de questions que l'on peut avoir en tête :

quoi de neuf depuis la dernière fois?

tu avais dit que tu allais faire () où en es-tu ?

dans notre journal (Libres), il y a le témoignage d'une femme qui a vécu quelque chose qui ressemble à votre vie, voulez-vous qu'on le lise ensemble ? puis ...

dans ce qu'on a lu, qu'est-ce qui vous fait réagir ?

moi aussi j'ai vécu quelque chose qui y ressemble () : qu'est-ce

que vous en dites ?
etc...

Dans tous les cas, faire attention à ne pas trop parler, nous sommes plus efficaces par notre écoute que par nos conseils.

Souligner ce que disent les gens, ne pas hésiter à dire : "tu as dit ça et c'est très important". Dire également en quoi ce qu'ils disent rejoint ce que pense Vie Libre (c'est comme ça que les malades découvrent qu'ils sont en lien avec un mouvement intelligent).

Même s'il faut fortement écouter, il arrive que certains malades monopolisent la parole : dans ce cas, ne pas hésiter à les faire taire pour donner la parole aux autres.

3- A la fin

🍏 Finir cool autour d'une boisson, d'une tarte, etc...

🍏 Ne jamais oublier de demander : "quand se revoit-on ?"

🍏 Saluer les participants et les quitter avec le sourire.

Stéphane BROUTIN



Gâteau, boissons et... Remise d'une Carte Rose dans une équipe de base

Le Thème du Trimestre

L'AMITIÉ EN QUESTION

Après avoir participé à la production des documents de base de Vie Libre : la charte (pour les finalités et l'état d'esprit), les statuts et le règlement intérieur (pour le fonctionnement légal, la "thérapeutique appliquée" (pour l'approche des malades), André Talvas, le fondateur a éprouvé le besoin de rédiger le texte intitulé "Nécessité et conditions de l'amitié", où il nous invite à ouvrir notre cœur aux autres, au niveau relationnel et affectif, et à développer les valeurs de solidarité dans chacune des actions et activités.

En l'an 2000, ce document sur l'Amitié est toujours d'actualité. En effet, si à Vie Libre on sait apporter beaucoup d'attention et d'intérêt aux malades dans l'accompagnement aux soins et à la guérison, par contre il est plus difficile de vivre dans la continuité une réelle amitié entre militants. Les situations conflictuelles fréquentes dans les structures, le nombre important de militants qui quittent le mouvement (2981 adhésions non renouvelées en 1997, 2623 en 1998 et les nouvelles adhésions ne compensent pas toutes les pertes) devraient nous inciter à prendre un temps de pause et de recul pour vérifier si le climat d'amitié indispensable entre militants est une préoccupation constante, et s'il "fait bon vivre" dans les structures.

Remémorons-nous quelques conditions de l'amitié en y apportant des recommandations face aux difficultés relationnelles d'aujourd'hui :

 Reconnaître l'autre tel qu'il est : c'est accepter de l'approcher et respecter son évolution à son rythme. Savons-nous repérer les capacités personnelles des autres, pour les mettre en valeur ? Sachons à l'occasion, dire aux autres, l'intérêt ou l'admiration que l'on découvre à propos de leur savoir-faire personnel ou à Vie Libre

 Etre présent à l'autre : dans son texte sur l'amitié, André

Talvas écrit : "est présent celui qui mobilise toutes ses énergies de cœur et d'attention pour être entièrement habité par l'autre qui est là devant soi, avec sa vie". Avons-nous déjà bien réfléchi à la profondeur de cette déclaration ? s'accepter différents et complémentaires : chacun et chacune a sa propre personnalité d'hier et d'aujourd'hui. Cela se traduit par des comportements, des raisonnements qui ne sont pas identiques. Ils peuvent même, parfois être contradictoires aux nôtres. En cas de désaccord, il s'agit de s'efforcer d'admettre la libre expression des thèses minoritaires, et de rester courtois quand on contredit une autre personne. Evitons de transformer une opposition d'idées en conflits de personnes.

 Ecouter jusqu'au bout sans interrompre l'expression et les arguments des autres, dans une discussion, au cours d'une réunion, surtout si elles sont différentes des nôtres. Pour vérifier si nous avons bien compris, essayons de leur reformuler leur message, sans apporter de jugement (ceux et celles qui ont participé aux séquences "relation - communication" des stages dits de "1^{er} et 2^{ème} degré" pourront repenser à la méthode de l'écoute active).

rechercher l'esprit d'équipe : Vie Libre est un mouvement de promotion collective : tous

ensemble, nous avançons dans un combat pour la guérison, la promotion des malades. Il est indispensable pour réussir, d'apprendre à travailler en équipe, sans laisser personne sur le "côté". Ayons le souci de partager les responsabilités, en confiant des tâches et des missions adaptées aux capacités réelles et respectives de chaque militant.

LES EXIGENCES

* Se mettre dans une démarche volontariste pour aller vers les autres militants, afin de souhaiter les rencontrer dans l'amitié,

* Se dire qu'un militant n'est pas seulement un agent technique de l'action envers les malades, mais que c'est avant tout un être humain qui a ses richesses, mais aussi ses faiblesses, sa vie personnelle, ses problèmes du moment qui peuvent le perturber.

* Rechercher des moyens pour conforter l'amitié. La pratique des activités de loisirs à Vie Libre, si elle est bien préparée et orientée peut être une occasion de chercher à nouer et recréer des liens amicaux, en essayant de briser les clans.

* Encourager la constitution de petites équipes de base et de "commissions" ouvertes à tous, car ce sont des lieux où les échanges, les rapports humains, peuvent s'améliorer.

Nouvelles du Mouvement



CONSEIL NATIONAL

DES NOUVEAUX EN PARLENT

La bouffée de chaleur

Nous sommes arrivés à Vie Libre en 1986, Thierry a beaucoup souffert de la maladie alcoolique, je l'ai toujours soutenu dans cet enfer et ...

Le 20 novembre 1999, nous nous sommes retrouvés avec tous nos copains au Conseil National à La Pommeraye pour deux jours sous le signe de l'amitié.

C'était la première fois, c'était formidable, mais

qu'est-ce qu'il faisait froid. Mais Vie Libre résiste à toute température.

Tout au long de ce conseil, nous avons senti la détermination de Daniel Dabit, notre Président, sur notre combat avec les alcooliers, sur les motions votées avec succès.

Depuis 13 ans, nous militons et luttons contre l'alcoolisme avec nos copains de Longjumeau. Nous avons rencontré à ce Conseil des anciens déterminés avant nous sur la lutte contre l'alcoolisme. Que de discussions intéressantes afin d'avancer pour la même cause.



Nous nous sommes quittés dimanche midi, remplis de souvenirs, de force, prêts de nouveau à aider des malades et leurs familles.

Merci Vie Libre. Merci à tous les copains.

Thierry et Anne-Marie VIA

Section de Longjumeau

J'attendais avec impatience cette date du 20 novembre 1999 où je rendais à La Pommeraye au Conseil National de

Vie Libre. Depuis plus de deux ans de vie au sein du mouvement, ce fut mon premier Conseil National.

Ce week-end fut très intéressant et on se rend vraiment compte de l'importance du mouvement sur le plan national. Toute la France était représentée et je trouve cela formidable car lorsque nous sommes dans notre petite section, je pense que l'on ne peut pas se rendre compte que tant de gens font comme nous et sont à l'écoute des malades et essayent de les sortir de là.

Catherine VIGNAL

Section Yvelines Nord



Psycho ratique

LA LIGNE DU TEMPS

-Comment l'homme fait-il pour se représenter le temps, le passé qui n'existe plus et le futur qui n'existe pas encore?

Réponse : il s'imagine une ligne qui influence toute sa vision de la vie.

Cette ligne a autant de formes et de caractéristiques qu'il y a d'êtres humains, pourtant on repère des modèles très courant de lignes.

* Le passé c'est derrière nous, la ligne nous traverse au présent et on a son futur devant soi. C'est cette forme de ligne qu'ont ceux qui utilisent des expressions comme "il faut savoir regarder par derrière", "de où on vient", "il faut aller de l'avant si on veut avoir quelque chose plus tard", etc...

Une variante est le passé à gauche, le futur à droite (certains gauchers mais pas tous inversent les positions).

* La ligne ne nous traverse pas et nous pouvons la voir en entier.

C'est de cette façon que ceux qui se posent des question sur leur vie (à quoi elle sert ? à quoi je sers ? pourquoi je vis ? etc...) se représentent le temps.

Quand on est "extérieur" à sa ligne du temps, on peut apprendre des leçons de la vie, mais si cela dure trop longtemps, on devient apathique, on cherche à comprendre plutôt qu'à vivre.

* La ligne du temps est en forme de spirale : c'est ainsi que ceux qui pensent que la vie est un éternel recommencement se représentent le temps (ils repassent toujours par les mêmes épreuves).

Pour être conscient de sa ligne du temps, il suffit de se poser des questions du type : "spontanément, où mettrais-je le passé, le présent, le futur ?"; puis de chercher à "placer" tel et tel événement de sa vie; enfin voir la forme générale (tout est possible : ligne, chemin de campagne, rail, pont, etc...et toutes les formes).

Malade alcoolique et ligne du temps

Bien évidemment l'alcool qui a des influences sur toute la vie a également des influences sur la ligne du temps. Voici quelques exemples de ce qu'on découvre lorsqu'on pose les questions ci-dessus, à un malade.

* Une ligne du passé discontinuée avec des trous, des blancs ou des zones de brouillard : dans ce cas, la personne dit par exemple : je suis allé là, mais j'étais tellement alcoolisé que je ne me rappelle de rien.

* Une ligne discontinuée avec des trous noirs : la personne ne veut pas voir

certaines périodes de son passé où d'autres ont souffert de sa situation ; elle confond méchanceté et maladie.

* Un futur flou, inexistant, coupé, etc... : elle se rencontre surtout quand la personne commence à penser à un sevrage, l'alcool étant tellement présent dans toute sa vie, elle est tout simplement incapable de penser une ligne au futur sans alcool.

Guérison, militantisme et ligne du temps

Même si une ligne du temps n'est jamais parfaite (qui peut dire être au clair avec toute sa vie ?). Une personne est guérie quand elle a une ligne complète sans trop d'ombres ou avec des ombres qui ont un sens (les jours alcoolisés me servent aujourd'hui à comprendre les autres) et quand elle a un futur où quelques soient les possibilités de la vie, les choses peuvent être vécues mieux sans alcool.

Stéphane BROUTIN

