



AGIR - N° 179 - 1^{er} Trimestre 2001



***Le suivi du malade
après les soins***

SOMMAIRE

Édito	
<i>Le souvenir du plus grand Congrès</i>	3
Vie des structures	
<i>Comité de Section</i>	4
Vie des structures	
<i>Comité Départemental</i>	5
Révision d'activité	
<i>Ils ne boivent plus : qu'est-ce qu'on fait ?</i>	6
Dossier Central :	
<i>Le suivi du malade après les soins</i>	7, 8, 9, 10
Action représentative	
<i>Nécessité de l'action représentative</i>	11
Formation	
<i>Suivre le malade après les soins</i>	12
Le thème du trimestre	
<i>« Mon temps », c'est... aujourd'hui !</i>	13
Nouvelles du Mouvement	
<i>A propos du Congrès, ils ont dit</i>	14
Psycho Pratique	
<i>Relire positivement son passé</i>	15
Qui fait Quoi ?	16

AGIR N° 179 - Supplément à *Libres* N° 245

Directeur de publication : Jean-Pierre Guillozou

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

Mise en page : Direct Graphic.

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 : CCPPAP 50560

Imprimerie Borel : 63-65, avenue de la Dhuis - 93177 Bagnolet Cedex

ÉDITO

LE SOUVENIR DU PLUS GRAND CONGRÈS

La fin de l'an 2000 restera, je crois, gravée dans nos mémoires comme le souvenir du plus grand Congrès que « Vie Libre » ait tenu depuis son existence.

En effet, le 19 novembre dernier, 3 300 personnes se sont réunies au Zénith d'Orléans. C'est plus que nous avions jamais osé l'espérer... Ce fut une joie de nous retrouver tous, venant de régions différentes, sans oublier les amis des autres pays.

Nous avons eu également le plaisir d'accueillir des personnalités, et non des moindres, telles que le Professeur Got, le Professeur Kopp, Mme Maestracci, M. Craplet d'Eurocare, etc. L'après-midi fut enchanteur avec des vedettes surprenantes. Merci à tous ceux qui ont participé à l'organisation de cette journée. Le public ne s'y est pas trompé d'ailleurs, il l'a prouvé avec de nombreux applaudissements, debout parfois.

Le thème du Congrès « De nouveaux bâtisseurs pour un nouveau millénaire » doit être mis en chantier. Les nouveaux Bâtisseurs doivent se mettre au travail, à commencer par rétablir « L'Amitié », si chère à Vie Libre, partout, car, sans celle-ci, nous ne pouvons pas être sereins pour mieux accompagner les malades alcooliques, qui comptent sur nous, et bien appliquer notre mission telle que l'indique la Charte.

Une cassette, en vente au siège à Clichy, est à la disposition de tous pour nous faire revivre cette journée ou pour la découvrir en ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu le plaisir d'y assister.

Les militantes et militants de notre Mouvement se doivent de toujours être, avec sincérité, au premier rang pour la lutte contre l'alcoolisme. Il faut prouver que Vie Libre est une force de conviction, non agressive, ni violente. Elle est combative, offensive, agissante et active.

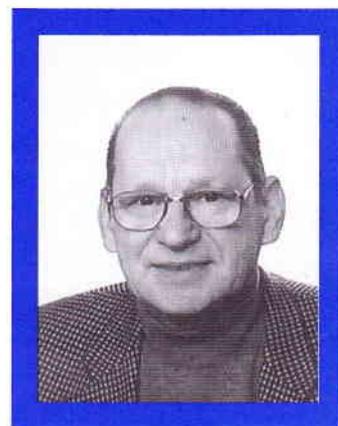
Le Congrès d'Orléans doit servir de tremplin pour repartir et prendre ou reprendre goût au militantisme en incluant les nouveaux dans notre combat. Vie Libre doit rester une espérance à apporter et à partager autour de soi.

Inutile de vous préciser, que tous les salariés et bénévoles, rédacteurs d'Agir et de Libres ont été mobilisés pour que cette journée soit une réussite. Ensuite il a fallu réaliser le Libres spécial Congrès, repenser le « Libres nouveau », enfin se profiler Agir 1^{er} trimestre 2001...

Et c'est pour quoi, compte tenu du temps et des tâches à accomplir, nous avons dû, à notre grand regret, nous résoudre à supprimer le 4^e trimestre 2000. De plus, la parution en 2001 connaîtra du retard, mais sachez que nos efforts seront dirigés pour le résorber.

Aussi nous vous prions de bien vouloir accepter nos excuses pour tous ces désagréments.

Merci de votre compréhension et à tous, bon courage pour redynamiser notre Mouvement.



Jacques JANUSZ



Comité de Section

Redéfinissons le comité de section

**Parcourons, sans enfreindre le règlement intérieur,
et pour l'essentiel, ce qu'est un comité de section,
quelques-unes de ses règles et son utilité.**

Le comité de section est composé de militants de 18 ans minimum en possession de leur carte rose, à jour au moment de leur élection par les membres actifs de la section, le jour de l'assemblée générale annuelle. Ces militants sont élus pour trois ans, un tiers du comité est renouvelable tous les ans, les membres sortants étant rééligibles, si telle est leur volonté.

Les deux cartes roses d'un couple peuvent faire partie d'un comité de section mais un seul a la possibilité d'accéder à un poste dans le bureau de section, composé des quatre « postes clefs » (en incluant le délégué à la communication) et de leurs adjoints.

Le comité de section se réunit tous les mois au minimum afin de réfléchir en commun sur la bonne marche de la section. Il se doit d'être un groupe sérieux de travail et de réflexion et non d'être confondu avec les réunions mensuelles de section ou de base qui, elles, sont destinées à accueillir et écouter nos amis en difficulté avec l'alcool et parfois leur famille ainsi que les buveuses et buveurs guéris qui ont besoin des réunions pour se maintenir dans l'abstinence.

L'indispensable discrétion, due à ceux que nous aidons, ne peut être respectée que si le suivi des malades n'est évoqué qu'en comité de section sous forme de révision d'activités.

Chaque réunion de comité de section doit comporter un ordre du jour scrupuleusement suivi par son responsable, celui-ci ayant particulièrement à cœur de faire participer tous les membres aux débats et décisions prises. En effet, le responsable ne doit pas tout faire, il faut laisser à chacun assumer le poste pour lequel il a postulé. Il y a également possibilité de créer des commissions au sein du comité, par exemple : « Femmes », « Jeunes », « Prison », etc., celles-ci étant tenues d'en référer au comité pour les décisions finales.

Il incombe au comité de section de faire jaillir des éléments susceptibles de prendre des responsabilités dans l'avenir, d'où la nécessité d'encourager fortement la formation, véritable richesse de notre Mouvement.

Bref, ce n'est qu'un aperçu du rôle du comité de section qui, avec ses équipes de base, détient nos racines sans lesquelles nous ne pourrions évidemment pas exister.

Pour terminer, le comité de section ne doit pas vivre en solitaire mais doit garder un lien constant avec le département, s'il y en a un, puis avec la région et le national à travers les délégués qui sont élus dans cette optique.

Bon courage à tous les nouveaux au sein desdits comités. Si vous y participez avec tolérance, amitié, intérêt et dynamisme, la vie associative sera des plus enrichissantes pour vous.

Christiane CAMBOT



L'Adhésion au centre de nos préoccupations

Parce que Vie Libre est un mouvement de guérison, nous devons proposer à celles et ceux que nous accompagnons d'y parvenir en les invitant à prendre part aux activités de la section.

Car c'est l'action qui permet de vivre une abstinence heureuse et citoyenne. Oui, invitons à l'action pour pouvoir proposer naturellement l'adhésion aux objectifs de Vie Libre.

Parce que Vie Libre est un mouvement de lutte contre les causes de l'alcoolisation, il a besoin d'adhérents nombreux, actifs et de sympathisants pour modifier les comportements d'une société française qui alcoolise plus qu'elle ne prévient ou ne soigne.

RÉFLÉCHIR AU NON-RENOUVELLEMENT POUR INVERSER LA COURBE

Chaque année, de nouveaux adhérents viennent rejoindre la famille Vie Libre. Malheureusement ceux qui quittent sont plus nombreux. C'est ainsi que de 20 000 adhérents dans les années 1980, nous sommes aujourd'hui 14 000.

Pour stopper « l'hémorragie », il nous faut prendre du temps pour analyser les causes de ces non-renouvellements et pouvoir, dans un deuxième temps, penser à une stratégie.

Pour cette réunion de comité de section, compter deux heures de réunion, donnons aux participants les chiffres d'adhésion des cinq dernières années et laissons bien le temps aux participants pour réfléchir notamment aux causes.

Merci de faire remonter votre réflexion à votre délégué national.

ORDRE DU JOUR:

VOIR

Prenons le temps :

*De revoir la liste des adhérents de l'an dernier et si c'est possible des cinq dernières années
D'établir la liste des adhérents qui n'ont pas renouvelé leur adhésion.*

RÉFLÉCHIR AUX CAUSES

Quelles ont été les raisons évoquées par eux ?

- Déménagement, décédé, cotisations trop chères, difficultés relationnelle, plus d'intérêt pour Vie Libre, etc.
- Quelles ont été les raisons que nous avons ressenties ?

RÉFLÉCHIR A PARTIR DES INTUITIONS DE VIE LIBRE

Pourquoi le Mouvement a-t-il besoin d'adhérents nombreux ?

- Que peuvent-ils faire pour la guérison et la promotion des malades de l'alcool ?
- Que peuvent-ils faire pour la lutte contre les causes de l'alcoolisation ?

Quelles pratiques pourrions développer pour associer un maximum d'adhérent actif et sympathisant à notre action ?

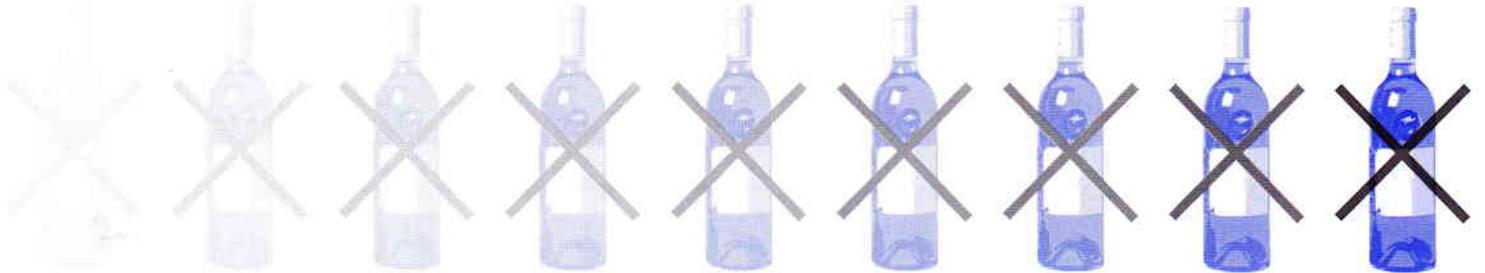
AGIR

Que décidons-nous ?

**A quelles dates ferons-nous
le point pour évaluer
le résultat de nos actions
de développement
de l'adhésion ?**



ILS NE BOIVENT PLUS ; QU'EST-CE QU'ON FAIT ?



En référence au thème du dossier, la révision d'activités de ce trimestre, porte sur le suivi du malade après les soins.

Pour les nouveaux abonnés de cette année, nous rappelons qu'une révision d'activités est la réunion de quelques personnes qui militent à la base, afin qu'elles débattent ensemble et que, collectivement, elles recherchent des actions, à mener. Il faut compter deux à trois heures pour faire cette rencontre, donner à chacun le questionnaire suivant et faire un tour de table pour chaque question.

VOIR :

1. Faisons le point, quels sont les ex-malades que l'on n'a pas revu depuis un an ? Prenons le temps de faire une liste.
Listons également ceux avec qui on est en lien, mais à qui on ne sait pas trop quoi proposer ?

RÉFLÉCHIR :

1. Qu'est-ce qui explique notre difficulté à suivre ces malades après leur sevrage ? (il ne s'agit pas de se critiquer ou de se faire du mal, mais d'analyser d'abord les raisons pour mieux être en capacité après de les dépasser).
2. Qu'est-ce qu'on pourrait leur proposer (activités, réunions, aller eux-mêmes voir des malades, etc.).
3. En quoi leur proposer d'aller plus loin, peut-il les aider à devenir d'authentiques buveurs guéris ?
4. Quels enjeux y a-t-il à donner de la confiance à ces copains ?

AGIR :

Anciens malades (leur nom)	Ce qu'on leur propose à court terme ?	Qu'est-ce qu'on peut leur faire découvrir ?	Qui les contacte ?	Quand ?



Dossier Central



GARDER EN MÉMOIRE NOTRE ACTION

AUPRÈS DES MALADES DE L'ALCOOL

André TALVAS écrivait en page 12 de la Charte notre Mouvement :

Extraits de la Charte...

Vous le savez par expérience, **ce n'est pas une tâche aisée** que de décider un buveur et encore plus une buveuse à se faire traiter et à persévérer. Il faut beaucoup de tact, de savoir faire, de bon sens et ne pas craindre sa peine.

Il faut connaître les diverses thérapeutiques employées et les possibilités locales de cures ambulatoires et en hôpital. Il faut découvrir les causes psychiques qui ont conduit tel homme ou telle femme à la boisson, entrer en relations avec les docteurs, susciter s'il le faut leur compréhension.

Il faut très souvent, c'est fréquent à Paris, **trouver un logement et un emploi au malade** à sa sortie d'hôpital.

Bref, que de compétence, d'intelligence et de cœur il faut au militant pour obtenir **une guérison valable et durable.**

Et l'on pourrait ajouter une qualité supplémentaire : la mémoire de ce que l'on a fait pour **accompagner les malades et leur famille.**

La grille que nous vous proposons n'a d'autre but. Tenue par le secrétaire de la section ou son adjoint et les responsables d'équipe de base, **elles faciliteront votre révision d'activité.**

Maurice BRUNON

FICHE DE SUIVI

Nom : Prénom : Né(e) le :

Adresse :

..... Téléphone :

SITUATION FAMILIALE

Célibataire – Marié(e) – Vie maritale – Séparé(e) – Divorcé(e) – Veuf(ve)

Nombre d'enfants à charge :

SITUATION PROFESSIONNELLE

Profession :

En activité : Autre :

Adresse :

.....

Régime de Sécurité Sociale :

MALADE SIGNALE :

Par : Adresse :

..... Téléphone :

AUTRES RENSEIGNEMENTS :

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Fiche établie le : Par :

Relais passé le : à (Nom du militant)

Relais passé le : à (Nom du militant)

Relais passé le : à (Nom du militant)

Relais passé le : à (Nom du militant)

TABLEAU DE SUIVI

Mois	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Visites au domicile du malade												
Visites à l'hôpital												
Autres visites (entourage)												
Contacts téléphoniques (ou autres)												
Participation à l'équipe de base												
Participation à la réunion mensuelle												
Permanences												
Participation aux loisirs												
Divers												
Participation à la formation Section												
Autre formation que Section												

DEMARCHES DIVERSES

Personne rencontrée	Date	Fonction	Objet de la rencontre

Bilan intermédiaire	3 mois	6 mois	1 an
<u>Nbre de visites</u>
- Domicile
- Hôpital
- Entourage
- Contacts téléphoniques
<u>Participation</u>
- Equipe de base
- Réunions mensuelles
- Permanences
- Loisirs
- Formation section
- Autres formations
<u>TOTAL</u>

COMMENTAIRES(difficultés rencontrées – Evolution – etc.) :



Dossier Central

Réflexion

Ce dossier sur le suivi du malade après les soins ne serait pas fidèle aux originalités de Vie Libre, si nous ne rappelions que l'action est indispensable et indissociable de la thérapeutique de notre Association.

Ce sont l'abstinence et l'action qui conduisent à la guérison.

Michèle, dans l'interview qui suit, nous fait part de son expérience.

Michèle, tu es une militante de notre Mouvement, peux-tu te présenter ?

Je m'appelle Michèle GODEFROY, je suis mariée avec Gérard qui est buveur guéri. Je suis abstinente volontaire et nous militons à la section de Bruay-la-Buissière.

Vous étiez militants avant de rencontrer Vie Libre ?

Non, pas du tout. Les années de maladie de Gérard ont été difficiles pour lui mais aussi pour nous, sa proche famille. Cette période, nous l'avons vécue repliés sur nous, pour pouvoir affronter les conséquences de son alcoolisation. Ce fut une période d'isolement social. Et puis un jour, grâce à notre médecin traitant, c'est la rencontre avec Vie Libre. C'est une cure ambulatoire que Gérard souhaite pour ne pas s'absenter de son travail. Ce sont les buveurs guéris et leurs conjoints que nous rencontrons en réunions d'équipe de base dans une ambiance de partages fraternels.

Dès lors, Gérard reprend confiance et c'est toute la famille qui revit. C'est un mois, deux mois, six mois d'abstinence, nous assistons à toutes les réunions de notre équipe. Ensemble, nous avons souffert de sa dépendance, ensemble nous réapprenons à vivre sans alcool. Avec la résolution de nos problèmes,

nous redécouvrons l'envie d'aller à la rencontre des autres.

Vous avez donc sollicité les militants de Vie Libre ?

Non, car nous n'y pensions pas encore. A l'époque, nous étions très heureux des profondes transformations de notre vie. Nous avons d'abord été « utilisateurs » de Vie Libre puis nous avons été « spectateurs » jusqu'au jour où nous avons été dire bonjour aux militants qui tenaient un stand Vie Libre au Forum des associations. Là, un militant de la Croix Rouge, qui tenait le stand voisin, m'a sollicitée car il cherchait des bénévoles. Ça allait mieux pour nous, j'avais un peu de temps et surtout l'envie d'être utile. Alors, pourquoi pas ? Je lui ai demandé un délai de réflexion. C'est ce délai de réflexion qui a permis au militant de Vie Libre qui avait entendu la conversation d'avertir les membres du Comité de section de notre possible engagement ailleurs. Après, tout s'est enchaîné très vite. Nous avons créé une équipe de base dans notre ville avec l'aide d'autres militants. Nous nous sommes formés grâce aux journées d'étude de la section. Gérard a participé aux stages nationaux 1^{er} et 2^e degré. Il a créé, avec l'infirmière, un groupe de prise en charge du risque alcool dans son entreprise. Nous avons été élus au Comité de section et au Comité départemental.

Vous connaissez donc aujourd'hui la joie de militer ?

Notre vie s'est métamorphosée. Nous connaissons aujourd'hui une vie plus riche de partages et d'actions avec d'autres qu'ils soient de Vie Libre ou d'ailleurs.

Après « utilisateurs » et « spectateurs », nous sommes maintenant « acteurs » et c'est grâce à l'action que Gérard peut aujourd'hui s'affirmer « buveur guéri ».

Un dernier mot pour les lecteurs d'Agir ?

Grâce à ce que nous avons reçu et que nous continuons de recevoir, nous pouvons aujourd'hui donner aux autres. C'est l'invitation à l'action faite **aux malades et à leur famille** qui fera plus de guérison et aussi un plus grand rayonnement de Vie Libre.

Développer des techniques participatives, inviter et associer à l'action, sont des enjeux majeurs pour les hommes et les femmes que nous accompagnons mais aussi pour l'avenir de Vie Libre. Des sections réfléchissent et innovent sur ce thème, dites-nous comment ? En envoyant vos articles à AGIR, 8, impasse Dumur, 92110 Clichy.

Maurice BRUNON

Action **R**éprésentative



Pour nous militants, buveurs ou buveuses guéris et abstinents volontaires, l'action représentative est primordiale et doit faire partie de notre quotidien au niveau de toutes les structures.

En effet, quelles que soient les actions que nous sommes amenés à effectuer, nous représentons notre Mouvement. Que ce soit du premier geste indispensable tel que le verre d'eau ou de jus de fruits ou la visite effectuée auprès d'organismes ou d'officiels.

C'est vrai que le verre que nous tenons la tête haute, lors d'une manifestation quelconque, est le symbole d'une santé retrouvée et la démonstration de l'efficacité de Vie Libre.

Un témoignage également, librement rédigé et consenti, représente déjà un cadeau pour tout militant qui a consacré beaucoup de son temps pour accompagner celle ou celui qui a ce courage. Nous avons tous pu constater l'intérêt apporté à la lecture dudit témoignage par des personnalités lors d'une assemblée ou d'une manifestation quelconque.

La fonction de secrétariat est également très importante au niveau de la représentation. Que ce soit de la lettre rédigée ou du rapport et des pièces constituant un dossier déposé. Pour cette tâche bien spécifique, il ne faut pas hésiter à se faire relire par le responsable de la section ou un ami, personne n'étant à l'abri d'une faute de style ou d'orthographe.

Une entrevue avec un élu ou un représentant des services sociaux, du milieu médical ou un organisme de partenariat, demande une parfaite connaissance du Mouvement et de son fonctionnement afin de répondre avec assurance et diplomatie à toute question plus ou moins délicate. Etre deux pour cette démarche est toujours recommandée.

Nous vivons dans une époque où l'aspect extérieur est important. Aussi, sans porter des vêtements « de marque », il est préférable, pour ce genre d'action, de se présenter propre et soigné. L'habit ne fait pas le moine, mais celui qui se trouvera en face pour dialoguer ne sera pas forcément de cet avis, la tolérance n'étant pas de son ressort.

Faire partie d'un conseil municipal est également une chance prodigieuse pour promouvoir et vulgariser nos idées. Beaucoup de militants Vie Libre y siègent déjà. Nous en sommes fiers. Rien ne peut être plus représentatif qu'un membre de notre Mouvement au cœur du fonctionnement d'une cité. Bravo.

Christiane CAMBOT



F formation

SUIVRE LE MALADE

APRÈS LES SOINS

Constater à propos d'un malade « Ça y est, cette fois-ci, il ne boit plus », crée chez les militants Vie Libre un sentiment juste et profond de joie euphorique. Il est normal et sain de se réjouir ; par contre, le danger est d'allier cette satisfaction avec le fait de croire qu'à présent nous pouvons dire « Mission accomplie ». Non, bien au contraire, après le « Ça y est, il ne boit plus », la phrase appropriée pour continuer sa réflexion est « Nous sommes les bâtisseurs de l'avenir et c'est maintenant que tout commence » !

1. Garder les contacts :

Minimum requis pour pouvoir suivre celui qui a été malade... Le revoir ! Si rendre visite à des malades alcooliques demande un certain savoir-faire (voir les précédents numéros d'AGIR). Le revoir, après ses soins, demande également de ne pas faire n'importe quoi.

Le premier point est de manifester la joie et le plaisir qu'on a à le revoir (sinon, on peut laisser sous-entendre inconsciemment à la personne qu'elle n'est intéressante que quand elle boit).

2. S'informer de sa vie

Passer à une vie sans alcool génère des changements profonds parfois difficiles, parfois libérateurs, souvent les deux et toujours questionnants. A ce niveau, il convient de ne pas jouer au médecin-contrôle ou à l'inspecteur de police (la personne a été suffisamment épiée quand elle était malade). Mais, par contre, il convient de manifester un intérêt réel et sincère sur la façon dont elle réorganise sa vie. Comment ça se passe ? A-t-elle encore des pulsions ? Comment elle vit l'alcoolisation (ou la non-alcoolisation) des autres ? Que ressent-elle quand elle va au bar ou quand elle passe devant ? etc. Pour tous ces points, parfois la personne a besoin de conseils, parfois pas, mais toujours elle a besoin d'en parler.

3. Prévoir à quoi on va l'inviter

Pour cela, il y a deux choses à penser.

- Où peut-il venir, à quelles rencontres (équipe de base, réunion mensuelle, etc.). On est souvent plus efficace pour inviter quand on a un tract à donner et quand on promet à la personne de venir la chercher.
- Penser à l'avance à préparer le contenu de la réunion en fonction des personnes qui vont venir. Par exemple, remettre à plus tard les questions de finances, de pro-

blèmes internes, etc., pour se consacrer uniquement à la vie des gens.

4. Demander à la personne d'aller plus loin

Avant même d'entreprendre cette démarche, il convient de se rappeler que demander à quelqu'un de s'investir, ce n'est pas mendier, c'est l'aider à découvrir une autre dimension de son être et de ses capacités.

Proposer à quelqu'un de militer et l'aider à guérir de l'alcool, est une seule et même démarche.

Quelqu'un qui ne milite pas peut très bien vivre sans alcool, mais dès que la personne commence à s'investir pour d'autres malades, elle commence alors à vivre hors alcool et c'est là que se joue toute la différence. Un buveur sevré n'est pas forcément un buveur guéri et l'action militante accélère le processus de guérison.

En ce qui concerne la manière de proposer, deux maîtres-mots doivent rester dans vos têtes : valoriser et cadrer. Valoriser : mieux vaut dire « On a besoin d'une personne comme toi », que « Tu sais à Vie Libre, on n'est pas beaucoup, alors si tu pouvais nous donner un coup de main, ça nous aiderait ».

Cadrer : on voit parfois des malades que la sortie de cure a rendus euphoriques, ils ont à peine ou pas encore retrouvé une certaine stabilité que déjà ils sont prêts à faire seul des permanences, à monter des structures nouvelles, etc. Pour éviter tous problèmes ultérieurs, prenons le temps de leur expliquer qu'il y a des étapes à respecter (aller à deux voir des malades, être un soutien et pas un responsable dès le début, etc.).

L'art du militant (qui s'apprend peu à peu) consiste à jongler entre ces deux maîtres-mots.

Stéphane BROUTIN

Le Thème du Trimestre



« Mon temps », c'est... aujourd'hui !



Qui n'a pas dit, dès l'âge de 30 ans ou 40 ans, en s'adressant à des personnes ayant dix ou quinze ans de moins que lui : « Quand j'avais ton âge... », « Dans le temps... » ou « De mon temps... » !!!

Parfois, il s'agit d'une simple comparaison entre la vie familiale, sociale ou professionnelle d'hier, et celle d'aujourd'hui.

Mais, bien souvent, il s'agit d'une comparaison qui irrite les plus jeunes. On évoque son « jeune temps » ou ses premières années dans le Mouvement. On en parle comme d'une période extraordinaire... où l'amitié était parfaite, les militants nombreux et motivés, les actions nombreuses, d'une grande ampleur et toujours réussies.

Cela laisse entendre que les nouveaux, que les militants d'aujourd'hui, n'ont pas les capacités des militants d'autrefois. Bref, de telles réflexions ne sont pas toujours bien fondées et, surtout, elles font mal.

Je suis en responsabilités diverses à Vie Libre depuis janvier 1963. Or, je n'ai jamais connu d'époque où tout allait bien partout. Mais, c'est vrai que l'on oublie facilement des difficultés passées pour ne retenir que les meilleurs moments. Méfions-nous de notre mémoire !

Les personnes qui idéalisent le passé sont, souvent, des membres qui ont « décroché » de l'action et des responsabilités ou, même, qui ne se sont jamais beaucoup engagés.

Au lieu d'être encore acteurs et d'aider des nouveaux à se former, ils sont devenus des spectateurs, des spectateurs exigeants, critiques, qui en arrivent, parfois à décourager des nouveaux. Or, ceux-ci font de leur mieux, ils ont besoin d'encouragements, de conseils et de soutien, plutôt que de remarques désobligeantes et répétées

qui débutent par : « De mon temps... », « Dans le temps... », « Avant... quand c'était moi... ou notre équipe... qui faisions, qui organisions, ceci ou cela... mais maintenant... ! ».

J'ai cessé mes activités de permanent, et je suis devenu uniquement bénévole en 1996.

Quand je parcours simplement les années 1999 et 2000, je vois entre autres :

- la création et l'organisation du « défi des dix jours sans alcool » dans le Boulonnais, devenu le défi « Osons dix jours sans », qui a été, en 2000, organisé dans tout le Pas-de-Calais par les sections Vie Libre ;
 - la réussite extraordinaire du plus grand Congrès national jamais réalisé par notre Mouvement, (c'était le 19 novembre au Zénith d'Orléans).
- Et en me réjouissant de ces actions audacieuses, si bien conçues et réalisées, je me dis que les militants d'aujourd'hui, jeunes et anciens, sont capables de faire du neuf, du beau, et, même, du plus grand que jamais. Mais je ne dirai pas qu'ils sont meilleurs que les militants du « temps passé » ! En réalité, les actions d'aujourd'hui s'enracinent dans les actions et les expériences d'hier... C'est une continuité, une extension, un remarquable épanouissement.

Puissent ces faits et réflexions, aider des « Accros... d'mon temps » à décrocher d'un passé souvent idéalisé, pour vivre plus joyeusement les actions d'aujourd'hui : en s'y impliquant, en devenant d'avantage des « acteurs ».



Oui, nous avons tous de belles choses à faire ensemble. Seul, on peut peu... mais, comme dit un slogan : « A tous, on peut tout ! ».

« Mon temps », pour moi, c'est : « aujourd'hui », avec les difficultés et les chances d'aujourd'hui, avec les anciens qui savent vivre au présent, avec les nouveaux qui ont besoin de tous et qui, un jour, seront, à leur tour, militants, assurant ainsi une relève solide.

Le passé est passé, et je ne peux pas le modifier.

L'avenir n'est pas encore arrivé... C'est du présent dont je suis responsable. Je peux m'améliorer maintenant, et mieux agir pour d'autres, avec d'autres.

C'est aujourd'hui qui m'est donné pour bâtir. Il est une phrase qui illustre mes propos... Je la cite de mémoire : « Le pain d'hier est rassis... le pain de demain n'est pas encore cuit..., mangeons le pain frais d'aujourd'hui ! ».

En tout cas, si, dans un certain nombre d'années, vous m'entendiez répéter, avec nostalgie : « D'mon temps... », « Quand j'étais permanent... », etc., vous auriez raison de dire : « C'oupci, Pierre, il est vraiment vieux ! ».

En attendant, je trouve largement autant de raisons de vivre et une aussi grande

joie d'agir... au cœur des réalités humaines actuelles. Et je souhaite qu'il en soit de même pour chacun, tout au long des années du XXI^e siècle que nous vivons, sur cette terre ! Oui, avant tout, vivons, construisons... aujourd'hui !

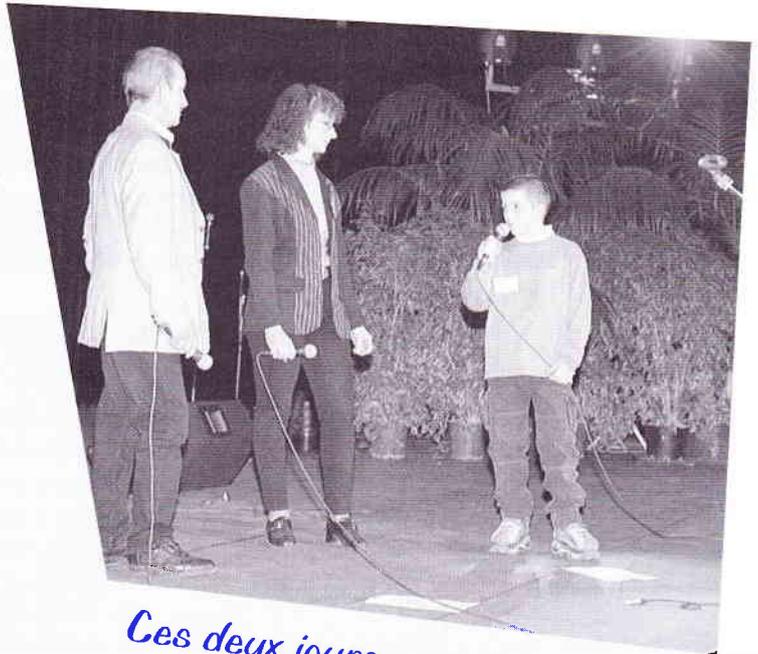
*Pierre
BOIDON*

A PROPOS DU CONGRÈS, ILS ONT DIT...

Après une telle journée aussi merveilleuse, nous repartons mieux informés, mieux enracinés dans le Mouvement, le cœur régénéré et joyeux, l'esprit éclairé, tous renforcés dans l'amitié et dans l'unité.

Bien informés et terriblement motivés pour être de nouveaux bâtisseurs dans un nouveau millénaire.

Le Comité départemental de la Haute-Garonne



Ces deux jours resteront gravés dans nos mémoires comme un moment fort. Ce Congrès de qualité a été l'occasion de rencontrer d'autres militants et de créer de nouveaux liens. Ce voyage a été l'occasion de nous retrouver entre nous, militants du Haut-Rhin et de passer des moments agréables qui nous font oublier les petits incidents qui mettent un peu de piment.

Ce Congrès a donné de nouvelles orientations au Mouvement. Il importe en effet d'adapter notre action aux évolutions de la société actuelle.

Le Comité départemental du Haut-Rhin





RELIRE POSITIVEMENT SON PASSÉ

La période qui suit les soins est une période où on ne va pas forcément bien.

Extérieurement, tout semble mieux, l'alcool n'est plus là avec son lot de drames.

Mais pendant cette période de retour à la lucidité, il arrive fréquemment que le passé remonte à la surface, passé lointain dont l'alcool refoulait jusque-là les souvenirs, ou passé récent d'alcoolisation dont l'ivresse empêchait de voir les conséquences.

Dès que ce phénomène se met en place, deux choix inconscients s'opèrent : soit on relit son passé négativement, soit on le relit positivement.

Relire négativement le passé :

C'est le phénomène le plus courant au début. Il est généralement motivé par un désir sincère d'exprimer des regrets. Cependant à terme cette manière de penser peut enfermer les ex-malades dans une culpabilité qui ne sert à rien d'autre qu'à faire souffrir inutilement.

Trois modèles de pensée conduisent à relire négativement son passé à partir d'un fait :

1. « J'ai gâché ma vie en faisant ça ». Il s'agit là d'un jugement porté sur les conséquences de ses actes.
2. « Je suis un salaud d'avoir fait ça ». Il s'agit d'un jugement porté sur ses intentions.
3. « Les autres sont des salauds... de m'avoir fait ça... de m'avoir rendu comme ça..., etc. ». Il s'agit là d'un procès d'intention.

Relire positivement le passé

Si les modes de pensée vus plus haut sont courants, ils ne reflètent pas pour autant la réalité des faits. Il existe des questions à se poser ou à poser aux ex-malades qui peuvent les aider à dépasser (littéralement dé-passer) leur passé.

1 Sur les conséquences

La première question à poser est « *Comment j'ai grandi en faisant ça ?* ». Une expérience douloureuse est souvent l'occasion de grandir, on entend des buveurs guéris dire « Heureusement que j'ai été malade alcoolique », « C'est grâce à ça que je comprends les autres », « Ça m'a fait découvrir ce qu'est toucher le fond », « Aujourd'hui, je sais que je suis capable de traverser les épreuves de la vie », etc.

Une autre question à se poser est « *En quoi ce que je crois avoir gâché ne correspondait-il pas à ma vie ?* ». Il faut souvent plus de temps pour y répondre, mais il n'est pas rare d'entendre des choses comme : « J'avais tout : maison, famille, travail, mais je m'ennuyais, ça n'était pas ce que je voulais, ma maladie m'a aidé à changer tout ça » ou « Je n'aurais jamais eu le courage de faire ces changements par moi-même », voire « J'ai découvert que j'avais le pouvoir de recréer ma vie ».

2 Sur les jugements d'intention

Les questions de départ sont : « Qu'est-ce que je voulais vraiment ? » et « Qu'est-ce que je voulais de positif ? ». Avant d'être dépendants (ce qui est un phénomène physique), les gens étaient de simples bringueurs, leur but n'était pas d'être dépendants, d'être licenciés ou de faire faillite, il était tout autre : faire la fête, avoir de l'assurance, etc.

Une autre question est « *En quoi suis-je innocent ?* ». L'alcool est un psycho-actif, il agit sur le comportement, aussi un comportement violent, dégradant ou idiot n'est pas forcément le signe que la personne est mauvaise, il est plutôt symptomatique que l'alcool avait de plus en plus d'emprise sur elle.

3 Sur les procès d'intention

On peut se poser les mêmes questions qu'en 2) ; ainsi quelqu'un qui m'a incité à boire ne voulait pas forcément faire de moi un malade alcoolique. Une épouse qui m'a quitté, voulait peut-être simplement vivre sa vie différemment et pas me plonger dans le désespoir, etc. Une autre question est « *Comment la manière d'aimer de l'autre est-elle différente de la mienne ?* ». Un comportement dur, agressif est peut-être le signe que l'autre voulait me faire grandir ; quitter est peut-être le signe qu'on voulait laisser libre, etc. Chaque manière d'aimer est différente et il est sain de toujours chercher les intentions positives chez les autres.

En conclusion :

Il ne s'agit pas de valoriser l'alcoolisation. De toute façon, il est toujours dommageable de continuer à boire ou de rechuter. Mais à l'inverse, plus un ex-malade sait relire positivement son passé, plus il a de chance de devenir vite un buveur guéri ; paradoxalement, c'est la culpabilité qui incite à la rechute car elle incite à croire qu'on est pervers (donc qu'on reboira un jour). Elle incite aussi à croire qu'on mérite une punition (et la pire est de redevenir alcoolique). **Le pardon est plus efficace, à long terme que l'Espéral.**

Stéphane BROUTIN

qui fait quoi ?

...Les salariés de VIE LIBRE

Stéphane

- Coordination du Siègne national,
- Animation et conception des stages de militants et permanents,
- Rédacteur en chef de *Libres, Agir*,
- Embauches, licenciements, démissions, litiges de l'ensemble des salariés,
- Chef des projets nationaux.

Julia

- Hôtesse d'accueil,
- Gestion des adresses des abonnés et envois groupés aux journaux et facturation,
- Gestion des problèmes liés aux abonnements,
- Préparation, envoi, suivi et facturation des commandes de marchandises,
- Saisie informatique des adhésions (listing, factures, etc.),
- Réception et contrôle des chèques de règlements (commandes, adhésions, abonnement) avant encaissements,
- Préparation du Conseil national : librairie, listing.

Mariama

- Encaissement et traitement comptable des chèques,
- Facturation des stages,
- Envoi des accusés de réception des fonds reçus au Siègne national (comptes de dépôts, approvisionnement des comptes salariés),
- Saisie et règlements des factures fournisseurs,
- Préparation du Conseil national : librairie, facturation,
- Travail en collaboration avec Halème.

Maurice

- Suivi des structures,
- Animation des stages décentralisés et des stages de responsables,
- Gestion des relations entre les comités employeurs et le Conseil d'Administration,
- Suivi des dossiers de reconnaissances de structures.
- Suivi des stages d'alcoologie en entreprises

Halème

- Suivi administratif de l'ensemble des salariés : congés payés, arrêts de maladie, bulletins de paie, etc.,
- Déclarations et règlements des charges sociales (URSSAF, ASSEDIC, Caisses de retraite et Prévoyance...),
- Établissement des situations des postes salariés trimestrielles et annuelles aux Comités employeurs,
- Réalisation des bilans et comptes de résultat du Siègne national et du consolidé (Siègne national + structures),
- Élaboration de la partie financière des dossiers de subventions,
- Préparation du Conseil national : librairie, interventions sur les finances, élaboration du questionnaire financier avec le Commissaire aux comptes,
- Conception et animation des stages de trésoriers.

Fanny

- Coordination et mise en place de groupe Jeunes.

Djamila

- Suivi administratif des ouvertures et clôtures des comptes Crédit Mutuel et gestion des problèmes,
- Saisie des procès-verbaux d'élections,
- Suivi administratif et matériel des stages de formation,
- Ensemble du travail du secrétariat : frappe des articles de presse, dossier de subvention, brochure du Conseil national, courriers...
- Préparation du Conseil national : logement, bulletins de réservation.

Laurence

- Responsable du courrier,
- Mise en page du *Flash-Info*,
- Ensemble du travail du secrétariat : frappe des articles de presse, dossier de subvention, brochure du Conseil national, courriers...
- Préparation du Conseil national : logement, bulletins de réservation.