

Notre Force  c'est l'Amitié

# Agir

LE JOURNAL POUR MILITER

*"Le trésor que je vous laisse, c'est le bien...  
que je n'ai pas fait...  
que j'aurais voulu faire...  
et que vous ferez après moi !"\**

\* parole de Raoul Follereau (1903-1977)  
extraite de "La Soif de mieux Vivre" de  
Pierre Boidin et Daniel Dabif



# A TOI de militer!

# Sommaire

Édito

**Nos fondateurs André et Germaine ..... 3**

Vie des structures – Travail en Réseau

**«Est-ce qu'ils peuvent vraiment s'en sortir... ?» ..... 4&5**

Révision d'activité

**Comment je milite ? ..... 6**

Dossier : A TOI de militer !

**Être militant(e) pourquoi ? ..... 7**

**De la rencontre au militantisme ..... 8**

**«Quoi de neuf, Docteur ?» ..... 9**

**La documentation Vie Libre à utiliser en fonction des actions ..... 10**

Posez-nous vos questions

**Pourquoi existe-t-il plusieurs mouvements néphalistes ? ..... 11**

Formation

**Nous avons fait notre stage deuxième degré ..... 12**

Thème du trimestre

**Histoire d'une passation de responsabilités ..... 13**

Nouvelles du National

**Naissance de nouvelles structures ..... 14**

Psycho pratique

**La guérison est possible ! ..... 15**

Un aperçu de la documentation Vie Libre ..... 16

2

**AGIR N°201 – 3<sup>ème</sup> TRIMESTRE 2006 - 1500 exemplaires**

**Directeur de publication:** Jacques Janusz

**Comité de rédaction:** Chantalle Bage, Christiane Cambot, Jacques Janusz, Alain Le Sieur, Bernard Mouthon, Vincent Pluquet

**Rédaction-administration:** 8 impasse Dumur 92110 Clichy

 01 47 39 40 80  01 47 30 45 37

**Site internet:** [www.vielibre.org](http://www.vielibre.org) **E-mail:** [vielibrenational@vielibre.org](mailto:vielibrenational@vielibre.org)

**Mise en page:** Direct Graphic - 5 rue Hélène 75017 Paris

**Imprimerie :** Delcambre - 45 rue d'Elizy 93500 Pantin

# Nos fondateurs

## André et Germaine

*Ont été les premiers maillons de la grande chaîne qu'est notre Mouvement Vie Libre. Que de militants il a fallu depuis, pour que notre association perdure avec les évolutions de notre société qui ne facilitent pas toujours notre investissement !*

► Nous sommes un mouvement, mot qui signifie que nous devons être toujours en «action» et cela ne peut s'effectuer que grâce à des heures de militantisme bénévoles.

**Nous avons voulu que ce thème d'AGIR soit un appel à la mobilisation de toutes les personnes de bonne volonté, sensibles à la souffrance de leurs semblables.**

C'est un appel encore plus vibrant au militantisme envers vous, malades guéris(e)s, qui vous devez de partager le bien-être que vous a procuré votre guérison, comme l'ont fait tant de nos prédécesseurs, sinon nous ne serions plus dignes du nom de mouvement mais d'une association d'anciens combattants, donc appelée à disparaître...

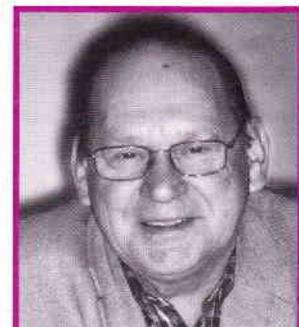
Oui aujourd'hui, tout comme hier, la guérison des malades de l'alcool, la réinsertion familiale, la formation et la promotion des victimes de l'alcool sont possibles. **Aujourd'hui, encore plus qu'hier, cet accompagnement se doit d'être efficace, grâce aux nombreux partenaires sociaux et de santé que nos anciens ont su sensibiliser et convaincre de notre raison d'être.**

**Il nous faut militer pour faire changer les mentalités vis-à-vis du produit «alcool» reconnu comme drogue dure et aussi, bien sûr, combattre les causes de l'alcoolisation.**

**Tout cela ne peut s'accomplir sans le volontariat de chacun ; plus nous serons de militants actifs, plus nous pourrons accompagner vers la guérison et la reconstruction ceux qui souffrent de cette maladie qu'est l'alcoolisme (un produit dangereux en vente libre).**

**Puisse cet AGIR te donner des idées pour mieux te donner l'envie de t'investir dans le militantisme et de continuer un grand bout de chemin avec nous.**

**Jacques JANUSZ**



## “Est-ce qu'ils peuvent vraiment s'en sortir... ?”

*L'action militante peut avoir plusieurs aspects. Militer, c'est s'engager pour des idées auxquelles nous croyons : croire que cette personne puisse guérir, croire qu'une situation puisse changer alors que tout semble fichu. Militer, c'est, peut-être aussi, vouloir changer un état d'esprit. Beaucoup de professionnels du champ social sont encore démunis face à l'alcool, par manque d'information et de lieux pour débattre de ce sujet. Voici une expérience de partenariat qui a permis à toutes les parties de changer de regard sur le malade alcoolique.*

► A force d'être présent sur le secteur campagne des Flandres maritimes, je connaissais le médecin de tel quartier, l'infirmière qui intervenait dans tel village, le travailleur social qui rencontrait telle famille. Ces contacts se limitaient bien souvent à quelques échanges plus ou moins sympathiques.

Pour faire plus ample connaissance, j'ai provoqué des rencontres individuelles avec certains de ces partenaires. Ces derniers découvraient les capacités de Vie Libre et étaient enchantés qu'un mouvement comme le nôtre soit présent sur leur secteur. De mon côté, je connaissais leur nom et leur fonction. Mais l'un comme l'autre nous ne savions pas travailler ensemble.

Je voyais bien le rôle d'une assistante sociale face à un public en difficulté, mais je ne voyais pas comment nous pouvions être **complémentaires** dans l'accompagnement d'une personne en souffrance avec l'alcool. Inversement, ces partenaires se trouvaient confrontés à la consommation des personnes suivies, mais avaient du mal à s'imaginer comment les mettre en lien avec notre mouvement.

Lors d'une rencontre avec Claudette B., directrice d'une association chargée de l'insertion des personnes bénéficiaires du RMI, la question s'est posée comme telle : comment s'aider l'un-l'autre dans nos missions respectives ? En clair, Claudette travaillait auprès d'un public gros consommateur d'alcool, et ne savait pas aborder le sujet. Quant à nous, Vie Libre, nous savions parler d'alcool, mais nous ne savions pas toucher directement un public. Très vite, nous nous sommes aperçus que l'ensemble des travailleurs sociaux du secteur avait ce type de questionnement.

Par le biais de l'association d'insertion, Claudette était beaucoup plus connue que notre mouvement, alors naissant sur le secteur. C'est donc elle qui s'est chargée d'inviter les travailleurs sociaux pour une rencontre d'information. De mon côté, j'ai invité le CCAA (connu en ville mais pas en campagne) ainsi que David et Hélène, des copains de Vie Libre, à participer à ce groupe.

La première réunion a réuni une dizaine de travailleurs sociaux, deux représentants du centre de cure ambulatoire, et trois personnes de Vie Libre. La rencontre a démarré par une avalanche de questions des travailleurs sociaux : «ça veut dire quoi être malade alcoolique ?», «Et moi, comment je peux en parler avec les personnes que je suis ?», «Est-ce qu'ils peuvent vraiment s'en sortir... ?». C'est là, qu'avec Hélène et David nous avons compris qu'ils nous prenaient pour des gens qui donnaient un coup de main à des alcooliques et non pour des buveurs guéris ou des abstinentes volontaires.

Ce jour-là, nous avons témoigné de notre histoire avec l'alcool en tant qu'ancien malade, ou enfant de malade. D'un questionnement très large et révélant peu d'espoir de la part des travailleurs sociaux, nous sommes passés à un véritable échange, allant parfois même jusqu'à la recherche collective de solutions pour certaines situations.

Nous avons pris pour principe, de ne jamais citer de noms quand nous évoquions des situations. Chaque personne autour de la table étant soumise au secret professionnel, nous avons tous le souhait que cela se fasse dans le respect de l'individu. Pour la mise en place d'actions auprès d'une personne, les intervenants concernés se retrouvaient après la rencontre.



Actuellement le réseau se retrouve tous les trois mois. Nos discussions démarrent toujours d'un «cas» évoqué par l'un des partenaires. La richesse de l'échange se situe dans la diversité des intervenants :

- ✓ **Des travailleurs sociaux** confrontés au jour le jour à des situations lourdes, mais avec des outils pouvant aider la personne (capacité à agir sur différentes problématiques : logement, emploi, financier...),
- ✓ **Du personnel soignant** qui apporte un regard médical et psychologique sur les situations, mais qui reste limité dans l'action dès que la personne sort de son champ d'intervention,
- ✓ **Et nous, Vie Libre** sans compétence sociale ni médicale, mais qui apportons l'expérience de 50 ans de guérison et le moyen d'accompagner la personne en souffrance vers ces partenaires.

**Le réseau est né début 2003. Aujourd'hui encore, il a toujours autant de succès : peu sont ceux qui loupent une rencontre ! Dans cet agir «A toi de militer», il nous semblait important de redonner ce type d'expérience. Par la participation de Vie Libre à ce réseau, des travailleurs sociaux ont changé leur regard sur la maladie alcoolique. Une assistante sociale ne parle plus de «vice», mais de souffrances. Jamais je ne pourrai comptabiliser la totalité des retombées bénéfiques du réseau (prise de conscience, mise en place de suivis, de soins...), mais sur le secteur campagne des Flandres maritimes, j'affirme que, grâce au réseau, des vies ont changé.**

### Vincent PLUQUET

► Pour donner un autre éclairage sur cette expérience, j'ai demandé à Isabelle LECERF, assistante sociale sur une partie de ce secteur campagne en 2003, de nous dire comment ce réseau a modifié sa perception de la maladie alcoolique, et ce que cela a apporté à sa pratique professionnelle.

Assistante sociale depuis 1995, j'ai eu l'occasion de travailler sur divers secteurs, tant urbains que ruraux. Dans l'exercice de ma profession, j'ai souvent été confrontée à la problématique alcoolique des personnes que j'étais amenée à accompagner ou à suivre. Aujourd'hui, lorsque j'examine ma pratique professionnelle antérieure, je me dis que je suis passée à côté de beaucoup de choses ! Je dois en effet avouer que la prise en compte de la maladie alcoolique était loin d'être ma «tasse de thé»... Pour moi, «l'alcoolique» faisait un peu partie de l'image folklorique du français : un buveur excessif piégé par la dépendance physique. Certes, la fréquence de la maladie dans notre région fortement appauvrie ne m'échappait pas, mais le malade alcoolique restait à mes yeux avant tout une personne dont la problématique relevait du champ médical. Mon rôle

d'assistante sociale était de travailler sur les conséquences de cette alcoolisation : problèmes financiers ou problèmes comportementaux tels que la violence intra-familiale par exemple, ou encore la désinsertion sociale. La prise en compte des causes de l'alcoolisation était... quasi inexistante !

A l'École de Service Social où j'ai reçu ma formation initiale, c'est un médecin généraliste qui a dispensé les cours sur l'alcoolisme. L'approche était donc centrée autour du phénomène de la dépendance physique au produit. La dépendance psychologique était très peu abordée. Concernant les mouvements néphalistes, seuls les Alcooliques Anonymes sont intervenus à l'école... L'abstinence nous était présentée comme une nécessité impérieuse, mais contraignante, l'identité d'alcoolique semblait coller à la peau des bénévoles, tout comme leur culpabilité, et surtout leur impression d'être en sursis, de pouvoir craquer à chaque instant !

Puis en 2003 j'ai été invitée à participer au «réseau alcool» qui se mettait en place sur mon secteur d'intervention à l'initiative d'une association d'insertion, et de Vie Libre, que je ne connaissais pas à cette époque. Quelle révélation ! Les bénévoles de Vie Libre, Vincent, David et Hélène m'ont apporté, tous les trois, l'éclairage qu'il me manquait : **le malade alcoolique est avant tout une personne qui souffre !** Si quelqu'un boit, c'est qu'il souffre, Eureka ! Il ne m'en fallait pas plus pour m'intéresser de près aux malades alcooliques, pour changer ma vision. Tous trois ont abordé leur expérience personnelle avec l'alcool, chacune très différente, et les raisons de leur militantisme : j'étais fascinée et émue par la simplicité de leur témoignage, et l'humanisme qui se dégageait de leurs paroles.

Pour la première fois, j'entendais des paroles positives sur cette maladie : ils parlaient de guérison possible et heureuse, et non plus de l'abstinence fragile et opprimante. Ils parlaient également de l'isolement dont souffre le malade alcoolique, de sa dépression, de son besoin d'être aidé, et de la façon dont eux, «vielbriens», lui tendaient la main. Ça tombait sous le sens : demander à quelqu'un qui est complètement déconsidéré par tout le monde, y compris par lui-même, de faire l'effort de s'en sortir tout seul est absurde !

Très vite, j'ai pris contact avec les militants pour évoquer la situation d'un malade. Nous avons par la suite eu l'occasion de travailler ensemble autour de plusieurs situations : c'était chaque fois très enrichissant. **Vie Libre permet de faire tomber le tabou de l'alcool, et libère la parole : le malade se sent compris par quelqu'un qui a eu un vécu similaire au sien, il peut enfin sortir du déni.**

**Le travail en réseau est vraiment nécessaire, il nous permet de travailler en complémentarité, chacun en fonction de ses compétences.**

**Isabelle LECERF**

## Comment je milite ?

*Après six mois d'abstinence, le mouvement propose de devenir «militant actif».*

► Il existe un tas de documents donnant une définition de ce terme. A titre personnel, il n'est pas toujours simple de voir comment nous pouvons être militant. Profitez d'un comité de section pour regarder comment nous avons été militant ces derniers temps.

**Pour vous aider, voici un contenu de révision d'activité.**

Militer, c'est agir en fonction de ses convictions pour qu'une situation ou un contexte change. Chaque geste que nous faisons dans ce sens devient alors un acte militant. Quand je crois en la guérison de la personne malade alcoolique, et que je mets tout en œuvre pour l'accueillir de façon digne lors d'une permanence, même si elle est alcoolisée, je pose un acte militant.

- *Qui sont les personnes en souffrance que je rencontre actuellement ?*

- *Ces derniers temps quel acte j'ai posé pour améliorer une situation ou un contexte ? (Penser au café pour la perm', écouter la personne en souffrance, rappeler le copain qui ne va pas bien...)*

**Être militant, c'est agir par conviction ou croyance. La multitude de choses faites peut devenir écrasante si on oublie ce qui nous motive à agir. Nous avons sans cesse besoin de redire les raisons qui nous font bouger :**

- *Qu'est-ce qui me motive à prendre tout ce temps pour Vie Libre ?*

- *A la vue des personnes malades que je rencontre, quel espoir j'ai pour elles ?*

Notre travail n'est jamais fini. Pour avoir une certaine efficacité, nous devons nous donner des objectifs. Ces derniers doivent tenir compte de la situation de la personne malade, de ses souhaits, de nos souhaits, de nos capacités.

- *Quel acte je souhaite poser pour militer avec et pour les personnes citées ci-dessus ?*

**Cette démarche peut vous paraître superflue. Mais faire le point de temps en temps peut dynamiser toute une équipe.**

Je vous souhaite une bonne rencontre.

**Vincent PLUQUET**

*“Le trésor que je vous laisse, c'est le bien...  
que je n'ai pas fait...  
que j'aurais voulu faire...  
et que vous ferez après moi !”\**

\* parole de Raoul Follereau (1903-1977) extraite de "La Soif de mieux Vivre" de Pierre Baldin et Daniel Dabli



## Être militant (e), pourquoi ?

*Qu'est-ce que militer ? D'après le dictionnaire, l'origine du mot en latin signifie «être soldat» ; il a pour sens aujourd'hui en français : «agir, lutter sans violence pour ou contre une cause».*

► Cette définition reflète l'essence même du militantisme : l'engagement ! Engagement à défendre des valeurs et des convictions.

Dans notre Mouvement, militer va bien au-delà de la lutte contre l'alcoolisme, c'est faire une action politique dans son sens le plus noble, c'est essayer d'améliorer le quotidien de personnes en difficulté.

En effet, accompagner les malades vers la guérison nécessite de les aider dans leurs démarches administratives, d'épauler leurs familles et de les soutenir, si nécessaire, dans leur parcours professionnel.

**Nous sommes bien sûr tous des soldats pour défendre une cause que nous savons juste.**

Avoir souffert personnellement de cette maudite maladie pour un grand nombre d'entre nous, assister chaque jour à la destruction de bien des nôtres, lire dans les journaux les dégâts causés par ce fléau, n'est-ce pas suffisant pour partir en guerre contre une Société permissive ? Société qui prône et incite à consommer l'alcool de plus en plus.

Le militantisme, ce n'est donc pas se limiter à l'action auprès des malades, c'est aussi lutter pour une meilleure prévention de l'alcoolisme dans notre Société. Contribuer à faire passer des lois et veiller à ce qu'elles soient appliquées, créer des équipes de prévention organisant des interventions dans différents organismes sociaux ou scolaires, tout cela fait partie de notre combat.

Vie Libre, au niveau national, se mobilise déjà pour aider les politiques convaincus, à faire passer des lois, en espérant toujours que celles-ci ne soient pas bafouées par la suite (voir la remise en cause de «la

loi Evin»). Certaines initiatives semblent très positives : rappelons la rencontre de deux membres du Conseil d'Administration avec Anne-Marie PAYET, sénateur de la Réunion, défendant la santé publique face au lobby de l'alcool et œuvrant pour la sensibilisation du S.A.F.

Il est vrai qu'à notre époque, il est très difficile de se faire entendre : les profits, les intérêts prennent souvent le pas sur l'attention que tous devraient porter à la santé physique et mentale de chacun.

Qu'on le veuille ou non, le monde est politique et ne pas militer, c'est acquiescer et laisser l'alcoolisme prendre des proportions extrêmement alarmantes.

**Ainsi, notre militantisme doit s'exercer partout : c'est aussi bien parler de nos convictions aux personnes que nous rencontrons, qu'intervenir pour défendre notre Mouvement envers et contre tous. Bien sûr, il faut éviter tout excès car bien des gens ne sont jamais tombés dans la dépendance. Respecter le buveur modéré est une attitude qui ne peut que l'inciter à mieux comprendre notre motivation.**

On dit parfois que le militant, quel que soit son engagement, sacrifie sa vie personnelle pour le grand bien de l'Humanité. Pourtant, son engagement est souvent renforcé par le désir d'enrichir sa propre vie, de dépasser sa condition et ses problèmes quotidiens, de valoriser son existence. L'aide qu'il apporte rejaille sur lui de façon détournée. **Ce rôle promotionnel du militantisme est particulièrement important pour nous toutes et tous.**

**Christiane CAMBOT**

## De la rencontre au militantisme

**Pour moi, cela a commencé simplement, un matin de 2003, dans le train en direction de Paris. Ce jour-là, j'ai rencontré un collègue de travail que je connaissais vaguement ; après lui avoir dit bonjour et lui avoir demandé où il allait de si bonne heure, il me dit qu'il se rendait chez le médecin mais qu'il n'avait rien de grave.**

► Arrivés en gare, nous nous sommes séparés pour, fait du hasard, mieux nous retrouver chez le médecin alcoologue où je tenais des permanences à cette époque. Je vis à son regard qu'il était gêné de me voir là. Aussi, après avoir pris un café ensemble, j'en profitais pour lui raconter mon vécu de malade alcoologique et la manière dont je m'en suis sorti.

Après cette mise en confiance, il voulut me parler dans un endroit tranquille ; nous nous sommes isolés dans une autre pièce et là, il me raconta brièvement sa vie face à l'alcool ; au cours de la discussion, il comprit qu'il aurait besoin d'aide et de temps pour se sortir de ce fléau nommé alcool.

Je profitais donc de ce moment pour lui parler de Vie Libre et de ses réunions où l'on pouvait s'exprimer sans se sentir jugé, et cela en toute confidentialité.

Peu de temps après, il est venu nous voir et, suite à quelques réunions auxquelles il a participé, il est parti en cure. Cela n'ayant pas été suffisant, il a refait une autre cure suivie d'une post-cure.

Je suis allé le voir et, chaque fois, en ai profité pour présenter Vie Libre au personnel médical. Mon collègue va beaucoup mieux maintenant, mais il sait qu'il reste fragile, donc il a l'intention de continuer à venir aux réunions.

Fort de ce que j'avais vécu lors de cet accompagnement et, après avoir effectué quelques

stages en alcoologie, j'ai voulu continuer à militer envers les malades ; cela s'est parfois bien passé, d'autres fois moins.

Un seul accompagnement m'a laissé le goût amer de la détresse et du mal-être du malade. Celui-ci, connaissant bien la maladie et les risques qui en découlent, n'a pas voulu, par choix, arrêter sa consommation d'alcool ; il en est malheureusement décédé.

Je n'ai pas pris cela comme un échec car nous aidons la personne malade, avant, pendant et après, mais elle seule décide de son devenir ; je continue donc à accompagner toute personne ayant besoin de soutien.

Je continue depuis à présenter notre Mouvement auprès des mairies, lors des différentes manifestations (journées citoyennes, forums, etc...), lors de visites aux malades et aussi dans des conversations courantes en ajoutant tout ce que Vie Libre peut apporter en aidant les malades et leurs familles.

Pour pouvoir militer avec ferveur, il faut une amitié qui soit forte entre tous les militants, c'est ce que j'ai trouvé dans ma section et ce qui me pousse, entre autres, à aller de l'avant.

**Michel SAUVAGE**  
de la section de CREIL

## «**Quoi de neuf, Docteur ?**»

**Nous ne vous parlerons pas dans cette page de psychologues, de médecins psychiatres mais uniquement des médecins généralistes spécialisés ou non en alcoologie, tabacologie et/ou autres addictions.**

► La grande question étant : «qu'est-ce qui est le mieux pour le malade, pour moi ?»  
- «rencontrer «mon» médecin généraliste ou «mon» médecin alcoologue ?»

Je précise «mon» entre guillemets, car vous avez sûrement remarqué, comme moi, que, très vite, nous nous approprions le médecin, l'alcoologue et par extension «ma» chambre de «mon» unité d'alcoologie ou de soins ou «mon» traitement remis par «mon» pharmacien !

Il est nécessaire de rappeler que **le chemin de la guérison, du mieux-être ne se fera que grâce aux actions cumulées du médecin, du malade, de l'entourage et des mouvements d'entraide.**

*Donc, quel médecin choisir ? Que cherche le malade ? Que recherchons-nous pour le malade ?*

Un conseil, une orientation, une «ré-assurance», une autre oreille pour écouter !

*Alors, le médecin alcoologue ou le médecin généraliste (ou de famille, disait-on) ?*

Si le premier est davantage formé à l'alcoologie - *rappelez-vous que le médecin généraliste ne reçoit qu'une demi-journée de formation sur l'alcoologie lors de son cursus universitaire* - il faudra attendre un rendez-vous qui demandera au mieux quelques jours, au pire plusieurs semaines. Le médecin généraliste est disponible plus rapidement ; de plus, il connaît l'entourage du malade et cette connaissance est un atout de compréhension immédiate.

Vous me direz, avec raison : «C'est bien joli, mais si ce médecin ne connaît ni le malade, ni l'entourage/si c'est un médecin appelé pour la première fois ?»

J'entends bien votre souci ! N'est-ce pas là que, nous militants buveurs guéris et/ou abstinents volontaires,

avons un rôle à jouer ? N'est-ce pas là que nous devons intervenir ? Qui, mieux que nous, peut expliquer au médecin, le mal-être, la souffrance afin de demander conseil ?

Et le malade dans cette rencontre ? Vous savez bien que pour venir avec vous à ce rendez-vous, il lui a fallu beaucoup de courage, de l'aide bien souvent alcoolisée. **Notre «travail» consiste à être l'interface, le lien entre lui et le médecin.**

Et les urgences ? Sommes-nous les mieux placés pour définir le degré d'urgence et les manières à suivre pour y remédier ? Sans vouloir dénigrer, qui ou quoi que ce soit, les modes d'alcoolisation ont changé, l'environnement social mais également médical aussi. Il n'y a pas si longtemps, nous emmenions directement les malades aux urgences, soit à l'hôpital général, soit à l'hôpital spécialisé - *ex-psychiatrique*.

Cette manière de faire a tendance à disparaître, a même disparu, au vu des urgences «saturées», du manque de moyens et/ou de la nouvelle politique de soins qui tendrait à reléguer l'urgence à la rechute - *ou réalcoolisation*, mais aussi favoriser une médecine de proximité avec davantage d'interventions des médecins généralistes.

Quoi que nous pensions, notre accompagnement doit se faire à côté des médecins, avec un minimum de courtoisie et de respect (ce n'est pas parce que nous sommes d'anciens malades et que nous connaissons les rouages de la maladie alcoolique que nous devons dire à ce médecin ce qu'«il» doit faire). **L'aide que nous attendons, que les malades attendent, ne viendra pas toute seule, sachons juste la demander, sachons traduire la souffrance afin d'obtenir le soutien du plus grand nombre.**

**Alain LE SIEUR**

## La documentation VIE LIBRE à utiliser en fonction des actions

**Nous avons la chance d'avoir à notre disposition une documentation très riche et variée.**

► Encore faut-il savoir ce qui se cache derrière les titres que nous trouvons sur les bons de commande. Afin d'utiliser au mieux toute cette documentation, il est nécessaire de posséder un bon de commande qui, grâce à sa présentation, nous offre un panel complet de ce que Vie Libre possède. **Les bons de commande sont adressés régulièrement à tous les responsables des structures.**

**Un classeur regroupant tous les outils de travail existants, tant les prospectus que les affiches, me paraît être un bon guide. Pourquoi cela ne ferait-il pas partie des attributions du délégué à la communication ?**

Il y a bien sûr les documents de base que **tout militant** doit posséder :

- **La charte, l'Histoire du Mouvement, les Statuts, le Règlement Intérieur, l'Esprit du Mouvement** et bien évidemment, les revues **Libres et Agir**. **Agir doit être l'outil incontournable de tout membre d'un comité de section ainsi que la Thérapeutique appliquée.**
- La pochette complète **l'Essentiel** est également un très bon outil qui permet d'avoir une idée de ce qui existe.

Tous ces documents doivent être utilisés en fonction de la démarche ou du type de manifestation.

Il existe un grand nombre d'affiches, certaines un peu «passe-partout» et d'autres beaucoup plus ciblées, comme par exemple, pour ce qui concerne le SAF (Syndrome d'Alcoolisation Fœtal), celles destinées à un public plus jeune, à la mémoire etc...

Pour les malades rencontrés ou leur entourage, à l'issue d'un premier entretien, **Une Renaissance Heureuse, voire un ou plusieurs Libres**, paraissent tout à fait indiqués, avec les témoignages qu'ils comportent ainsi que les informations sur la maladie alcoolique. Existe aussi le **dépliant Alcool et Fausses Croyances** à donner d'emblée. **Le tract parapluie** renseigne sur notre action et les personnes qui composent notre Mouvement.

Dans le cadre d'une information, n'hésitez pas à distribuer le livret **Alcool, partenaire officiel**. Il est pratique et plaît aux jeunes.

Plus ciblés pour les femmes, le dernier **Libres La place des Femmes** ainsi que les dépliants **l'Alcoolisme au féminin** ou **Enceinte** paraissent judicieux, cela bien sûr avec une explication et en fonction de la personnalité de chacune.

Au niveau du partenariat et des réseaux, il existe le livret partenaire complémentaire des travailleurs sociaux (**dépliant Travailleurs sociaux**).

Dans les milieux professionnels, ne pas oublier la plaquette **Alcool au travail** ainsi que le **Libres Spécial entreprise n° 255** pour susciter une formation en entreprise.

Ceci n'est qu'un exemple de distribution. A chacun(e) de réfléchir à ce qu'il est le plus à propos d'amener avant une visite ou une intervention.

**Bon courage et bonne utilisation de toute cette richesse qui est à notre disposition.**

*Retrouvez en dernière page la documentation citée.*

**Didier DAROUX**  
de la section de **CUISE-LA-MOTTE**

# Pourquoi existe-t-il plusieurs mouvements néphalistes ?

*Les associations d'anciens buveurs - dites associations néphalistes - sont nombreuses et elles jouent un rôle primordial dans l'accompagnement des malades alcooliques, leur guérison et dans le maintien de l'abstinence.*

► Cette constellation de mouvements et la compréhension de leur mode de fonctionnement ne sont pas sans conséquence sur les relations réciproques qui existent ou doivent exister entre mouvements et médecins. Lors de mes nombreuses interventions à l'unité d'alcoologie de l'hôpital, j'invite à chaque fois les malades à prendre leur bâton de pèlerin et à faire le tour de ces nombreuses associations. Les médecins doivent informer avec précision de l'existence de ces mouvements en donnant les coordonnées, les contacts éventuels...

## **Adhérer à un mouvement, c'est être dans un groupe.**

Le groupe fonctionne comme une famille ou comme un groupe d'amis dans lequel le sujet va pouvoir s'insérer. Cela permet d'entendre des discours déculpabilisant sur la maladie alcoolique, sur le concept d'alcoolisme. Le récit des anciens buveurs, redevenus des personnes à part entière, donne de l'espoir aux malades souvent convaincus qu'«il n'y a plus rien à faire». Le groupe reconstitue un ensemble social avec ses rites, ses dates fixes, ses anniversaires qui donnent des repères aux malades, tout à fait favorables à un tel soutien.

Il n'est pas possible de mesurer un degré d'efficacité des associations néphalistes, car tout comme la médecine, il n'y a aucune statistique qui soit à l'abri de la critique de ces résultats à long terme dans le traitement de la maladie alcoolique.

**Il ne faut pas non plus penser que tel mouvement est plus efficace que tel autre, tant les modes de recrutement sont différents. Tout au plus pouvons-nous constater que telle structure (grâce à telle ou telle personnalité) est plus dynamique qu'une autre. Il y a quelques différences, de par l'idéologie : plutôt religieuse pour la Croix Bleue, plutôt spirituelle pour les Alcooliques Anonymes, plutôt sociale pour Vie Libre...**

**Mais il y a surtout des points communs, autant dans la finalité (rendre au sujet sa liberté vis-à-vis de l'alcool) que dans la méthodologie (aider l'alcoolique à prendre conscience de sa dépendance et lui donner le désir de s'en sortir, l'aider à devenir et à rester abstinent) en insistant sur les points positifs d'une vie sans alcool et non en arguant au négatif (risque de cirrhose, etc...).**

**Le phénomène commun à toutes les associations néphalistes est l'amitié qu'elles témoignent au nouveau venu, ce qui va favoriser la communicabilité (alors même que les troubles de la communication et de l'élocution sont très importants chez l'alcoolique).**

Plus profonde que la notion d'amitié, celle de la fusion. Une fusion, un ensevelissement dans une sorte d'univers clos premier. Un anonymat parfait et régressif, une fusion à la mère... Lorsqu'on est dans un groupe, l'instinct de vie est renforcé par la répétition des règles données de façon directe par le modèle d'identification, répétition entraînant des phénomènes d'apprentissage pour le maintien de l'abstinence.

**Toutes ces structures sont nécessaires à la guérison des malades.**

**Nos actions sont d'éternels recommencements et nous devons mettre à la disposition de chacun tous les moyens pour réussir. Nous devons également partager nos expériences entre mouvements pour de temps en temps, nous redonner l'humilité et le courage nécessaires à l'action.**

**Bernard MOUTHON**

## Nous avons fait notre stage deuxième degré

**Cela fait plus de 11 ans que nous sommes à Vie Libre, mon mari et moi.**

► C'est moi qui étais malade alcoolique et depuis 1994, je suis abstinente et si heureuse de l'être ! Depuis cette date, nous n'avons pas cessé, avec mon mari, de nous investir dans Vie Libre.

Nous avons fait quelques petits stages organisés par le département avec grand profit et avec l'envie de mieux nous former.

L'année dernière, nous sommes partis 5 jours à Marly-le-Roi, faire le stage deuxième degré.

Nous en sommes sortis plein de savoir, confortés tous les deux dans notre militantisme. Nous nous sommes retrouvés avec des gens de toute la France (Saint-Étienne, Martigues, le Nord, etc...) Et des animateurs très compétents pour lesquels le mouvement Vie Libre n'a pas de secret.

Ils nous ont permis d'acquérir, de développer nos capacités et notre rôle vis-à-vis des malades, de structurer et d'animer des réunions, faire des comptes-rendus, enfin voir, réfléchir, agir sur nous-même.

C'est vraiment grâce à ce stage que nous avons mis de l'ordre dans nos idées, cerné nos erreurs, profité de l'expérience et du vécu des autres stagiaires, toujours aidés par les animateurs agréables et disponibles.

Maintenant dans nos réunions nous sommes mieux à même de différencier chaque type de malade afin de l'écouter dans ses discours par rapport à l'alcool. Nous nous rendons compte aujourd'hui que ce stage porte ses fruits petit à petit, et nous en gardons des traces, sans cesse présentes, dans nos actions de militantisme.

**Rose et Francis BONN**  
de la section de PALAISEAU

# Histoire d'une passation de responsabilités

*J'ai connu l'association en 1996 et j'ai parfois assisté, parfois participé aux groupes de paroles qui se tenaient les mardi et vendredi du côté de la Place Gambetta (Paris XX<sup>ème</sup>) assez régulièrement, parfois à celles du samedi à l'Hôpital Bichat (Paris XVIII<sup>ème</sup>) jusque fin 1997.*

► Là, l'ambiance s'est dégradée : les luttes de pouvoir m'ont mis mal à l'aise. **Des luttes de pouvoir dans un mouvement dont l'un des maîtres mots est l'amitié et un autre la solidarité !** Il fallait vite que je redescende de mon nuage ; j'en ai profité pour m'éclipser... J'ai alors voyagé de périodes d'abstinence en périodes moins claires ; puis en une longue période d'abstinence et brusquement, deux années de suite de courtes périodes très très graves. J'ai senti que je mettais ma vie en danger. Si je peux dire, le bateau prenait l'eau.

En septembre 2004 je suis retourné à Gambetta pour savoir si les groupes de paroles existaient toujours. Ils existaient toujours. Seulement le mardi, mais ils existaient toujours. Un mardi soir, je me suis décidé, j'y suis allé, j'ai poussé la porte, et là, pas un visage connu...mais des visages souriants et un accueil chaleureux. J'ai été surpris et ravi par le sérieux et la pertinence des discussions ; deux animateurs, mais tous les présents participent ; chacun donne son avis et fait de son mieux pour aider l'autre ; les animateurs recadrent, orientent et expliquent. Je me suis senti chez moi. Depuis, je n'ai pas dû manquer beaucoup de réunions, et si au début je n'ai pas été très bavard, j'ai progressivement pris ma place : participant, adhérent, animateur, je donne un coup de main pour une exposition-animation à la Cité des Sciences, je suis délégué pour la 52<sup>ème</sup> Assemblée Générale Nationale en novembre 2005, et...

**... Et les élections 2006 de la Section Nord de Paris approchent.**

Je suis sollicité pour en prendre la responsabilité. Je me sens un petit peu neuf, mais comme les anciens veulent passer la main et que personne d'autre ne peut ou ne veut assumer, j'assume, je me présente. Comme il n'y a pas d'autre candidat, je deviens responsable de section le 7 janvier 2006.

**... Et les élections 2006 du Comité Départemental de Paris suivent d'une semaine.**

Michel Laballery, qui avait la responsabilité du Comité de Paris depuis bientôt 10 ans, avait annoncé depuis quelques mois son intention de passer la main. Tout le monde avait entendu mais personne ne s'y était vraiment préparé. Le 14 janvier 2006, je deviens responsable du Comité Départemental de Paris. Ils peuvent me féliciter, me congratuler et tout et tout, les copains ; ils savent à quoi ils échappent, eux. Moi je ne sais pas encore tout à fait vers quoi je m'engage. A poil dans le grand bain que je suis, et je sais à peine nager ! Heureusement, j'ai une bouée de sauvetage : Michel Laballery. Seul défaut, la bouée de sauvetage part s'installer au Maroc dans 6 mois.

En 10 ans de temps, il en a organisé des trucs et des machins. Il va falloir vite fait que j'améliore mes prouesses nautiques, mon sens des relations et des contacts, que j'apprenne les labyrinthes des réseaux, les méandres de la hiérarchie hospitalière ; tel médecin consulte dans tel hôpital et dans tel autre mais pas dans celui-là ; ici on est bien accueilli mais pas là, les hôpitaux de Paris sont en pleine restructuration, celui-ci va fermer et tel service d'alcoologie va aller dans tel hôpital, tel chef de service prend sa retraite et va être remplacé par untel qui n'aime pas trop les associations, et le local que l'Hôpital Broussais nous prête, comme Broussais déménage à l'Hôpital Européen Georges Pompidou (Michel m'a dit HEGP, mais je lui ai fait traduire) parce que la Croix Rouge rachète les murs de Broussais, et il faudra que tu te fasses faire un laisser-passer, et ça serait bien que ça marche mieux à tel endroit et qu'on ait nos entrées dans tel autre et à la fin du mois je te rappelle qu'on expose pendant une semaine à l'HEGP, et puis il faut aller chez l'imprimeur, pour les plaquettes...

**- STOOOP !! J'ai le tournis, tu peux me faire un résumé et me le faire par écrit ?**

- Oui d'accord, je te fais ça pour la semaine prochaine ; tous les mercredis on a un stand à la Villette et c'est moi qui le tiens, tu n'as qu'à venir, je te montrerai comment ça se passe et je te présenterai aux responsables, justement il y a le comité de pilotage auquel on participe c'est début février tu n'as qu'à venir, après ça sera à toi de le faire et à l'Hôpital Sainte Anne aussi à la Maison des Usagers, et il faudra que tu viennes au Réseau d'Alcoologie Paris Sud et à l'Hôpital Cochin, ils préparent un truc et il faut qu'on soit présents, il faut aussi que je te présente à Monsieur Leroy, c'est la personne qui s'occupe de notre subvention à la CPAM, j'ai pris rendez-vous mardi à 10 heures comme ça on aura qu'à déjeuner ensemble et l'après midi je te montrerai comment on fait la compta, il faut aussi qu'on aille voir l'imprimeur pour les...

**Ce que je vois c'est que tout le monde s'est habitué à ce que Michel fasse quasiment tout, à part les groupes de paroles, quoique...**

**Michel a ouvert beaucoup de portes et j'en ai ouvertes quelques autres.**

**Jamais nous ne pourrons répondre à toutes les demandes si des adhérents ne deviennent à leur tour bénévoles-militants.**

**La tâche n'est pas insurmontable : je le fais, donc d'autres peuvent aussi bien le faire.**

**Reste à savoir découvrir les bonnes volontés potentielles pour se faire aider et ainsi déléguer, donner envie aux adhérent(e)s de devenir eux(elles)-mêmes acteurs(rices) dans le mouvement.**

**C'est tout simplement la politique de promotion des personnes préconisée par Vie Libre...**

**Daniel de SAINT-RIQUET  
de la section de Paris 19<sup>ème</sup>**

## Le flash-infos n° 2 d'avril 2006 vous informait, entre autres choses, de la naissance de nouvelles structures : sections et comités départementaux. Elles vous sont présentées ci-dessous plus amplement.

### En Haute-Vienne

Depuis 1962, le département de la Haute-Vienne, dans le Limousin, ne comptait que la section de Limoges. **Une seconde, Saint-Léonard/Monts-et-Barrages**, vient d'être reconnue par le comité national. Elle compte 12 adhérents actifs et 3 sympathisants, agissant dans 2 équipes de base. Le bureau est composé de :

responsable	Philippe PIAROU, buveur guéri
responsable adjoint	Daniel MICHEL, buveur guéri
secrétaire	Céline MAURY, abstinente volontaire
secrétaire adjointe	Marie-Thérèse MICHELET, buveuse guérie
trésorière	Josette RUAUD, buveuse guérie
trésorier adjoint	Jacques BRUN, buveur guéri

Cette deuxième implantation dans le département entraîne la **création d'un comité départemental**, qui réunit au bureau :

responsable	Daniel MICHEL, buveur guéri	Monts et Bar.
secrétaire	Alain DELAUNÉ, buveur guéri	Limoges
trésorier	Patrick BRUGIER, buveur guéri	Limoges

### Seysssel, troisième section de Haute-Savoie

L'action, démarrée en avril 2003, a permis la reconnaissance de cette troisième section savoyarde. Elle permet aux 20 membres actifs et aux 7 sympathisants de militer, de rencontrer des malades sans avoir trop de kilomètres à parcourir pour se rendre à la section notamment en hiver. Son bureau :

responsable	Michel CHAVANIS, buveur guéri
responsable adjoint	Claude PLANTIER, buveur guéri
secrétaire	Jocelyne DAVOINE, abstinente volontaire
secrétaire adjointe	Chantal GRAND, buveuse guérie
trésorier	Pierre BOURQUIN, buveur guéri
trésorier adjoint	Jean-Claude DIDIER, buveur guéri

### Gisors, en Normandie

Est la cinquième section reconnue par le comité national, dans le département de l'Eure. L'action a débuté en 1997, deux équipes de base, Gisors et Étrépagney accueillent les malades des quatre cantons que compte la section. Elle regroupe 18 membres actifs et elle est animée par le bureau formé par

responsable	Hervé LAMOUR, buveur guéri
responsable adjoint	Christian ROULAND, buveur guéri
secrétaire	Marc ANANOS, buveur guéri
secrétaire adjoint	Gilbert LEROLLAND, buveur guéri
trésorier	Christophe DIOT, buveur guéri
trésorier adjoint	Bernard PIARD, buveur guéri

### Chartres, seconde section d'Eure-et-Loir

Cette nouvelle section composée de 2 équipes de base a pu voir le jour grâce aux sections voisines de Rambouillet et de Châteaudun. L'action a débuté en 2004, autour d'un militant convaincu de la nécessité d'implanter Vie Libre dans la préfecture de ce département, pour être au plus

près des malades. Elle réunit 13 membres actifs et 6 sympathisants. L'animation est assurée par

responsable	Pascal BONNAMY, buveur guéri
responsable adjoint	Michel MONTAUDOIN, abstinente volontaire
secrétaire	Jean-Paul MORIN, buveur guéri
secrétaire adjoint	Patrick TEMPETE, buveur guéri
trésorière	Denise BUREAU, buveuse guérie
trésorier adjoint	Pierre BLONDET, buveur guéri

### Le comité départemental d'Eure-et-Loir

a été créé pour coordonner l'action des sections de Châteaudun et de Chartres. Son bureau est administré par

responsable	Alain DANTAN, buveur guéri	Châteaudun
secrétaire	Michel MONTAUDOIN, buveur guéri	Chartres
trésorier	Patrick PARDESSUS, buveur guéri	Châteaudun

### Un nouveau départ pour le comité départemental de l'Aude

Mis en sommeil à la suite de difficultés importantes, les délégués des sections de Narbonne et Carcassonne se sont réunis pour redynamiser le comité départemental de l'Aude. Le bureau se compose de

responsable	Dolorès ESCOBAR, buveuse guérie	Narbonne
secrétaire	Francis MALFANT, buveur guéri	Carcassonne
trésorier	Robert BLANCO, buveur guéri	Narbonne

### Ça repart aussi à La Rochelle

La section de La Rochelle avait connu de grosses difficultés de fonctionnement et avait dû cesser son activité en 2001. En 2004, à l'initiative d'un militant venu des Bouches-du-Rhône et de quelques militants rochelais, l'action s'est réorganisée. Après 2 ans passés en pré-section sous la responsabilité de la section d'Angoulême, La Rochelle section isolée du département de La Charente-Maritime a été reconnue par le comité national. Le bureau réunit

responsable	Bernard GESTIN, buveur guéri
responsable adjointe	Marie PASQUIER, abstinente volontaire
secrétaire	Nadine AUDOIN, abstinente volontaire
secrétaire adjoint	Philippe COUASNON, buveur guéri
trésorier	Robert TARDU, buveur guéri
trésorier adjoint	Pierre NAERT, abstinente volontaire

A ces 5 nouvelles sections et aux 3 nouveaux comités départementaux, nous souhaitons «LONGUE VIE».

Merci et bon courage à ces militants engagés dans l'action pour faire vivre notre projet associatif. Ils démontrent que créer de nouvelles structures est «possible» aujourd'hui. S'implanter partout où vivent (et meurent) les malades de l'alcool est une nécessité. A bientôt pour de nouvelles reconnaissances !

**Maurice BRUNON**

# La guérison est possible !

En 1988, Vie Libre lançait une campagne annuelle autour du thème «la guérison de la maladie alcoolique, est-ce une utopie ou une réalité ?». Des tables rondes, avec la présence de professionnels de la santé et du social furent organisées et permirent à Vie Libre d'affirmer que la guérison est possible.

► Cette position, prise dès l'origine de Vie Libre, fut soutenue par des pionniers de la médecine en matière d'alcoologie, tels que les docteurs Aïtoff, Lecocq, Fouquet, et confirmée ensuite par de nombreux alcoologues. Vie Libre a toujours proclamé que peut se dire guéri, l'ancien malade qui se déclare lui-même «être bien dans son corps, biens dans sa tête, bien dans ses relations». Cette définition peut être rapprochée de celle donnée par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), lorsqu'elle dit : «la santé doit être entendue comme l'état de bien-être, physique, moral, social». Ces trois caractéristiques sont contenues, sous une autre forme, dans la grille des besoins humains du psychologue Maslow (étudiée au cours des stages de formation).

► Il est impressionnant de rencontrer des milliers de militants et militantes de Vie Libre, qui, après avoir connu la dégradation physique, psychologique, sociale, au cours de la maladie, retrouvent ou trouvent leur propre identité, leur personnalité, heureux de s'être débarrassé de ce poison «alcool» qui les a abimés. Ce sont, en quelque sorte, des «ressuscités» qui ont choisi librement de s'engager dans une nouvelle VIE qui leur apporte la promotion personnelle, familiale, sociale. Leur abstinence de prise d'alcool n'est pas vécue par eux comme une privation, elle est devenue un compagnon de route pour construire un nouveau PROJET DE VIE.

Oui, les militant(e)s, par leur action, témoignent de leur guérison :

✕ ce sont ces anciens malades qui se sentent en capacité d'aller rendre visite à de nouveaux malades, dans leurs milieux de vie, pour les convaincre de se

faire soigner, ou qui, dans le cadre de la prévention, osent témoigner de leur parcours d'alcoolisation, au cours de réunions publiques, devant des auditoires de tous âges et milieux,

✕ ce sont ceux et celles, qui, pendant ou après les soins, ont découvert un intérêt pour l'activité culturelle, comme Serge qui s'est adonné à la pratique de la photographie, communiquant ainsi avec la nature et son environnement ou comme ces militants Vie Libre de Bretagne qui ont pris du plaisir à s'exprimer au sein d'une chorale qu'ils ont créée,

✕ c'est cet ancien malade que l'on ramassait sur les trottoirs après ses beuveries, et qui est fier d'être maintenant considéré dans sa dignité retrouvée lorsqu'il s'entend appeler, par le titre de Monsieur le Responsable, par les autorités municipales et la CAF,

✕ c'est cette femme qui délaissait l'entretien de son corps pendant son alcoolisation et qui a retrouvé sa féminité. Après chaque passage chez le coiffeur, elle prend plaisir à se valoriser devant son miroir en disant : «tu es belle maintenant».

Ne donnent-ils pas le témoignage de leur guérison ces adhérents de Vie Libre, qui rayonnent de joie au cours des soirées festives, organisées par les sections, sans consommer une seule goutte d'alcool ?

Et que dire de ces anciens malades qui tiennent des bars ou sont viticulteurs, côtoyant régulièrement l'alcool, et qui sont heureux d'être abstinentes.

Oui, ils sont bien dans leur corps, leur esprit et leurs relations, ces militants et militantes qui ont le droit de clamer eux-mêmes leur GUÉRISON.

Michel RIEZ

# Un aperçu de la documentation Vie Libre



**Tract parapluie**  
réf : 707 336



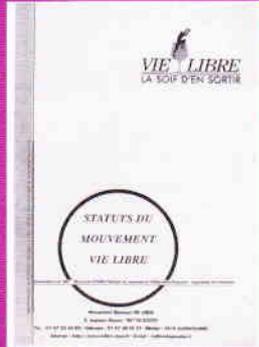
**L'Essentiel, pochette complète**  
réf : 707 327



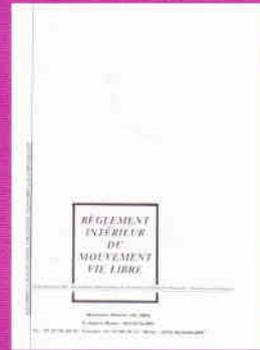
**Alcool partenaire officiel**  
réf : 707 88



**L'esprit du Mouvement**  
réf : 707 312



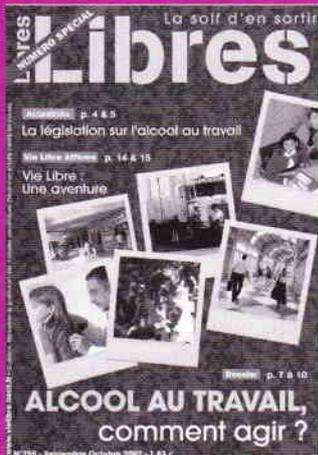
**Statuts du Mouvement**  
réf : 707 322



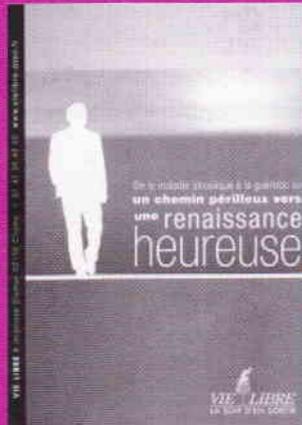
**Règlement Intérieur**  
réf : 707 323



**Thérapeutique appliquée**  
réf : 707 316



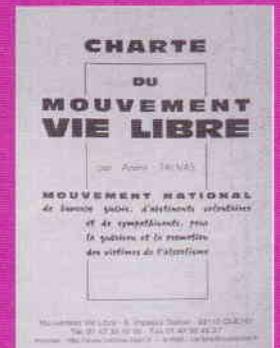
**Libres 255 "spécial entreprise"**  
réf : 707 53



**Une renaissance heureuse**  
réf : 707 52



**Histoire du Mouvement**  
réf : 707 315



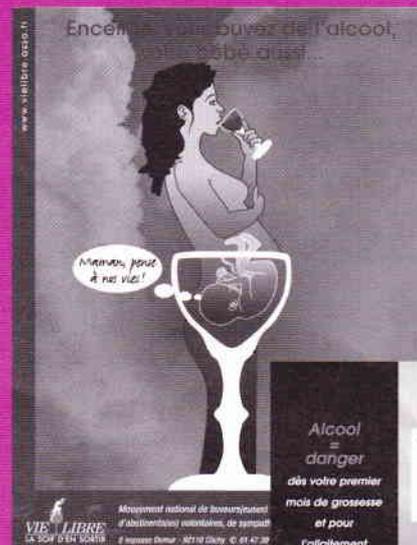
**Charte du Mouvement**  
réf : 707 314



**Travailleurs sociaux**  
réf : 707 352



**Alcool et fausses croyances**  
réf : 707 333



**Contre le SAF dépliant**  
réf : 707 340

**Contre le SAF Affiche 2 formats**  
A4 réf : 707 1200  
et A3 réf : 707 1201



**Alcool = danger dès votre premier mois de grossesse et pour l'alcoolisme de votre bébé!**