N°209 - 3e Trimestre 2008

Notre Force ♥ c'est l'Amitié

Agir

LE JOURNAL POUR MILITER

VIE LIBRE POURQUOI ?

Journal de la Formation des Militants du Mouvement Vie Libre

Sommaire

Édito

Point de vue sur la santé du Mouvement **3**

Vie des structures

A propos du bénévolat **4**

Préparer un congrès **5**

Relations Humaines

La prise de responsabilités dans le Mouvement Vie Libre **6**

Dossier : Vie Libre pourquoi ?

L'accompagnement du malade **7**

Promotion **8**

La lutte contre les causes **9**

Etre abstinent(e)s volontaires à Vie Libre **10**

Comité National

Calendrier 2009 : Rencontres Nationales et Stages **11**

Formations

Stage 1er degré : Point de vue de 2 stagiaires **12**

Stage 1er degré : Point de vue de 2 animateurs **13**

Les cartes vertes deviennent ELECTEURS **14**

Psycho Pratique

Révision de fin d'année **15**

AGIR N°209 – 3ème trimestre 2008 - 1300 exemplaires

Directeur de publication : René Delahaye

Comité de rédaction : Maurice Brunon, Christiane Cambot, René Delahaye, Malika Haddar, Jacques Janusz, Alain Le Sieur, Bernard Mouthon,Vincent Pluquet, Yves Pouly

Invité(e)s à participer à ce numéro : Christian Falcy, Alain Galy

Rédaction-administration : 8 impasse Dumur 92110 Clichy

01 47 39 40 80 01 47 30 45 37

Site internet : www.vielibre.org **E-mail :** vielibrenational@vielibre.org

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

Imprimerie : Delcambre - BP 389 - 91959 Courtaboeuf Cedex

La Rédaction a demandé que je donne mon point de vue sur la santé actuelle du Mouvement.

► Pas facile en quelques mots mais je vais essayer d'y répondre.

En tant que militante de terrain et déléguée nationale de ma région, j'ai l'impression, à l'heure qu'il est, d'être prise entre deux feux :

D'une part, il y a le contexte actuel économique et surtout social qui font que nous avons de plus en plus d'interventions et d'accompagnements, car de plus en plus de malades. Derrière tout cela, une paperasserie de plus en plus exigeante, comme si on voulait nous décourager…

De tout cela, émanent lassitude, morosité et découragement parfois. Beaucoup trop de conflits de personnes à régler également au détriment, forcément, d'actions essentielles.

Et, d'autre part, la foi et l'attachement à notre Mouvement profondément enracinés qui font que l' envie de continuer notre mission, indispensable envers la souffrance due à l'alcool, est la plus forte ! Comment peut-on faire autrement, après 55 ans de lutte et toutes les heures que nous avons consacrées au bénévolat, les grands anciens et nous-mêmes ? Qu'il s'agisse de notre aide aux malades sortis de la maladie ou pas et au temps passé à nous faire connaître et reconnaître, **comment peut-on se résigner à voir Vie Libre disparaître sans s'accrocher ?**

Ressaisissons-nous, défendons-nous, retrouvons le goût de la lutte et essayons de regarder l'avenir avec un peu plus d'optimisme en cherchant des solutions tous ensemble, ce dont il a été fortement question lors du dernier comité national. Il a été envisagé de mettre en place un sondage collectif sur chaque point de vue de tous les délégués à la prochaine assemblée générale nationale.

Il nous faut accepter d'évoluer et le fait qu'il y a beaucoup de choses à changer dans notre comportement à tous et notre façon de faire, tout en préservant nos valeurs.

On entre à Vie Libre pour lutter contre l'alcoolisme et non à des fins personnelles. L'esprit ouvert, une seule chose compte : maintenir et faire avancer Vie Libre.

Retrouver et cultiver notre amitié est indispensable pour un Mouvement tel que le nôtre.

Accepter la relève et surtout l'encourager en écartant toute notion de « pouvoir », de part et d'autre, me paraît prioritaire.

Christiane Cambot

A propos du bénévolat

Il m'a été demandé d'apporter des éléments autour de la notion de bénévolat.

► Alors que la notion de militant implique une volonté d'action pour une cause politique, associative ou de défense de droits, la notion de bénévolat induit une action, souvent inscrite dans la durée, qui implique une non-rémunération de l'action.
Si, tant pour le bénévole que pour le militant, il est évident que l'action n'est pas rémunérée, **c'est cette notion de gratuité qui ressort plus explicitement dans le bénévolat.**
Même si pour Albert Camus, l'acte gratuit n'existe pas car il y a toujours d'une part des motivations qui le sous-tendent et d'autre part l'acte génère aussi des gratifications personnelles (la reconnaissance des autres, une meilleure image de soi-même, la considération, la satisfaction d'avoir fait progresser une cause par ses actions), **on peut néanmoins dissocier deux aspects toujours présents dans le bénévolat :**

1 - Il n'y a pas de rémunération
2 - Il s'agit d'agir et d'apporter une plus-value à une cause en agissant.

Ce sont là des données en partie quantifiables, en particulier pour le temps passé à l'action. C'est d'ailleurs pour cette raison que les projets pour lesquels une subvention est demandée font apparaître dans leur budget une ligne concernant la valorisation du temps passé. C'est un élément de représentation de l'investissement de l'association pour le projet et il est important, pas seulement pour des raisons financières, que la valeur de l'investissement humain des bénévoles soit explicitement représentée. Sans cet investissement, le projet ne pourrait pas être mené à son terme.

La moyenne d'âge des adhérents de Vie Libre, et donc d'une grande part des bénévoles, est assez élevée. Ceci est en partie consécutif à la nature même de notre Mouvement constitué en majorité d'anciens buveurs : Il faut le temps, même en commençant l'alcoolisation à l'adolescence, de devenir dépendant et ensuite de s'en sortir. On a donc assez peu d'adhérents jeunes, exception faite des enfants de malades. Toutefois, ce processus évolue avec le développement des « grandes défonces » chez les jeunes. Mais il n'y a pas de quoi se réjouir de ce constat.

Or, parmi ces jeunes qui n'adhèrent pas à l'association, il y a un potentiel de bénévoles, en particulier chez les jeunes qui, s'ils n'ont pas la culture de l'adhésion, peuvent néanmoins s'investir sans carte au service d'une cause. A nous d'être à leur écoute et de veiller à les intégrer dans des actions, en particulier celles tournées vers l'extérieur (pour eux les réunions sont des « trucs » de vieux où l'action n'est ni visible ni immédiate dans ses résultats).

Si nos 11500 adhérents ne sont pas tous des acteurs bénévoles, nous avons aussi un potentiel de bénévoles au delà du cercle des adhérents. Ceci peut rajeunir les formes de nos actions, notre expression extérieure. Ils peuvent être un vecteur supplémentaire important de notre combat contre l'alcoolisme et ses causes. Cette ouverture, mieux explorée, permettrait de revivifier nos forces.

Même si nous avons réussi à échapper à la maladie, nous n'échappons pas à notre vieillissement.

Il nous faut toujours rester aux avant postes contre le fléau qui sévit quotidiennement dans un silence complice au sein de notre société.

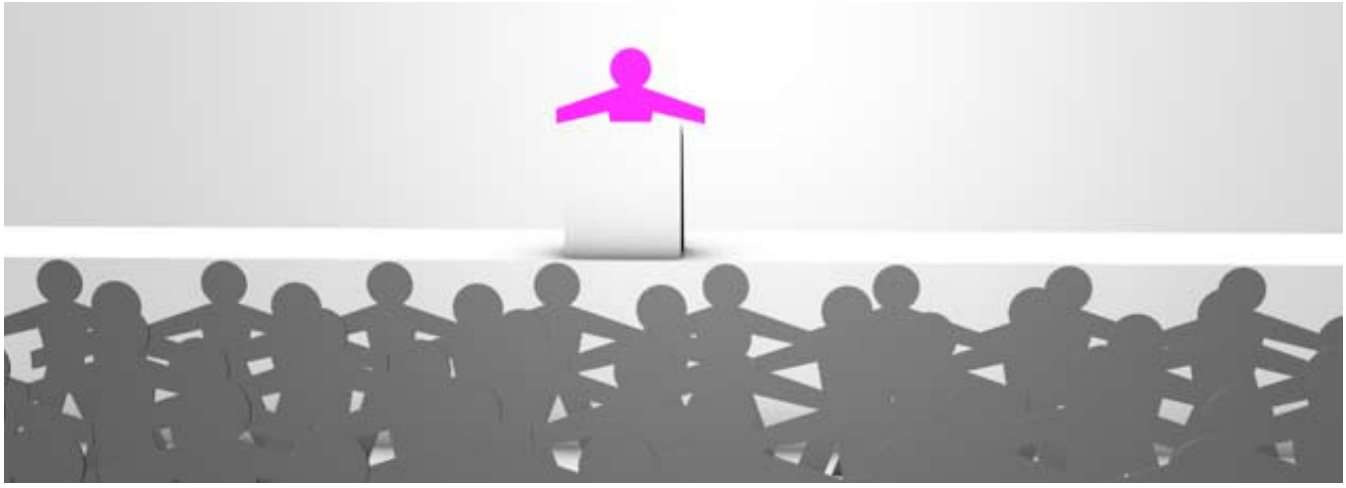
Le bénévolat est un élément majeur de ce combat.

Si notre cri n'est pas nombreux et diversifié, il n'y aura aucune oreille en écho pour juguler des souffrances futures.

Alain Callès

Préparer un congrès : avant, pendant, après…

Combien de militants souhaitent, dans leurs structures, organiser un congrès ou un forum. Qu'il s'agisse d'un événement au niveau national, régional ou départemental ? Ce n'est pas une mince affaire.



► Le congrès est un produit fortement concurrentiel qu'il faut vendre auprès des personnes, des institutions, associations, organismes. **Tout doit être mis en œuvre pour rendre cet événement très attractif.**

J'ai toujours en tête le Conseil National qui s'est tenu en 1995 à Albé dans le Bas-Rhin, chapeauté par la région Alsace-Moselle. L'ensemble des membres, en étroite collaboration avec le délégué et le siège national n'avait qu'un seul mot d'ordre : faire en sorte que les congressistes puissent profiter au maximum d'un beau cadre pendant leur séjour.

Notre façon de faire : allier efficacité, convivialité et plaisir ! La première étape pour les organisateurs est de visualiser ensemble la totalité de l'événement : il est nécessaire de définir à quoi ressemblera cette manifestation : style, atmosphère, message à faire passer. Puis il faudra procéder à l'élaboration d'un planning prévisionnel. On prospectera pour trouver le lieu de la rencontre : village de vacances, salle municipale, palais des congrès, centre culturel. Chaque opération sera sous la responsabilité d'un des membres du Comité d'organisation créé pour l'occasion. Différents postes seront répartis : édition, exposition, contact avec les annonceurs, avec les médias, avec les organismes officiels, avec les prestataires (compagnies de transport) et les responsables de la salle.

Il faut veiller à avoir toujours en tête la ligne budgétaire, et tenir compte de frais imprévus.

Pour l'accueil des congressistes, un lieu de rencontre sera précisé dans le hall de la gare, avec café, biscuits… Ensuite, on acheminera les congressistes sur le lieu de rassemblement. Prévoir une équipe d'accueil : distribution d'un badge et répartition des personnes dans leurs chambres, puis visite du site.

Une petite documentation rassemblant toutes les informations importantes peut être remise aux participants : lieu, date, moyens d'accès, programme détaillé et liste des intervenants, plan du site, (hébergement, salle à manger), conditions d'inscription… et pourquoi pas un présent aux délégués en souvenir de leur passage… Ne pas oublier d'informer la presse locale et la télévision régionale de la tenue de cet événement.

Bon courage !

Bernard Mouthon

La prise de responsabilités dans le Mouvement Vie Libre

Je me souviens…

Comme si c'était hier, ma première rencontre avec le Mouvement Vie Libre, en Juin 1999.

Pendant ma cure au Sésame, des militants de Vie Libre avaient présenté le Mouvement, aucun doute, **j'étais convaincu, c'était là où je devais aller !**

C'était dans le local d'Amiens, Allée Château Milan, sous un soleil radieux, propice à mon cheminement.
J'ai poussé la porte avec une petite pointe d'angoisse, la pièce était remplie de personnes en pleine discussion.
Je me suis assis, nous avons fait un tour de table et je me suis présenté.
Mes premières appréhensions passées, j'ai beaucoup écouté au fil des réunions : la souffrance des malades, les joies de ceux qui s'en sortent.

Et puis, un jour…

Paul m'a demandé si je voulais prendre des notes de ce qu'il se disait. J'ai accepté tout de suite, tout en ignorant la tâche qui m'attendait.
Les anciens, les jeunes, les femmes et les hommes étaient tous réunis autour de la table, pour le même objectif : aider les malades à s'en sortir, à retrouver le courage d'avancer, la dignité auprès de leurs proches et regagner en conséquence l'estime de soi même.

Au fil du temps, je me suis porté candidat au poste de secrétaire de section.
Deux ans ont passé, puis j'ai été volontaire pour agir au niveau départemental.
Michel, responsable du département, et tout le comité m'ont toujours conseillé et soutenu, en m'aidant le plus possible à assumer cette tâche : j'ai eu quelques doutes sur ma capacité à assurer, quelques moments d'anxiété face à des problèmes à régler en urgence (notamment la mise à disposition d'un nouveau local, plus agréable pour les malades et les militants), mais tout ceci a été « formateur » et à chaque fois, j'en suis ressorti plus fort moralement, ma confiance est revenue petit à petit, et ceci dans un souci permanent de bien faire mon travail de secrétaire.

Il y a deux ans…

J'ai ressenti le besoin de m'engager encore plus pour le Mouvement et j'ai été élu secrétaire régional Nord-Pas de Calais-Picardie.
J'étais un peu inquiet : serai-je à la hauteur du défi à relever, est ce que j'arriverai à concilier trois postes de secrétaire ?
La réponse ne tarda pas, tout se passerait bien au sein d'une équipe soudée et chaleureuse.

Je n'oublie pas toutefois, que le contact avec les malades est primordial et c'est pour cela que j'assiste à toutes les permanences de la section, ainsi qu'à l'Hôpital d'Amiens.
Je n'oublie pas non plus que ma tâche administrative est aussi humaine : toujours écouter l'autre, lui laisser raconter son parcours, avec ses hauts et ses bas, essayer de trouver une solution adaptée aux problèmes de chacun.
Je participe, avec tous les militants, à l'action merveilleuse de la guérison et de la promotion du malade, dont je fais partie et je suis fier d'appartenir à ma seconde famille !

Encore merci, VIE LIBRE…

Avec mon esprit et mon cœur de malade guéri, de militant convaincu, pour de longues et longues années, encore et toujours.

Francis Riez

L'accompagnement du malade

Notre force est de considérer que l'alcoolisme est une maladie et que tout malade dépendant est potentiellement un buveur guéri.

► Notre vécu nous permet de parler un langage commun avec le malade pour l'accompagner dans sa démarche psychologique vers la guérison.
La thérapeutique « Vie Libre » que nous employons auprès des malades alcooliques se déroule en trois temps.

Avant - Pendant - et Après la cure

Nous ne pouvons dissocier les trois étapes les unes des autres. Chaque phase a, avec son temps d'application, une grande importance pour la guérison stable et durable du malade et de sa famille.

L'accompagnement vers le sevrage :

Lorsqu'il nous arrive d'accompagner un malade de l'alcool, chez un médecin généraliste, celui-ci analyse les conséquences médicales, familiales, professionnelles et sociales de cette personne alcoolique. Il sera conduit à proposer un sevrage à condition que le patient soit correctement informé, qu'il soit demandeur et motivé.
Le malade alcoolique qui n'est pas demandeur, mais qui accepte le principe d'un sevrage pour faire plaisir à son entourage, sans avoir perçu la gravité de sa situation, sans une réflexion préalable sur une vie sans alcool et sans un réel désir de changement, ira probablement vers un échec
Si le malade a bénéficié de plusieurs cures mais a rechuté après quelques semaines ou quelques mois, celui-ci aura besoin d'un travail de maturation et d'analyse qui, plus ou moins rapidement, pourra le conduire à un nouveau traitement qui, lui, aurait de fortes chances d'être suivi d'une abstinence - sinon définitive - du moins prolongée.
Par notre action, placée au cœur même du problème par les contacts auprès des malades et de leurs familles, nous avons le but de leur faire retrouver la **santé**, le **bonheur** et **la joie** de vivre en homme et femme libres de tout esclavage et de toute tutelle.

L'accompagnement des personnes dans la démarche « Vie Libre » propose un suivi et un soutien psychologique lors des visites dans les services d'hôpitaux de jour, les secteurs psychiatriques, les centres spécialisés en alcoologie, les centres de postcure où les bénévoles militants apportent leurs expériences personnelles aux malades en cours de traitement. Dès ce premier contact, nous nous adressons au malade, toujours de manière simple et sans jugement, dans un climat d'écoute et d'apaisement favorable à la communication.
Sans heurt, sans contrainte, par notre témoignage nous montrerons au malade combien l'abstinence est possible pour lui, comme elle a été possible pour tous ceux qui la pratiquent depuis des années. Nous l'orienterons vers une nouvelle vie, sans occulter toutes les embûches qui le guettent à sa sortie d'hospitalisation, telles que les anciens compagnons de boisson, avec les moqueries qu'ils ne manqueront pas de lui faire.

Ce processus d'identification permet au malade de prendre conscience de sa maladie. Au cours des rencontres avec le médecin, l'infirmière, nous échangeons au sujet du malade. Souvent ce qu'il nous manque c'est sa situation familiale, son travail, son état de vie avant son hospitalisation, nous souhaitons que partout puisse s'instaurer cette collaboration entre les services et buveurs guéris.
Nous éditons toute sorte de documentation sur la tenue des permanences, les lieux de rencontres, et aussi la diffusion de la revue « Libres », le bulletin local sur les activités de la section. Nous devons tout mettre en œuvre pour que le malade possède toutes les chances de réussite, notre rôle est de l'aider à faire ses premiers pas dans sa guérison, par notre amitié et nos méthodes de formation.

Pour conclure, « Vie libre » n'oublie pas la détresse qui peut toucher les familles dans la traversée de cette épreuve.
Nous associons, si nécessaire, les membres de la famille, conjoint (e) et enfants.
Les visites à domicile des militants **Vie Libre** permettent un contact étroit avec la famille, qui doit prendre conscience du rôle qu'elle doit remplir auprès du malade pour lui faire admettre et comprendre sa maladie.
Des familles, des hommes et des femmes retrouvent ainsi leur place et leur fierté dans la société. Ils redécouvrent le vrai sens de la vie. Bien sûr, cela ne se passe pas toujours de la même façon pour chaque malade.
Nous ne sommes pas à l'abri des rechutes mais nous ne devons pas baisser les bras pour autant !

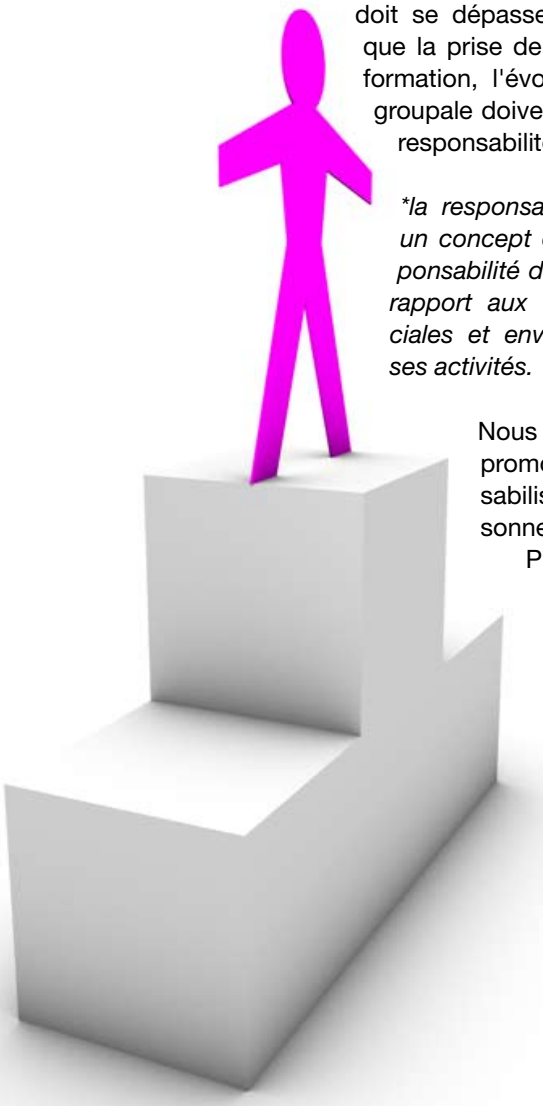
Bernard Mouthon

Promotion

Promotion, plus d'un demi-siècle que le Mouvement l'assure et en a fait une de ses originalités.

► De quelle promotion parlons-nous ? Je ne vous parlerai pas de la promotion mercatique telle que la « promo » de produits en bout de gondole, mais de promotion sociale, promotion humaine.

En gestion de Ressources Humaines, le terme promotion désigne le fait d'obtenir un nouveau poste, de nouvelles responsabilités.
Nous savons tout particulièrement combien la maladie alcoolique détériore et dégrade l'être humain dans ce qu'il a de plus vital, de plus noble en lui. Dans les reconstructions physiques, psychiques, sociales, le temps est un facteur déterminant ! Il est déterminant également d'ajouter que, outre le fait que « l'ex » malade doit se dépasser, des appuis tels que la prise de responsabilités, la formation, l'évolution personnelle, groupale doivent faire partie de la responsabilité sociétale*.



**la responsabilité sociétale est un concept qui désigne la responsabilité d'une personne par rapport aux conséquences sociales et environnementales de ses activités.*

Nous parlons bien de promotion par la responsabilisation de la personne.
Plus concrètement, il est très juste de dire « au vu » de la situation actuelle, qu'il est difficile de motiver, de « booster » les militants. C'est vrai, mais pensons-nous sincèrement que nous nous soucions de la promotion de « l'autre », trop occupés que nous sommes à régler les conflits humains, les demandes de subventions, les réunions... ? Ce n'est pas simple de prendre du temps, de « s'occuper » de l'autre, pourquoi ? Parce qu'il faut déjà prendre le temps de s'occuper de soi pour être le plus « performant » possible.

Il faut aussi prendre le temps d'écouter les militants ! C'est à dire entendre leurs soucis d'une part, mais leurs désirs d'autre part.

Sommes-nous également prêts à céder la place? De quel droit puis je me dire : « Oh celle là, elle n'y arrivera pas » ! ou encore : « Celui là, il va trop vite, ce n'est pas possible qu'il fasse bien !». De quel droit également puis-je sous-entendre « ceux là, ils n'ont pas de volonté, ils ne vont pas y arriver !» Puis-je sincèrement faire confiance aux « autres » si je n'ai pas confiance en moi ? Puis-je « gérer les autres » si je ne suis pas moi-même un modèle de gestion ?

Bien évidemment, nous ne pouvons pas parler de promotion par l'argent, cela détruirait toute notion de confiance dans l'humain, cela introduirait la notion de compensation telle que « tu me donnes ça, en échange, je te propose çà !»

Pourquoi ne pas davantage insister sur l'accompagnement, le tutorat, le parrainage, pour inciter, proposer, susciter, favoriser la montée des divers échelons de notre organigramme ?

Pourquoi ne pas essayer de faire davantage participer en mettant « l'autre » devant soi de manière à le soutenir comme lors d'un apprentissage, plutôt que de le laisser dans un coin de peur qu'il ne fasse une bêtise ?

Au boulot, mes amis, mes compagnons ! Au boulot ! car nous devons sortir d'une crise du bénévolat qui est due bien sûr à divers phénomènes de société, à diverses modifications comportementales, mais aussi et surtout à cause de notre non considération fraternelle les uns envers les autres, de notre précipitation dans l'action et de l'oubli d'une de nos dimensions communes, à savoir l'amitié.

Alain Le Sieur

La lutte contre les causes

Pour avancer dans la réalisation de ses objectifs, notre Mouvement a besoin de ses deux pieds comme leviers.

► Le levier de la solidarité envers les buveurs pour les aider à aller vers la guérison. C'est la main tendue vers l'autre, la chaleureuse empathie de celui qui a l'expertise de sa peau, de celui qui a cumulé les risques dans un long baiser avec la mort.
L'autre levier, c'est la lutte contre les causes et l'interpellation des différents acteurs potentiels : corps médical, corps enseignant, mais aussi les institutionnels et les responsables politiques.

Nous savons que rien ne pourra se faire durablement pour éradiquer ce fléau qui consomme 45000 morts par an si n'est pas ancrée, au sein de notre société, une véritable politique de prévention et d'information.

Soyons réalistes : ce n'est pas nous qui mettrons en place un plan national de lutte contre l'alcoolisme et ses causes. Mais nous avons le devoir, en tant que rescapés de cette hécatombe nationale, de refuser de nous taire, de briser le mur du silence et de servir d'aiguillon auprès des acteurs qui devraient s'emparer de cette cause.
Nous savons qu'il leur faudra un peu de courage pour affronter les alcooliers et leurs lobbys, pour faire entendre raison aux centaines de milliers d'électeurs qui travaillent, de près ou de loin, dans la sphère alcool. Mais c'est un passage obligé : notre société doit tourner le dos à une profession qui tire 70% de ses bénéfices de 15% de ses consommateurs. Un alcoolier profite de la dépendance du malade alcoolique. Disons-le clairement ! Avec les dépendants alcooliques, l'alcoolier possède un marché captif. Il lui suffit de le renouveler régulièrement pour cause de disparition progressive par mort. Pour assurer ce renouvellement, il adapte ses campagnes promotionnelles et publicitaires à son marché : campagne dans les écoles, adaptation des produits aux jeunes et à leurs pratiques sociétales de consommation, valorisation du « bien boire », etc. Pour faire bonne mesure, un peu de campagne de vigilance contre l'abus d'alcool permet de se disculper.

Il est de notre devoir de dénoncer cette situation où les dealers ont pignon sur rue, se pavanent dans les salons ministériels, arrosent les députés (environ 200 députés font partie de l'un ou l'autre groupe de promotion de l'alcool) pour influencer à leur avantage les textes de loi. Il est de notre devoir de refuser la mascarade qui propulse les mêmes alcooliers dans l'élaboration et la réalisation de campagnes de prévention. Quand a-t-on vu un dealer convaincre un consommateur dépendant de la nocivité des produits qu'il lui vend et dont il tire bénéfice. Il nous faut nous allier aux médecins et aux enseignants pour dénoncer ces pratiques et arrêter de marcher sur la tête.

Nous ne sommes pas des va-t-en guerre ou des ayatollahs d'un intégrisme aqueux, nous aussi nous aimons la convivialité et la fête. Mais nous savons dans nos chairs de rescapés que la société marchande dans laquelle nous vivons n'a pas d'oreille pour la souffrance qu'elle génère si le profit est au bout du verre comme la balle est au bout du fusil.

C'est donc à nous de sensibiliser les acteurs et d'informer le grand public. Pour cela, nous devons être actifs auprès des médias qui sont d'importants relais d'opinion pour alerter sur les mécanismes de dépendance. Par ricochet, ces actions peuvent influencer les décideurs politiques. N'oublions pas que les 10% de personnes qui sont directement ou indirectement concernées par l'alcoolisme, et donc la lutte contre les causes, sont aussi… des électeurs. Il faut faire prendre conscience que, même si ces 10% ne sont pas organisés comme le sont les alcooliers, cela fait tout de même beaucoup de monde qui pourrait se souvenir, un jour d'élections, d'une carence de mesures de prévention. Carence qui frise la responsabilité, voire la culpabilité par laisser-faire et politique de l'autruche face à une situation que ne peuvent pas ignorer les pouvoirs publics.
Aucun gouvernement, quelle qu'en soit la couleur, n'a jusqu'à présent établit un plan de lutte contre l'alcoolisme. Face à ce manque de courage, c'est à nous de relever le défi et de provoquer une réaction.

Nous devons aussi développer des partenariats avec des spécialistes ou des organismes en contact direct avec les jeunes qui sont une des cibles favorites. Nous devons les sensibiliser, sans être donneurs de leçon et en toute modestie. A nous d'apprendre à faire passer, par nous ou par d'autres personnes spécialisées dans les contacts avec les jeunes, des messages avec leurs mots, à partir de leur expérience et de leur réseau.

Le monde des médias est pour notre cause une caisse de résonance primordiale. Il est important que nous systématisions notre communication vers l'extérieur, peut-être en créant une commission ad hoc chargée de développer et entretenir un >>>

>>> tissu relationnel avec un milieu qui s'intéresse de plus en plus à l'alcoolisme. De nombreux médias sont spécialisés dans le domaine de la santé en général et sont intéressés par notre regard qui élargit un contexte souvent strictement limité à l'appréciation médicale, nécessaire mais insuffisante. A nous de savoir-faire connaître et reconnaître notre expertise par l'expérience et de compléter la connaissance de la maladie alcoolique. Nous ne devons pas oublier que, bien que les victimes soient nombreuses, il est possible d'en sortir. Nous en sommes tous les témoins vivants. A nous d'en être, sur l'extérieur, la vitrine et les acteurs comme nous le sommes au sein de nos groupes de paroles.

Nous ne pouvons plus nous contenter de réparer les dégâts en sauvant de-ci de-là des malades. Tout en poursuivant ce travail nécessaire d'entraide, il nous faut passer une vitesse supérieure et nous attaquer directement aux causes.

Dans l'inaction et le silence assourdissant de maigres mesurettes alors que l'alcoolisme des jeunes prend un nouvel essor tandis que des pans entiers de la loi Evin disparaissent, dans un contexte où les groupes de pression des producteurs et des distributeurs d'alcool systématisent et coordonnent leurs actions, notre Mouvement a le devoir de relever le défi et d'affirmer qu'une véritable démocratie doit défendre tous ses citoyens de l'esclavage mortel de la dépendance alcoolique.

Alain Callès

Etre abstinent(e)s volontaires à Vie Libre

(extrait de « La soif de mieux vivre » P 98)

► *« Tous les « membres actifs » de VIE LIBRE sont des abstinent(e)s volontaires car tou(te)s ont choisi de ne plus consommer de boisson alcoolisée. L'abstinence d'alcool ne s'impose pas… elle est toujours un choix personnel.*

Néanmoins, dans notre Mouvement, nous distinguons :

- *les buveurs et buveuses guéris pour lesquels l'abstinence d'alcool est devenue un choix indispensable, l'unique « bon choix », absolument nécessaire pour retrouver, et garder, la santé et du bonheur ;*
- *les abstinents volontaires : ils choisissent l'abstinence par amitié, par solidarité envers les buveuses et buveurs guéris, et pour faire respecter partout les personnes qui ne consomment pas d'alcool. Ils sont des militant(e)s à part entière dans toutes les activités et à tous les échelons du Mouvement. Ils ont pour mission, eux aussi, de favoriser la guérison et la promotion des malades de l'alcool et leur familles et de collaborer aux combats pour la prévention. »*

Dans notre Mouvement, il y a eu, bien sûr, beaucoup d'abstinent(e)s volontaires.
En majorité, il y a toujours eu, et il y a encore heureusement, les conjointes et les conjoints, les parents et même parfois des jeunes qui, la plupart du temps, par amour, ont choisi cette abstinence afin de mieux aider la personne qui vit à leur côté à faire face aux tentations et donc à conforter leur guérison.

Et puis, il y a celles et ceux qui sont arrivés par hasard ou pour une raison inconsciente. Ils ont poussé la porte pour ne plus ressortir, touché(e)s par tant de détresse et surtout par la perception de toute la richesse que peut apporter le fait d'être pour quelque chose dans la reconstruction d'un être.
Je l'ai souvent dit, mais ce que l'on reçoit alors est inégalable.
Trois abstinents volontaires, figures modèles de notre Mouvement, me viennent personnellement à l'esprit :
André-Marie TALVAS, bien sûr, fondateur de Vie Libre et fervent actif, disparu en 1992.
Pierre BOIDIN, prêtre, abstinent volontaire depuis 1957, toujours actif à la Section de BOULOGNE. Il est également co-auteur du livre LA SOIF DE MIEUX VIVRE avec Daniel Dabit.
Enfin, je vous parlerai d'une femme, abstinente volontaire, dont le nom revient très souvent sur les documents officiels de Vie Libre (récépissé de déclaration d'association en 1953) la charte etc... On n'en parle jamais et cela m'a intriguée. Elle s'appelait **Marie Louise COUTELETTE** et je tenais à lui rendre ce petit hommage.

André TALVAS la citant souvent comme étant à l'origine du Mouvement avec celle qui était devenue son amie inséparable, **Germaine CAMPION,** j'ai alors mené une petite enquête personnelle ne capitulant pas souvent devant des interrogations.
Pierre BOIDIN m'a donné un « coup de main » en téléphonant à un de nos anciens , Christian BESNARD, et m'a transmis ces renseignements : C'était une chrétienne engagée qui connaissait bien André TALVAS et Germaine CAMPION avant même la création de VIE LIBRE.

Elle s'est fortement impliquée lors de la création et durant les premières années du Mouvement.
Première Secrétaire générale du Mouvement pendant 2 ans, elle s'est mariée avec un buveur guéri. Ils nous ont malheureusement quittés pour un autre monde.

Pour terminer, je dirai : Qu'importe le vécu de chaque militant, le principal n'est-il pas de participer ? Les trois personnages que j'ai choisis prouvent qu'ils ont eu, en leur temps, ou ont encore un rôle important dans VIE LIBRE et qu'il suffit, chacun(e) à sa manière, d'apporter une pierre à l'édifice du Mouvement.

Christiane Cambot

Calendrier 2009
Rencontres Nationales
à marly le roi

- **Réunion Conseil d'Administration** du 31 Janvier au 1er Février 2009
- **Réunion Conseil d'Administration, Comité National, + Commissions** du 27 au 29 Mars 2009
- **Réunion Conseil d'Administration, Comité National, Régions + Commissions** du 19 au 21 Juin 2009
- **Réunion Conseil d'Administration du** 09 au 11 Octobre 2009
- **Réunion Conseil d'Administration, Comité National et l'Assemblée Générale** à l'INJEP de Marly le Roi du 26 au 29 Novembre 2009
- **Réunion Conseil d'Administration** du 19 au 20 Décembre 2009

STAGES NATIONAUX 2009

Dates	Lieux	Types	Nombre de participants
Du 16 au 21 Mars	MARLY LE ROI	1er Degré	20
Du 30 Mars au 4 Avril	MARLY LE ROI	Femmes	20
Du 07 au 10 Avril	MARLY LE ROI	Trésoriers	20
Du 21 au 24 Mai	MARLY LE ROI	Prison	30
Du 08 au 13 Juin	MACON	1er Degré	20
Du 13 au 18 Juillet	MARLY LE ROI	2ème Degré	20
Du 7 au 12 Septembre	MARLY LE ROI	Formateurs	15
Du 21 au 26 Septembre	MARLY LE ROI	1er degré	20
Du 19 au 24 Octobre	MARLY LE ROI	Responsables	20

Stage 1er degré Point de vue de deux stagiaires de Marly le Roi du 22 au 25 Juillet 2008

LE BESOIN D'ALLER PLUS LOIN...

► Ma motivation pour effectuer ce stage a été tout d'abord une réflexion personnelle sur le parcours que j'avais déjà accompli avec la maladie, ce qui m'a amené à rencontrer le Mouvement Vie Libre.
Voilà déjà deux ans que je suis buveur guéri, grâce au soutien que m'ont apporté les militants du Mouvement et l'envie qu'ils m'ont donnée de poursuivre en participant à mon tour pleinement à notre vie associative.

Je suis maintenant Secrétaire de la Section de Compiègne et Délégué au Département depuis maintenant un an et, cela, je le dois à moi-même et aux personnes qui m'ont soutenu lors de ce parcours. Je les remercie d'ailleurs encore pour la confiance qu'ils m'ont accordée car tout ce que j'accompli me plaît.

C'est pour le besoin d'aller plus loin dans la compréhension du Mouvement et de perfectionner mes connaissances que j'ai décidé de m'inscrire à ce stage. **Parfaire le peu que je connaissais déjà pour apprendre à mieux militer : contact avec les malades, rester humble, avoir la maîtrise de soi, savoir entourer le malade et sa famille, écouter et comprendre la souffrance de l'autre.**

Il y a eu aussi, lors de ce stage, la rencontre avec d'autres personnes du Mouvement qui venaient d'autres Régions et qui partageaient le même désir que moi : écouter, apprendre et, bien sûr, retransmettre tous nos acquis, chacune et chacun à notre manière.
Nous ne pouvons pas faire du « copier coller » car chacun(e) a sa façon de travailler suivant le rythme qui lui convient, tout en respectant notre Charte.
J'ai appris énormément en côtoyant ces militants sincères, amicaux et j'ai constaté le dévouement total qui les anime envers notre Mouvement. Je suis fier de les avoir rencontrés et j'ai encore plus la soif d'avancer.

Mon désir est de continuer le plus longtemps possible afin d'amener, avec la ferveur qui m'habite, ma pierre à l'édifice du Mouvement pour que VIE LIBRE continue d'exister.

Pharid Terrouche

CE QUI M'A MOTIVÉ POUR EFFECTUER CE STAGE C'EST TOUT D'ABORD :

► M'investir dans le Mouvement Vie Libre car celui-ci ma apporté beaucoup de choses positives depuis 8 ans.
• M'impliquer auprès du malade et lui redonner goût à la vie sans alcool.

Suite à ma récente rechute, je voulais prouver à ma compagne que je pouvais aller plus loin dans mes idées.
J'ai aussi l'envie de poursuivre mes actions au sein de l'association afin de faire un pied de nez à la société qui ne m'a pas fait de cadeaux.
J'espère avancer et prendre un poste à Vie Libre.

Cependant, je voudrais aller plus loin dans mes projets, avoir une meilleure maitrise de moi-même, trouver le contact avec le malade, savoir l'écouter et le guider dans ses démarches.

Lors du stage, j'ai trouvé l'amitié auprès des autres militants de différentes régions.
Ils m'ont écouté et ils m'ont donné l'envie d'avancer.

Le but de Vie libre est de donner le désir de vivre sans elle : «LA MALADIE».

Stéphane Maingard

Stage 1er degré
Marly le Roi – juillet 2008

Nous pensons véritablement, René et moi-même que nos amis Pharid et Stéphane ont trouvé les mots qui nous dynamisent tous.

Tout d'abord, bienvenue au « club » Agir-formation !

► C'est bien que vous soyez là, sincèrement. Vous êtes les témoins et la preuve que tous ensemble, nous formons une fameuse équipe !

Ce stage, alors, comment s'est-il déroulé ?

« Rappelez-vous mes amis Pharid et Stéphane, toutes et tous les ami(e)s qui étaient avec nous à ce stage, combien vous aviez de points au départ ? »

« oui, 200 ! »
« et le vendredi combien en aviez vous ? »
« hein, oui, bravo, forfait explosé !!! »

En parlant avec René – oui, le Président – nous pensons que cette semaine – oui, petite – passée ensemble, s'est déroulée dans une franche et amicale complicité, avec votre volonté de faire, de refaire. Croyez-nous, on en a pris plein les « mirettes » et **je pense très franchement que vous nous en avez donné bien plus que le peu que l'on vous a transmis...**

Toute cette richesse que vous avez enfouie au plus profond de vous mêmes, commence à ressortir et c'est tant mieux, c'est bien pour vous, c'est bien pour nous, c'est tant mieux pour tout le monde.
N'oubliez pas de préparer, de faire, de refaire, d'oser... **Ne vous occupez pas du qu'en dira-t-on ! Les « critiqueurs » et « juges » sont celles et ceux qui croient bien faire et/ou celles et ceux qui ne font rien.**

Agissez, mais n'oubliez pas de réfléchir à ce que vous avez vu.
Entraînez-vous toujours et encore comme les acteurs de théâtre – vous vous rappelez ?
Devant la glace ! Evidemment vous pouvez le faire sans ou avec le crayon entre les dents !

Attention n'oubliez pas de respirer – par la bouche et non par le nez !

Portez-vous bien toutes et tous. Faites attention à vous, à vos proches. N'ayez pas peur de venir nous remplacer René et moi.

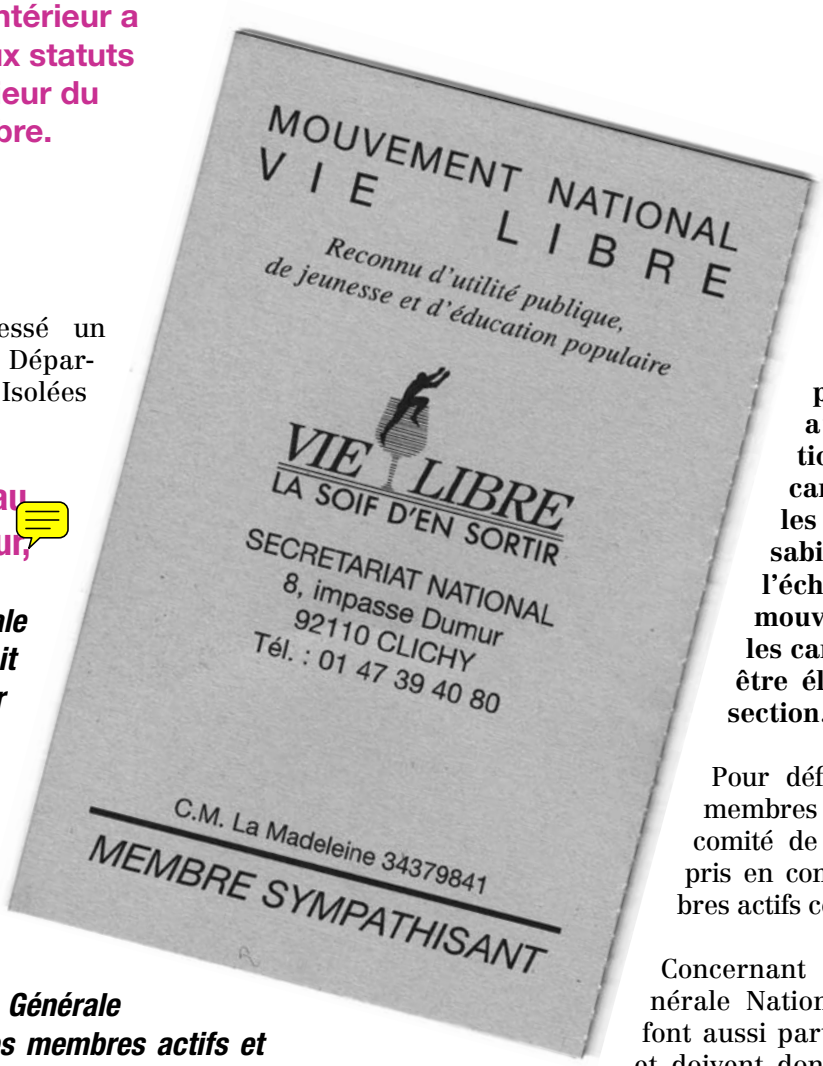
Bises amicales aux « filles »;
Poignée de main amicale aux « garçons »
Surtout, à bientôt le plaisir d'être ensemble.

« Hein ? »
« Oui, bises amicales à toutes et à tous ! »
Pourquoi ne ferait-on pas de bises aux garçons ? Tout de même !!!

Alain Le Sieur, René Delahaye

Les cartes vertes deviennent électeurs

Le Ministère de l'Intérieur a validé les nouveaux statuts et règlement intérieur du Mouvement Vie Libre.



► Nous avons adressé un courrier aux Comités Départementaux et Sections Isolées pour les en informer.

Que dit le nouveau règlement intérieur ?

« L'Assemblée Générale de la section se réunit une fois par an pour procéder à l'élection des postes à renouveler en comité de section et vote le rapport d'activité et le rapport financier.
Lors de l'Assemblée Générale de la section, tous les membres actifs et sympathisants, ayant 16 ans révolus, à jour de leurs cotisations, élisent les membres du comité de section.
Seuls les membres actifs ayant 18 ans et à jour de leurs cotisations peuvent être candidats au comité de section ».

Quelle implication ?

Lors des Assemblées Générales, le nombre de votants sera égal au total des cartes roses et vertes.

Cette nouvelle disposition n'entraîne aucune modification concernant les candidatures à tous les postes à responsabilités, quel que soit l'échelon au sein du mouvement, car seules les cartes roses peuvent être élues au comité de section.

Pour définir le nombre de membres qui composera le comité de section, ne seront pris en compte que les membres actifs comme par le passé.

Concernant l'Assemblée Générale Nationale prochaine, ils font aussi partie des « votants » et doivent donc, eux aussi, donner un pouvoir à leurs délégués à l'Assemblée Générale Nationale.

Bien évidemment, d'autres modifications ne portant pas sur les cartes vertes ont été apportées à ces textes mais nous ne les développerons pas dans cet article.

Un exemplaire de chaque règlement et chaque statut seront remis avec les listings lors de la 55ème Assemblée Générale prochaine.

René Delahaye

Révision de fin d'année

Sortons un peu de la psycho-pratique pour nous pencher quelque peu sur notre relation d'aide !

Comment puis-je aider dans les relations et ce, positivement, un malade, un militant, un proche, une personne en général ?

Je dois, tu dois, il ou elle doit, nous devons, vous devez, ils ou elles doivent :

- ***être patient, prendre du temps,***
- ***favoriser la chaleur humaine,***
- ***respecter l'autre, les autres,***
- ***compatir (cela ne fait pas de mal!),***
- ***être honnête, empathique,***
- ***être disponible, connaître les limites,***
- ***comprendre, être souple dans l'authenticité,***
- ***écouter activement.***

Comment puis-je ne pas aider dans les relations, et ce, négativement, un malade, un militant, un proche, une personne en général ?

Je dois, tu dois, il ou elle doit, nous devons, vous devez, ils ou elles doivent :

- ***être impatient, vouloir en finir avant d'avoir commencé,***
- ***favoriser la froideur humaine,***
- ***ne pas respecter l'autre, les autres.***

A vous ?:

- . . . . . .
- . . . . . .
- . . . . . .
- . . . . . .
- . . . . . .

Carl Rogers, psycho-humaniste américain (1902 - 1987), dans son approche centrée sur la personne, met l'accent sur la qualité de la relation et parle :

- d'authenticité ou congruence,
- d'empathie ou verbalisation,
- de chaleur ou considération positive – non jugement.

Empathie : Mécanisme psychologique par lequel un individu peut comprendre les sentiments et les émotions d'une autre personne sans les ressentir lui-même.

Exemples de phrases empathiques :

- vous avez le sentiment de ne pas pouvoir faire...
- vous éprouvez une frustration par rapport à...
- vous ressentez un malaise, de la rancune au sujet de...

La relation d'aide s'articule autour de quelques données que sont :

- L'authenticité dans la relation que l'on appelle aussi congruence
- La verbalisation, c'est à dire mettre des mots sur la souffrance (empathie)

Pour conclure : si l'on souhaite ouvrir une porte, notre relation d'aide doit se passer dans l'**assertivité ; c'est à dire dans la relation avec «l'autre» ; je l'écoute et je le respecte, même si je ne suis pas d'accord avec lui.**

Autrement dit : **Le véritable sens du message que l'on envoie est la réponse que l'on reçoit.**

En découle le respect des autres, donc le respect de soi-même.

Alain Le Sieur

CALENDRIER BANCAIRE
Réf : 707911

CALENDRIER PHOTOS
Réf : 707912

AGENDA 2009
réf : 77811

REPERTOIRE TELEPHONIQUE
Réf : 707812

CARTE DE VOEUX
Réf : 70791