



## Réunion du 20 octobre 2023

### Thème : « Qu'est-ce -que l'association a changé pour nous ? »

- C'est le plus souvent pendant la cure que la plupart des malades découvrent l'existence des associations . Encore fragiles au sortir des soins, ils recherchent de l'aide auprès d'anciens malades de l'alcool parce qu'ils ont eu les mêmes problèmes .

Le principe général de cette entraide est que ceux qui ont connu cette situation sont particulièrement à même de comprendre et d'aider une personne qui rencontre les mêmes difficultés .

- « *L'avantage d'être à « Espoir-Amitié » c'est autant pour le malade que pour l'entourage de trouver l'aide et le réconfort qu'ils peuvent espérer ».*

Il n'est pas facile de venir pour la première fois à l'association, la proximité et la présence régulière aux réunions rendent le chemin plus facile vers l'abstinence et stimule dans notre combat . « *Au début, je me forçais à venir, maintenant je viens avec plaisir et ça me conforte pour continuer vers l'abstinence » .*

« *Je me suis demandé si j'allais trouver ma place, mais cela s'est fait naturellement . Je pense que ces réunions sont nécessaires pour rester éloigné de l'alcool . Cela fait du bien de parler . Etre assidu aux permanences, c'est vital pour le malade » .*

« *J'attends avec impatience le vendredi pour venir aux permanences . Là, je peux parler sans être jugé. J'y ai trouvé des amis qui me soutiennent et que je soutiens aussi » .*

« *Dans les moments difficiles, l'association m'a été d'une aide essentielle, sinon j'aurais sûrement replongé et je serais sans doute mort aujourd'hui».*

« *Dans notre entourage, nous avons peur d'être jugé et de ce fait nous ne voulons pas nous confier »*

« *Quand on est en réunion ,on est sûr que ce l'on dit reste ici et n'est pas divulgué, ni commenté ailleurs . Pouvoir parler de son passé sans être jugé est important » .*

« *Dans l'association, on ne porte pas de jugements . l'anonymat est le maître mot et les malades ou les accompagnants peuvent s'exprimer sans tabous et cela aide à soulager nos angoisses et nos craintes « Notre but premier est de devenir abstinent et d'aider les autres ».*

« *Les accompagnants comprennent mieux la maladie et de ce fait acceptent mieux leur statut d'aidant . Ils apprennent aussi qu'une rechute n'est pas forcément un échec »*

« *L'association nous a permis de retrouver la liberté, l'estime de soi, la crédibilité . J'ai appris à gérer mes émotions et à retrouver confiance en moi et dans les autres » .*

« *A l'association, on propose une écoute et on essaie d'aider les autres . Il existe des moments difficiles où la semaine est trop longue Des malades lancent un SOS , quelquefois à des heures indues , Didier est la plupart du temps sollicité et répond toujours présent . Merci et bravo Didier pour ce que tu fais !».*

« *Mais il est difficile d'aider quelqu'un qui n'appelle pas à l'aide . On peut se faire aider par un médecin traitant, un addictologue , mais rien ne vaut l'aide apportée par l'association grâce aux réunions , surtout les mensuelles et les liens qui s'y créent . C'est une famille » .*

« *Il ne faut pas oublier nos moments festifs tout au long de l'année . Ils sont très appréciés des participants . Ces moments de convivialité nous aident à sortir de notre isolement et prouvent que l'on peut s'amuser sans alcool et être heureux » .*

MFC