

Réunion du 15 novembre 2024

Thème : « Quelles stratégies mettre en place à la sortie des soins »

Après avoir pris la décision de se soigner et la cure terminée, le malade doit avoir fait un travail sur lui-même et se préparer à affronter l'avenir pour rester abstinent et aller mieux .

« C'est à chaque personne de mettre en place une stratégie, mais il faut préparer sa sortie après les soins ». « Il faut d'abord changer certaines habitudes et certaines fréquentations, le principal c'est de se protéger ». « Je sortais des soins, je n'ai pas su refuser un verre , j'ai replongé ».

« Une bonne stratégie, c'est d'être franc et de dire : je ne bois pas ou je ne bois plus. Certains demanderont pourquoi ? d'autres rien, mais peu importe, c'est le résultat qui compte ». « Le bon choix, c'est de continuer à vivre » .

« Mon médecin m'a fait hospitaliser une semaine et je le vois régulièrement tous les 15 jours .

En effet, « pour rester motivé, il est important de ne pas laisser trop de temps entre les rendez-vous, de garder des contacts avec le corps médical , suivre les conseils , respecter les rendez-vous et suivre son traitement » .

« Je trouve du soutien dans la famille et les amis aussi . Je me raccroche à tout ce qui me rend joyeux, mes enfants, je vois la vie en positif . Avec le temps, j'ai appris à m'affirmer et j'ai retrouvé la confiance ».

Mais, pour retrouver la confiance de la famille et de son entourage, il faut faire ses preuves et cela demande du temps . Le malade les a tellement déçus par le passé ..Il faut rapidement trouver une association où le malade se sentira à l'aise pour parler de son problème d'alcool sans avoir peur d'être jugé . « L'association est autant utile au malade qu'à son entourage » .

« J'ai contacté une personne de l'association . J'ai été bien reçu . J'ai pu m'exprimer et échanger avec le groupe ce qui m'a aidé et maintenant je vais bien » .

« Il ne faut pas oublier qu'en aidant les malades addict, on aide aussi les accompagnants qui en assistant à nos réunions comprennent la maladie et de ce fait sont d'une grande utilité pour les patients » .

« les associations sont reconnues aujourd'hui comme ayant une place à part entière dans le dispositif de prise en charge des addicts et ce dans une approche complémentaire et partenaire avec les professionnels de santé » « A« Espoir-Amitié Hennebont », on se retrouve complètement dans ce processus. On aide dans les situations d'isolement, on peut aussi orienter les patients vers diverses aides médicales , poste-cure ou activités» .

« Nous avons la chance de nous retrouver une fois par semaine et de bénéficier du partage de l'expérience des autres membres aujourd'hui abstinents qui nous aident à mieux comprendre la maladie » . « On apprend aussi à être humble devant la maladie et ses pièges et les amis sont toujours là en cas de mal-être ou d'accidents de parcours » .

« Les représentants d' »Espoir-Amitié -Hennebont » et les « patients-experts » interviennent dans les structures de soins pour orienter et conseiller les patients de la marche à suivre après les soins » . »Il faut avoir un projet, des objectifs et le vouloir »...

Si l'aide médicale indispensable est limitée dans le temps , ce n'est le cas à l'association avec nos réunions hebdomadaires et les diverses activités tout au long de l'année dont l'assiduité est le gage de l'aide la plus efficace ».

Joyeuses fêtes de fin d'année à toutes et à tous ! M.F.C.