

## Réunion du 17 août 2018

### Thème : « Alcool, j'ai un problème ,aidez-moi !

L'alcoolisme est une maladie qui se rencontre dans tous les milieux sociaux et qui concerne l'homme aussi bien que la femme, quel que soit l'âge de la personne .

Avoir un problème avec l'alcool se traduit par une perte de contrôle dans la consommation : on ne veut boire qu'un seul verre, mais au final on en boit cinq et plus...C'est un piège et la dépendance s'installe .

La société pense encore que ceux qui boivent trop ne sont pas des malades, mais simplement des « bons vivants »...On entend souvent : « Je ne bois pas plus qu'un autre »... Nous vivons dans une société qui encourage à boire, qui tolère longtemps les excès . Ce déni de la maladie contribue à retarder la prise en charge . Elle intervient souvent lorsque la situation n'est plus tenable ni pour le malade, ni pour l'entourage .

*« Depuis un an ,je savais que j'avais un problème, mais j'ai attendu pour aller me soigner» .*

*« Je me suis rendu compte de ma maladie quand aux « urgences » on m'a fait savoir que j'allais finir entre 4 planches si je ne me soignais pas et là j'ai eu le déclic » .*

*« Il faut du temps pour réaliser que l'on est alcoolique et accepter d'être hospitalisé en alcoologie pour des soins . J'avais honte » .*

*« J'ai fait un a.v.c .qui est passé inaperçu ,j'étais dans le déni, j'ai eu très peur et maintenant j'ai un traitement à vie »*

Peu informés sur la maladie alcoolique, les parents ou l'entourage ne sont pas les mieux placés pour faire arrêter l'alcool . Excédés par des comportements agressifs, voir violents et malgré leur bonne volonté, ils font ce qu'ils peuvent, mais souvent de façon maladroite et menaçante .

*« C'est ma femme (ou mon mari) qui m'a fait comprendre que j'avais un problème d'alcool »...*

*« Quand on a constaté mon alcoolisme ,on m'a prévenu qu'on allait m'enlever mes enfants . Ca été le déclic ,je suis allé me soigner pour eux .« Pourtant le personnel hospitalier nous dit : C'est vous d'abord ,pensez à vous ,les autres après » .*

*« On pense s'en sortir tout seul, il suffit d'arrêter de boire ,mais les problèmes d'alcool sont difficiles à gérer . Je l'ai compris quand mon patron m'a dit : « tu arrêtes de boire ou je te vire de ton boulot . Là j'ai compris » .*

*« Il a fallu que j'aie des menaces du patron et de ma famille pour prendre la décision d'arrêter l'alcool »*

*« Il arrive un moment où on est complètement déconnecté ,on se replie sur soi et ses problèmes »*

*« On a tous le même parcours:un choc traumatique qu'on cherche à régler, on se coupe de la famille ,des amis et on se retrouve tout seul »*

*« L'alcool enlève toute compassion et enlève les émotions » .*

Pour décrocher ,il est indispensable de ne plus être dans le déni pour demander de l'aide .

*« Quand le malade prend l'initiative lui-même de se soigner et cherche de l'aide auprès d'une association c'est beaucoup » .*

En faisant appel à une association , la personne réalise qu'elle a un problème d'alcool et qu'elle a la volonté de s'en sortir .Elle recherche un soutien et une écoute . C'est un pas difficile à franchir ,mais déjà une victoire sur soi-même et un réconfort .La lutte contre l'alcool est un combat de tous les jours, « mais voir des personnes abstinentes et heureuses depuis plusieurs années à l'association redonne espoir » .« Ils ont réussi,je peux le faire aussi »

Le malade trouvera de la compréhension ,retrouvera confiance en lui ,la santé et la joie d'une nouvelle vie remplie d'espoir et d'amitié.

