

Réunion du 21 février 2020

Thème : « Plusieurs fois en soin ,mais la dernière sera la bonne ».

Pourquoi ?

Répondre le plus simplement possible serais de dire qu'il y a quelque chose qui n'a pas été compris lors de la première cure ou bien oublié ...Mais quoi ?

Oublier que le premier verre est quelque chose de fatal ?

Oublier que la dépendance à l'alcool dans notre corps est impossible à effacer ?

Oublier le mal que peut faire ce diable en bouteille ? »

Parfois, une cure ne suffit pas ,il en faut plus pour y arriver ? »

« *le jour où j'ai accepté de me soigner en faisant une cure, je pensais qu'à la sortie j'aurai été libéré de ce produit, mais ça n'a pas été le cas* »...

Chacun réagit de façon différente à la cure . Certains s'en sortent à la 1ère, d'autres ont besoin de 5 pour enfin sortir la tête de l'eau ».

J'ai été jusqu'au 7ème soin, il y avait des hauts et des bas, mais finalement j'ai pris le dessus et j'ai réussi à m'en sortir . Il ne faut pas se sous-estimer, se dire je n'y arriverai pas ,c'est faux »

« *J'ai fait une première cure qui n'a pas fonctionné et après j'ai pris la décision plus sérieuse de refaire une autre cure qui, cette fois me convient totalement* ».

« *Lorsque l'on met toutes les chances de son côté, tout le monde peut y arriver, il faut simplement admettre sa maladie* ».« *Le plus important,c'est la volonté* ».

« *J'ai fait une post-cure et j'ai été bien pendant 2 ans .Suite à des problèmes familiaux ,j'ai rechuté* ».

Des rechutes oui ... Ce sont les aléas de la vie qui nous y amènent souvent comme ils nous ont amenés à débiter notre consommation .La solitude, un accident, un échec, une fête, un mariage, une sortie .. ,autant d'occasions de rechutes, mais il ne faut jamais oublier que l'on devient malade de l'alcool et qu'on le reste .Et puis, il y a le piège de l'omniprésence de l'alcool dans notre société. Il y a partout des affiches et publicités pour l'alcool qui vantent même« avec modération », le « goût du terroir » « bien français » , « l'excellence du savoir- faire »etc...

« *Ne pas se laisser tenter inutilement en allant voir les rayons d'alcool au supermarché* »

« *Après plusieurs années d'abstinence, on peut gérer plus facilement la vue de l'alcool qu'une personne qui vient tout juste de sortir de cure et qui est encore fragile* ».

« *Il faut avoir le « déclic » . Il vient souvent après plusieurs rechutes qui vont « crescendo » jusqu'à la peur de tout perdre* ». L'alcool est une drogue destructrice :

« *Je suis parti en soin, sinon je perdais tout: ma femme ,ma famille, mon travail ,ma maison etc... alors, j'ai décidé de me faire soigner à ce moment-là* »...

Mais les rechutes ne sont pas forcément des échecs .

« *La cure permet de se remettre en question ,de se faire soigner et d'avancer* ».

« *Une journée sans boire ,c'est une victoire* ».

« *le temps que l'on utilisait à boire doit être utilisé maintenant à des activités qui nous plaisent et que nous avons mis de côté* » « *Je ne bois plus ,je n'ai plus d'alcool à la maison et je ne propose donc aucun alcool à mes invités de peur d'être tenté* »... « *J'ai dû faire le tri dans mes relations* » « *Ce qui compte ,c'est le vouloir* ».

« *Arrêter, cela peut être très dur, une souffrance brutale, mais une fois sevré, c'est vraiment bénéfique et je ne connais personne qui sorti de cet enfer veut y retourner* » .On vit très bien sans alcool.

« *Au sortir de la cure,il est important de rejoindre une association comme « Espoir-Amitié » pour avoir un soutien réel au quotidien et se faire de nouveaux amis pour retrouver une vie normale et une abstinence heureuse* » .

