Réunion du 21 février 2025

Thème : « Comment se faire aider par l'association dans les périodes fragiles ou de manque ? »

L'association propose un accueil, une écoute sans jugement, la confidentialité et le soutien psychologique des groupes de paroles. La personne addictive prend conscience qu'elle n'est pas la seule à souffrir de l'addiction et qu'en cela elle est semblable aux autres membres du groupe. Elle prend appui sur l'expérience de ceux qui ont connu les difficultés de l'abstinence et la souffrance des rechutes. Progressivement, elle se réapproprie son histoire et rétablit la communication avec le groupe d'abord et avec ses proches ensuite.

« On a la possibilité d'appeler à tout moment le numéro indiqué sur les affiches, les flyers ou les journaux. On peut aussi appeler la personne de son choix rencontrée à l'association. On peut demander une visite à domicile ou un entretien particulier lors des réunions, mais il est important que la personne en difficulté n'attende pas et qu'elle appelle tout de suite ».

« Un conseil : c'est de se préparer et en cas de « craving » appeler impérativement.

« La situation de « craving » ne s'explique pas. Quand et pourquoi ? D'où l'importance d'une préparation à réagir immédiatement ».

« Depuis que je viens à l'association, j'ai retrouvé l'espoir que j'avais perdu, un outil d'aide que je n'avais pas encore essayé ».

« Souvent, quand on reçoit un appel c'est quand le patient a rechuté et dans cette situation il faut être très patient et trouver les mots, les solutions pour le rassurer car il est souvent en situation d'anxiété voire de détresse ».

« L'entourage qui a beaucoup souffert, est souvent démuni face à la maladie, se culpabilise et ne sait pas vers qui se rapprocher. Qu'est ce que je n'ai pas fait ou qu'est-ce que je n'ai pas compris ? L'association permet de créer des liens, de comprendre ce qu'est la maladie, de bénéficier de l'expérience des autres aidants et surtout de ne pas rester seul ».

« J'ai essayé la consommation raisonnée, mais ça n'a pas marché, l'association m'a bien aidé, c'est vraiment une sécurité. On peut échanger avec les autres patients et avec les personnes de l'entourage qui sont des aidants »

« Pour aider une personne en situation critique, il ne faut pas la brusquer, mais essayer de lui poser les bonnes questions et surtout ne pas lui faire la morale »

« les risques de rechute interviennent souvent avec les problèmes de la vie et dans ces moments-là, il ne faut pas se renfermer et ne pas hésiter à demander de l'aide ».

« Venir régulièrement aux réunions de l'association et se réunir par petits groupes fait que l'on trouve de la compassion utile à la réussite ».

« Chaque semaine, j'attends le vendredi pour la réunion de l'association. Retrouver les amis, c'est ça qui me permet de rester dans mes objectifs d'abstinence ».

« Dans notre association, ceux qui s'en sortent le mieux, ce sont les personnes qui sont fidèles aux réunions régulièrement. Ce n'est pas je viens une fois, deux fois et je suis sauvé, car ce sont ces personnes -la qui demandent ensuite de l'aide ».

« Mais au final, il n'y a pas de « solutions miracles ». la réussite est dans les mains du patient. Qu'il prenne conscience de trouver la volonté de régler son problème et que dans notre association il trouve toujours quelqu'un pour l'aider ».

M.F.C.