



Le Libérateur

Sans alcool... avec plaisir

N° 10 ÉTÉ 2018

La Croix Bleue association de prévention et d'aide aux personnes en difficulté avec l'alcool et autres addictions associées.



189 Rue Belliard - 75018 PARIS - Tél. : 01 42 28 37 37
www.croixbleue.fr / cbleuesiege@gmail.com
liberateur@gmail.com



EDITO

Témoignages :

Véronique, Réginald
et Monique

...Page 2

...Page 3

...Page 4

...Page 5

...Page 6

...Page 7

Addictologie/ Partenariat:

L'ANPAA « terrasse le jaune » ...Page 8

...Page 9

L'INSERM

« la recherche en alcoologie » ...Page 11

...Page 10

Nous avons lu...

- Les 3 alliées de la guérison
intérieure ...Page 12

...Page 12

- Un été sans alcool

...Page 13

Association :

Dates, camping,
Engagement,
Assemblée Générale 2018

...Page 14

...Page 15

CONGRES NATIONAL

Organisation, photos, etc...

...Page 16

...Page 17

...Page 18

...Page 19

...Page 20

...Page 21

...Page 22

...Page 23

Libre expression

...Page 24



L'été, cette année, se montre tout doucement... C'est ainsi que la décision de rompre avec un produit prend forme dans notre cerveau.

Tout doucement... Laisser le temps au temps !

Pour pouvoir prendre une décision, nous avons besoin de recul parfois, puis nous avançons pour pouvoir s'affirmer et affirmer nos choix. « Nous redevenons un homme ou une femme debout ! » Nous retrouvons une dignité légitime. D'ailleurs, vous allez découvrir des témoignages profonds de vérités et de souffrances vécues!

Quel bonheur lorsque la paix arrive dans nos foyers par le biais d'un rire d'enfant, des fêtes sereines, des joies saines... Parmi ces joies, retenons le congrès des 12 et 13 mai 2018 qui vient de se dérouler dans notre belle Provence à CHATEAURENARD. Certains ont pu en profiter pour découvrir et visiter la région. Le temps, lui, n'a pas été tout à fait au rendez-vous, mais ce sont 300 personnes qui étaient mobilisées pour fêter ce moment précis. Congrès ouvert par notre présidente Guilaine MIRANDA qui œuvre de son mieux pour la bonne marche de notre association. Nous avons fait la farandole avec nos amis de « la Férigouleto » et nous avons même chanté « la coupo santo » le chant provençal par excellence ! Des tables rondes étaient organisées, le CSAPA de TARASCON avec nos partenaires, le professeur Bertrand NALPAS nous a expliqué la recherche en alcoologie...

Il y a eu des « couacs » comme dans tous les congrès ! mais nous avons mis tout notre cœur pour faire de cet instant un moment privilégié pour rassembler et partager le plaisir de se retrouver. Le dynamisme, la générosité et la solidarité du Groupe SUD-EST étaient omniprésents. Je crois que c'est l'essentiel de ce qu'il faut retenir : pourquoi nous sommes arrivés à la CROIX BLEUE et pourquoi nous y restons ? Nous n'avons pas été jugés, l'amitié nous a réchauffé le cœur et c'est cette ardente solidarité qui nous a sauvés et qui continuera de sauver d'autres personnes en souffrance. **L'objectif « 1000 »** y a été représenté par nos amis Ludovic et Henry. Ce projet qui, nous le savons, va augmenter les effectifs pour inverser la courbe. **Le thème du congrès « j'ai décidé de vivre », pour cela: « Venez à la Croix bleue française, vous y trouverez des amis... »** c'est une chanson qui résonne dans nos cœurs et qui j'espère continuera encore plus de 140 ans ...

Chantal GINOUX





ESPOIR «

VERONIQUE

Si à cet instant, au moment où vous me lisez, vous n'avez plus d'espoir, vous vous trompez.

Tout le monde peut se sortir de l'addiction avec l'aide nécessaire de professionnels de santé (alcoologue, psychologue, psychiatre) et mouvements d'entraide (groupe de parole).

Moi j'ai trouvé mon association : je vais à la **CROIX BLEUE d'Aulnay Sous-Bois.**

Je veux vous aider maintenant en passant un message à travers ce texte.

Mes amis de la Croix Bleue m'ont aidée. Oui j'ai bien dit « amis » car ce sont eux qui peuvent nous aider sans préjugé.

Ils informent, ils conseillent. Ils écoutent, ils dirigent...

Car ils savent et connaissent les dangers de ce produit destructeur pour nous mais aussi pour notre famille.

Être malade alcoolique est bel et bien une maladie et non un vice, comme certains le disent.

Prenez tout ce qui peut vous être proposé pour vous en sortir et vous verrez que vous allez y arriver.

Si jamais une autre maladie apparaît comme le cancer ou autre, battez-vous, faites face à

ce cancer.

Soyez plus fort que lui

Combattez-le.

Si la vie ne vous sourit pas,

Souriez à la vie. Et aimez-la.

Dans l'abstinence vous serez tranquille, serein, sans colère, sans haine. Pour que toutes vos décisions, toutes vos émotions, toutes vos paroles vous donnent la force de vivre dans la tranquillité dans l'amour et le respect d'autrui.



Quoiqu'il arrive restez sur le bon chemin.
Sur un chemin où l'on ne titube plus.

Merci mes amis...

Véronique C. Section d'Aulnay



Bonjour à vous les amis de la CROIX BLEUE.

Je m'appelle Réginald "dit Régi". De ma propre initiative, j'ai demandé à mon médecin de me prescrire une hospitalisation en addictologie à René MURET.

Avant cette période je suis resté 2 mois 1/2 seul. Mon épouse et ma fille ont quitté notre foyer avec "la louloute", un petit York. Je les voyais parfois dans la semaine en coup de vent.

Le jour de mon arrivée à René MURET, mon épouse m'a accompagné. Puis a suivi 1 semaine sans visite.



Le midi et le soir nous mettions la table, j'ai participé à toutes les activités qui étaient sur mon planning, même si elles ne me plaisaient pas toujours...

Une super activité me plaisait bien: réveil-piscine, plus sport réveil-douceur avec les profs. Il faut le faire "1 heure" deux fois par semaine ! Sinon les journées sont longues, surtout les week-end car certaines personnes du personnel proposent peu d'activités. Avec le beau temps, on a joué une fois aux boules et une fois au Molki.

J'ai amené un jeu le Rumi cub qui a rapproché plusieurs personnes de notre étage. Même le personnel de nuit a joué avec nous, sauf 2. Extinction des feux et des lumières à 22h30. Je trouve les réunions de la CROIX BLEUE plus intéressantes que celles d'autres associations. J'ai discuté avec une per-

sonne avec qui le courant est bien passé. Il m'a donné une carte avec ses coordonnées, que j'ai glissée dans mon téléphone.

(Ce monsieur est devenu mon référent dans l'association). Après la réunion il m'a accompagné fumer une cigarette et nous avons discuté. Il m'a proposé de venir à une autre réunion, après ma sortie de l'hôpital, si

Reginald

je le souhaite. Je suis venu, mais le plus dur a été de pousser la porte sans connaître personne !

Je suis arrivé, les membres étaient là, je me suis présenté seul et mon référent est arrivé peu de temps après. Les membres m'ont bien accueilli et m'ont donné confiance. Chacun leur tour ont parlé de leurs soucis. Puis mon tour est venu... J'ai parlé de moi et ça m'a fait du bien. Ils m'ont écouté et ne m'ont pas jugé sur mes problèmes. L'écoute des personnes autour de nous peut compenser un psy. Depuis je viens quand je le peux car les horaires et la fatigue du travail ne me permettent pas d'être présent tous les vendredis. Mais quand j'ai besoin, vous êtes là. Certaines personnes qui m'entourent et certains membres de ma famille sont aussi sous l'emprise de l'alcool, mais sont dans le "déli". Ils se permettent de me juger toujours comme une personne "alcoolique". Grâce à votre soutien j'ai retrouvé une nouvelle vie. Merci à tous !!!

Ma femme, ma fille et moi vous remercions encore beaucoup." **Regi. Section d'AULNAY**



L'alcool a été mon compagnon pendant une grande partie de ma vie, mais il n'a pas toujours tenu le même rôle.

L'alcool désinhibiteur

Ma première rencontre avec l'alcool a eu lieu lorsque j'étais étudiante. Je n'étais déjà pas bien dans ma peau. Je manquais de confiance en moi, j'étais très réservée et l'alcool me permettait alors, lors de soirées, de réussir à m'intégrer dans un groupe, d'oser parler aux autres, bref, de me libérer.

L'alcool festif

Ensuite, pendant une courte période, j'ai appris à apprécier l'alcool simplement pour le plaisir. Je buvais comme beaucoup de personnes, "normalement". Mais cela a été de courte durée.

L'alcool anxiolytique

Je me suis ensuite mariée, mais, traînant toujours mon mal être, je n'ai pas réussi à m'épanouir dans mon couple. Lors de repas en famille, je buvais plus que la normale, ce qui me permettait de donner l'image d'une personne heureuse, ce qui n'était pas le cas. Puis, j'ai commencé à boire seule, certes pas beaucoup, mais presque tous les jours.

Une fois, je me suis retrouvée aux urgences après avoir pris alcool et médicaments. Puis il y a eu le divorce. Au début, j'ai cru aller mieux, mais mon mal être et la souffrance de la solitude m'ont vite rattrapée. De plus, assumer seule mon travail et mes enfants était difficile pour moi, alors tous les soirs, je buvais mes 2 whiskys. L'alcool me servait d'anxiolytique, il m'aidait à dormir et à supporter ma vie. Mais les week-ends, je buvais beaucoup plus. Pour moi, l'alcool était un remède naturel alors que c'était en fait un véritable poison.

L'alcool destructeur

Je me rendais compte que j'étais devenue dépendante psychologiquement. De plus, je supportais de moins en moins bien l'alcool. Il y a eu des matins où je ne me souvenais plus de ce qu'on s'était dit la veille au soir avec mes enfants. Je voyais bien que ma consommation était anormale mais je ne pouvais pas m'en passer. J'en ai parlé plusieurs fois à mon médecin traitant, mais rien n'a été mis en place. Je ne savais pas à qui m'adresser pour me faire aider. La souffrance et le mal de vivre étaient toujours là, l'alcool me permettait juste d'oublier quelques instants.

Monique



J'ai fini par faire une sérieuse dépression. Là, j'ai accepté de prendre antidépresseurs et anxiolytiques et j'ai réussi à arrêter l'alcool pendant un an.

J'ai rencontré une nouvelle personne. Tout allait bien au début, alors j'ai cru pouvoir à nouveau boire normalement mais les doses ont très rapidement augmenté et j'étais obligée de boire en cachette pour éviter les reproches.

Mon mal être a vite refait surface, je n'étais pas heureuse dans cette relation, j'avais perdu toute ma personnalité et l'estime de moi. La seule solution que je trouvais pour supporter cette situation était de boire encore plus, ce qui, en fait, m'empêchait d'en sortir. Moins je m'estimais, plus je buvais et plus je buvais, moins je m'estimais...

La dégringolade

Puis, survinrent des problèmes de santé, suivis d'un Burn out et c'est là qu'a commencé la vraie dégringolade. Je me retrouvais seule chez moi. Ne travaillant plus, je n'étais plus obligée de me fixer des limites dans ma consommation. Je finis par boire toute la journée. Certains jours, c'était la bouteille de whisky en entier. Puis un matin, je me réveillai et constatai que je tremblais et que cela passait une fois que j'avais bu. Je pris conscience que j'étais devenue dépendante physiquement. Bien sûr avant, il y avait eu les sueurs nocturnes, les cauchemars, mais je ne

savais pas que c'étaient les premiers signes de la dépendance physique. Oui, ça y était, j'étais vraiment alcoolique! Je n'aimais déjà pas ma vie avant, je voulais encore moins de cette vie là, mais je ne savais pas comment m'en sortir. C'est par hasard que j'ai découvert sur internet qu'il existait des postcures mais qu'il fallait déjà faire un sevrage. Je voulais être prise en charge mais je ne savais pas comment faire. Un soir, désespérée, j'ai donc mélangé alcool et médicaments afin d'être hospitalisée. Je me suis retrouvée aux urgences. Malheureusement, je n'ai pas pu être prise en charge pour un sevrage faute de place. Je me suis donc retrouvée à nouveau seule chez moi. Après avoir appelé plusieurs fois l'hôpital pour savoir s'il y avait une place sans résultat, j'ai fini par me faire hospitaliser en psychiatrie où je suis restée 3 semaines.

Contrôle de la consommation

Deux mois après ma sortie, j'ai obtenu une place à Maizeroy, centre de postcures, j'y suis restée trois mois. Mais en rentrant chez moi, je retrouvais à nouveau ma solitude et mon mal être. Je ne voyais aucun sens à ma vie, alors, petit à petit, j'ai repris une consommation régulière, certes contrôlée, pas plus d'une bouteille par semaine, bou- teille que je com- mençais le soir et que je finissais le lendemain matin pour ne pas





être tentée de boire à nouveau le soir même. Et bien sûr, c'était toujours la dernière ! Je vivais dans une culpabilité constante. C'était pour moi un vrai cauchemar. Cela a duré ainsi pendant trois ans. J'étais constamment en lutte avec moi-même, enchaînant les périodes de consommation et d'abstinence. Je ne voulais plus boire, mais dès que j'avais un souci, j'avais tellement peur de mes émotions, tellement peur de souffrir encore, que je me réfugiais dans l'alcool, seul remède que je connaissais. Je pensais tout oublier en choisissant la fuite mais le lendemain, les problèmes étaient toujours là, amplifiés par la culpabilité. Je pensais tout de même toujours que j'arriverais à m'en sortir seule, mais au contraire, début 2017, suite à un gros choc affectif, j'ai recommencé à consommer de manière plus importante et plusieurs jours de suite.

La renaissance

Un soir où j'étais très mal, j'ai appelé au secours un ami qui m'a donné le numéro de téléphone de La CROIX BLEUE, association qui vient en aide aux personnes en difficulté avec l'alcool. J'avais enfin trouvé l'aide que j'attendais.

Depuis ce jour, je n'ai pas bu une goutte d'alcool car j'ai aussi compris que, quelque soit notre état émotionnel, le résultat est toujours le même, un verre ne suffit jamais ! J'ai donc compris que pour nous, malades alcooliques, il n'y a qu'une solution : l'abstinence totale et

définitive. Depuis, je participe régulièrement aux groupes de parole de La CROIX BLEUE. J'y ai trouvé ce qui me manquait tant, de la chaleur humaine ! C'est un lieu de partage, d'écoute, de parole, d'échanges de nos différentes expériences, sans aucun jugement. On se rend compte que d'autres y sont arrivés et qu'ils sont heureux sans alcool, alors pourquoi pas nous ? Sans alcool, ma vie a changé, je suis aujourd'hui capable d'accueillir mes émotions, de lâcher prise et donc d'avancer de manière constructive. J'ai repris confiance en moi petit à petit, je suis beaucoup plus positive et j'ai confiance en la vie. **Aujourd'hui, je ne survis plus, je vis !** Je sais qu'il y a une vie après l'alcool. Je remercie tous mes amis de La CROIX BLEUE qui m'ont aidée à trouver la sortie de ce tunnel obscur qu'était devenue ma vie. Mon témoignage se veut être un message d'espoir. **Oui, on peut s'en sortir et vivre heureux sans alcool.** Mais je suis persuadée que les groupes d'entraide sont la meilleure aide qui puisse être apportée aux malades alcooliques, la volonté de s'en sortir, seule, ne suffit pas. Alors, si comme moi, vous rencontrez des difficultés par rapport à votre consommation d'alcool, n'hésitez pas à venir franchir la porte, vous y serez accueillis sans jugement et y trouverez sûrement l'aide que vous attendez depuis longtemps. Je finirai avec une citation de Nelson Mandela: **"La plus grande gloire n'est pas de ne jamais tomber, mais de se relever à chaque chute". »**

Monique de la section de VERDUN



12 avril 2018 - L'ANPAA terrasse le Jaune

« L'été et les boissons rafraîchissantes »

Grâce à la mobilisation de ses bénévoles et de ses équipes de terrain, l'ANPAA a réussi à faire annuler, par l'organisateur lui-même, la manifestation "Fête nationale du Jaune".

Depuis plusieurs mois, un mystérieux « Mr Jaune » inonde Facebook pour promouvoir la Fête nationale du Jaune, un apéro géant national autour de la boisson anisée.

Cette manifestation, prévue les 6 et 7 avril dans plusieurs villes françaises, a fait l'objet de publicité illicite sur le réseau social. A caractère incitatif avec boissons gratuites et promo sur le fameux « jaune », cet événement risquait de conduire à des ivresses aiguës avec des risques d'accidents et de dommages sanitaires, sociaux, individuels et collectifs sur l'ensemble du territoire.

Informée par des parents inquiets, l'ANPAA a décidé de s'appuyer sur son réseau de bénévoles en région pour alerter les maires et préfets de chaque ville concernée ainsi que la Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (MILDECA).

Se saisissant de cet enjeu de protection de la jeunesse et de sécurité publique, les villes de Lille, Nantes et Rouen ont décidé d'annuler la manifestation. Des mesures de prévention et de contrôle ont également été mises en place à Rennes, La Rochelle et

Orléans.

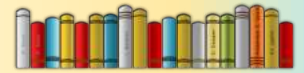
Cette mobilisation a payé : la fête du Jaune a été annulée par l'organisateur lui-même quelques jours avant la manifestation !

Au moment où la demande des acteurs de santé pour un véritable plan national sur l'alcool se heurte à la friilosité des pouvoirs publics, de telles opérations commerciales déguisées ne peuvent que bénéficier aux producteurs d'alcool.

Si la Fête du Jaune a été tuée dans l'œuf, l'ANPAA demande aux pouvoirs publics d'interdire systématiquement à l'avenir ces manifestations incitatrices à la consommation. Il est également urgent de mieux réguler les opérations de publicité et de marketing sur Internet et les réseaux sociaux. Actuellement, il est impossible de signaler et de voir retirés les contenus Facebook qui ne respectent pas la loi Evin.

L'ANPAA poursuivra ses actions contre ces opérations commerciales insidieuses dont les dangers liés sont évidents dans 72 départements et à l'île de la Réunion. L'association est organisée en 22 comités régionaux et 80 comités territoriaux et compte sur 900 bénévoles pour l'appuyer dans ses activités.





Son domaine d'action couvre l'ensemble des produits, activités et conduites addictives : usage, usage détourné et mésusage d'alcool, tabac, drogues illicites et médicaments psychotropes, pratiques de jeu excessives et autres addictions sans produit.



Aider - Prévenir - Soigner - Accompagner

Contact presse :

Myriam SAVY, responsable Communication et plaidoyer

myriam.savy@anpaa.asso.fr / 01 42 33 52 89 -
06 43 77 75 70

A propos de l'Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (ANPAA)

L'ANPAA est un acteur majeur du secteur français de l'addictologie avec plus de 90 établissements et équipes de prévention, de soins et d'accompagnement.





INSERM « RECHERCHE EN ALCOOLOGIE »

AU CONGRES 2018

Bertrand NALPAS

Directeur de recherche à l'Inserm

Consommation d'alcool 1960-2015

Répartition de la consommation d'alcool (% de la population 12-75 ans)

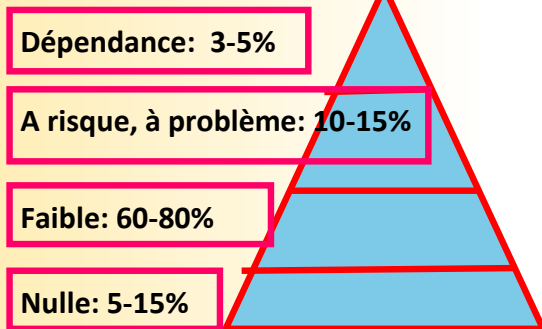
Inégalité devant l'alcool

• Comportement

– Le risque de devenir dépendant varie d'une personne à l'autre.

• Pathologies

Peu ou pas de changement de cette répartition malgré la réduction de la consommation d'alcool per capita



– A quantité excessive consommée égale, seuls 20% des sujets développent une cirrhose

• Biologie

– La moitié des consommateurs excessifs ont des GGT normales

La recherche en alcoologie est nécessaire

• Pour identifier les facteurs individuels et/ou sociaux qui favorisent le passage vers l'excès et la dépendance

• Pour connaître les mécanismes et les supports biologiques de l'abus/dépendance et des atteintes organiques, conditions impératives pour la mise au

point de traitements efficaces.

• Pour mesurer les conséquences globales de l'alcool au niveau de la population (Santé publique)

Recherche en Alcoologie

• Fondamentale : mécanismes moléculaires.

• Clinique : maladies organiques (appareil digestif, système nerveux); liens avec les maladies psychiatriques; traitements

• Psycho-sociologique : sciences humaines et sociales

• Santé publique : épidémiologie ; dispositifs de soins.

Partenariat chercheurs-patients

Mission association créée par l'Inserm en 2004

• Participer à l'élaboration des objectifs.

• Discuter les aspects éthiques.

• Améliorer la compréhension des objectifs poursuivis et des méthodes employées.

• Soutenir l'effort de recherche auprès des patients.





-Groupe Inserm Alcool

- Créé en 2006
- Initialement 6 puis 9 associations (Alcooliques Anonymes, Alcool-Assistance,

Alcool-Ecoute Joie et Santé, Amis de la Santé, Amitié-La Poste, Croix Bleue, Santé de la Famille, Vie libre, Vivre avec le SAF)

- 3 à 4 réunions de travail par an.

Une journée annuelle « rencontre-débat » entre membres des associations et chercheurs (entrée libre)- 8ème journée le 13 Décembre 2018 à l'Institut Pasteur de Paris.

Le groupe, en lien avec les chercheurs, identifie des sujets de recherche, organise les protocoles, participe à leurs exécution et surveille leur bon déroulement.

Programmes de recherche réalisés

1. Analyse de l'évolution des valeurs interpersonnelles après le sevrage chez des sujets membres d'un groupe d'entraide

2. Analyse du taux d'abstinence pendant les 12 mois suivant le sevrage

3. Analyse de la prise des médicaments psychoactifs après le sevrage **La recherche en alcoologie est nécessaire.**

- Pour identifier les facteurs individuels et/ou sociaux qui favorisent le passage vers l'excès et la dépendance

- Pour connaître les mécanismes et les supports biologiques de l'abus/dépendance et des atteintes organiques, conditions impératives pour la mise au point de traitements efficaces

- Pour mesurer les conséquences globales de l'alcool



au niveau de la population (Santé publique)

Recherche en Alcoologie

- **Fondamentale** : mécanismes moléculaires
- **Clinique** : maladies organiques (appareil digestif, système nerveux); liens avec les maladies psychiatriques; traitements
- **Psycho-sociologique** : sciences humaines et sociales
- **Santé publique** : épidémiologie ; dispositifs de soins

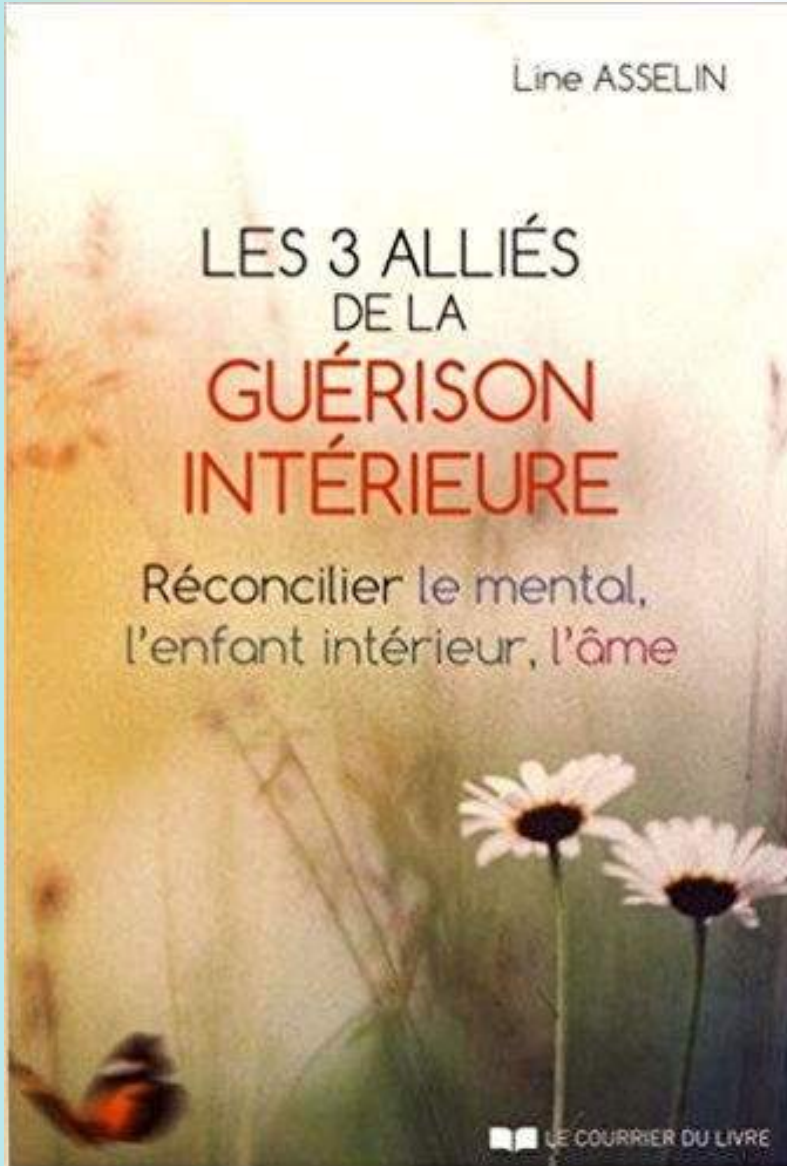
CONCLUSION:

- **La recherche en alcoologie est nécessaire**
- **La recherche permet de comprendre les mécanismes qui conduisent à la maladie, ce qui permet la mise au point de traitements efficaces.**
- **L'investissement de recherche en alcoologie n'est pas à la hauteur de l'ampleur du problème.**
- **La recherche en alcoologie a besoin des personnes étant ou ayant été en difficulté avec l'alcool.**
- **La collaboration entre chercheurs et associations d'entraide est possible; chacun apporte ses compétences et s'enrichit des connaissances de l'autre.**

Bertrand NALPAS



Depuis toute petite, Line Asselin se questionne sur sa raison d'être sur terre. I



Il aura fallu qu' elle perde tout ce qu'elle avait construit pour remettre en question son système de pensée ainsi que son fonctionnement dans ses relations avec les autres.

S'ensuit alors un dialogue avec son enfant intérieur, son mental et son âme qui provoque un raz-de-marée émotionnel salutaire : son enfant intérieur est blessé, son mental n'a de cesse de la rabaisser et son âme se sent abandonnée !

Avec simplicité, sensibilité et beaucoup d'humour, l'auteure raconte ses actes de courage et ses moments de faiblesse, ses engagements passionnés, ses blessures d'amour, ses deuils, mais aussi ses vagues de bonheur.

Ce livre inspirant nous invite à relever le défi suivant : guérir de ses blessures, grandir en conscience, et transformer ses parts d'ombre en lumière..

Broché:

à partir de EUR 19,00





Un été sans alcool

Charles est un homme vieillissant. Orphelin de mère dès la naissance,

ses grands-parents lui ont fait croire qu'il était leur fils jusqu'à sa majorité. Héritier de leur importante distillerie de liqueurs à Brive, marié sans amour, il a tout vendu et s'est installé à Paris.

Il mène une vie d'homme riche et solitaire, désenchanté et alcoolique.

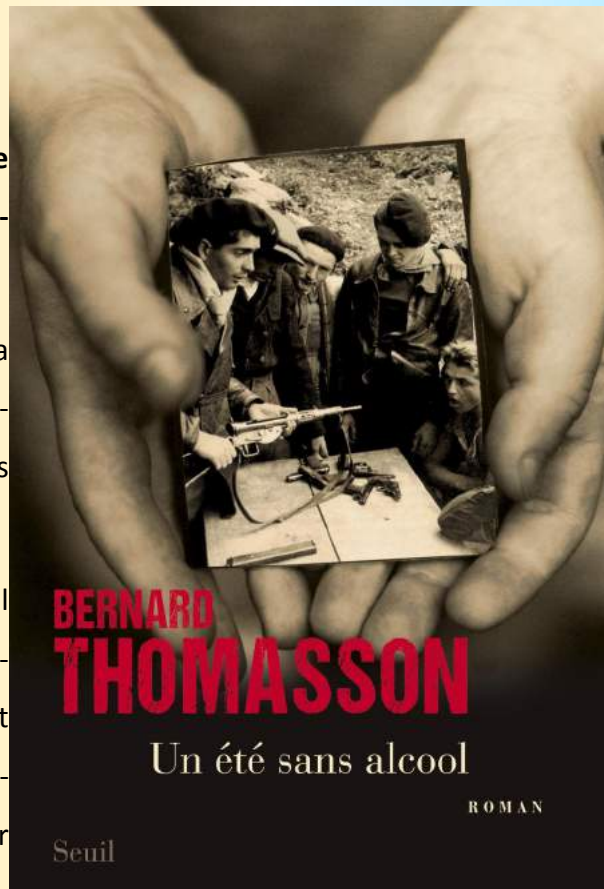
Qui était son père ? Il ne l'a jamais su. Il l'imagine résistant, mort en martyr. Mais est-ce sûr ?

Agressé dans un parc, il rencontre un jeune de banlieue, sportif, musicien et passionné d'histoire. Il l'engage, enfin décidé à savoir la vérité sur son père, quelle qu'elle soit.

Accompagné de Matt et de la petite amie de ce dernier, il va entreprendre une enquête sur les maquis de Corrèze.

De rencontre en rencontre, de fausse piste en récits qui font comprendre la complexité de l'Histoire vécue à hauteur

d'homme, il va accomplir un itinéraire qui lui permettra de se détacher de ses illusions **mais de retrouver auprès de ses jeunes compagnons, sa dignité.**



Le livre est servi par une écriture fluide, des personnages secondaires pittoresques et la très attachante amitié qui, non sans crises entre eux, finit par se nouer entre le vieux Charles, prisonnier du passé et Matt tourné vers l'avenir.

Littérature française

Romans

Cadre rouge

Date de parution 02/05/2014

18.00 € TTC

Bulletin de don

Je désire soutenir l'action de la CROIX BLEUE et j'établis un chèque du montant choisi établi à l'ordre de la Croix Bleue que j'envoie

au siège, 189 rue Belliard, 75018 PARIS

Dès réception du chèque, le siège établit un reçu fiscal.

« Les dons au profit des associations ouvrent droit à une réduction d'impôt sur le revenu de 66 voire 75 % du montant versé, selon l'association choisie, dans la limite de 20 % du revenu imposable. »

Engagement d'abstinence

A découper et à renvoyer à

LA CROIX BLEUE

189 rue Belliard 75018

Forts de leur expérience, femmes et hommes de la Croix Bleue ont acquis la conviction que peut devenir possible ce qui ne l'a pas été jusqu'alors. Ils affirment qu'à partir de la rupture avec l'alcool, un renouveau intervient. La guérison est possible. Nombreux sont ceux qui vivent la confiance en Dieu comme une force essentielle.

Nom, Prénom :

.....

Adresse :

.....

Je promets de m'abstenir de toute boisson alcoolique pendant :

.....

Motif de la signature :

.....

.....

engagement duau

Le signataire:

Avec l'aide des amis de la Croix Bleue vous pourrez atteindre ce but.

CAMPING de la CROIX-BLEUE

Il est situé à Vernoux en Vivarais, première station verte de l'Ardèche. C'est un site idéal et propice pour la vie au grand air, la détente et le repos. Si vous souhaitez vous inscrire ou avoir des renseignements vous pouvez contacter :

Jean-Claude SCHERER Tél. : 06 12 60 73 79

Email : scherer.jeanclaude@neuf.fr, camping@croixbleue.fr Site : <http://camping.croixbleue.fr>

Nous remercions chaleureusement la FNAS (Fédération Nationale des Amis de la Santé) pour avoir diffusé un article sur notre camping CROIX BLEUE, lien : <https://www.lesamisdelasante.org/>

RAPPEL QUELQUES DATES

Fermeture du siège :

Congés annuels :

du 1er au 21 août 2018 inclus

Journées d'étude :

SFA : 29 juin 2018

INSERM : 17 octobre 2018

RR réunion des responsables :

Les 30 novembre, 1er et 2 décembre 2018 au centre ETHIC ETAP,

1 Avenue Champollion,

21000 DIJON

L'Assemblée générale du 26 mai 2018



Le 26 mai 2018:

Notre AG à DIJON

C'est dans la joie et l'émotion que nous avons eu la satisfaction de nous retrouver. Le dynamisme toujours présent de nos membres, le quorum atteint à 100%, présents, votants, pouvoirs, ont été à l'ordre du jour.



Jean Jacques DIETSCH a trouvé les mots justes pour rendre justice au travail et dévouement constant de notre Présidente épaulée par la responsable administrative, qui fait de son mieux pour gérer le siège seule depuis de nombreux mois...

- Le nouveau commissaire aux comptes était présent pour expliquer le fonctionnement simplifié de notre travail en commun.

- Des votes sereins, un conseil d'administration à l'écoute, une Présidente très engagée dans notre action, une poigne de fer dans un gant de velours, Guilaine MIRANDA a été réélue pour 2 ans.



Message de Lucien GRAUBY section d'ALBI-REALMONT

Bonjour, il s'est écoulé quelques semaines depuis le congrès de Châteaurenard. Congrès auquel nous avons participé en qualité de membres de la section du Tarn (81) Albi-Réalmon, Pierrette (secrétaire) Yannick (trésorier) Xavier qui nous a rejoint depuis plusieurs mois, et moi-même Lucien (président). **C'était le premier congrès**

C'est là que tout commence !



CROIX BLEUE auquel je participais. Pierrette en a vécu plusieurs, Yannick et Xavier, aucun. D'abord, un cadre extérieur agréable, pratique d'accès, stationnement aisé, et il faisait beau... (le samedi) L'accueil fut chaleureux, dans une ambiance "sympa, bon enfant. " La salle du congrès était bien remplie, la grande famille de la CROIX BLEUE était là, pas au complet bien sûr, mais bien représentée.

Les choses sérieuses commencent sur la scène, jusqu'au repas au MIN *(excellente gardianne avec son riz) ensuite, retour au congrès, pour une agréable soirée de divertissements. Dimanche matin, la pluie s'invite !

Le congrès reprend. A la tribune, les intervenants se succèdent, qu'ils soient cher-

cheurs, docteurs, psychologues, infirmières, ou simples membres de la CROIX BLEUE...

La présentation, les explications, les débats, furent de bonne qualité. Les sujets abordés, étaient vraiment intéressants, d'un bon niveau. Après le repas (tout aussi bon que la veille, un service très jeune et très efficace..) le temps a passé vite... Il faut déjà repartir vers ALBI. Nous sommes rentrés ravis d'avoir participé à cette belle rencontre, d'échange et de partage dans " notre famille" la CROIX BLEUE Française. Merci à toi Chantal, pivot central, et cheville ouvrière, de cette organisation sans faille, merci



à l'équipe qui t'entoure (famille, amis, bénévoles). Organiser un tel rassemblement, n'est pas une mince affaire, c'est certain. La qualité était au rendez-vous. A notre retour, dès la première réunion, nous avons fait un compte rendu au groupe de la section, pour qu'il s'imprègne de cette ambiance, de cette culture propre à la CROIX BLEUE.

Un excellent congrès, à renouveler.

Lucien Grauby.

* (le gag de la tarte nous a fait bien rire, et nous fait rire encore...!)

CHATEAURENARD

Le 51^e Congrès national de ceux qui œuvrent contre l'alcoolisme

La Croix Bleue s'est réunie ce week-end à l'Étoile sur le thème "J'ai décidé de vivre"

L'abstinence n'est pas une privation mais un choix de vie. Et nous sommes fiers de dire aujourd'hui que, oui, nous avons décidé de vivre!". En ouvrant, samedi après-midi, le 51^e congrès national de La Croix Bleue, à la salle de l'Étoile, Guilaine Miranda, présidente nationale de l'association qui aide les personnes en souffrance face à l'alcoolisme, a insisté sur le fait que "l'abstinence est un choix de vie libérateur et non frustrant".

À son tour, Chantal Ginoux, qui a coorganisé la rencontre avec Jean-Paul Bourouliou (président de la section d'Arles-Châteaurenard), Michelle et Dominique Paupardin (Salon), a présenté l'historique des diverses sections. La plus ancienne a été créée en 1950 à Marseille.

La présidente de la Région Sud-Est de la Croix bleue s'est aussi réjoui que son groupe compte 80 membres, dont beaucoup étaient présents parmi les 350 personnes réunies dans la salle, aux côtés d'autres, venues parfois de très loin, comme Fanja Rasolomanana (Madagascar) ou Albert Moukolo (président de la Fédération internationale venu de Suisse).

Une conférence et des tables-rondes

Parmi elles, se trouvaient aussi Jean-Claude Tomzack (président CAMERUP, groupement d'associations, de fédérations et de mouvements d'entraide aux victimes de l'alcoolisme) et des professionnels de santé. On citera le Professeur Bertrand Nalpas (Directeur de recherche Inserm). Il a animé une brillante conférence sur les addictions, leurs conséquences délétères, leurs mécanismes complexes, les risques individuels et environnementaux à l'addiction, la prise en charge (médicamenteuse, psychologique individuelle et/ou collective du sevrage), qui est souvent longue et



Dans la salle, plusieurs responsables de sections, des personnes qui ont apporté leurs témoignages d'anciens alcooliques aujourd'hui sortis de l'enfer et des professionnels de santé.

/ PHOTOS N.C.-B.



Des membres de la Croix Bleue et du centre de soins de Tarascon.

semée de rechutes, et l'accompagnement social.

Les groupes de parole, comme ceux proposés par la Croix Bleue, ont une grande importance pour y parvenir. Il en a bien évidemment été question lors de la seconde journée qui

s'est articulée autour de deux tables rondes. L'une a été animée par l'équipe du CSAPA (centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie), antenne de Tarascon; le Dr Françoise Vincent (médecin), Anne-Marie Coulon (infirmière

addictologue), Vanessa Pabion (conseillère). Il y a été question de la vie après les sevrages et les cures. D'anciens alcooliques ont apporté leurs témoignages comme Adeline qui a plongé dans cet enfer suite à des problèmes familiaux et qui est abstinente depuis 20 ans.

La seconde table-ronde a eu pour thème les interventions en milieu pénitentiaire. Elle a été animée par le CSAPA, des animateurs en addictologie en milieu carcéral et des patients experts.

À l'heure des questions, ponctuées de témoignages, la salle a interrogé sur les programmes d'actions, pour la formation des professionnels à l'addictologie, la prévention chez les jeunes et la lutte contre les addictions ainsi que les interventions auprès des populations en situation de précarité. En gardant à l'esprit, comme l'a rappelé Mme Miranda, qu'à La Croix bleue, il n'y a pas de jugement et qu'il "n'existe pas de recette magique. Le succès dépend essentiellement de la motivation du patient à se sevrer."

Ce qui a valu aux responsables des remerciements et encouragements de Marcel Martel, le maire, venu leur rendre visite, accompagné d'élus.

Nelly COMBE-BOUCHET

nbouchet@laprovence-presse.fr

UN CENTRE DE SOINS À TARASCON

Le CSAPA a une antenne à Tarascon, au quartier Kilmaine. Hier, les membres de l'équipe ont expliqué leur travail en équipe, la réalisation des premiers entretiens d'évaluation (demande du patient, consommations, histoire personnelle, pressions de la justice, la famille, professionnelles), le parcours des patients, leurs projets de vie, l'accompagnement proposé, le sevrage ambulatoire ou hospitalier, individuel ou en groupe de parole.

→ Des permanences sont assurées le lundi, mardi, jeudi de 8 h à 17 h, mercredi de 8 h à 11 h 30 et vendredi de 13 h à 16 h 30. ☎ 04 90 43 35 86.

NELLY BOUCHET

CONGRES NATIONAL 2018

PREPARATION, organisation, dans la joie et la bonne humeur ! “Au mas du chemin de Grichaud “

Tout le monde met la main à la pâte, sacs des congressistes, de nombreux lots pour la tombola, dont 2 filets garnis de qualité avec des produits bien de chez nous !

Tous les produits ont été offerts par solidarité par les commerçants de notre commune

et de tous les villages voisins.

Michelle et l'équipe en plein travail !



Une **CROIX BLEUE** réalisée toute en bonbons a été gagnée. Notre ami Jean Pierre a été l'instigateur de cette réalisation, combien y avait il de bonbons?



CONGRES NATIONAL 2018

La CROIX BLEUE DE MADAGASCAR

Avec Fanjamina et son équipe !

Le sourire et le soleil nous ont rejoints avec des danses et des chansons Malgaches !

Les kilomètres ne leurs ont pas fait peur, merci les amis, ainsi que Mr le Président Albert MOKOULO qui vient de SUISSE !

Vous nous avez apportés une chaleur amicale qui prouve que la Croix BLEUE est toujours aussi dynamique même au-delà des frontières.



Albert MOKOULO Président international



Edith et Fanjamina

CONGRES NATIONAL 2018



Samedi 12 mai 2018

L'accueil, équipe de choc ! Adeline, Monique, Michelle, Edith, Marcelline, Odile et Emmanuel.



Dimanche 13 mai 2018: Message

« l'âne de Buridan » avec l'accent de chez nous pardi ! Sandrine, Adeline et Chantal.

CONGRES NATIONAL 2018



Bertrand NALPAS Dr en recherche INSERM nous a présenté « la recherche en alcoologie »

Intervention de Jean Claude TOMZACK Président de la CAMERUP



Le groupe « SANGRE FLAMENCA » a eu du succès , auprès de tous et a recruté pour le coup une nouvelle danseuse... en herbe ! Angelina



La présidente avec Marc « l'animateur » hors pair du congrès !

CONGRES NATIONAL 2018

Préparatifs en cours: les fleurs, le calicot, les chaises, etc...

Une super équipe de jeunes pour le service des repas, entièrement « bénévoles » : Éric, Noémie, Fred, Pascal, Catherine, Edouard et Clara, (*une vraie danseuse dans la peau d'une serveuse de « classe » !*)



CONGRES NATIONAL 2018

Moment solennel « le passage de membre actif » de Pascal en section d'ARLES.



Les Tables rondes du dimanche, ici sur l'accompagnement des personnes en difficulté avec l'alcool et autres addictions, après les centres de cures... Les professionnels du **CSAPA de TARASCON**, avec le Dr Françoise VINCENT, les patients experts et des membres de la CROIX BLEUE.



Alain, installé pour la vente des casquettes et gadgets CROIX BLEUE...

Table ronde sur l'accompagnement en « milieu pénitentiaire ».



Remise des cadeaux pour le départ à la retraite d'Yves FENICE et Arsène FIERLING

« Merci de tout cœur à Yves et Arsène pour tout le travail qu'ils ont accompli pour La CROIX BLEUE Nationale. Ce sont deux grands hommes et deux exemples pour nous les bénévoles d'association ! » Ludovic

CONGRES NATIONAL 2018

L'équipe « restauration » en pleine action...



Le sourire des convives ...

Nous avons eu l'honneur de la présence de Mr Marcel MARTEL le maire de Châteaurenard et toute son équipe du conseil municipal , une reconnaissance pour notre association ! Merci Mr MARTEL.



CONGRES NATIONAL 2018

Quelques LOGOS des commerçants et institutions qui ont participé au financement et aux dons pour la réalisation du CONGRES. (Pharmacies, médecins, laboratoires, commerces locaux, ...)



Le couple Michelle et Dominique PAUPARDIN « les piliers de La section de SALON, « des bébés » de la section d'ARLES !»

CONGRES NATIONAL 2018

Quelques lots de la tombola...



Des gagnants !





Présentation du costume « Arlésien » par Fanny MOURET, nos traditions provençales sont ancrées et profondément importantes dans notre cœur.



« L a Férigouleto » avec Mme MOLLE et son équipe.

Une farandole provençale très dynamique !

Sur le chant de la « coupo santo »

« J'ai décidé de vivre »

Avec des renaissances, des vies reconstruites, des exemples pour ce congrès...



OBJECTIF 1000



En 2019 devenez membre Adhérent ou Sympathisant de La CROIX BLEUE.

En soutenant notre Association, vous contribuez à accompagner, aider, soutenir les personnes en difficultés avec l'alcool.

L'alcool parlons-en !



Le Libérateur N° 10- ÉTÉ (Avril, mai, juin 2018) • Directeur de Publication

Guilaine MIRANDA • Rédaction administration et Maquette: Chantal GINOUX

Photos : <https://pixabay.com>