

## Acteurs majeurs au sein d'un réseau Les groupes d'entraide en Mayenne

**O**ublions les « groupes d'anciens buveurs » – titre stigmatisant et réducteur – et les associations néphalistes – trop savant – pour retenir et saluer l'action des groupes d'entraide. Ces associations d'aide aux personnes en difficulté avec l'alcool sont, en Mayenne, partenaires à part entière de la prévention et de l'accompagnement. L'identification des groupes d'entraide aux anciens buveurs est d'autant plus impropre que les associations ne comptent pas forcément exclusivement, parmi leurs bénévoles, des personnes ayant eu des problèmes avec l'alcool. Ce n'est en aucun cas une obligation statutaire !

Sept mouvements œuvrent en Mayenne, certains appartenant à des réseaux nationaux, d'autres ayant une implantation plus locale ; ils s'adressent à tous publics, même si tel mouvement peut s'inscrire dans une approche plus professionnelle (cf. encadré ci-dessous).

Certains fonctionnent dans le département de très longue date (Alcool Assistance depuis 1959 !) ;

cependant, la décennie 2000 a vu l'offre s'enrichir de plusieurs nouveaux mouvements comme Vie libre (2002), Alcooliques anonymes (2005), Les Amis de la Santé (2006).

Chaque mouvement a une identité qui le caractérise et ses propres modalités de fonctionnement. Pour autant, l'offre est tout sauf « cacophonique » : d'une part, l'ampleur des besoins laisse à chacun une place ; d'autre part, à l'initiative de Yannick Le Blévec, les groupes mayennais ont pris l'habitude de se rencontrer deux fois par an pour mieux se connaître et réfléchir ensemble sur des thèmes. Par exemple, leur positionnement sur la question de l'abstinence...

Une particularité mayennaise réside dans le fait que la dynamique impulsée pour un travail en réseau a intégré dès le départ les bénévoles aux côtés des professionnels. « *Les associations sont écoutées et entendues, constatent-elles unanimement. Nous sommes réellement partie prenante du réseau* »...

### « Aller vers les personnes en difficulté »

Les groupes d'entraide mayennais ont des fonctionnements quasiment équivalents. Ils ont une palette d'offres qui va de permanences, hebdomadaires ou mensuelles, à des interventions dans des lieux de soins, ou encore des rencontres plus individuelles. « *Il ne faut pas attendre que les personnes en difficulté avec l'alcool viennent d'elles-mêmes frapper à une porte*, témoigne un responsable. *Il faut aller vers elles* ». D'ailleurs, certaines associations constatent effectivement que les permanences sont peu fréquentées.

### Amitié La Poste – France Télécom : l'enjeu du retour au travail

Amitié La Poste – France Télécom a présenté son action le 11 juin 2009, à l'occasion de la journée d'échanges et de réflexion organisée par l'Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie de la Mayenne (ANPAA 53) sur le thème des pratiques addictives en milieu de travail. Aide, accompagnement, soutien, prévention et formation, telles sont les missions de l'association qui, le cas échéant, peut également intervenir dans d'autres entreprises, voire aider toute personne en difficulté avec l'alcool, salariée ou non.



Rémi Lévesque

L'association va chercher à prendre contact avec la personne et à la rencontrer. Il s'agit alors de lui faire prendre conscience de son problème (qu'elle a tendance à nier), éventuellement en utilisant le témoignage vécu, puis de l'orienter, parfois en « dédramatisant » les services hospitaliers ou spécialisés en alcoologie.

L'association s'attache, en particulier, à sensibiliser l'entourage professionnel pour faciliter le retour au travail après une démarche de soin.

Rémi Lévesque (notre photo), le responsable en Mayenne, a précisé qu'Amitié La Poste – France Télécom organise des réunions mensuelles et des activités conviviales où « amitié » prend tout son sens.

Des personnes en difficulté avec l'alcool, ou des membres de leur famille, préfèrent l'appel téléphonique : ce moyen est souvent plus facile pour un premier contact car plus anonyme, surtout quand on est quelque peu culpabilisé par sa maladie ou la maladie d'un proche.

### L'abstinence est un moyen

Plusieurs associations ont également mis en place des groupes de parole, mixtes ou non, certains réservés aux jeunes, ouverts ou non à l'entourage – dont on ne soulignera jamais assez l'importance pour vaincre la maladie... Pour la personne en difficulté avec l'alcool, participer à un groupe de parole suppose qu'elle ait enclenché un processus. Par contre, personne n'y est obligé de s'exprimer, en particulier sur son histoire de vie, voire sa durée d'abstinence – ce qui ne ferait que créer une charge psychologique supplémentaire...

Et surtout pas de rejet à l'entrée d'un groupe de parole, même si la personne est dans le déni le plus total. Ainsi, il n'y a pas forcément obligation d'abstinence pour pouvoir y participer. Chacun a un cheminement tellement différent. Dès lors, il s'agit de laisser les personnes faire leurs propres expériences en laissant la porte ouverte pour un accompagnement. On peut ne pas s'arrêter de consommer de l'alcool mais diminuer sa consommation, et on peut également vivre sans alcool. Il est important de laisser le choix, ce qui facilitera le retour à l'autonomie. L'abstinence est un moyen, à ne pas confondre avec l'objectif qui est la qualité de vie...

### Y. Le Blévec, coordinateur d'un groupe de travail national : « Ils ont contribué au respect de la dignité »

Au sein de la Société française d'alcoologie (SFA) <sup>(1)</sup>, Yannick Le Blévec anime une commission de travail sur les associations d'entraide et, du coup, il met son expérience au service des groupes mayennais. « C'est la première maladie en France, souligne-t-il, où des personnes se sont réunies pour s'entraider ».



Yannick Le Blévec est, entre autres, président du RIAM et de l'ANPAA 53.

Les groupes d'entraide ont rempli et remplissent complètement leur rôle d'aide et d'accompagnement auprès des personnes en difficulté avec l'alcool. Mais, au-delà, ils ont aussi contribué à l'évolution des soins : on est passé, de fait, des cures de dégoût, humiliantes, à des soins plus respectueux de la dignité humaine.

En outre, les groupes d'entraide ont facilité l'évolution des mentalités. Le vocabulaire en est un indicateur. Par exemple, on ne parle plus, aujourd'hui, des « alcooliques »...

(1) - <http://www.sfalcoologie.asso.fr/>.

Dans tous les cas, pour les bénévoles militants, c'est un travail difficile où il ne faut pas avoir peur d'aller frapper à la porte des personnes en difficulté avec l'alcool ; un travail complexe d'engagement dans la relation humaine, où il est important d'avoir pleinement conscience de ses limites, et donc de savoir orienter vers les professionnels ; un travail également parfois ingrat, au service des autres, exigeant du temps et de l'énergie, heureusement parfois « payé » d'une reconnaissance sans prix de la part des personnes accompagnées et qui ont retrouvé leur « liberté »...



Les groupes d'entraide se sont retrouvés le 16 mars 2009, lors de leur rencontre semestrielle, pour échanger sur leurs pratiques et leur fonctionnement.



10, rue de l'Aiglon  
53000 Laval  
Tél : 02 43 590 690  
Mél. [riam53@orange.fr](mailto:riam53@orange.fr)  
Site Internet : <http://www.riam53.fr/>