

23.02.2016 - 10:45 Uhr

Addiction Suisse Problèmes d'alcool: avoir le courage de demander de l'aide

Lausanne (ots) -

Durant la saison froide, les conseillères et conseillers d'Addiction Suisse sont particulièrement sollicités. Les demandes s'amoncellent. Elles émanent surtout de proches, dont de nombreux conjoints de personnes alcooliques. Addiction Suisse a élaboré une nouvelle brochure qui leur donne des pistes et les encourage à chercher du soutien. Une étape que seule une minorité franchit, malgré les difficultés rencontrées.

«Le cauchemar commençait sitôt la porte fermée. Mon ex-mari, l'homme parfait aux yeux de tous, devenait violent, physiquement et psychiquement, quand il avait bu un verre de trop. Je voulais nous protéger, mon fils et moi, mais il n'y avait aucun soutien à espérer du côté de mon entourage», raconte Carine*, une mère qui élève son fils de 15 ans en solo. Pour de nombreux proches, il est frustrant de constater que l'entourage ferme les yeux. Pascal* a trouvé du soutien chez Al-Anon, le groupe d'entraide pour les proches de personnes dépendantes de l'alcool. Il a vécu pendant quarante ans auprès d'une épouse alcoolique. "A ses côtés, je me suis souvent senti comme le passager d'une voiture qui fonçait dans un mur", admet-il. Pourtant, pour rien au monde il n'aurait abandonné sa famille. Des centaines de milliers de personnes sont dans le même cas que Carine et Pascal en Suisse.

Pour les proches, le soutien d'un service spécialisé ou d'un groupe d'entraide peut être extrêmement bénéfique. Mais les tabous qui entourent les problèmes d'alcool sont tenaces. «Si nous avons tous moins de mal à aborder la question, le pas à franchir pour demander de l'aide serait moins grand», déclare Sabine Dobler, responsable de projet à Addiction Suisse. A travers un nouveau projet de sensibilisation soutenu par le Programme national alcool, la fondation entend mieux faire comprendre la situation difficile des proches et inciter ceux-ci à demander de l'aide. Pour cela, elle a notamment élaboré une nouvelle publication.

Une nouvelle offre pour les personnes en quête de conseils Addiction Suisse reçoit de nombreuses demandes de proches inquiets, dont des conjoints de personnes qui ont perdu le contrôle de leur consommation. La fondation a entièrement remanié la brochure « Vivre avec un homme/une femme alcoolique » à leur intention. Le document, qui comporte deux parties - une pour les femmes, une pour les hommes - décrit les difficultés émotionnelles et montre comment le conjoint peut initier un changement.

Plus de 600 demandes par an

Un grand nombre de proches se sentent démunis, épuisés et dépassés. Lors des entretiens-conseils et des contacts par courriel, les professionnel-le-s d'Addiction Suisse leur expliquent ce qu'ils peuvent faire. Ils les aiguillent aussi vers les services spécialisés régionaux ou les groupes d'entraide en les incitant à chercher un soutien. En 2015, les conseillères et conseillers d'Addiction Suisse ont épaulé 670 personnes. Près de deux tiers des demandes sont liées à une situation de consommation ; la majorité émane de proches, en particulier de parents et de conjoints.

Un problème tabou, mais bien réel: quelques chiffres Plus d'un demi-million de personnes sont touchées par les problèmes d'alcool qui affectent un membre de leur entourage. A cela s'ajoutent quelque 100 000 enfants qui grandissent avec un parent alcoolique. Au total, un tiers environ de la population suisse de plus de quinze ans connaît, dans sa famille, son cercle d'amis ou au travail, une personne qui a des problèmes d'alcool. Bien que ce fardeau soit perçu comme lourd par une personne sur cinq, à peine 4% des proches ont recours à un soutien professionnel; qui plus est, ils ne le font que tardivement. Ces chiffres représentatifs sont tirés du Monitoring suisse des addictions.

*prénoms d'emprunt

Addiction Suisse soutient les proches

De nouveaux outils ont été élaborés pour venir en aide aux proches, notamment la brochure «Vivre avec un homme / une femme alcoolique », (<http://shop.addictionsuisse.ch/fr/alcool/207-vivre-avec-un-conjoint-alcoolodependant.html>) qui a été entièrement remaniée. De courtes vidéos avec des interviews de proches et de professionnels sont en préparation. Elles seront mises en ligne à partir du mois de mars sur le site www.consommationalcool.ch.

Autres documents:

- Alcoolisme: les proches sont aussi touchés (<http://shop.addictionsuisse.ch/fr/alcool/187-alcoolisme-les-proches-sont-aussi-touches.html>) - Informations et conseils pour l'entourage d'une personne dépendante de l'alcool

- Proche d'une personne dépendante, que faire? <http://shop.addictionsuisse.ch/fr/substances-et-comportements/315-proche-dune-personne-dependante-que-faire-.html> (dépliant disponible en 11 langues)

- Enfant dans une famille alcoolique (<http://shop.addictionsuisse.ch/fr/alcool/210-enfant-dans-une-famille-alcoolique.html>)- L'alcoolisme est une maladie qui touche toute la famille.

- Problèmes d'alcool en milieu professionnel (<http://shop.addictionsuisse.ch/fr/alcool/229-problemes-d-alcool-en-milieu->

professionnel.html)- Quelques pistes pour les collègues. Voir aussi www.alcoolautravail.ch

Addiction Suisse propose également des conseils aux personnes qui ont elles-mêmes un problème d'alcool ou de drogue ou à celles qui s'inquiètent de la consommation d'un proche : - par téléphone: 0800 105 105 - par courriel: prevention@addictionsuisse.ch - sur internet: vos questions - nos réponses (http://www.addictionsuisse.ch/no_cache/aide-et-conseil/questions-reponses/).

L'ONG Addiction Suisse est un centre de compétences national dans le domaine des addictions. Elle est active dans la recherche, conçoit des projets de prévention et s'engage pour une politique de santé. Le but de la fondation est de prévenir ou d'atténuer les problèmes issus de la consommation d'alcool et d'autres substances ou liés aux jeux de hasard et à l'usage de l'internet. Plus de 200 000 personnes soutiennent notre ONG.

Pour en savoir plus sur Addiction Suisse: <http://www.addictionsuisse.ch>

Le communiqué de presse: <http://www.addictionsuisse.ch/actualites/communiques-de-presse/>

Contact:

Corine Kibora
Porte-parole
ckibora@addictionsuisse.ch
Tél.: 021 321 29 75

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000980/100784304> abgerufen werden.