



Pour 1 personne qui boit, 5 personnes trinquent

Si les conséquences sur l'alcoolique sont connues et reconnues, les dégâts collatéraux de l'alcool sur l'entourage des malades alcooliques sont rarement abordés.

Il n'existe plus aucun doute scientifique sur les dégâts causés par l'alcoolisme, deuxième cause de décès prématuré en France. Cette maladie, aujourd'hui reconnue comme telle, est responsable d'effets dévastateurs aux plans psychique et physique (dépendance, démence, cirrhose, cancers, maladies ORL, AVC...), et de 30% des accidents mortels de la route. En France, 40 000 décès par an sont imputables à l'alcool.

Mais qu'en est-il de l'entourage ?

L'alcool ne frappe pas que les alcooliques, mais aussi l'entourage. On peut même parler d'un « mal familial ». En moyenne 5 personnes souffrent des conséquences de l'alcoolisme d'un proche.

Des proches qui assistent impuissants à la lente dégradation du malade, malgré toutes les tentatives de contrôle, de raisonnement, de persuasion dont ils font preuve.

Des proches - conjoint(e), compagne, compagnon, enfant, parent, ami(e) - prêts à sombrer eux-mêmes, parfois victimes de violences physiques.

Faire arrêter de boire l'alcoolique est leur obsession, le voir se détruire est leur angoisse, puis viennent la culpabilité et la colère devant une situation qu'ils ne maîtrisent pas.

L'entourage s'isole, s'étirole dans ce long calvaire car l'alcoolisme est une maladie chronique, au rétablissement incertain.

AUJOURD'HUI NOUS JETONS UNE BOUTEILLE À LA MER AUPRÈS DES JOURNALISTES

L'anonymat est un des principes clés de la fraternité, l'identité des membres est protégée afin qu'ils se sentent en confiance. Ce principe ne devrait pas être synonyme d'invisibilité.

AIDEZ-NOUS A FAIRE CONNAÎTRE Al-Anon

Consultez notre site pour en savoir plus ou assister à une réunion : <https://www.al-anon.be>

Contact :

Al-Anon : nous jetons une bouteille à la mer, pour mieux nous faire connaître dans le but d'aider d'autres proches de malades alcooliques

Comment Al-Anon aide ?

En réunissant des proches de malades alcooliques, Al-Anon permet le partage et l'entraide entre des personnes vivant la même situation. Réunions, écoute, partage, anonymat, possibilité de téléphoner à d'autres membres, slogans inspirants tels que « un jour à la fois », « vivre et laisser vivre... », « se hâter lentement », le programme et la documentation Al-Anon sont les outils proposés pour aller mieux, que l'alcoolique boive encore ou pas. Il existe une liberté totale quant à la fréquentation des réunions. Chacun est libre de prendre ce qui lui plait et de laisser le reste.

Il arrive régulièrement que le changement d'attitude de l'entourage conduise les malades à rechercher de l'aide pour eux-mêmes.

D'où vient Al-Anon ?

Les Groupes familiaux Al-Anon ont été créés aux USA, en 1951 après les Alcooliques Anonymes. Le nom Al-Anon en est la contraction.

Lois W, la femme de l'un des fondateurs des AA « Bill » W aux Etats-Unis, en eut l'idée avec d'autres épouses d'alcooliques en partageant ses souffrances et ses espoirs, et en adaptant le programme des AA en 12 étapes.

Au sein d'Al-Anon, Alateen s'adresse spécifiquement aux adolescents qui sont affectés par l'abus ou la dépendance à l'alcool de parent(s) ou d'ami(s).

L'association Al-Anon, à but non lucratif, a vu le jour en Belgique, en 1961.

Il existe au total 27 groupes en Belgique, avec des réunions organisées la fois en présentiel et en visioconférence

Al-Anon n'est affilié à aucune secte, dénomination religieuse, entité politique, organisation ou institution. Al-Anon ne s'engage dans aucune controverse et ne donne son appui ni ne s'oppose à aucune cause. L'association subvient à ses propres besoins grâce aux contributions volontaires des membres; il n'y a pas de frais d'inscription ni de cotisations, chacun donne ce qu'il peut, ce qu'il veut de manière anonyme.

Les soutiens d'Al-Anon

De plus en plus de professionnels de santé encouragent et conseillent Al-Anon. Des permanences ont lieu dans les maisons d'usagers de grands hôpitaux et autres structures.