

16.09.2020 - 09:00 Uhr

Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool : briser le tabou

Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool «Briser le tabou»

Lausanne (ots) -

La dépendance à l'alcool se classe parmi les maladies psychiques qui sont particulièrement stigmatisées. Pour les personnes concernées, la honte et la culpabilité font obstacle à la recherche de soutien. La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool, qui aura lieu le 24 septembre cette année, entend sensibiliser le public au tabou des problèmes d'alcool de différentes manières.

L'alcool est un bien de consommation courant, pour lequel la consommation est la norme et l'abstinence l'exception. Celui ou celle qui ne veut pas boire d'alcool lors d'un apéritif doit se justifier, et il est rare qu'une autre boisson soit proposée spontanément. Supporter l'alcool est valorisé, mais perdre le contrôle de sa consommation est stigmatisé. Lorsqu'on s'inquiète pour la consommation d'alcool d'un proche, il est souvent difficile de lui en parler, par crainte de le blesser ; lorsque la consommation devient problématique, c'est le silence qui s'installe.

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool 2020 vise à briser le tabou qui entoure certains aspects de la consommation d'alcool. Initialement prévue en mai, elle a été reportée au 24 septembre en raison des circonstances exceptionnelles liées à la pandémie de Covid-19. Dans toutes les régions du pays, les organisations actives dans le domaine du conseil et du traitement des addictions attireront l'attention sur leurs offres de soutien et sensibiliseront la population. Lorsque les conditions le permettaient, un certain nombre l'ont déjà fait avant cette date, en respectant les règles en place pour prévenir la propagation du coronavirus.

Le thème retenu pour la Journée 2020 met l'accent sur l'importance de ne pas stigmatiser les personnes qui souffrent d'une dépendance à l'alcool pour leur prétendu " manque de volonté " ou leur " faiblesse de caractère ". " Cette stigmatisation pousse la personne concernée à se replier sur elle-même et conduit à l'isolement, ce qui complique l'accès à une aide professionnelle ", déclare Marie-Noëlle McGarrity, cheffe de projet à Addiction Suisse.

De l'aide en désespoir de cause

Les personnes concernées tardent souvent à demander de l'aide et dissimulent longtemps le problème. Bartholome en sait quelque chose ; il avait 46 ans quand il a arrêté de boire. Pendant de nombreuses années, il a refusé d'admettre - tant vis-à-vis de lui-même que des autres - que sa consommation était excessive. " Je buvais jusqu'à sombrer dans l'inconscience. À la fin, je n'allais travailler qu'un jour sur deux et j'avais des pensées suicidaires ", dit-il rétrospectivement. Il a failli tout perdre - sa femme, son travail. En désespoir de cause, il a cherché de l'aide. Dans une clinique, on lui a conseillé de rejoindre les Alcooliques Anonymes (AA). Pour lui, cela a marqué un tournant. Les discussions avec d'autres personnes touchées l'ont aidé et l'aident encore aujourd'hui. Même s'il ne boit plus une goutte d'alcool depuis plus de vingt ans, il se rend chaque semaine aux réunions, s'engage au sein de l'équipe régionale des AA en charge de l'information et assure à temps partiel la permanence téléphonique de l'organisation, atteignable 24 h sur 24.

Bartholome a réussi à sortir de la dépendance grâce au soutien de sa famille, de son employeur - il a pu rester dans la même entreprise jusqu'à sa retraite - et des AA. Il a aussi eu un brin de chance. " Mais tant qu'on refuse de regarder la réalité en face, aucun changement n'est possible ; par ailleurs, il faut rester sur ses gardes toute sa vie avec l'alcool ", ajoute-t-il.

L'alcool n'est pas tabou, les problèmes oui. Les résultats d'une enquête montrent qu'on ne parle guère du mal-être psychique en Suisse. La majorité des personnes interrogées craignent des réactions négatives si leur entourage venait à apprendre qu'elles ne vont pas bien. Ainsi, les personnes concernées et leurs proches évitent de parler des problèmes d'alcool, par crainte d'être considérées comme faibles ou incapables ou pour ne pas s'exposer à des conséquences telles que le licenciement ou la perte du droit de garde. Les personnes alcoolo-dépendantes ont tendance à se replier sur elles-mêmes ; la honte et la culpabilité qu'elles éprouvent constituent un obstacle de taille à la recherche de soutien. On voit alors apparaître un cercle vicieux qui ne fait qu'aggraver la situation. La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool entend briser le tabou et rompre le silence ; elle vise également à encourager les personnes touchées et leurs proches à chercher de l'aide.

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool est organisée conjointement par les trois associations régionales des professionnels de l'addiction (GREA, Fachverband Sucht et INGRADO), ainsi que par Addiction Suisse, la Croix-Bleue, la Société suisse de médecine de l'addiction (SSAM) et les Alcooliques Anonymes (AA). Organisée tous les deux ans, elle est financée par le Fonds de prévention des problèmes liés à l'alcool.

Chiffres et faits :

- En Suisse, 250 000 personnes sont alcoolo-dépendantes. Plus d'un demi-million de personnes de 15 ans et plus ont, dans leur cercle familial proche (mère, père, frères et soeurs, enfants, partenaire), au moins une personne qui a des problèmes d'alcool (voire un problème supplémentaire avec d'autres drogues). À cela s'ajoutent quelque 100 000 enfants de parents qui vivent avec un parent qui souffre d'une consommation problématique d'alcool.

- Les problèmes d'alcool touchent toutes les couches de la population.

- Un grand nombre de personnes sont dépendantes sans jamais être complètement ivres.

- Les rechutes (re-consommation) sont fréquentes avant de réussir à sortir de la dépendance.

Liste des activités (a) dans les régions

Informations supplémentaires sur la Journée sur les problèmes liés à l'alcool : www.journee-problemes-alcool.ch

(b) Photos d'illustration 1

(c) Photos d'illustration 2

(a) <https://urlz.fr/dOeo>

(b) <https://urlz.fr/dOdG> (c) <https://urlz.fr/dOdL>

Contact:

Monique Portner-Helfer
Porte-parole
Addiction Suisse
tél. 021 321 29 74
mportner-helfer@suchtschweiz.ch

Medieninhalte

