

LA SOCIETE FRANCAISE DE LA CROIX BLEUE

ASSOCIATION loi 1901

reconnue d'utilité publique depuis 1922

AIDE

aux personnes en difficulté

avec l'alcool

et aux personnes

de leur entourage

Sans alcool avec
La Croix Bleue



LES OBJECTIFS DE LA CROIX BLEUE

Accompagner

Proposer l'abstinence

comme **choix de vie** possible

et à partir de ce choix,

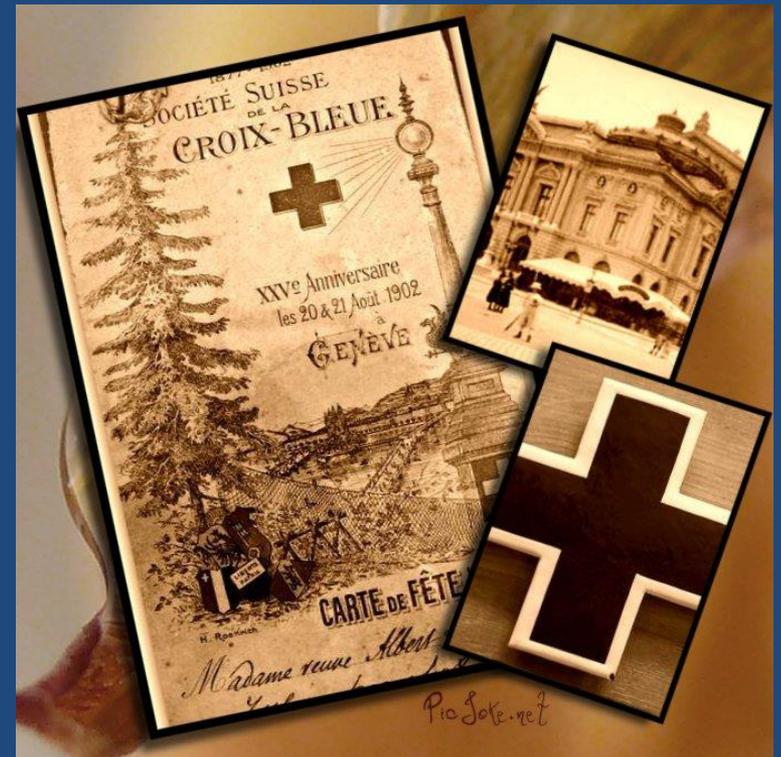
Découvrir un nouveau potentiel de vie.

LES ORIGINES

Quelques dates repères



Documents issus du musée
de La Croix Bleue à Valentigney



Le 18 septembre 1874

PIERRE BARBIER, 38 ans, buveur invétéré à Valentigney (Doubs), dégoûté de lui-même et rejeté de tous supplia Dieu de lui venir en aide.

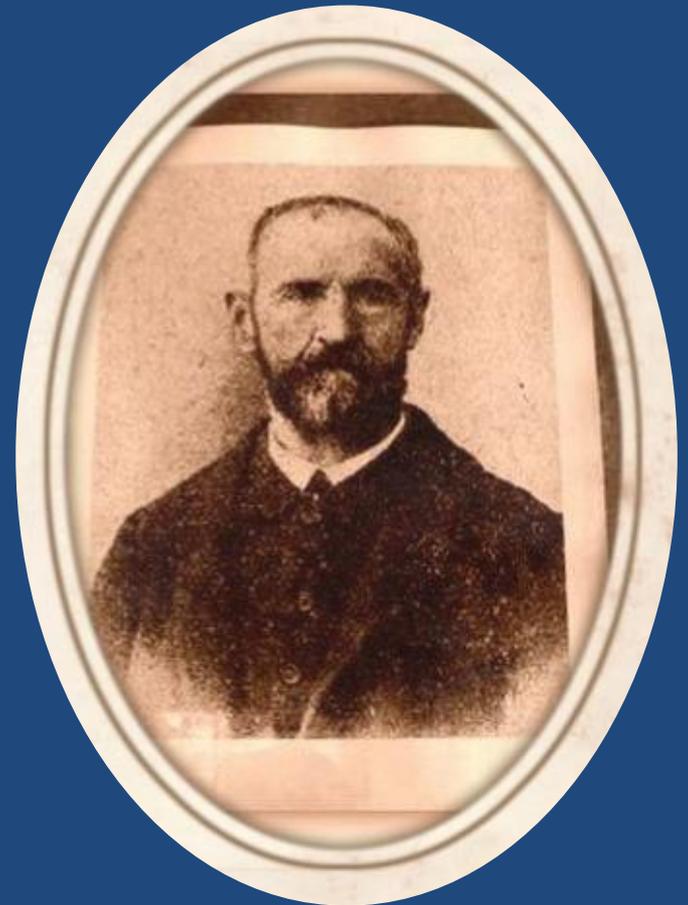
Il se sentit délivré et ne rebut jamais.

en 1877

Le pasteur **LOUIS LUCIEN ROCHAT** créa la Croix Bleue en Suisse à Genève.

en 1880

Pierre Barbier apprit que la Croix Bleue prospérait de l'autre côté du Jura, à La Chaux-de-Fonds. Il s'y rendit et signa son premier engagement écrit d'abstinence.



De retour en Franche Comté, PIERRE BARBIER gagne LUCY PEUGEOT à sa cause

Tout les séparait, il était pauvre, elle était riche,
il appartenait à la classe des travailleurs,
elle était fille de patron,
il était méprisé, elle était honorée.

Elle avait compris que Pierre Barbier
devenu abstinent, était seul,
Incompris, exposé aux pressions
dans un pays où l'on croyait impossible
de faire aucune chose joyeuse ou triste
sans le verre à la main.

1883 :

Ensemble, ils donnent naissance
à la première section Croix Bleue française à Valentigney.



Les valeurs de La Croix Bleue

- La reconnaissance du malade alcoolique en tant que personne.
- La prise en compte de son entourage.
- Une Aide et un Accompagnement personnalisé :
 - ✓ Pas de jugement.
 - ✓ Ecoute, Partage, Soutien du groupe
 - ✓ Un engagement écrit, signé entre l'accompagnant et l'accompagné.
- Le témoignage des personnes qui ont fait le choix d'une vie sans alcool.



AIDER sans ASSISTER



C'est accueillir l'autre tel qu'il se définit lui-même,
sans se substituer à lui pour lui dire ce qu'il doit être.
C'est cheminer avec lui sans le juger, lui laissant le temps
et l'espace de trouver la voie qui est la sienne.

LA CROIX BLEUE

s'est construite sur des valeurs chrétiennes

Cependant, elle est indépendante du corps médical et social,
de toute organisation politique, syndicale, confessionnelle,
tout en entretenant des relations avec les uns et les autres.



Elle se veut ouverte à TOUS sans distinction

LE RÉSEAU

De nombreux intervenants médico-psycho-sociaux (médecins hospitaliers, généralistes, pharmaciens, psychologues, assistantes sociales, etc.) sont concernés par les problématiques conséquentes à l'alcoolisme et plus généralement à l'addictologie.



Les associations d'entraide ont un rôle indispensable et complémentaire aux professionnels qui s'impliquent dans ce réseau. Elles permettent une meilleure prise en compte, dans la durée, de la personne dans sa globalité (aspects médicaux, psychologiques, sociaux, spirituels).

LA CROIX BLEUE

DISPOSE

- D'un siège : secrétariat national et accueil téléphonique
- De 70 sections réparties en France
- D'un camping sans alcool en Ardèche
- D'un journal trimestriel « Le Libérateur »
- De tracts, d'affiches, brochures, dossiers, livres
- De sites Internet et d'une page facebook

Site web <http://www.croixbleue.fr>

Facebook <http://facebook.com/croixbleue>

L'ACTION DE LA CROIX BLEUE

**s'appuie essentiellement sur la disponibilité et l'expérience
de ses membres bénévoles**

qui ont suivi des formations

(Addictologie, Relations humaines, Psychologie, etc.)

Elle propose :

- **L'écoute de la personne en détresse**
- **L'accompagnement qui permet le dialogue**
- **Des réunions qui assurent des échanges**
- **Un engagement écrit renouvelable de non consommation d'alcool, pour
une durée déterminée**
- **La redécouverte et le choix d'un nouveau mode de vie**

LES GROUPES DE PAROLE

permettent :

- ✓ de s'exprimer dans un climat de confiance sans jugement, de mettre des mots sur son vécu.
- ✓ de partager des moments forts, de positiver.
- ✓ d'entendre des témoignages qui démontrent que « c'est Possible ».
- ✓ et de trouver sa propre solution.



L'ENGAGEMENT D'ABSTINENCE

**C'est un cadre à l'accompagnement,
il concrétise la mise en route**

**Il est le reflet des victoires et des difficultés
et le lien avec l'équipe de membres actifs**

**C'est une spécificité
de l'accompagnement Croix Bleue
Mais il n'est pas obligatoire**



**Pour devenir membre actif,
il faut être sous engagement écrit d'abstinence d'alcool
depuis au moins 9 mois.**

Société Française de la Croix Bleue

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.

Engagement d'abstinence

Nom :
Prénom :
Année de naissance :
Profession :
Situation de famille :
Adresse :
.....

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

Motif de la signature :
.....

Engagement du au

Le porteur du carnet Le signataire

Si vous ne parvenez pas à tenir cet engagement, dites-le sans tarder, reprenez un engagement. C'est avec l'aide des amis de la Croix Bleue que vous pourrez atteindre ce but.

"Il y a un avenir pour votre espérance"

L'ENGAGEMENT D'ABSTINENCE

- Conviction de la Croix Bleue
- L'identité de la personne qui s'engage
- Désir de s'engager en mesurant ses forces : durée progressive
- La motivation qui peut évoluer d'un engagement à l'autre
- L'engagement de deux personnes
- La prévention de la reconsommation
- Affirmation de notre espérance et de notre confiance

MAIS... QU'EST CE QUE L'ALCOOLISME ?

En 1950, le Professeur FOUQUET définissait l'alcoolisme comme
LA PERTE DE LA LIBERTÉ DE S'ABSTENIR D'ALCOOL.

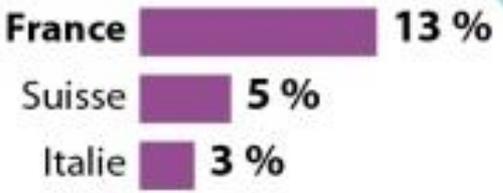
On parle aujourd'hui d'ADDICTIONS
en rassemblant toxicomanie, alcool, médicaments,
jeu pathologique, achats compulsifs,
dépendance sexuelle et affective..

Les addictions sont des conduites qui reposent sur un besoin répété
et irrépressible, souvent malgré la conscience
de l'abus et de la perte de liberté



A SAVOIR... L'alcool, c'est 49 000 décès par an

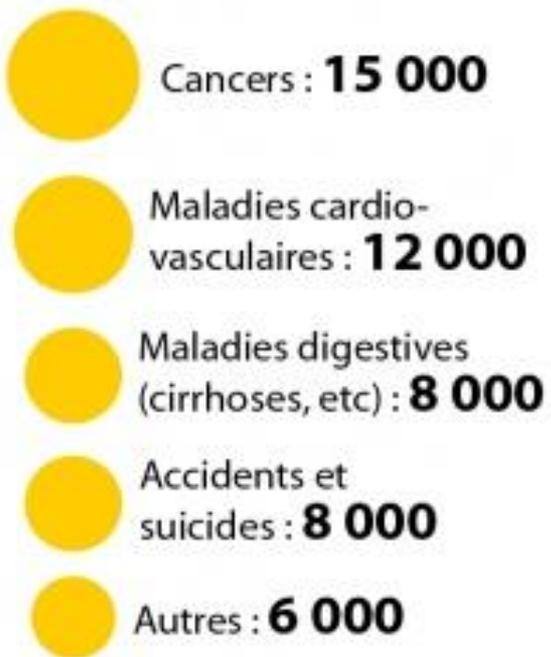
36 500
chez l'homme
En % de la mortalité masculine



12 500
chez la femme
En % de la mortalité féminine



Décès attribuables à l'alcool



Consommation d'alcool en France



*Recommandations médicales : 0,5 verre par jour (1 verre = 10 cl de vin = 25 cl de bière = 3 cl de whisky ou d'alcool à 40°)

2^{ème} cause de mortalité en France

49 000 décès/an sont dus à l'alcool

100 à 200 décès/an dus aux autres drogues (hors tabac)

Évolution du mode de consommation des JEUNES



Comas
éthérique

« la défonce »

alliant souvent plusieurs produits
psychoactifs :

LE BINGE DRINKING

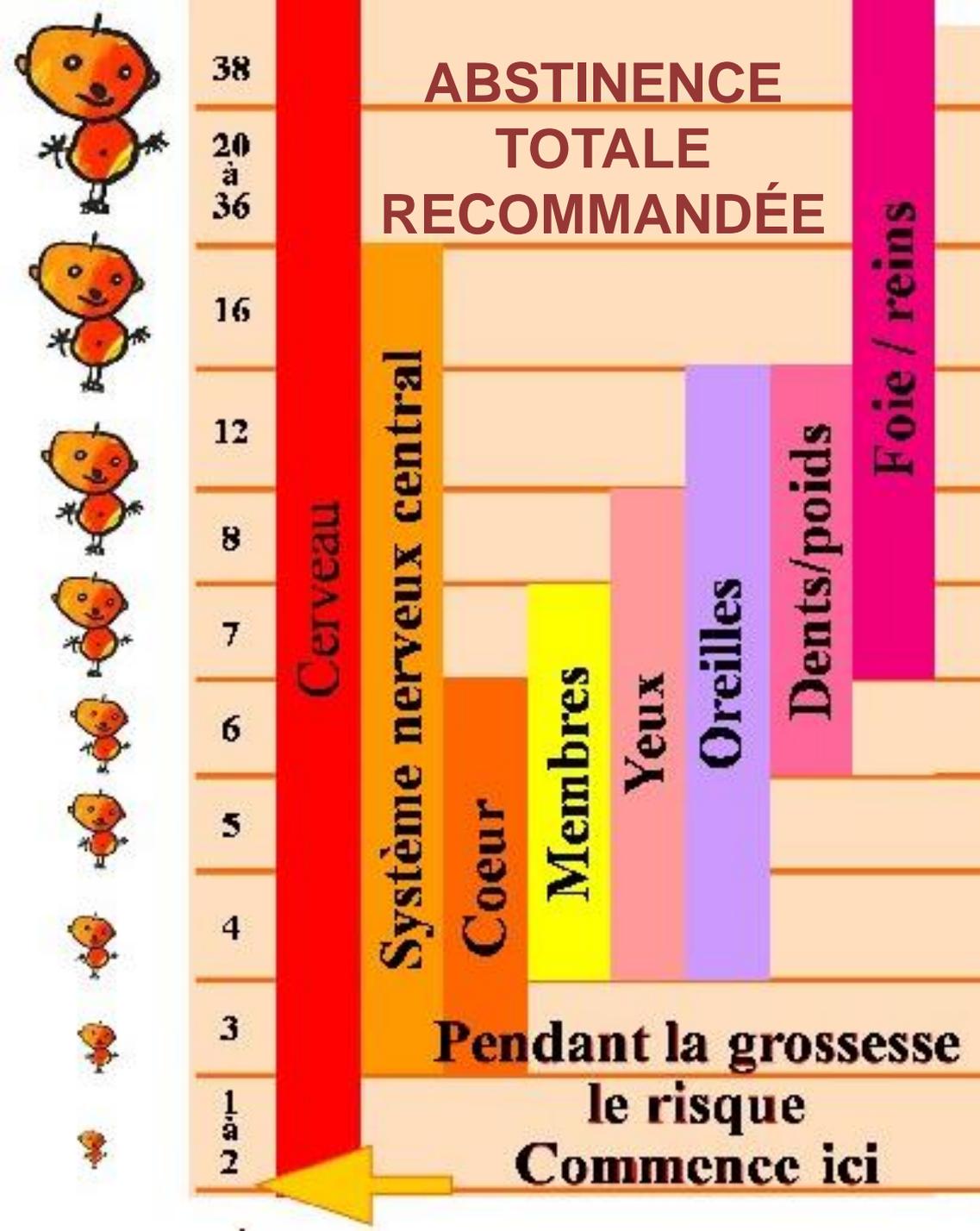
- ✓ perte de contrôle
- ✓ comportements violents et impulsifs dangereux pour les autres et pour soi
- ✓ accidents de la route ou de sport
- ✓ le jeune éméché devient la victime idéale de rixes, de manipulations et de violences physiques, morales ou sexuelles
- ✓ À long terme, conséquences sur le cerveau et risque de dépendance

Syndrome d'alcoolisation foétale (SAF)

Une consommation quotidienne d'alcool, même très modérée, ou des ivresses épisodiques, peuvent provoquer des accouchements prématurés, des retards de croissance du fœtus.

Selon les organes affectés, il peut se manifester par des malformations, des déficiences intellectuelles, ou d'autres troubles congénitaux.

Il peut entraîner des troubles du comportement et une modification des traits du visage.



Savez-vous Combien d'alcool contient un verre standard?

Si on considère les verres servis dans les bars, on estime que

CHAQUE VERRE CONTIENT LA MÊME QUANTITÉ D'ALCOOL PUR,

soit de 10 a 13 grammes environ.

On parle de verre standard, ou d'unité d'alcool (ua).

10 grammes d'alcool pur, c'est donc :

- 25 cl de bière ou cidre à 6 degré
- 12,5 cl de vin ou champagne à 11°
- 2 cl de pastis ou digestif à 45°
- 3 cl de whisky à 40°
- 6 cl d'apéritif à 20°
- etc.



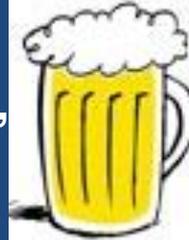
Vin
12,5 cl à 11°
(un ballon)



Whisky cola
3 cl, de whisky
à 40°



Pastis
2 cl, de pastis
à 45° + eau



Bière
25 cl à 5°
(un demi)



Whisky
baby de 3 cl,
à 40°



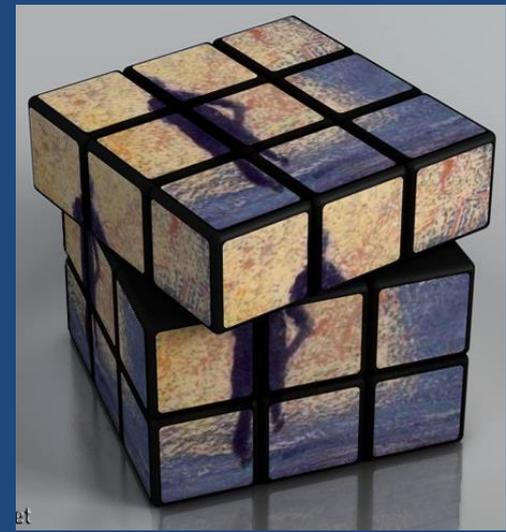
Cidre brut
25 cl à 5°
(bolée)



Planteur
2 cl, de rhum
à 50° + jus d'orange

Mêmes doses d'alcool !

**Un ensemble de solutions peut être envisagé
pour retrouver
une forme physique,
des liens sociaux,
un équilibre émotionnel et mental,
des valeurs éthiques motivant un désir de vivre**



**C'est un travail de reconstruction qu'aucun médicament,
ni aucun sevrage
ne peut faire à la place de la personne.**

Les associations d'entraide,
comme la plupart des alcoologues,
préconisent l'abstinence totale et définitive quand
la dépendance est installée pour se libérer du
produit (alcool ou autres).

Les partenaires médico-sociaux apportent des ressources complémentaires et souvent nécessaires sur le chemin de la reconstruction.

La fréquentation d'un groupe d'entraide génère une dynamique et un soutien utile dans le temps pour favoriser ce que nous appelons « **une nouvelle vie** ».

Les membres de l'entourage affecté de la même manière doivent pouvoir aussi bénéficier de ce soutien.



A La Croix Bleue, nous proposons aussi des moments de convivialité



qui renforcent la cohésion et l'esprit d'équipe,
et prouvent que l'on peut passer de bons moments
et s'amuser sans alcool ni autres produits psychotropes.

CONTACTS

Siège de la Croix Bleue

Sylvie MONTEUX

Françoise BRULIN

01 42 28 37 37

01 42 28 88 18

Ludovic LANG

Responsable Ile de France

06 52 97 62 97

Guilaine MIRANDA

Aulnay

06 19 27 16 51

Thierry ROBILLARD

Poissy

06 88 32 66 51



Site web <http://www.croixbleue.fr>
Facebook <http://facebook.com/croixbleue>

À bientôt !