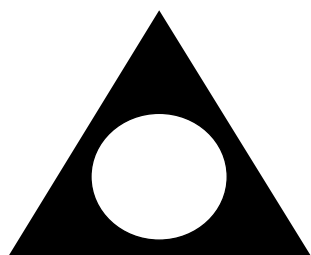


# DOSSIER DE PRESSE

Espoir et aide pour les familles et  
amis

des alcooliques



Al-Anon / Alateen  
Groupes Familiaux

18, rue Nollet - 75017 PARIS  
Tél ; 01 42 81 97 05  
Internet : <http://al-anon-alateen.fr>

# IL N'EST PAS NECESSAIRE DE BOIRE

## POUR SOUFFRIR DE L'ALCOOLISME

Les conflits, les difficultés croissantes finissent par affecter petit à petit tout l'entourage :

⇒ CONJOINT

⇒ ENFANTS

⇒ PARENTS

⇒ AMIS

⇒ RELATIONS PROFESSIONNELLES

### 1 MALADE BOIT... 5 PERSONNES SOUFFRENT

L'alcoolisme est un mal familial.

**L'obsession des proches** : toute leur attention est centrée sur les moyens d'amener l'alcoolique à cesser de boire.

**Leur anxiété** : voir un proche se détruire lentement par l'alcool.

**Leur colère** : tôt ou tard, la conduite de l'alcoolique finit par irriter ceux qui l'entourent.

**La négation** : ils croient ou veulent croire que le problème n'existe plus chaque fois que survient une période de sobriété.

**Leur sentiment de culpabilité** : ils croient qu'il y a quelque chose qu'ils ont fait ou qu'ils n'ont pas fait.

## ✿ QUI SOMMES NOUS ?

Les groupes familiaux AL-ANON/ALATEEN forment une association internationale (26 000 groupes présents dans 110 pays) de familles et d'amis d'alcooliques qui se réunissent pour partager leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leurs problèmes communs.

Nous croyons que l'alcoolisme est un mal familial et qu'un changement d'attitude peut contribuer à notre rétablissement.

AL-ANON n'est affilié à aucune secte, entité religieuse et politique.

AL-ANON ne s'engage dans aucune controverse et n'appuie ni ne condamne aucune cause.

AL-ANON n'a qu'un but : aider les familles des alcooliques.

Les membres y parviennent en accueillant et en réconfortant l'entourage des alcooliques et en apportant leur compréhension à l'alcoolique.

Des groupes sont plus spécifiquement destinés aux adultes enfants d'alcooliques : groupes A.E.A.

### *Pour les enfants*

Des réunions sont organisées pour les enfants : ALATEEN.

Ces groupes s'adressent aux enfants de moins de 19 ans, dont l'un ou l'autre parent est alcoolique.

Les groupes ALATEEN sont animés par les enfants et adolescents eux-mêmes, guidés par deux membres Al-Anon ou un membre Al-Anon et un membre Alcooliques Anonymes.

## ✿ COMMENT AL-ANON PEUT AIDER ?

On compte aujourd'hui plus de 26 000 groupes Al-Anon et Alateen (dont plus de 220 en France) répartis dans 110 pays dans le monde.

## Les réunions

Les membres Al-Anon se réunissent pour réfléchir et partager leur expérience autour d'un thème. Chacun apporte, s'il le souhaite, son témoignage et son soutien.

## Le téléphone

Les membres peuvent aussi se communiquer leur numéro de téléphone pour, entre les réunions, s'entraider par des échanges plus personnels.

## Les lectures

Al-Anon propose des publications et ouvrages variés dans lesquels les membres trouvent des réponses possibles à leurs problèmes particuliers.

La documentation Al-Anon est éditée en 34 langues différentes.

## L'anonymat

Al-Anon est une fraternité dont les membres sont anonymes. Tout ce qui se dit en réunion et entre membres, doit être gardé confidentiellement. C'est à cette condition seulement que les membres peuvent se sentir libres d'exprimer leurs pensées et leurs sentiments, car c'est par ce moyen qu'ils s'entraident mutuellement dans Al-Anon.

## Le programme

Le programme Al-Anon est basé sur les Douze Etapes des Alcooliques Anonymes (lesquelles ont été adaptées aux besoins de l'entourage). Les membres essayent de les appliquer dans leur vie, petit à petit, un jour à la fois. L'entraide chaleureuse des membres et la lecture de la

documentation Al-Anon les conduisent à une vie plus sereine.

## La liberté

La seule condition requise pour qu'une personne fasse partie d'Al-Anon, est que sa vie soit ou ait été affectée par la consommation d'alcool d'un proche. Chacun est libre de choisir son groupe, son assiduité. Il n'existe pas de hiérarchie. Chacun prend dans le programme, les réunions, les témoignages, ce qui lui semble utile en toute liberté.

## Le financement

Ni frais d'inscription, ni cotisation.

Chaque groupe subvient à ses propres besoins et refuse toute contribution de l'extérieur.

A la fin de chaque réunion, nous faisons passer un « chapeau » où chacun met ce qu'il veut ou ce qu'il peut.

Al-Anon s'autofinance.

## ✳ RAPPEL HISTORIQUE

**AL-ANON** est une association créée quelques années après celle des Alcooliques Anonymes. Le nom AL-ANON en est la contraction.

LOIS W., épouse de BILL W. (Cofondateur des Alcooliques Anonymes) constate que les relations demeurent difficiles bien que son mari soit abstinant. Elle rencontre d'autres épouses d'alcooliques ; celles-ci partagent mutuellement l'aide personnelle reçue en essayant de vivre selon les Douze Étapes des Alcooliques

Anonymes.

1941 -Création des premiers groupes familiaux (États-Unis).

1951 Adoption du nom Groupes Familiaux Al-Anon.

1962 -Premier groupe en France. Paris Quai d'Orsay.

1965 -Création légale de l'association sous le nom Al-Anon Groupes Familiaux et premier conseil d'administration.

1979 -Première Conférence (réunion nationale).

1987 -Première rencontre Francophone entre la Suisse, la Belgique et la France.

1997 -Nantes : premier congrès Al-Anon/Alateen.

1998 -Création d'un comité national d'information publique.

2001 -Cinquantième anniversaire Al-Anon dans le monde.

2006 -Quatrième congrès Al-Anon/Alateen à Annecy.

Actuellement, 20 régions sont constituées.

220 GROUPES AL-ANON EN FRANCE (1 à LA REUNION, 1 à TAHITI)

DONT :       6 EN ANGLAIS, 1 EN POLONAIS,  
          25 GROUPES ALATEEN,  
          4 GROUPES ADULTES ENFANTS D'ALCOOLIQUES,  
          4 GROUPES EN LIGNE.

## **QUELQUES TEMOIGNAGES**

### **AL-ANON : une mère**

Ma fille est alcoolique. Quand je me suis rendu compte de la gravité de la situation, je suis d'abord passée par des sentiments de colère, de honte, d'incompréhension. Puis, je me suis sentie coupable. Qu'est-ce que j'avais raté dans mon rôle d'éducatrice : n'avais-je pas montré mon

amour ou au contraire avais-je été une mère trop protectrice ?

Impossible de penser à autre chose, travailler, sortir, recevoir ses amis, tout devenait une corvée.

Je sombrais avec ma fille.

J'ai poussé la porte des « Al-Anon ».

A la première réunion, la lecture des différentes Etapes et Traditions m'a quelque peu déconcertée. Mais l'accueil si chaleureux des personnes présentes, l'écoute, le partage des mêmes préoccupations, la profonde amitié qui naît au fil des séances, m'ont libérée du désespoir.

J'apprends que l'alcoolisme est une maladie contre laquelle on est impuissant, que c'est moi qui dois changer d'attitude, retrouver une tranquillité d'esprit et une certaine joie de vivre. Comme pour le malade alcoolique, je sais que le chemin vers la guérison sera long et difficile mais que chacun y parviendra.

Jacqueline

### [AL-ANON : un époux](#)

Bonjour, je m'appelle Antoine, je suis le mari d'une alcoolique. J'ai connu Al-Anon en suivant ma femme à sa première réunion Alcooliques Anonymes. J'étais partagé entre une grande espérance, c'est probablement ça la bonne solution pour tenir le coup et une grande crainte.

Al-Anon m'a permis dans un premier temps de comprendre l'alcoolisme en tant que maladie. Maladie de l'esprit, du corps, de l'âme ; maladie progressive, incurable, mortelle, je ne suis

pas responsable de cette maladie.

Al-Anon m'a expliqué que l'alcoolisme était un véritable mal familial : si nous faisons ou si nous avons fait partie de l'entourage alcoolique, nous sommes tous plus ou moins affectés par les conséquences de l'alcoolisme de cette personne. Plus nous l'aimons, plus nous serons touchés par la honte, l'obsession, l'anxiété, la colère, la négation, la culpabilité, le ressentiment.

Al-Anon me donne la possibilité de me rétablir, d'être responsable de moi, d'assumer mes choix, de réfléchir au sens que je donne à ma vie.

Et cela, quelle que soit l'attitude de l'alcoolique : qu'il refuse de reconnaître son problème, qu'il essaie de s'en sortir sans y arriver, qu'il soit sur la voie du rétablissement ou qu'il soit décédé.

Personnellement, j'ai une infinie reconnaissance envers Al-Anon et Alcooliques Anonymes.

C'est sans aucune hésitation que je vous dis : si vous connaissez des personnes qui vivent cet enfer, n'hésitez pas à leur parler d'Al-Anon.

Antoine

### **ALATEEN (groupe enfants)**

C'est mon père qui est alcoolique depuis toujours. Ma mère l'a su 10 ans après leur mariage. Au début elle ne savait pas comment s'y prendre. Puis, elle a été aux Al-Anon. Et mon père est allé aux Alcooliques Anonymes. Puis ma mère nous a parlé, à mon frère et moi, du problème de l'alcoolisme et elle nous a proposé le groupe Alateen.

Bon, je ne savais pas à quoi m'attendre. La première fois que j'y suis allée, c'était une séance spéciale, une sorte de réunion ouverte Al-Anon et Alcooliques Anonymes. Il y avait

deux témoignages, un Alcooliques Anonymes et un Al-Anon. C'est là que j'ai pu rencontrer les premiers Alateen.

A ma première séance, j'ai pu raconter les choses les plus frappantes que j'avais vécues.

Ensuite, j'ai continué à venir à Alateen pendant longtemps. J'y ai trouvé des personnes qui comprenaient mes problèmes, qui avaient vécu la même chose que moi.

Avant Alateen, j'étais mal dans ma peau, j'étais carrément la tête de turc de ma classe. Je restais dans mon coin et je n'avais pas d'amies. Maintenant, j'ai pris confiance en moi, ça va beaucoup mieux ; j'ai plusieurs amis. Pour moi, c'est un grand changement par rapport à avant.

Agnès

## OU TROUVER AL-ANON ?

### SIEGE SOCIAL :

18, rue Nollet - 75017 - PARIS

tél. : 01.42.81.97.05

fax : 01.42.80.17.89

E-mail : al-anon.alateen@orange.fr

Internet : <http://al-anon-alateen.fr>

### CONTACTS REGIONAUX :

<b>AQUITAINE</b>	<i>Nord</i>	05-56-98-02-09
	<i>Sud</i>	05-59-59-77-85
<b>BRETAGNE</b>	<i>Finistère</i>	02-98-46-33-87
	<i>Ille-et-Vilaine</i>	02-99-14-07-67
	<i>Côtes d'Armor</i>	02-96-62-13-64
<b>CENTRE</b>		02-37-99-63-55
<b>ILE-DE-FRANCE</b>		01-39-53-01-60

<b>LANGUEDOC-ROUSSILLON</b>		04-67-34-05-22
<b>LORRAINE</b>		06 01 93 01 54
<b>NORD / PAS-DE-CALAIS</b>		03-20-70-08-71
<b>BASSE-NORMANDIE</b>	<i>Calvados - Orne</i>	02-31-28-38-74
	<i>Manche</i>	02-33-56-61-38
<b>HAUTE-NORMANDIE</b>		02 35 10 71 69
<b>PARIS Intra-Muros</b>		01-42-81-97-05
<b>PAYS DE LA LOIRE</b>	<i>Angers</i>	02-41-48-47-00
	<i>Nantes</i>	02-40-37-50-57
<b>PICARDIE</b>		06-33-49-56-43
<b>PROVENCE-ALPES-COTE D'AZUR</b>		04-94-47-10-28
<b>RHONE-ALPES</b>		04-72-71-32-94