

Gilets jaunes et alcootest

Un « gilet jaune » est un vêtement à haute visibilité utilisé comme un équipement de protection individuelle. Il est fluorescent et porte des bandes réfléchissantes permettant d'être vu dans la nuit en particulier sur le réseau routier. Il est obligatoire dans l'habitacle des véhicules. Il doit être porté si le conducteur sort de son véhicule. Il doit en outre être porté par les conducteurs de deux roues et également par les personnes travaillant sur la chaussée. Il fut valorisé par une excellente campagne de prévention routière avec un visuel montrant le couturier Karl Lagerfeld disant : « C'est jaune, c'est moche, ça ne va avec rien, mais ça peut vous sauver la vie. » Le monde entier sait que ce gilet est devenu le signe de ralliement des révoltés des ronds-points français de la fin de l'année 2018.

Le gilet jaune fait partie des équipements obligatoires de sécurité routière; on pourrait dire que ces équipements ont commencé avec la ceinture de sécurité. Cette mesure, longtemps discutée, n'est plus aujourd'hui contestée par les conducteurs qui acceptent aujourd'hui de boucler leur ceinture... sinon de se serrer la ceinture.

Une autre mesure de sécurité routière consiste en un dispositif anti-démarrage (EAD) relié à un éthylotest électronique qui bloque le moteur si le chauffeur qui a soufflé dans l'appareil présente un taux d'alcoolémie supérieur à la limite légale. Ce dispositif est obligatoire en France et dans de nombreux pays pour les chauffeurs de moyens de transports publics. Après avoir été testé dans certains départements français, ce dispositif est utilisé sur tout le territoire depuis

le 1^{er} janvier 2019, comme alternative à la suspension du permis de conduire, après une infraction routière liée à la consommation d'alcool. Il est installé après décision de justice ou de l'administration (sur proposition de la commission préfectorale médicale d'aptitude aux permis de conduire), aux frais du conducteur, dans des garages agréés. Il est associé à un suivi médico-psychologique. C'est donc une mesure

de contrôle mais aussi de rééducation. Elle a été peu utilisée lors de la période d'essai; il n'est pas certain qu'elle le soit davantage maintenant. Notons qu'il existe encore une procédure d'EAD dit « alternatif » qui, pour l'usager qui l'accepte dès le constat de l'alcoolémie délictueuse, évite la suspension du permis de conduire.

Un autre dispositif de sécurité, ou au moins d'éducation et de prévention, avait été rendu obligatoire, un dispositif élémentaire et bon marché : l'éthylotest personnel jetable. Une loi l'avait rendu obligatoire dans l'habitacle de la voiture à partir du 1^{er} juillet 2012; des peines avaient été prévues en

cas de manquement. Pour des raisons qu'il faudrait analyser en détail, les décrets d'application de la loi n'ont jamais été publiés.

Alors après les « gilets jaunes », les éthylotests? Rêvons à de nouvelles manifestations sur les ronds-points où les conducteurs brandiraient ce dispositif pour sensibiliser aux risques d'accidents liés à la consommation d'alcool sur la route et ailleurs.

Michel Craplet



Témoignages

Rétro d'il y a vingt ans

Il est onze heures ce matin, la tête encore embrumée par la dose quotidienne de la veille. C'est l'heure où j'ai déjà ingurgité une petite lampée pour désamorcer l'anxiété naissante du réveil.

Au volant de ma voiture de couleur « vert bouteille », je double un flot de voiture, (cent trente au compteur) je me rabats, indolent sans vigilance particulière sur la lunette arrière.

Soudain le rétro droit bascule bruyamment vers l'avant. Je vois un motard furieux frôler ma voiture à droite me faisant un geste peu courtois mais néanmoins très explicite, puis il s'éloigne et disparaît rapidement vers le lointain. Il doit être à « deux cents » ce c... « Y font chier ces motards à doubler n'importe comment! Des candidats au cimetière et en plus il aurait pu casser mon rétroviseur cet abruti!!! » pensais-je furibond.

N'empêche j'aurais pu le foutre en l'air, même si doubler à droite est interdit. J'aurais pu le tuer, le voir se disloquer quand son corps aurait glissé sous le rail de sécurité. J'aurais pu être un assassin de la route. Et moi qui suis en permanence imprégné et certainement largement au dessus du taux légal. En plus

des nausées, des cauchemars, des angoisses, des suées j'imagine déjà les complications judiciaires, la honte, la ruine.

Ce flot émotionnel me submerge en un instant. Je lève le pied, il faut que ça cesse, il faut que je consulte, je vais prendre rendez-vous.

C'était il y a vingt ans. J'ai vingt ans d'abstinence et c'est merveilleux quand j'observe le rétro et contemple l'horizon.

Vingt ans de fréquentation régulière d'un groupe d'entraide (l'URSA) pour ne pas oublier, pour témoigner, pour partager, pour aider.

Au fil du temps, je retrouve peu à peu ce que l'alcool m'avait occulté : la liberté, les joies toutes simples du quotidien, le plaisir de sympathiser, la fantaisie, l'humour...

Personnellement, j'ai découvert le bonheur de peindre, après avoir réalisé une toile pour « faire plaisir » à une amie de l'URSA particulièrement appréciée. Ce présent devait être l'origine de mon attrait de plus en plus marqué pour la peinture.

Les paysages, les gens de la rue, les scènes quotidiennes, les sentiments de toute nature, tout est prétexte à la peinture. Les projets se bousculent, pourvu qu'il me reste encore quelques décennies à vivre pour concrétiser sur toiles les paysages ou les scènes qui m'ont ému ou séduit.

En conclusion je dois mon salut, à cet événement déclencheur, avoir croisé ce motard imprudent et avoir pris conscience du danger qui planait en moi et autour de moi. Ce qui confirme le dicton populaire auquel Pierre Dac aurait adhéré avec conviction (les moins de vingt ans ne peuvent pas connaître) : « Vieux motard que jamais ».

Didier Simonet

Ma réalité

Quand j'ai poussé la porte d'Alcooliques Anonymes pour la première fois, il y avait trop de monde à mon goût, plus d'une vingtaine. Je me suis dit : « Serait-ce vrai que d'écouter les autres et de se raconter plus ou moins pourrait m'aider dans mon abstinence? »

Et puis, parler chacun à son tour, ça me fait perdre mes moyens quand vient mon tour.

J'ai acheté très vite de la littérature, notamment « Les Réflexions quotidiennes ». J'ai accroché tout de suite, car ces réflexions traitent nombre d'états émotionnels, et surtout beaucoup de références sur les sentiments, le vécu. J'y trouvais des réponses et j'en trouve encore, il me suffit de consulter l'index.

Cinq ans et demi de réunions deux fois par semaine. Je n'arrivais pas à entrer dans le programme. J'y suis arrivée, mais beaucoup plus tard.

J'ai quitté les groupes à la suite du décès de ma plus jeune tante qui était comme une sœur

pour moi (elle n'était mon aînée que de 10 ans). À ce moment-là, la colère qui m'habite m'empêche d'être bien en AA. Je ne trouvais plus le réconfort espéré.

Bien sûr, il y avait des témoignages prenants. Mais, esclave de mes émotions, je ne pouvais pas grandir.

Dans mon nouveau groupe, j'ai trouvé bien des choses qui me parlent et surtout qui me font aller de l'avant. Le programme aussi est important, quoi que l'on dise. Et le partage avec les amis, évidemment.

Ma réalité à moi, elle est là.

Sans les AA, j'en serais encore à me chercher, à stagner dans toutes sortes de dénis. Ma vie serait encore pleine d'incertitudes qui m'empêcheraient de grandir dans cette abstinence.

Aujourd'hui, je suis bien, il y a encore beaucoup de choses à apprendre. Heureusement, la vie est belle quand on sait l'apprécier, surtout dans l'abstinence avec mes amis AA.

Nathalie

Mon chemin parcouru

Je m'appelle Sébastien, 37 ans, je vis en couple depuis maintenant 3 ans, je n'ai pas d'enfants, je suis dans ma troisième année de rétablissement et je suis abstinent depuis un an.

Je n'ai aucun souvenir de mon père. Deux ans après sa rupture avec ma mère, il s'est suicidé, j'avais alors 4 ans. Ma mère est une femme triste dont le passé est très douloureux, son père était un alcoolique violent. J'étais un enfant turbulent et peu social.

J'avais huit ans quand ma mère s'est remariée. La famille est agrandie par la naissance de mes deux petites sœurs. Tous ces changements sont difficiles à accepter. D'autant que mon père est souvent muté. Nous déménageons souvent, ce qui complique sérieusement ma scolarité.

À 13 ans, je suis en échec scolaire. Ayant l'impression d'être mal-aimé dans cette famille recomposée, j'é mets le souhait de vivre chez ma grand mère plus stable. Tout en priant pour qu'on me retienne. Ma mère accepte que je parte. Ce qui aggrave mon sentiment d'abandon.

À 16 ans, j'entre dans un groupe très porté sur l'alcool et la fumette. Mes premières défoncez facilitent mon intégration. Je me cache derrière l'alcool.

À 18 ans, j'achète mon premier appartement avec l'héritage de mon père. A ce moment-là, j'ai une bande d'amis, un travail sympa et assez d'argent pour me défoncez tous les week-ends. Les soirées s'enchaînent à un rythme effréné. Période pleine d'insouciance. Je vis au jour le jour. Je suis celui que l'on appelle, qui organise les soirées, qui séduit par son réseau féminin. Aveuglé, je me sens le roi du monde.

À 21 ans, je démissionne du jour au lendemain, croyant naïvement pouvoir vivre d'amour et d'eau fraîche. Étouffée par ma présence permanente et mes cuites à répétition, ma copine me quitte. Nouvelle blessure. Mes amis s'éloignent. Fin de règne. J'apprends alors que je ne peux pas tout contrôler. Sentiment d'impuissance impossible à supporter. Je ne bois plus de la même façon. Je bois pour ne plus voir la réalité.

À 23 ans, je retrouve du travail. Nouvelle vie. Nouvelle amie. Un travail stable. L'alcool est toujours là. La moindre

frustration est un prétexte à boire. Je ne comprends pas que mon addiction s'aggrave.

À 27 ans, j'emménage dans un appartement plus grand. Je quitte ma copine. L'alcool a pris trop de place. Mon alcoolisme me met dans des situations dangereuses. Un matin, après une soirée bien arrosée, je me réveille couvert de bleus. Aucun souvenir de la veille. Panique : « Aurais-je fait du mal à quelqu'un ? » J'ai su plus tard qu'un videur de boîte de nuit avait pris ma tête pour punching-ball. Une autre fois, réveil dans les bras d'une inconnue, je ne sais où. Encore une autre fois, réveil en cellule de dégrisement, aucun souvenir. J'avais été emballé sur la voie publique, en plein délire. Bien sûr, ce n'était pas toujours comme ça. Il y avait des périodes plus calmes. C'est là que l'alcool est trompeur. Il détruisait ma vie, mais par petites touches.

À 29 ans, je suis promu responsable de magasin. Situation qui ne permet plus d'excès. Je vais le payer cher, mais je ne le sais pas encore. Je vis dans le déni. Un alcoolique, c'est un qui boit dès le matin. Je n'ai pas le visage d'un toxico. Je ne bois pas tous les jours. Je n'ai pas d'alcool chez moi. Donc je ne suis pas alcoolique. Mon raisonnement s'arrête là. Je me force à penser que ma vie est normale. C'est la société qui marche de travers. Si je prends une prune, c'est la faute des flics. Si je suis à découvert, c'est que mon patron ne paye pas assez. Colérique le jour, zombie le soir. Tout mon argent passe en alcool. Mon appartement est dans un état lamentable. Jamais rien dans le frigo. Ma vie se résume à boulot, bistrot, dodo.

suite page 12



Commentaire de la réponse de l'Élysée

Le docteur Michel Craplet avait rédigé une lettre au président de la République pour regretter sa prise de position sur la question du risque alcool et de sa prévention. Après l'envoi de cette lettre, nous

l'avions publiée dans le numéro 52 du Papier de Verre, sous forme de lettre ouverte. Ce même numéro contenait un article, intitulé Les Grands Initiés, qui relevait les suites de la position du Président, dans les propos de plusieurs

responsables politiques de sa majorité. L'éditorial de ce numéro reprenait ce thème sous le titre, inspiré par les mots mêmes du Président : « Les Français "emmerdés", les politiques embarrassés. » Nous avons également envoyé à la présidence de la République un exemplaire de ce numéro.

Nous avons reçu une réponse datée du 15 octobre 2018 et signée de Monsieur François-Xavier Lauch, Chef de cabinet du président de la République.



Cette courte réponse, enrobée des aimables formules d'usage, appellerait bien sûr un long commentaire.

Le Chef de l'État entend « mener la révolution de la prévention ». Nous n'en demandons pas tant mais seulement un peu plus de cohérence.

Le Président « entend impliquer dans ce combat aussi bien les acteurs de santé que les acteurs économiques et associatifs ». C'est une déclinaison du fameux « en même temps ». Nous demandons juste le contraire, car il nous paraît impossible d'associer les défenseurs de la prévention et les producteurs d'alcool. Nous avons abordé cette question dans le même numéro du *Papier de Verre* en analysant les propos de deux ministres, Madame Agnès Buzyn et Monsieur Christophe Castaner. Nous avons dénoncé le fait que la conseillère à l'agriculture à l'Élysée était une ancienne déléguée générale d'un organisme de lobby du vin.

Peut-on imaginer que notre correspondant ne l'a pas lu, en dépit de la très belle illustration trouvée par notre coordinateur de la rédaction ? Ou bien, n'étions nous pas assez clair ? Ou bien espère-t-il nous convaincre ? Nous continuons d'affirmer que cette collaboration ne peut fonctionner. Les conflits d'intérêt sont trop importants.

Nous pouvons constater encore que le mot « alcool » ne figure pas dans la réponse de l'Élysée où il est question de la « lutte contre les consommations excessives et à risque ». Mais peut-on s'en offusquer, lorsqu'il disparaît aussi dans les textes des institutions ex alcoologiques, aujourd'hui addictologiques, et de leurs visuels, comme nous l'avons évoqué au cours des derniers automnes de l'URSA.

Nous ne croyons pas utile de donner suite à cette polémique. Nous ne voulons pas augmenter « la tension dans le bunker de l'Élysée », comme il est écrit dans un grand quotidien du soir. Le Président se réjouit de notre « contribution à cet enjeu majeur » (selon l'anglicisme à la mode aujourd'hui). C'est peut-être un rare sujet de réjouissance en ces temps difficiles. Plus sérieusement, nous pensons que la Présidence a d'autres préoccupations.

Il est habituel de dire que les responsables politiques sont enfermés dans leurs palais, loin des soucis quotidiens des simples

ils que les hommes (et les femmes) avec ou sans gilet jaune sont plus fiables et plus civilisés sans alcool. Gilets jaunes ou bleus ou bruns ou porteurs de bonnets rouges, tous les hommes (et toutes les femmes) sont plus fréquentables s'ils ne sont pas en état d'ivresse.

Nous n'enverrons donc pas de réponse à la réponse. Mais nous avons tout de même envie d'ajouter un post-scriptum en écho à une affaire qui secoue la présidence de la République plus que notre simple lettre.

La prévention du risque-alcool est une chose sérieuse qui doit être traitée par des spécialistes. Les producteurs d'alcool ne peuvent pas s'y intéresser avec désintéressement. C'est une priorité qui concerne à la fois la santé et la sécurité des Français. Il vaut mieux qu'elle ne soit pas confiée à des intérêts privés, à des dispositifs parallèles opaques souvent irresponsables, aux initiatives de personnes non formées et non encadrées.

Une phrase est en train de devenir culte pour les membres du gouvernement et certains commentateurs après les propos du Président au salon de l'agriculture : « Qu'on arrête d'emmerder les Français, comme disait le président Pompidou ». Elle fut reprise le 2 janvier 2018 par le ministre du budget en tournée des popotes fiscales. Nous croyons, au contraire, qu'il faut un peu « emmerder » les Français en leur demandant de rouler moins vite et moins alcoolisés pour

sauver leurs vies. Il faut le faire parfois en utilisant des moyens de contrainte. Car l'homme est un animal déraisonnable, bien difficile à gouverner, lorsqu'il ne veut pas se contraindre lui-même.

**Agnès Arthus-Bertrand
Michel Craplet
Jacques Étienne**



citoyens. Mais peut-être a-t-on rapporté à ces responsables les débordements alcoolisés de certains « gilets jaunes » qu'ils soient vrais et honnêtes victimes des difficultés du quotidien ou manipulateurs politisés. Peut-être comprendront-ils alors que les hommes (et les femmes) avec ou sans gilet jaune sont pires sous alcool. Peut-être comprendront-

Exposition d'art-thérapie dans le hall de l'Hôpital

Une exposition de l'atelier d'art-thérapie du CSAPA s'est tenue dans le hall de l'Hôpital de Sèvres en mai 2018, puis dans celui de Saint-Cloud en octobre et novembre, du jamais-vu depuis 1995, date de la création de l'atelier! Afin de prolonger cet événement nous avons demandé à chaque exposant de sélectionner un de ses tableaux préférés et de nous parler de son travail à l'atelier.

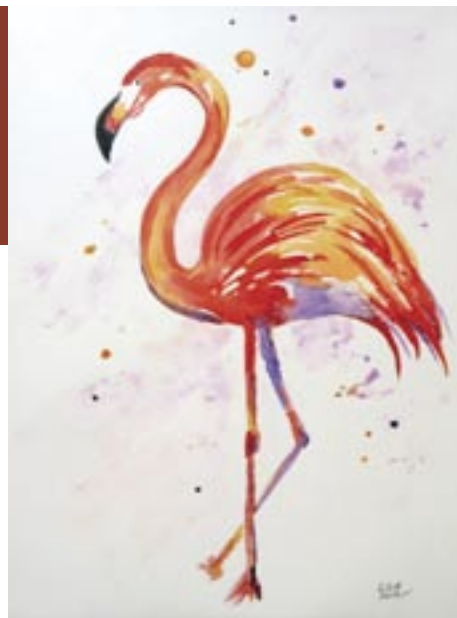
Dans les pages suivantes, Yolande de Maupéou, art-thérapeute, nous explique la place d'une exposition dans la vie de l'atelier : un événement qui reste rare !



P. Brumel-Jouan, « Rouge-gorge », Aquarelle, 20/29 cm

PIERRE BRUMEL-JOUAN

À partir de la chasse photographique faite sur les oiseaux de la campagne, l'aquarelle donne une légèreté d'interprétation dans mes œuvres. J'y exprime ma sensibilité, l'amour de la nature et la liberté. Certains oiseaux disparaissent de nos campagnes, rendons les immortels tant qu'il en est encore temps.



A. Audenard, « Pink Flamand », Aquarelle, 29/42 cm

AURÉLIE AUDENARD

Passionnée de peinture, aquarelle et Do It Yourself, j'ai trouvé avec l'aquarelle un moyen de m'exprimer. Grâce à sa texture, elle peut être à la fois claire, intense ou encore lumineuse en fonction du travail et des choix effectués.

C'est une technique qui permet de travailler les formes et les couleurs dans des gestes intuitifs et instinctifs. J'aime beaucoup laisser mon humeur et mon sentiment du moment guider mon pinceau.

Mon travail s'articule autour des couleurs et des formes dans un rendu abstrait et dynamique.

GILBERT DEBUYSER

La joie que je ressens dans le collage s'exprime par ma recherche dans les nuances et les teintes trouvées dans mes découpages.

Le fait de faire plaisir aux gens m'incite à continuer mon travail.

Je suis très stimulé pour la suite.

G. Debuyser, « Métamorphose des plantes », Collage, 30/40 cm





S. Escande, « Jeune femme ensoleillée »,
Techniques mixtes 30/40 cm

SOPHIE ESCANDE

Autodidacte, je peins depuis une quinzaine d'années. Au début je peignais avec un souci de fidélité extrême, au trait et à la couleur, d'après mes photos de portraits ou de paysages qui sont les 2 axes de mon travail. Il n'y avait pas alors vraiment de création. Créer, pour moi, c'est s'extraire des contraintes du modèle pour privilégier l'atmosphère.

Je me laisse guider par mon instinct des couleurs et de la forme. L'œuvre m'appartient car je l'ai aimée et ressentie vibrer très fortement en moi. Je la critique pour ses erreurs mais ces erreurs font aussi partie de moi.

La création est une évasion maîtrisée.



I. Girardot, « Bord de mer ». Acrylique, 36/48 cm

ISABELLE GIRARDOT

Je présente 3 œuvres.

Il y a l'imaginaire et l'inspiration, tableaux toujours très colorés auxquels j'ajoute ma pâte.

Pour moi, la peinture est une création par laquelle je m'évade et qui me passionne.



R. Le Parc, « Un regard silencieux »,
Pastel, 30/40 cm

REMI LE PARC

Mon idée était de faire une série de dessins sur le thème de la maison dans l'arbre. J'ai travaillé au départ avec de l'encre, du fusain, du pastel gras et sec.

La maison a disparu ainsi que l'arbre, laissant place à un œil ou à un escalier.

Mes dessins sont devenus plus abstraits et uniquement au pastel.



G. Marcilhacy, « Femmes voilées »,
Collage, 15,5/18 cm

GUILLAUME MARCILHACY

J'aime l'atelier parce que je dois me bouger pour venir y travailler. Travailler! Oui mais pour le plaisir et dans le plaisir. Avec rigueur. J'aime varier les supports, collages, grandes aquarelles, acryliques, modelages peints... et huile à la maison d'après esquisse à l'atelier.

Je m'épanouis à l'atelier, j'oublie tout, je me concentre, je jouis.

Une exposition, un événement en art-thérapie

par Yolande de Maupéou, art-thérapeute

Il est des événements dans nos vies au long fleuve pas du tout tranquille, qui nous donnent l'occasion de nous retourner sur le temps passé et d'apprécier les surprises que nous offrent les années écoulées. C'est ainsi qu'en mai 2018 puis en octobre 2018 la vaillante troupe des artistes – des fidèles de l'atelier d'art-thérapie du CSAPA – s'est vue invitée à exposer ses œuvres, dans un premier temps à l'Hôpital de Sèvres puis quelques mois plus tard à l'Hôpital de Saint-Cloud.

Une richesse du groupe tricotée au fil des années

Dans la tradition de l'atelier, tous ceux qui un jour ont découvert cet espace de création lors d'une hospitalisation, sont encouragés à y revenir autant qu'ils le souhaitent, au rythme de leur choix. J'ai l'habitude de dire que « l'atelier vous est ouvert à vie ». Tantôt lieu de création, de détente et de confiance, alchimie précieuse pour donner aux autres, hospitalisés ou non, ce qu'un jour on a été heureux d'y trouver, tantôt lieu de soutien dans les creux de vagues où puiser de quoi redonner de la couleur à une journée morose. Il aura fallu quelques années ou parfois de longues années, beaucoup de soutien, de persévérance, de courage et de déclics, de l'amitié, du respect et des connivences pour tisser ce qui finalement devient un atelier dans le sens complet du terme. La fraternité

et la confiance qui grandissent d'une année sur l'autre entre les membres de l'atelier, habités par un même désir d'exprimer leur très grande sensibilité au moyen de la création, favorisent une présence régulière. Cette régularité permet d'avoir des repères, aide à se stabiliser, apporte une véritable hygiène de vie qui étaye une vie intérieure. Parfois dans la pratique artistique, la maîtrise, l'évidence, l'aisance, la sensation de « naturel » se font attendre. Mais toujours le travail porte ses fruits : cortège d'étonnement, de joie, de mieux-être... Nos artistes de choc en parlent bien, avec discrétion et conviction.

Éveiller une envie... Éviter à chacun le sentiment d'échec...

Il y a dans l'atelier d'art-thérapie beaucoup de personnes qui passent, restent quelques séances et parfois reviennent. Ils viennent volontairement, rien ne les oblige à rester jusqu'au bout, jusqu'à une possible réalisation finale. Mais souvent pour éveiller une « en-vie », il faut convaincre, intéresser, éviter à chacun le sentiment d'échec (latent si le nouveau venu n'a jamais pratiqué ce qu'on lui propose). Il faut prendre en compte l'effort que le patient non initié aux arts plastiques devra fournir pour accepter, essayer, s'adapter, s'abandonner. Et c'est là que les plus fidèles que nous appelons entre nous « les anciens » sont tellement précieux. Leur présence fait réfléchir,

suscite souvent des échanges. Comment expliquer que leur présence étaye ainsi l'atelier? Pourquoi seraient-ils plus prédisposés que les autres? Ils semblent venir des mêmes horizons variés, être eux aussi marqués des mêmes stigmates d'une vie âpre, dure, parfois cassante. Pourtant ils ont su retrouver au fond d'eux-mêmes une petite musique qui résonne par miracle avec celle du processus de création. Ils ont su retrouver un je-ne-sais-quoi de calme, d'apaisé dont leur enfance leur a fait cadeau. Ce petit noyau dur est précieux pour encourager ceux qui viennent pour la première fois, nouvellement hospitalisés, témoigner d'un mieux-être possible et des bienfaits de l'accompagnement thé-



P. BRUMEL-JOUAN, « Déjeuner du merle », Aquarelle, 20/29 cm

rapeutique. Présences rassurantes qui parlent d'un avenir apaisé possible. Présences éloquentes puisque passionnées par la peinture ou l'argile découverts dans cet atelier et la plupart abstinents depuis longtemps. Présences accueillantes puisque parmi ce groupe d'exposants se trouve aussi une jeune « nouvelle » dont l'investissement dans la création a rendu naturelle sa participation à l'exposition.

Ce sont eux les artistes auxquels on doit la belle exposition de travaux personnels et très intéressants que tous ont pu découvrir sur les murs du rez-de-Jardin de Sèvres en mai dernier. Exposer n'est pas nécessairement dans le projet de l'atelier mais pourquoi ne pas se risquer un beau jour à montrer son travail lorsqu'on vous le propose ?

Oser « exposer »

Exposer est une aventure qui peut être vécue dans le cadre d'un accompagnement thérapeutique où il s'agit bien, un pas de côté, d'accompagner la personne qui se recrée en créant comme la terre peut la modeler, mine de rien tandis qu'elle la modèle.

Lorsque peu à peu la peinture prend une place si importante dans la vie qu'elle modifie son regard et ses journées, il y a du sens à exposer.

Exposer, c'est « s'exposer ». Ceux qui sont passés par là le savent bien.

Exposer, c'est un inconfort. C'est oser affronter le regard de l'autre, les jugements qui rassurent ou qui blessent, les passants qui ralentissent à peine le pas, les soignants qui ne disent mot ou ceux que vous n'oublierez jamais parce qu'ils viennent d'acheter votre première toile. Exposer c'est attendre en vain celui qui dit aimer votre travail mais c'est aussi voir le sourire émerveillé de l'inconnu qui découvre votre peinture. Exposer

c'est se mettre à nu quand « les autres » ne s'en rendent même pas compte. C'est bien cette mise en danger qui permet d'oser se dire artiste, et transforme l'essai en une nouvelle identité. L'artiste est habitué à s'adresser à un public pour qui l'art fait partie du paysage. Ce public déjà gagné, que l'on dit cultivé, lorsqu'il veut se remplir les yeux va plus volontiers au musée qu'à l'hôpital ! Et c'est ainsi que nos artistes, se sont retrouvés dans un environnement pas forcément prédisposé à prendre le temps d'apprécier les tableaux, malmenant à leur insu l'artiste installé là, à « garder l'expo », qui attend, confiant dans la rencontre. Se mettre à la portée de cet interlocuteur éventuel n'est pas des plus confortables et s'accompagne toujours d'une prise de risque courageuse. Cela

suppose une distance sur soi, une faculté de pouvoir se tenir en retrait, d'avoir l'humilité de mettre de côté toute complaisance narcissique. Croyez-moi, bien fort est celui qui a cette douceur intérieure !

Le temps de la satisfaction

Et pourtant quelle satisfaction ! Pour chacun ici à l'atelier, exposer à l'hôpital cela signifie d'abord être accueilli sur un tapis rouge, murs à disposition et petits fours colorés dans le lieu même dont un jour ils avaient franchi la porte en vrac, carcasse et moral en miettes.

Sèvres, c'était bien. Mais quelle joie et quelle fierté dans les yeux de chacun lorsque le directeur, Monsieur de Beauchamp, a proposé que l'Hôpital de Saint-Cloud accueille à son tour cette exposition, puis en demande le prolongement ! Être invité dans le lieu pionnier de l'alcoologie, le lieu symbolique de référence, est un événement. Chaque « ancien de l'atelier » garde dans son cœur et sa mémoire le



S. ESCANDE, « Réalité cachée », Aquarelle, 30/40 cm

souvenir ému des premières années d'art-thérapie à Saint-Cloud.
Quel chemin !

Être invité à l'hôpital, c'est saugrenu.
Être invité dans cet hôpital c'est être reconnu.

Le regard du spectateur opère la transformation d'une création en œuvre. Tandis que l'univers hospitalier met toutes ses compétences à comprendre et soigner, l'artiste qui se révèle dans la salle d'art-thérapie pour paraître au grand jour des murs du hall d'accueil, met toute sa sensibilité à fabriquer du beau pour désaltérer la soif d'un monde parfait.

La création : une passerelle de la honte à la fierté.

Activités de l'association

Hôpital Jean-Rostand de Sèvres

ACCUEIL

Rencontres informelles entre malades alcooliques, rétablis, futur rétablis, hospitalisés ou non. Le jeudi de 14 h à 16 h 30 et le samedi de 14 h à 17 h. Le jeudi, à 16 h 30, un débat est organisé par un alcoologue.

BIBLIOTHÈQUE

Ouverte pendant l'Accueil, la bibliothèque de l'Ursa comprend plus de 600 titres (romans, polars, témoignages, etc.) relatifs aux addictions. Des catalogues sont disponibles. Moyennant un chèque de caution de 30 €, un seul livre à la fois et pour une durée d'un mois maximum.

RANDONNÉE

Depuis 1994, nos randonneurs patrouillent les forêts franciliennes, au gré des opportunités. Promenades détendues agrémentées de discussions amicales. Aucun équipement spécial n'est requis. Prévoir un casse-croûte, une bouteille d'eau, une petite laine, un parapluie (consulter le tableau d'affichage en salle d'accueil).

Randos

Dimanche 3 juin 2018

Forêt de Fausses-Reposes

Dimanche 1^{er} juillet 2018

Bois de Vincennes

Dimanche 5 août 2018

Forêt de Fontainebleau

Dimanche 7 octobre 2018

Forêt de Fausses-Reposes

Dimanche 4 novembre 2018

Forêt de Marly le Roi

Dimanche 2 décembre 2018

Bois de Meudon

Dimanche 6 janvier 2019

Bois de Boulogne

Réunions du Conseil d'administration :

Vendredi 8 juin 2018

Vendredi 14 septembre 2018

Vendredi 14 décembre 2018

Activités du service ouvertes à tous

Hôpital Jean-Rostand de Sèvres

Le Grand Cirque

2^e vendredi de chaque mois à 10 h 30.

Théâtre : Florence Gardes

→ Perfectionnement (rétablis) : lundi soir 19 h à 21 h 30.

→ Initiation (hospitalisés et ambulatoires) :
lundi 16 h à 18 h.

Arts plastiques :

Nadine Amorim et Yolande de Maupéou

Mercredi de 9 h 30 à 11 h 30

et jeudi de 19 h 15 à 21 h 15

Relaxation – Sophrologie : Mya Boulonier

Mercredi de 18 h à 20 h.

Groupe entourage

Animé par des professionnels du Service le 3^e vendredi de chaque mois de 9 h 30 à 11 h. Renseignements au 01.77.70.79.57.

Centre Arthur-Rimbaud de Boulogne

Groupe Patients

Animé par des professionnels du Service le 1^{er} jeudi et le 3^e mardi du mois (18 h 30 à 20 h).

Théâtre : Florence Gardes

→ Théâtre Rubrique à Brac : le mardi après-midi.

→ Théâtre Forum : le jeudi 9 h 30 à 11 h 30.

Renseignements et inscriptions à ces ateliers :
01.77.70.75.87.

Relaxation – Sophrologie : Mya Boulonier

Jeudi de 14 h à 16 h.

Samedi 8 septembre 2018

Participation aux forums des associations
de Saint-Cloud et de Sèvres
(deux stands sur deux sites distincts)

**Prochaine
Assemblée générale :
samedi 9 février 2019**

*Ce PDV 53 a été presque
entièrement préparé
par notre ami Bruno.*

Vendredi 19 octobre 2018

« *Les Automnes de Saint-Cloud à Sèvres* » - 6e édition

Sous le catalogue, la parole

*Classification et récit
en alcoologie*

Le matin

Le docteur Craplet commente la réponse du chef de cabinet de la présidence de la république à sa lettre ouverte du PDV 52.

Aurélia Croizer, psychologue, traite de la singularité de la parole en alcoologie.

Enfin, le très charismatique professeur Gérard Ostermann ! (Bordeaux)

De la thérapie narrative à la résilience...
Sous le catalogue, la parole : Classification et récit en alcoologie.

De la pertinence d'une définition et d'une organisation des critères d'usage et mésusage de l'alcool... à la nécessité d'une expression et d'un décryptage, par le patient lui-même, de son histoire singulière...

L'après-midi

Paroles de soignants : fragments
Samir Atroun, Guy Berthelot, Chloé Dandigny, Stéphanie Geiger-Boichot, Pierre Mayeux, Cécile Prévost, Anne Siegesmund, Nicolas Tiercelin, Claire Vernhes



RÉMI LE PARC, *Regard sur la vie*, pastel, 30x40 cm



GUILLAUME MARCILHACY,
Attention plante carnivore, collage, 29x22 cm

AURÉLIE AUDENARD, *Défilé d'aquarelle*



Bulletin d'adhésion à l'U.R.S.A.

(Unité pour la Recherche et les Soins en
Alcoologie)

Nom

Prénom

Adresse

.....

Code postal

Ville

Tél.

Mail

Je désire devenir :

- Membre adhérent : 25 €
 Membre bienfaiteur : à partir de 50 €

Je règle :

- soit en espèces
 soit par chèque bancaire ou postal
à l'ordre de l'U.R.S.A.

Bon à retourner, accompagné de votre chèque, à :

URSA-CSAPA,
Centre Hospitalier des Quatre Villes,
141, Grande Rue, 92310 Sèvres

Mon chemin parcouru

suite de la page 3

À 34 ans, ma vie part à la dérive, mon royaume s'écroule. Régulièrement en retard au boulot. Motivation proche de zéro. Du jour au lendemain on me vire après onze ans dans la même entreprise. Un choc. Je me crois tellement au-dessus de tout. À cette époque, je sors depuis peu avec une femme qui brillait autant par son physique que par son intellect, une perle rare. Comme si ça ne suffisait pas à mon malheur, un soir je rentre ivre, une dispute éclate. Je tabasse ma compagne. Une première pour moi. Me voilà avec un procès pour violences conjugales. Envahi par la honte et la culpabilité. Un électrochoc. Je touche le fond. À ce stade, on remonte ou on reste au fond. Il est temps d'accepter mon impuissance face à l'alcool et de demander de l'aide. L'aventure AA commence.

Je me souviens de ma première réunion. J'ai peur. Je pense rencontrer des ivrognes déchus. Quel étonnement de constater que tout le monde va bien ! Pour la première fois, je me sens tout de suite à ma place. J'avoue mon impuissance face à l'alcool. Les réunions deviennent mon ballon d'oxygène. Le reste du temps, je suis asphyxié par mes problèmes.

Mettre mon ego de côté, affronter les difficultés sans se noyer dans l'alcool ou tout autre forme de compensation, je comprends que c'est la clef d'une vie meilleure.

Cette première année d'abstinence paraît simple. L'année rose, disent souvent les amis. Je ne sais pas que j'ai tout à apprendre.

Dans ma deuxième année de rétablissement, j'ai pris une claque. Abstinente, alors pourquoi toujours pas heureux ? C'est la dure réalité. Il va falloir travailler sur moi. Le programme n'est pas là simplement pour décorer l'arrêt d'alcool. Je progresse à mon rythme tout en suivant une psychothérapie.

En cette troisième année de rétablissement, j'y vois plus clair. Le programme, les partages, la lecture m'ont beaucoup aidé. Je ne ressens plus ce vide intérieur. Mes blessures d'enfance sont toujours là, mais elles ne me dirigent plus. Je prends enfin ma vie en mains.

Je me suis battu pour reconquérir ma perle rare, lui prouver que je peux changer. J'ai retrouvé un travail. En ce moment, nous parlons mariage, bébé. J'ai un appartement propre et un frigo bien rempli. Et ça, je le dois à ma bonne volonté et à mon abstinence. Je gère beaucoup mieux mes émotions. Enfin adulte et responsable, il m'arrive de parler à l'enfant qui parfois souffre encore en moi et je lui chuchote : « T'inquiète pas, je vais prendre soin de toi, maintenant. »

Je vous remercie, mes amis, de m'avoir tant apporté par votre écoute et vos partages.

Je finis ce témoignage par une citation :

« L'ego dit : quand tout sera en place, je trouverai la paix.

L'âme dit : trouve la paix et tout se mettra en place. »

Sébastien

PAPIER DE VERRE

Bulletin édité par
l'Unité pour la Recherche et les Soins en Alcoologie
Centre hospitalier des Quatre-Villes
3, place de Silly, 92210 Saint-Cloud
contact@ursalcoologie.asso.fr

Directeur de la publication :
Dr Michel Craplet

Coordinateur de la rédaction :
Jacques Étienne

Maquette : Bernard Béguin

Dépôt légal : janvier 2019
Numéro ISSN : 1168-6723

*La rédaction n'est pas responsable des textes
qui lui sont adressés. Ils ne sont pas retournés.*