

## RÉDUCTION DES RISQUES

# Penser l'alcool au coin du zinc

L'association Santé! développe une approche de réduction des risques auprès des consommateurs d'alcool en les accueillant dans une ambiance bistrot. Actuellement en cours de modélisation à Marseille, cette expérimentation pourrait être reproduite dès 2019.

**A**SSISE au comptoir, Fatima déguste un plat accompagné d'un verre de blanc. À ses côtés, Reine sirote un sirop à l'eau. Visiblement en état d'ébriété, Yann (1) décline toute invitation à s'alimenter puis s'endort. Régulièrement, les vendredis après-midi, le trio se retrouve au temps d'échanges et d'expressions « Rêve de comptoir ».

Ce rendez-vous entre consommateurs d'alcool est organisé par l'association marseillaise Santé! dans un lieu aux allures de bar avec son zinc et ses tables. Ensemble, ils réfléchissent à la cure idéale, établissent une liste de phrases : celles qu'ils ne veulent plus entendre et celles qui leur font du bien. La petite structure s'inspire de la réduction des risques (RDR) en toxicomanie pour développer une approche alternative de la consommation d'alcool.

Avec une vingtaine de suivis, l'équipe répond aux besoins de ceux pour qui le parcours classique, sevrage et maintien dans l'abstinence, n'apporte pas de réponse. « Santé! cherche à toucher les personnes pour qui l'abstinence est un frein au soin, explique Emmanuelle Latourte, l'éducatrice coordinatrice du projet. Souvent, parler d'un problème d'alcool, c'est être orienté vers la rupture. Cette approche part du principe que l'arrêt va tout régler. La réduction des risques inverse cette logique, en proposant d'aider à régler les problèmes, pour ensuite voir si ça aide à arrêter. Pour nous, la bouteille est l'arbre qui cache la forêt, elle brouille les pistes de toute demande de soutien. Actuellement, la réponse est biomédicale alors que les impacts sont d'abord psychosociaux. »

Pour élaborer ce programme et le rendre transférable, Santé! s'appuie sur un collectif d'intervenants : consommateurs d'alcool, addictologues, travailleurs sociaux, psychologues, équipes de recherche, médecins, instances et organismes publics... Amorcée avec les moyens du bord en 2013, l'expérimentation a obtenu 300 000 euros de l'Agence régionale de santé en janvier 2017. Ce financement vise à modéliser des formes d'accompagnement intégrant la consommation d'alcool. « Après avoir été rejetée pendant des années, cette ap-

proche n'est plus marginale. Les professionnels du secteur médicosocial sont mûrs, ils attendent des propositions pour agir différemment, constate Héléne Blanc, directrice du projet après dix ans à la direction d'un CSAPA (2) et d'un CAARUD (3). Pour faire évoluer les pratiques et faciliter les prises en charges, notre mission est de fournir des outils qui auront été expérimentés sur le terrain puis évalués par l'Inserm. » Une approche pragmatique quand cinq millions de Français disent être en difficulté avec l'alcool, deuxième cause de mortalité dans le pays. Chaque année, deux cent mille personnes ont recours aux dispositifs spécialisés. Après traitement, seul un tiers des patients sont abstinents au bout d'un an, et de 10 à 20 % après quatre ans (4).

## La bouteille, un arbre qui cache la forêt

L'accueil bistrotier de Santé! symbolise une nouvelle manière d'appréhender l'addiction à l'alcool. Le visiteur peut y boire un jus de fruit, un café mais aussi de la bière ou du vin. Lors des réunions, il y a toujours de quoi grignoter et des repas au frigo. Cette proposition s'inspire des recherches de Matthieu Fieulaine, alcoologue militant de la RDR depuis 2007. « La réduction des risques consiste à amener l'usager à prendre soin de lui, expliquait-il à Lien Social en 2013 (5). Il faut penser qu'il a des choses à dire sur sa consommation, la façon de l'améliorer et d'en limiter les dommages. Interdire l'alcool nuit aux bonnes pratiques, ne pas se cacher, prendre le temps de savourer, utiliser un verre, boire de l'eau, manger, trouver quelqu'un à qui dire sa consommation. » Désormais, son concept d'un espace où le personnel est formé à accueillir l'alcool, à en parler autrement et à accompagner la personne en la prenant là où elle en est, prend forme.

« Il y a deux ans, j'ai rencontré Manu et Matthieu après avoir tenté une cure qui s'était très mal passée, raconte Fatima. J'étais devant des gens comme moi, hors cadre médical. Ils m'ont entendue en tant que personne. J'étais là parce que j'étais alcoolique, mais



L'équipe de Santé! dans son local, de gauche à droite Hélène Blanc (directrice chargée de modélisation), Marie Moretti (éducatrice spécialisée accompagnante), Emmanuelle Latourte (éducatrice spécialisée coordinatrice chargée de développement de nouvelles pratiques)

*je n'étais pas perçue comme si on était tous pareil. On a une détresse commune, mais on est tous singuliers. »* À 46 ans, la femme au regard pétillant semble surtout avoir soif de rencontre. Après vingt ans de vie commune, elle se remet difficilement d'une rupture. Et de la mort de son père.

Depuis toujours, son entourage lui a répété qu'elle allait « en prendre plein la gueule dans la vie ». Elle a pris ces oiseaux de mauvais augure au mot en buvant jusqu'à tomber et se briser un doigt, une hanche, une cheville... « Depuis deux ans, je ne mets plus à l'envers au point de me blesser. On a réussi à constituer un groupe où on se fait du bien, on est tous très différents, il y a même des papis, et on échange sur nos expériences. Les filles ont réussi à gagner ma confiance. Si je leur dis « aujourd'hui j'ai bu dix verres », elles me demandent quand, pourquoi, elles me ramènent à une réflexion. »

## Le temps des propositions alternatives

Emmanuelle Latourte a accompagné des personnes sans-abri usagères d'alcool pendant sept ans. Elle en a fait son sujet d'étude de diplôme des Hautes études en pratiques sociales, *Faire une place aux usages d'alcool, genèse d'une découverte*. En 2017, Marie Moretti est venue renforcer l'équipe. Après onze ans en centre d'hébergement et de réinsertion sociale et en accueil de jour, l'éducatrice assure les suivis et la mise en œuvre des méthodes expérimentales.

Si l'entrée à Santé! est la consommation d'alcool, le trio propose un accompagnement global. « Il faut prioriser. Un monsieur est arrivé, vivant à la rue, on a commencé par lui trouver un logement, raconte Marie. Comme il avait une pancréatite, il est entré en appartement thérapeutique. En huit mois, on a stabilisé sa situation. Du coup, son addictologue l'a orienté vers une cure. Là, il a pétié les plombs et repris une alcoolisation chaotique qui a engendré un risque de mise à la rue. En tant que tiers, Santé! se fait l'avocat de la personne, souligne ce qui va mieux, les liens retrouvés avec la famille, la situation administrative, puis rassure l'équipe accompagnante en mettant en place un suivi intensif en accord avec la personne. »

Le dispositif est ouvert à tous, mais les premiers bénéficiaires sont orientés par des structures dédiées aux personnes en situation de précarité. Seuls trois usagers ont un emploi. Avec sa spécialité, Santé! vient en appui des autres services. Travailleurs sociaux, psys, infirmiers... peuvent solliciter une médiation. « J'y ai eu recours quand un résidant m'a exprimé son désir d'arrêter l'alcool seul et d'un coup, se souvient Joanna Martins, éducatrice spécialisée dans une pension de famille. Il m'a décrit les hallucinations, les vomissements, l'impossibilité de manger. Je lui ai proposé de rencontrer quelqu'un qui connaissait les effets de l'arrêt, les structures d'aide, les traitements. Il a halluciné d'entendre qu'il n'était pas obligé d'arrêter, mais ça l'a rassuré de ne pas être jugé quand il craque sur une bière. Cette rencontre a levé un tabou. Avant, s'il rechutait par rapport à ses objectifs, il se fermait parce qu'il

avait honte. Là, alors qu'il n'avait jamais dit qu'il buvait, il a dit aux habitants ce qu'il traversait. » Grâce à Santé!, un lieu extérieur à l'espace quotidien, le lien a été fait avec un médecin addictologue dans un CSA-PA. À 48 ans, après une vie ponctuée de périodes de rue, de prison et de résidences sociales, il a renoué avec sa famille et entame les démarches pour accueillir sa fille le week-end.

D'après Laurent Weber, psychologue spécialiste des addictions, toutes les personnes ayant une consommation d'alcool ingérable souffrent d'un trouble de la dissociation d'origine traumatique. « Ce qui émerge dans mon cabinet, c'est des traumatismes précoces: deuil, viol, abandon, violence. Comme tout le monde, mes patients trouvent une manière de se soigner, mais ils ont des solutions radicales parce que leurs souffrances sont radicales. On ne picole pas à en crever par plaisir, l'alcool enkyste l'émotion liée au choc. Les gens n'en ont pas conscience, jusqu'à ce qu'on en parle. Santé! permet de dire: votre consommation c'est votre solution, ici vous allez pouvoir l'aménager pour qu'elle ne vous mette plus en danger, et avec moi on va travailler sur les souffrances qui vous font boire. »

## Décaler la perception

Antalgique, excitant, désinhibant, somnifère, antidépresseur, anxiolytique, ou encore relaxant, avec ses pouvoirs multiples l'alcool est la solution la plus socialement acceptable pour supporter ses maux. Cependant, il est généralement banni des institutions. Intervenant extérieur, Laurent Weber peut recevoir des patients alcoolisés. Il propose alors des séances de relaxation, explique la nécessité de trouver un deal pour travailler sur la souffrance sans qu'elle soit trop envahissante et empêche le travail. Superviseur de nombreuses équipes, il sème son grain d'anti-prohibition, expérience à l'appui. « Si l'alcool est interdit, c'est par peur. J'ai appris grâce à Santé! à tenir un discours ras-

surant au sein des institutions. J'explique ma pratique, et comment mettre en place des manières d'apaiser, afin de pouvoir accueillir leur souffrance et leur solution. » Infirmier en CSAPA depuis cinq ans, Fabien Roger a pu se ressourcer à Santé! en accompagnant une patiente qui s'alcoolisait massivement malgré son suivi en centre de cure. « Nous sommes spécialistes de la toxicomanie. Pour l'alcool, drogue légale et présente partout, on tâtonne avec une orientation abstinence. Le travail de Santé! repose sur le décalage. Pour commencer, elle a pu prendre un verre de rosé, et j'ai fait comme elle. Au CSAPA, la consommation est interdite, du coup on a des patients qui vident en cinq minutes leur demi-litre de « 8 juin » avant le rendez-vous. Puis l'échange s'est fait autour du pourquoi elle boit, la place de l'alcool dans sa vie, et ses stratégies pour maîtriser sa consommation. L'alcool n'a pas été présenté comme le problème, mais comme la solution. Ça l'a revalorisée d'entendre que malgré ses souffrances, elle parvient à fonctionner. » La semaine suivante, elle a annulé son rendez-vous chez le psy pour aller à la plage et se faire plaisir autrement. Puis, elle a demandé au médecin de ne plus se contenter de lui prescrire des médicaments contre l'alcool. Revalorisée, elle exprime son pouvoir d'agir. Déculpabilisée, elle veut travailler sur ses traumatismes. Si elle tente à nouveau une cure, ce ne sera plus pour se conformer à l'injonction de l'entourage familial ou professionnel.

Myriam Léon

Contacteur Santé! Tél. 04 84 33 32 19 | Site: [www.sante-alcool.org](http://www.sante-alcool.org)

(1) le prénom a été changé

(2) centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie

(3) centre d'accueil et d'accompagnement à la réduction des risques pour usagers de drogues

(4) Dossier *Alcool et santé*, Inserm, mars 2016

(5) LS n°1125, SDF et alcool: *En finir avec la prohibition*



**ASSOCIATION CAVAL**  
ACCUEIL FAMILIAL ÉDUCATIF

**Toute l'année :**  
Des familles monoparentales menacées de séparation, en proie à des difficultés psychologiques, économiques et sociales importantes, avec pour objectif de prévenir le placement d'enfants, l'échec scolaire, les mauvais traitements.

**Pendant les vacances :**  
Vacances familiales : accueil de familles éclatées, réunion de familles dissociées avec un encadrement éducatif important garantissant une prise en charge de qualité des séjours.

**Séjour de rupture :**  
Accueil de parents, de familles sur des séjours courts. Situations de crise, violence intrafamiliale.

CAVAL - 11 chemin des Borderies - 85350 ÎLE D'YEU  
Tél. : 02 51 58 35 71 • Fax: 02 51 58 72 49  
e-mail: [caval-yeu@orange.fr](mailto:caval-yeu@orange.fr) • [www.caval-yeu.fr](http://www.caval-yeu.fr)