

# Les AA travaillent eux aussi à distance

## REPORTAGE

Près de 1 000 personnes participent chaque semaine aux réunions virtuelles des Alcooliques anonymes. Nous avons suivi l'une de celles-ci.

**D**ans cette période difficile de confinement, le discours des Alcooliques anonymes a plus de sens que jamais.

Être seul face à sa maladie est tout ce que le mouvement tente d'éviter. "Nous avons rapidement cherché une alternative lorsque les réunions ont été interdites", explique Robert<sup>(1)</sup>. "La possibilité de tenir des groupes de discussion virtuels comme le font les entreprises nous est rapidement apparue comme la solution."

À l'aide de quelques membres férus de technologie, les différents membres se sont passé le mot et ont mis en place ce qu'ils appellent désormais les "réunions Zoom".

Les AA nous ont convié à une de leurs séances ouvertes plus tôt dans la semaine. Deux heures de témoignages honnêtes d'une douzaine d'alcooliques voulant garder le contact afin de rester sobres et solidaires dans cette période difficile.

"J'ai eu un gros coup dur les premiers jours", dit Marie<sup>(1)</sup>, en précisant n'avoir eu aucune envie de retoucher à une bou-

teille. "Je ne savais pas ce qui allait se passer et un ami (NdR: les AA se nomment "amis" quand ils parlent les uns des autres) m'a rassurée en me recadrant sur le quotidien, sur ce que je peux maîtriser. Ces contacts téléphoniques et réunions m'ont aidée à passer cette période de confinement sans souci."

**"Nous avons pu réaliser de nouveaux accueils, c'est une victoire."**

Pour Muriel<sup>(1)</sup>, le Covid-19 a même été une bénédiction. "Je venais de me faire opérer et n'aurais pu me rendre aux réunions. C'est un peu égoïste mais cela me fait le plus grand bien."

Justine<sup>(1)</sup> dit, elle, se sentir "plus AA que jamais", car elle participe "tous les soirs à une réunion".

La mise en place d'un système de rendez-vous par caméras interposées a deux objectifs: assurer un suivi avec les membres et en accueillir de nouveaux.

"Nous avons pu réaliser quelques nouveaux accueils alors

que la période ne s'y prête pas. C'est une petite victoire", sourit Jean-Paul<sup>(1)</sup>.

Et Ghislaine<sup>(1)</sup> d'ajouter: "Nous espérons d'ailleurs que ce qui se passe pour l'instant sera un déclin pour certains et que nous pourrions les aider dès que possible."

Pas de nouvelle tête lors de cette réunion mais une bande d'amis, sobres de plus ou moins longue date, venus partager leur expérience.

Chacun son histoire même s'ils se retrouvent presque tous dans des thématiques communes comme l'égoïsme, le mensonge, le déni et cette fameuse "descente aux enfers" qu'ils ont tous vécue il y a plus ou moins longtemps.

La conversation a débuté sur un ton léger, humoristique, avec des piques qu'on ne s'attendait pas à entendre, pensant que toute mention de termes comme "alcolo" ou "poivrot" était bannie.

Au contraire, ces personnes prônent une totale honnêteté et une vision froide et dure de ceux qu'ils ont été sous l'em-

prise de la boisson.

"Quand j'y repense, je vois une autre personne. Pourtant, c'était bien une version alcoolisée de moi", a-t-on entendu dans plusieurs témoignages.

Au fil des minutes, tous ont lancé ce qu'ils avaient sur le cœur. Leur passé, leur présent. "Il est important pour nous d'exprimer ce que nous ressentons", dit Marie<sup>(1)</sup>. "Ce partage a aussi pour objectif de rappeler aux autres pourquoi nous sommes ici, parfois même après 20 ans d'abstinence."

Tous les AA présents ce soir-là n'ont pas flanché depuis un moment. "Ce n'est pas l'alcool qui me manque mais la chaleur humaine des réunions", sourit Robert<sup>(1)</sup>. "Ce que nous faisons sur Zoom permet de maintenir le contact. Mais rien ne vaut une bonne accolade après une réunion ou deux heures à discuter avec quatre ou cinq personnes quand nous faisons la vaisselle (rires)."

Le confinement ne les a pas impactés. Ils ne sont pas pour autant insensibles à la difficulté que d'autres personnes

ont pu connaître. "On a besoin de rester en contact", explique Valérie<sup>(1)</sup>. "Surtout quand on est un jeune abstinent. Il faut aider ceux qui tentent de se soigner. On ne guérit jamais vraiment de l'alcoolisme. C'est en cela qu'un soutien constant, même après des années, est nécessaire."

Les AA espèrent pouvoir bientôt se réunir comme avant. Pour continuer à rester forts, ensemble. Et peut-être pour aider certains Belges qui, comme en témoignent les statistiques, ont augmenté leur consommation d'alcool en confinement.

Romain Van der Pluym

## EN SAVOIR PLUS

La permanence 24 h sur 24: 078/15.25.56

Le site: <https://alcooliquesanonymes.be>

<sup>(1)</sup> les prénoms ont été modifiés

**3 Les réunions Zoom sont un beau succès mais, selon les AA, il y a deux à trois fois moins de participants hebdomadaires par rapport aux réunions normales.**

## Une ouverture vers l'étranger

Voyager en temps de confinement, c'est possible d'une certaine manière.

Valérie<sup>(1)</sup> confiait s'être connectée, "durant une insomnie", à une réunion au Québec où elle a pu partager son histoire et écouter celle de plusieurs Canadiens dans des réunions auxquelles participent parfois plus de 500 alcooliques.

Deux AA de Montréal étaient invités à la réunion à laquelle nous avons assisté. Deux témoignages poignants dont une allégorie sur les concombres devenant cornichons sans jamais redevenir concombres qu'ont adorée les participants.

R. V.P.



Les Alcooliques anonymes espèrent pouvoir bientôt se réunir comme avant. © SHUTTERSTOCK

## "Un atout pour gérer le confinement"

Le docteur Michel Evens était présent à la réunion en tant qu'administrateur de classe A. Le psychiatre n'est pas alcoolique mais a décidé de soutenir le mouvement des AA de par son expertise dans le domaine.

"Il pourrait y avoir des rechutes durant ce confinement", affirme-t-il. "Mais ce ne sera pas dû à la situation du pays. D'autres éléments sont certainement entrés en ligne de compte chez certaines personnes plus fragiles."

Il affirme même qu'à partir du moment où un AA a eu un déclin il y a de fortes chances qu'il résiste à tout. "Je pense qu'avoir traversé toutes les épreuves de la maladie alcoolique engendre un atout pour gérer le confinement. Cette situation ne poussera pas les gens à consommer."

R. V.P.