

« Un simple geste d'humain,  
quand se desserrent ainsi nos  
poings... »



**P 4-5** PRESENTATION DE  
L'ASSOCIATION RIMBAUD

**P 6** QUAND RIMBAUD  
RENCONTRE BINETTE

**P 7-8-9** DOSSIER :  
UN AIR DE FAMILLE

**P 11** HOLD-UP SUR  
LES STYLOS

**P 12-13** LE COIN DES PROS  
LA SANTE EN JEU

**P 14** PASSIONS  
MELTING POTES CULTUREL

### Derrière le sport

Tout d'abord je tiens à saluer toute l'équipe «journal» de ce numéro pour leur travail qui leur demande beaucoup d'investissement personnel. Je souhaite rappeler qu'il a été créé par des résidents de la Communauté Thérapeutique (CT) et, presque deux ans après la première édition, ce projet reste toujours aussi dynamique et valorisant.

Pour ma part, je suis à la CT depuis quasiment 12 ans en tant qu'éducateur spécialisé autour des activités physiques et sportives adaptées. J'ai découvert le monde de l'addiction qui, je l'avoue, m'était complètement inconnu. J'ai été assez surpris du décalage entre la représentation que l'on peut en avoir et la réalité du terrain.

En tant qu'éducateur sportif, j'ai souhaité mettre en place des activités physiques régulières car je suis persuadé que le sport est un bon moyen de se rencontrer et bien sûr de rencontrer les autres. Une activité attire particulièrement mon attention au vu des problématiques addictives : la randonnée. J'observe rapidement que le manque de confiance et la difficulté à gérer l'impulsivité sont deux paramètres assez présents chez l'ensemble des résidents, ce qui m'amène à penser que la randonnée est un merveilleux outil pour travailler ces questions. Je m'explique par le récit de ma première randonnée à la CT avec les 5 premiers résidents.

Malgré quelques réticences, le caractère obligatoire de l'activité nous a tous impliqués pour un parcours initial de 12 km. Cela me paraissait accessible mais j'ai rapidement compris qu'il allait falloir revoir mes ambitions à la baisse car à l'approche de chaque difficulté la «gronde» collec-

tive se faisait sentir. Face à l'approche d'un effort potentiel à fournir, l'attitude générale était assez négative («c'est trop dur», «on ne va pas y arriver», etc...). Je décidais donc de réduire la randonnée pour tenter de les rassurer car il me semblait que le principal frein était d'ordre mental plutôt que physique. Je me souviens encore des réactions de certains à l'arrivée d'une montée relativement difficile : «Je ne pensais pas en être capable». Et il y a eu l'après où tous m'ont unanimement partagé leur satisfaction d'être allés au bout et de leur sentiment de fierté. Je reconnais que le lendemain les douleurs musculaires ont eu, quelque peu, raison de leur optimisme de la veille... Cependant je pense vraiment que la randonnée, du fait qu'elle propose de fournir un effort sur un temps long avec souvent plusieurs épreuves à franchir (ascensions), est un fabuleux outil pour travailler sur les mécanismes d'addiction.

La randonnée n'est bien sûr pas la seule activité physique présentant un intérêt thérapeutique, chacune présentant des bénéfices. On peut cependant rappeler que depuis quelques années le sport est reconnu comme pouvant devenir une véritable addiction que l'on appelle la «bigorexie» et ainsi avoir les mêmes conséquences que la consommation de produits.

Bien évidemment, beaucoup d'autres outils permettent de répondre aux problématiques liées à l'addiction rencontrées à la CT. Les témoignages et articles suivant donnent un bon aperçu du travail thérapeutique proposé ici dans l'espoir d'un rétablissement.

Nicolas, éducateur sportif

### Au fil du lien

Parler du lien est un défi, tant ce mot est riche de sens : le lien est ce qui rassemble, réunit. Il peut être solide ou prêt à se rompre comme le fil qui attache... ou se détache. A un niveau plus émotionnel, il est intériorisé comme relation à l'autre qui transcenderait le temps et l'espace. A la Communauté Thérapeutique, les entrées de nouveaux résidents et les départs en fin de parcours nous rappellent à quel point, au-delà de notre vie en groupe « derrière les portes », le lien demande à se construire et à être entretenu.

Quand on vit aux Portes de l'Imaginaire de Saint-Didier sur Rochefort, on est fatalement traversé par la notion du lien à l'extérieur et très attaché à développer nos interactions locales. Avec le monde social duquel on arrive et qu'on est amené à réinvestir, mais aussi avec le groupe plus restreint de nos proches à l'extérieur.

Dans ce sixième numéro, on sent à quel point la famille peut être un soutien dans le processus de rétablissement, et on devine aussi que les relations bienveillantes ou parfois difficiles avec elle nous déterminent. Le lien peut conduire à des prises de conscience déterminantes chez les personnes qu'il rassemble, dans le domaine qui peut encore être tabou et mal compris des comportements addictifs. Il peut être vecteur de reconstruction pour les résidents et leur famille et dans certains cas les liens toxiques doivent nécessairement évoluer ou être coupés pour que chacun puisse avancer.

Ces liens intimes nous parlent plus généralement de notre rapport au monde extérieur et à comment on parvient à se relier à lui, à devenir artisan d'initiatives qui ont du sens et font avancer nos sociétés. Ils parlent aussi de comment on se préserve d'un lien trop douloureux avec des fonctionnements sociétaux nocifs qui détruisent l'individu. Si l'hypersensibilité relie les personnes addicts, c'est aussi notre lien à nous-même que nous devons reconstruire. Travailler nos fragilités pour révéler nos forces, rester dans la vulnérabilité qui permet l'accueil pour concrétiser, dehors, une vie meilleure. Addicts ou non, ce défi nous relie tous.

Nous espérons que vous trouverez dans ce que nous avons voulu vous partager au fil de ces pages un peu du plaisir qui nous anime et nous pousse à créer du lien. Bonne lecture !  
Anna, résidente

*Nous remercions toutes les personnes impliquées de près ou de loin dans ce journal, notamment Isabelle P, Antoine M, Jeanne J, Sandrine W, Sébastien L, Nicolas M, Nicolas D, Sébastien L, Anna S, Bruno L, Jérôme O, Benjamin L et Kamal C*

*Pour leur implication totale dans la rédaction des articles, merci à : Nicolas M, Sandrine W, Benjamin L, Jérôme O, Anna S, Charlotte K, Lizon F, Kamal C, Nicolas D, Bruno L, Maud A, Christian B et Guillaume C*

*Un grand merci également à Jérôme O et Sébastien L pour leurs clichés photographiques et leur disponibilité sans faille !*

*Pour leur encadrement et leur bienveillance au quotidien, merci aux professionnels de la Communauté : Jean-Jacques M, Sophie D, Isabelle P, Jeanne J, Antoine M, Nicolas M, Maud A, Théo T, Anais R, Sandrine W, Julie S, Guillaume C, Christian B, Caroline C, William D, Stéphane R, Laurent D, Myriam R, et Emilie V*

*Pour l'impression du journal : L'ESAT du Chambon-Feugerolles (les Ateliers d'Ondaine).*

*Et bien sûr, pour son soutien, son aide précieuse, son esprit critique, son professionnalisme et pour la confiance qu'elle a su instaurer à travers son regard bienveillant : Véro !!!*



© Seb L.

### Du vert, du vert, du vert

Bien plus que l'acquisition de savoirs, un jardin thérapeutique est un environnement où les plantes ont une place prépondérante. Il est conçu pour faciliter l'interaction de ses utilisateurs avec les éléments curatifs de la nature. Espace vert aux multiples bienfaits, il est destiné à combler des besoins psychologiques, sociaux ou encore physiques... Amen.

Originaire de Grenoble, m'engager à la Communauté Thérapeutique (CT) n'a pas été un choix difficile pour moi. Une fois l'assentiment de mon fils acquis, une rapide recherche sur internet m'a permis de retenir 458 habitants, l'absence de route nationale et un jardin potager. J'avais là les informations nécessaires pour investir le chemin qui serait le mien pour les deux années à venir. Il va sans dire que quand nous posons nos valises, ou plutôt nos boulets, en arrivant à la CT, nous sommes plus dans une forme épique qu'olympique. Les outils et l'ancrage du potager sont alors pour beaucoup un révélateur, le dénominateur de notre lien commun. Forme d'un de nos leitmotivs : « ici et maintenant » mais aussi, à mon sens, le lien entre les anciens, les nouveaux et les futurs résidents.

Comme tout résident, j'étais dès le lendemain de mon arrivée positionné aux Portes (notre ancienne ferme forézienne à l'Agace) et plus particulièrement au potager. J'ai tout de suite mis les mains dans la terre (« c'est de la terre, cela n'est pas sale » disait mon grand-père) en semant des épinards, et me suis mis également dans

« Il pousse plus de choses dans un jardin qu'on en a semé » (Proverbe serbo-croate)

« Ne juge pas chaque jour à la récolte que tu fais mais aux graines que tu sèmes » (Paramahansa Yogananda).

le rouge physiquement en voulant être productif... Autant dire que je faisais fausse route. L'aspect thérapeutique est bien évidemment au cœur de l'atelier, mais plus globalement, une démarche éco-responsable est privilégiée dans toutes nos activités et les notions d'empreinte et de localisme en sont la pierre angulaire.

Mon retour à la terre, m'a permis entre autres, de cadrer mon soin, de développer du lien, d'être vivant... parmi les vivants.

Et après 13 mois à la CT, j'ai à cœur de transmettre cet outil inestimable que l'on m'a confié et les valeurs qui s'y rattachent... naturellement.

Enfin, à titre personnel, cette simple graine, semée il y a un peu plus d'un an, me permet de mesurer aujourd'hui le champ de mes possibles.

Résidentes, résidents, investissez ce capital ! Jérôme, résident



### Comment ça va ?

Le groupe de parole « comment ça va » à été créé il y a quelques mois, en décembre, par les résidents. Il répondait alors à des problèmes de communication dans le groupe, de « non-dits », de secrets au sein de la Communauté qui amenaient une atmosphère peu sereine, pauvre en authenticité et donc peu propice au rétablissement.

Ce groupe a lieu lors de notre réunion résidents, le mardi à 15 heures, après la lecture de la charte des résidents. Il dure au maximum une demi-heure. L'objectif de ce temps de parole est de désamorcer des tensions, de parler de son mal-être face à une situation complexe ou de témoigner de son ressenti face à la dynamique du groupe.

Nous ne gardons pas d'écrit de ce qui est dit, les professionnels ne sont pas présents et aucun retour ne peut leur en être fait, sauf s'il y a violences verbales, physiques ou un aveu de re-consommation.

Chacun d'entre nous peut lever la main pour s'exprimer avec le choix d'avoir des retours ou non de la part des autres résidents. Le temps de parole et les échanges sont modérés si besoin.

Il arrive qu'il n'y ait rien à dire mais ce moment reste très important car il a aidé à mettre à plat certaines situations et a permis à certains d'entre nous de déposer, de s'exprimer et de s'expliquer.

B.n.l., résident

# UN MENEUR, À LA MÊME HAUTEUR

Nous vous parlons souvent des Portes de l'Imaginaire mais connaissez-vous l'association Rimbaud dont la Communauté Thérapeutique dépend ? Nous avons choisi d'ouvrir cette séquence en vous présentant son directeur Stéphane Riou.



**Bonjour Stéphane. Pourrais-tu nous parler de ton parcours ?**

Je dirais que j'étais plutôt un mauvais élève mais que je portais beaucoup d'intérêt à l'humain, à ce que j'observais de l'autre, cela me venant aussi de mon milieu familial. Il m'a fallu attendre mes 23 ans et différentes expériences professionnelles (travail en imprimerie, facteur...) pour comprendre que j'en ferai mon travail.

Une rencontre importante a été également un

**A mon sens, les convictions ne sont pas des réponses mais des engagements personnels**

facteur déclencheur pour m'orienter sur cette voie. Je n'avais aucune formation et j'ai fait un stage d'observation pendant deux mois dans un foyer orienté vers l'accompagnement



Dès 1873, Rimbaud « l'homme aux semelles de vents », surnom donné par Verlaine, son amant, quitte la poésie, pour aller en Afrique, pour y être géographe, commerçant, trafiquant d'armes. Arthur Rimbaud est poète romantique, inclassable, créateur d'un style moderne. Révolté contre l'ordre des choses, il écrit très jeune et sur une courte période de nombreux poèmes en prose tel « Le dormeur du Val, Sensation ». Il est devenu l'un des plus célèbres poètes français.

Cet auteur est tombé dans l'opium et les drogues dès 16 ans. Certains de ces plus beaux poèmes ont été écrits sous influence comme « Bateau ivre, Voyelle ou Mauvais sang ». Mais la consommation de drogues a également entraîné des problèmes de santé mentale et physique.

psychiatrique. L'arrêt de travail d'un employé m'a permis à ce moment-là de m'engager professionnellement dans le travail social.

En 1997, après une école d'éducateur, j'ai commencé à travailler à Paris dans un CTR (Centre thérapeutique résidentiel) en addictologie. Sans connaître ces problématiques, je me suis lancé dans cette expérience et resterai en poste pendant 10 ans dans ce qui s'appelle maintenant un CSAPA. Pour des raisons familiales et à la suite du licenciement du directeur du CSAPA qui me met en colère, je décide de quitter la région parisienne.

Je réponds à une offre d'emploi de l'association Rimbaud de Saint-Etienne en 2003 et je suis recruté en tant que chef de service de la structure de Roanne, avec une toute petite équipe. Nous avons à l'époque un public qui consomme devant nos locaux et vient nous demander du matériel d'usage de drogues. Nous faisons alors ce qu'on appelle de « la réduction des risques » s'il n'y a pas de volonté d'arrêt de consommations, et cette activité me plaît beaucoup. De 2003 à 2012, je suis donc responsable du CSAPA/CAARUD et j'apprécie énormément le fait d'avoir une totale liberté d'action. A

**La CT permet à des personnes de trouver un espace pour mettre à distance une logique implacable, celle de l'addiction.**

cette époque, nous cherchons du travail, un logement, une assistante sociale à ces « toxicomanes » car c'est comme ça qu'ils étaient nommés.

En 2005, ce sont les débuts des Communautés Thérapeutiques en France et je prends conscience que les parcours d'addictions et les parcours de soin qui y sont associés peuvent conduire à une prise en charge en CT. Avec le directeur de l'association Rimbaud à Saint-Etienne, Monsieur Collard, nous organisons les journées de la Fédération Addictions. Lors d'un repas, je me retrouve avec le directeur de la DASS (Direction des affaires sanitaires et sociales) qui pense que l'association Rimbaud aurait toute sa place dans le projet de création d'une CT.

Je suis immédiatement emballé! Entre 2005

et 2010, après plusieurs visites de CT dans le monde (Canada, Italie, etc.), j'écris le projet des Portes de l'Imaginaire. Il se concrétise et elles ouvrent en décembre 2012. J'en prends la direction. En parallèle, je crée la Maison des Adolescents de Roanne en 2010. Ce sont deux expériences très importantes et fascinantes. Dans le même temps, j'obtiens le CAFDES (Certificat d'aptitude aux fonctions de directeur d'établissement ou de service d'intervention sociale), En 2013, Monsieur Collard part en retraite et le conseil administration me propose la direction de l'association Rimbaud dans sa totalité.

**Avec ce parcours, quels sont tes questionnements concernant la prise en charge des personnes ?**

Cela m'a créé des convictions. A mon sens, les convictions ne sont pas des réponses mais des engagements personnels. L'une d'entre elles me renvoie au fait que prendre en charge des personnes, c'est d'abord entrer en relation avec elles et créer cet échange dans un espace spécifiquement adapté. Ensuite, c'est être à la meilleure distance d'elles pour les aider véritablement. Pour moi la meilleure posture est celle où elles gardent leur liberté de choix. Il s'agit de les éclairer sur l'image, souvent pas très positive, qu'elles ont d'elles, dans leur milieu et leur situation, de manière à ce qu'elles soient en mesure de prendre leurs propres décisions avec le maximum de confiance en soi.

**A ce jour, comment vois-tu notre CT ?**

Je trouve que cette structure, les résidents, car vous êtes la structure, est arrivée à une maturité collective. Elle permet à des personnes de trouver un espace pour mettre à distance une logique implacable, celle de l'addiction. Cela démontre que l'on peut se passer de cette logique-là dans la vie et c'est un vrai défi de maintenir cela à l'extérieur. En tout cas, on démontre ici que vous récupérez de la force qui permet d'envisager un avenir plus serein.

Interview réalisée par Kamal et Benjamin, résidents

**Association Rimbaud :**  
2 boulevard des Etats-Unis  
42000 SAINT-ETIENNE  
Tel : 04.77.21.31.13  
<https://www.centre-rimbaud.fr/>

## GUIDANCE, ACCOMPAGNEMENT, SUIVI...

Suite à une journée passée avec le Samna, nous vous présentons Frédéric Dubreucq, son chef de service, et le travail qu'il y fait avec son équipe.



### Qu'est-ce qui t'a amené au Samna ?

Je suis arrivé dans l'association Rimbaud en 2011, à la « Maison des adolescents » (MDA) de Roanne, j'étais alors éducateur spécialisé. J'y suis entré lorsque j'ai rencontré Stéphane Riou, à l'époque directeur adjoint de l'association en charge de la Communauté Thérapeutique. J'ai découvert l'activité de la MDA, j'ai postulé et j'ai été retenu. J'avais deux casquettes : celle d'éducateur spécialisé et une de coordinateur. Ce dispositif était nouveau, il fallait notamment assurer le recrutement et définir des axes de travail. A partir de 2015, je suis passé chef de service à temps plein car la MDA s'est développée et l'équipe s'est agrandie. En 2019, Stéphane Riou m'a fait part du projet d'ouverture d'un Samna (Service d'accueil des mineurs non accompagnés). J'ai manifesté mon intérêt pour ce public qui m'interrogeait. J'avais acquis une solide expérience dans l'accompagnement des adolescents mais ce public de mineurs migrants non accompagnés était nouveau pour moi. Je me suis positionné sur le poste de chef de service en plus de mon activité à la MDA. Quand Stéphane Riou me l'a proposé, j'y ai vu une marque de reconnaissance et de confiance. Il y avait

tout à créer, à mettre en place, en particulier trouver les équipes et surtout les appartements individuels ou collectifs dans lesquels nous allions loger les 30 jeunes que nous pouvions accueillir. Nous avons donc sollicité les bailleurs sociaux. L'ouverture du Samna s'est concrétisée le 14 septembre 2020. Aujourd'hui, nous avons actuellement sept professionnels : un psychologue, une infirmière, un assistant social et quatre éducateurs et éducatrices.

### Comment ces jeunes migrants arrivent au Samna et comment sont-ils accompagnés ?

Les jeunes partent de leur pays et en traversent plusieurs pour arriver en France, il y a la nécessité pour eux de quitter leur pays au regard de la situation dans laquelle ils se trouvent. Ils font souvent le choix de venir à Saint-Etienne car le département de la Loire est très mobilisé autour de cette problématique. Les jeunes passent par une évaluation réalisée par le Conseil départemental qui les oriente vers une structure adaptée où ils sont mis à l'abri en attendant qu'il y ait une place dans une structure comme la notre en fonction de leurs besoins et de leur autonomie. Une fois que le processus est terminé et validé, ils sont déclarés mineurs non accompagnés. Les équipes du Samna viennent les cher-

cher à Saint-Etienne et en une demi-journée nous les installons dans leur logement. Le changement pour eux est très rapide. Nous prenons un moment avec eux autour d'un repas dès leur arrivée. Nous faisons des courses ensemble et leur procurons un téléphone. Il y a ensuite toutes les étapes où nous prenons le temps de leur présenter la ville, les endroits agréables et ressources. Nous leurs transmettons progressivement les règles de la structure.

### Combien de temps les accompagnez-vous ?

A leur majorité, nous pouvons continuer à les accompagner si le Département accepte de leur signer un Contrat jeune majeur (CJM) jusqu'à leurs 21 ans avec des objectifs bien précis comme obtenir des papiers qui permettent d'être en situation légale en France, ou trouver un emploi. Ils ont des contrats qui sont renouvelés selon leur projet d'intégration en France. Au-delà, le Département ne les prend plus en charge et ils sortent de notre dispositif dans les meilleures conditions possibles. Nous les préparons bien sûr à la sortie.

Interview réalisée par Benjamin et Kamal, résidents

Contact : 9 rue Augagneur, 42 300 Roanne. 04 77 70 11 25

## Cette journée partagée avec ces jeunes en quelques mots...

C'est lors d'une belle journée d'avril que « Les portes » se sont ouvertes à 5 jeunes du SAMNA de l'association Rimbaud, accompagnés de leurs éducateurs/-trices. Nous avons eu le plaisir de partager le repas de midi tous ensemble puis de partir nous promener avec Barney qui fut une fois de plus au centre de toutes les attentions. Une journée marquée par le partage, la



rencontre de cultures et de parcours différents, et qui vient démontrer que l'entraide n'a pas de frontière. **Maud, éducatrice**

Lundi en fin de matinée, Jean Jacques, m'appelle et me demande de leur faire visiter notre jardin et nos ateliers. Après des salutations chaleureuses, nous voilà dans l'endroit fier et bois où je débute la visite. Ces jeunes sont fascinés par l'endroit et le nombre d'outils et de machines que nous possédons. Avec Frédéric, le chef de service du SAMNA, nous leur proposons de nommer ce qu'il voit. C'est assez amusant et étonnant de les voir se prendre rapidement au jeu ! Je vois de la joie et de la curiosité de leur part ! Nous continuons sur le potager et la parcelle de notre âne, Barney. Ils ne s'y attendaient pas du tout ! Un peu hésitants au début, je les sens à l'aise assez rapidement. S'en suit un repas ensemble avec tous les rési-



dents et les professionnels. Je suis touché par la manière qu'ils ont de s'émerveiller sur tout, les paysages, les arbres, les fleurs..Des âmes d'enfants ! Au bout de deux heures, nous rentrons aux portes.

Frédéric a prévu un goûter pour clore la journée. Nous revoilà attablés à discuter, rigoler..à profiter tout simplement ! Une superbe journée qui restera ancrée dans ma mémoire et que nous reproduirons j'espère ! Kamal, résident

# Quand Rimbaud rencontre Binette !



© Jérôme

**Le 31 mai, nous avons été conviés par Binette et Cie à une journée « Conférences-rencontres » sur le thème « Prendre soin par la relation à la nature » à Saint Antoine l'Abbaye (38) où nous avons pu rencontrer et échanger avec différents acteurs de jardins thérapeutiques. Une rencontre très enrichissante !**

«Ce colloque nous a rappelé l'intérêt des jardins thérapeutiques dans le soin. Et pas seulement le soin de l'addiction. Une multitude de professionnels et de corps de métiers différents étaient présents : Infirmier(ère) psy, jardinier(ère), infirmier(ère), sociologue, médecin, paysagiste, éducateur(trice), animateur(trice) de jardin, enseignant professionnel. Grâce au groupement des différents jardins thérapeutiques en fédération, il est demandé à l'état et au corps médical leur reconnaissance comme un outil de soin. Outil qui participe au soin d'un large panel de pathologies. Santé mentale, handicap physique, psychique, post opératoire etc. Des thèses mettant en avant l'utilité des jardins thérapeutiques ont déjà été écrites. De nouvelles recherches sont en cours notamment au sein des structures Terre d'Hippocrate, les Jardins des Mélisses, EHPAD La Sarrazinière... Ces journées nous auront également permis de créer des contacts et de penser à de futurs échanges comme des colloques ou des chantiers participatifs».

Jean-Jacques et William, encadrants techniques

« Je n'ai commencé à entendre parler des jardins de santé qu'à mon arrivée à la CT il y a 11 mois, avec notre jardin. J'ai commencé à me rendre compte que le jardin, la nature, le plein air.. me faisaient du bien. Je me sentais de plus en plus apaisé. Un jour, lors d'une réunion chantier, Jean-Jacques, nous parle d'une journée «jardins de santé» organisée par Binette et Cie. Quelques semaines plus tard, nous nous y rendons. Nous avons été très bien accueillis par Luis, le co-fondateur et son équipe. La matinée était dédiée à plusieurs jardins thérapeutiques dont le nôtre. Avec Jean-Jacques, nous avons présenté notre CT et son jardin. Avec du stress quand même, je me suis senti fier et content de représenter les portes de l'imaginaire ! L'après midi, j'ai pu échanger avec quelques associations. Tout me parlait, ça m'intéressait, j'y voyais peut être de l'avenir, entre le don, le contre don et le bien être ! Je décidais quelques semaines après d'y retourner et de bénévoles quelques jours avec eux ! Je vous en parlerai un peu plus bas sur cette page !

Merci à toutes et tous ! » Kamal, résident

## Binette et Cie, Saint Antoine l'Abbaye, quelques jours de bien être, de partage...



Suite à cette journée, j'ai reproduit l'expérience à titre personnel en août. Me voilà de retour à Binette. Luis me dit qu'il y a du travail dans le jardin et ça me va. Me voilà pendant trois jours à planter des piquets pour clôturer le futur bassin, à utiliser un rouleau compresseur et d'autres machines pour finaliser les chemins afin de les

rendre accessibles aux personnes à mobilité réduite, à faire de la cueillette dans le verger avec des enfants autistes et d'autres belles choses....Cela a été assez difficile mais tellement enrichissant ! Mon dernier jour parmi eux a été le plus mémorable ! Luis me propose un marché guin-



quette en soirée. Quésako ? J'accepte ! Et me voilà dans un petit village, dans un petit marché avec repas partagé, petit groupe musical...une ambiance Ô combien apaisante ! En rentrant, je termine avec Luis à un point de vue sublime sur le Vercors ! Magique ! J'ai adoré, hâte d'y retourner ! Merci à eux ! Kamal, résident



# UN AIR DE FAMILLE

Comme j'ai pu l'aborder dans l'édito du journal n° 4, j'ai souhaité mettre en place la « journée familles et proches », dans le cadre de mes études d'éducatrice spécialisée. Ce projet s'est construit à partir de questionnements concernant les liens familiaux, ou plutôt les ruptures de liens. La première rencontre a eu lieu en 2017 et perdure depuis. Ce projet pouvait paraître un peu audacieux au départ, angoissant pour les résidents, et nouveau pour l'équipe. Cependant, j'ai pu constater qu'il avait du sens et des bénéfices dans le parcours de rétablissement de chacun. Chaque année, je peux observer que c'est un moment de convivialité, de partage pour tous, mais aussi une possibilité pour les résidents de mettre au travail certains aspects du soin, de se présenter comme acteur d'un projet et de s'impliquer pour tous avec la présence ou non d'un proche.



Isabelle, éducatrice.

Je ressens à chaque fois des émotions fortes, notamment lors de la présentation de la structure par les résidents à leurs proches. Même si je suis consciente que ce moment de partage peut être une difficulté pour certains, un réel « challenge » de prendre la parole, de se mettre à nu, je suis convaincue aujourd'hui, grâce aux témoignages des résidents, des remerciements des familles, des lettres de gratitude, que c'est un outil dans le rétablissement.

J'en profite pour remercier celles et ceux qui m'ont accompagnée et suivie dans cette aventure (résidents, professionnels) qui ont permis de mettre en place ce projet, de le faire vivre et perdurer car c'est l'investissement de chacun d'entre nous qui le permet.



## Chemins... de vie

Un week-end qui commence par une installation dans un petit hôtel charmant "Les trois temps", un chemin de randonnée, celui de Montaigne, rien que ça ! De la verdure à perte de vue.

Et le lendemain, les retrouvailles avec mon frère Bruno. La rencontre sur le chemin de la reconstruction mais aussi les rencontres avec l'équipe de la CT, les résidents et leurs familles. Des échanges riches en paroles, en larmes, un repas champêtre et d'autres animations et des embrassades sincères.

Esther, soeur de Bruno

Je me suis investie pour la journée famille 2024 qui a fait l'objet de nombreuses discussions au sein de la CT depuis mon arrivée le 10 juin de cette année.

En tant que nouvelle résidente aux portes de l'imaginaire, l'organisation déjà bien avancée ne me permettait pas de convier mes proches. Je me suis donc attelée aux préparatifs de la journée. J'ai pu apporter mon aide à la cuisine sur les plats chauds et les desserts.

À l'emplacement prévu de l'événement, nous avons, par petits groupes, monté les tables et les bancs puis le barnum pour nous y abriter des éventuelles intempéries. Il a fallu transporter toutes les affaires sur place : les plats, les jeux en bois, la vaisselle et toute notre bonne humeur.

C'est avec beaucoup de joie et de plaisir que j'ai vécu le fait d'être tous ensemble (pros, résidents et familles) lors de cette journée particulière dédiée à notre entourage familial. J'ai été très contente de pouvoir accueillir les proches des autres résidents et aussi les familles des pros. J'ai vraiment apprécié ce grand cercle de parole que nous avons formés tous ensemble pour ouvrir la journée et j'étais très à l'écoute de chaque témoignage des familles avec le soutien qu'ils portent à leur proches. J'ai été touchée, émue et la journée se déroula merveilleusement bien.

Je suis très fière d'avoir pu apporter mon aide et ma contribution dans les préparations de cette journée Famille 2024.

Laura, ancienne résidente

## 8 RETOUR SUR...



Je tenais à exprimer toute ma reconnaissance auprès de l'équipe de la CT. J'ai profondément été touchée par l'accueil, la générosité, l'amour, l'humanité, le dévouement, la disponibilité de tous les responsables.

Je vous félicite également pour la qualité des soins, du suivi, de l'accompagnement des résidents tout au long de leur séjour.

De plus, la CT est située dans un lieu magique, en pleine campagne avec une structure d'accueil exceptionnelle et de magnifiques espaces verts (jar-

dins, animaux...). Un immense espace cuisine, atelier de bricolage avec des outillages et machines industrielles sont mis à disposition afin que les résidents s'expriment, s'épanouissent et reprennent confiance en eux.



Aujourd'hui, toute ma famille est très fière de la métamorphose de mon frère Cyril grâce à la CT et à sa volonté de s'en sortir en reprenant goût à la vie !

Ce fut une journée mémorable avec de très belles personnes !

Rachel et Noam, famille de Cyril

A la Communauté Thérapeutique (CT) depuis 10 mois lors de cette magnifique journée, je n'avais pas souhaité lancer d'invitations personnelles. J'estime avoir suffisamment embêté ma famille et mes proches pendant des années avec mon addiction et mes comportements déviants. Dans le même esprit, je souhaite désormais privilégier les échanges concernant d'autres sujets avec eux et ce fabuleux (n'ayons pas peur des mots) presque trimestriel journal est un support remarquable de liens et d'échanges.

J'ai été ravi de m'investir dans l'organisation et le déroulé de cette journée pour dégager du temps à mes camarades directement concernés.

De plus, j'ai été très ému de voir leur proximité et surtout la tendresse et l'affection qui se dégageaient entre eux, dans les gestes et regards notamment.

Enfin, j'ai apprécié que des familles et proches d'addicts entrent en contact, en lien. Qu'ils soient au centre de cette journée mémorable. Merci à tous et à l'année prochaine! Jérôme, résident



### Les journées familles, c'est sacré

Je trouve qu'il est nécessaire d'inclure la famille dans le processus de rétablissement, ce qui lui permet de mieux comprendre l'addiction et le sens de la Communauté Thérapeutique.

Pour ma part, je venais juste d'arriver et n'ayant pas ma famille présente, j'ai trouvé important de m'impliquer dans l'organisation pour que les copains profitent pleinement de leur famille. J'ai ressenti beaucoup de joie et de gratitude. Cette journée a été très riche en émotions.

Ca a été un réel bonheur de voir autant d'amour...

C'est un moment indispensable...

A bientôt.

Lizon, résidente





Cette journée était particulière pour moi car aucun de mes proches ne pouvait venir. C'est la deuxième que je fais et je suis toujours aussi ravi pour les résident(e)s qui reçoivent leurs proches. C'est émuvant et nous avons passé une excellente journée, remplie de jeux, de musique et de rencontres. Cette année, je me suis mis au barbecue, cela m'a fait plaisir d'être utile et de partager.  
B.n.l., résident



Laisser de la place aux familles et aux proches au sein de la Communauté Thérapeutique a beaucoup de sens. En effet, c'est une occasion donnée aux résident.e.s de pouvoir se présenter dans l'espace de leur rétablissement. Nous avons décidé d'en faire un moment de partage et de convivialité, où toute l'organisation est pensée par le groupe. L'équipe fait le choix d'être présente en nombre pour participer à l'accueil et partager avec les invités mais aussi les résident.e.s ce moment fort en émotion.  
Sophie, Cheffe de service

C'était la première pour moi. J'avais très hâte et ai donné avec les résidents et les pros mon maximum pour son organisation. Le jour J, angoissé au réveil, me voilà à attendre ma femme, ma fille et ma belle mère sur la terrasse de la CT. Elles arrivent. Je suis très content de les voir mais reste assez stressé car je prenais la parole pour expliquer ce que nous faisons ici. Nous voilà tous assis, plus d'une quarantaine de personnes en cercle. Lorsque mon tour arrive, je parle des groupes de parole avec Benoist, ces groupes qui m'aident tous les jours depuis 11 mois. Grosse séance émotions ! Lors de cette heure et demie d'échange entre nous tous, j'ai senti de la bienveillance, du soutien,



de la solidarité et tant d'autres choses ! Un moment unique ! Nous avons ensuite

mangé tous ensemble avant de poursuivre avec un après-midi aux Portes, dans nos jardins. Inqualifiable ! Joie, rigolades, échanges, jeux, musique... Tout s'est passé de manière naturelle engendrant une aura de bien-être pour tous, moi le premier ! Je partais en fin de journée de Saint-Didier, avec ma famille, la tête dans les nuages et un ressenti inexplicable mais ô combien apaisant ! Je garde de cette journée de très bons et beaux souvenirs et ai hâte de vivre la prochaine ! Un grand merci aux résidents, aux proches, aux professionnels de la CT et surtout aux résidents qui n'ont pas eu de visites et qui ont énormément donné pour faire de notre journée un super moment !  
Kamal, résident

La journée famille fût une très belle expérience.

Elle nous a permis de passer du temps avec la personne qu'on aime, de voir qu'elle n'est pas seule et accompagnée par une solide et bienveillante équipe éducative et soignante, qui a su être chaleureuse et réconfortante pour nous.

A refaire, meme si j'ai conscience que la logistique et l'organisation relèvent d'un immense travail.

En tout cas, bravo pour cette belle initiative et cette belle réussite.

Merci à tous.

Anne, Eline et Marie Hélène, famille de Kamal

## UN VIRAGE : UNE NOUVELLE PAGE

L'admission est une période qui commence à notre arrivée au sein de la Communauté Thérapeutique et dure un mois. Nous nous retrouvons confrontés au rythme et à la vie de la CT et dans la nécessité de nous ajuster, d'intégrer de nombreuses informations et de nouveaux modes de fonctionnement. Le principal défi de cette étape me semble être d'accepter de se poser face à soi-même, dans l'attention à soi et à ce qui nous entoure, sans produit donc sans béquille mais avec les outils proposés. Cette période a été pour moi incroyablement riche en émotions mais aussi particulièrement éprouvante, fatigante, exigeante. Il a fallu réussir à digérer toutes les découvertes sans cesser d'apprendre et d'intérioriser notre nouveau cadre. J'ai découvert que le groupe comme entité vivante est un puissant outil de libération, mais aussi un incroyable catalyseur d'émotions. Ce groupe, outil central du soin, détient son énergie propre et transmet sa dynamique à chacun de ses membres. Il est aussi fondamental de se retrouver physiquement et psychologiquement après des périodes souvent très compliquées, et cela peut prendre plus ou moins de temps pour le néo-résident (pé-



riode variable de sevrage, post-cure courte ou longue avant la CT...). La rupture temporaire avec le téléphone portable s'est pour moi révélée libératrice, me permettant de me consacrer pleinement à l'expérience de la période d'admission qui m'a demandé une pleine disponibilité intérieure. Bien sûr certaines choses ont pu me manquer et j'ai notamment partagé avec d'autres résidents nouvellement arrivés

l'expérience du besoin de musique comme bulle émotionnelle et sas de décompression. L'admission est donc une période cruciale qui permet de s'intégrer au groupe, de comprendre le fonctionnement de la Communauté pour sentir dans quelle mesure son cadre peut nous accompagner sur le chemin de l'abstinence, qui nous permettra de nous reconstruire et de réapprendre à construire. Anna, résidente

## FIL ROUGE : FIL CONDUCTEUR

Etre un « Fil rouge » est une métaphore qui désigne être un « fil conducteur ». Il s'agit d'une idée directrice que l'on retrouve de façon récurrente et qui assure la cohérence d'un ensemble en se faisant point de repère. C'est une série de responsabilités pratiques et pédagogiques, autour de la situation vécue au quotidien au sein de la Communauté. Le rôle du résident désigné comme « fil rouge » est d'accompagner un autre résident pendant son premier mois d'admission, d'être son repère, son pair-aidant au sein de la CT.

### Comment j'ai vécu mon rôle de « fil rouge » ?

Cela à tout d'abord été une surprise quand la cheffe de service, Sophie, me l'a annoncé car je n'étais pas à la CT depuis longtemps. Ça a été une fierté que l'on me fasse confiance aussi rapidement mais aussi une certaine crainte de ne pas être à la hauteur. Kamal a été mon fil rouge et, en toute sincérité, il avait mis la barre

assez haute. Il a été patient, il m'a laissé le temps d'assimiler les choses et m'a rassuré. Je me suis donc efforcé à être rassurant, à ne pas remplir inutilement le cerveau de Charles, mon nouveau protégé, mon « padawan » comme on le nomme dans notre jargon interne. J'ai été à l'écoute quant à ses craintes ou ses éventuelles questions. Je me souviens lui avoir dit : « tu verras on est bien ici », pour tenter de le rassurer. J'ai pris cette responsabilité très à cœur, je voulais réussir cette mission. Charles a été un très chouette « padawan » ou apprenti et j'ai été fier qu'il m'ait cité dans sa synthèse d'admission.

Ça a été une belle expérience dont je me souviendrais.

Je conclurai par ces mots : tout groupe humain prend sa richesse dans la communication, l'entraide et la solidarité visant à un but commun : l'épanouissement de chacun dans le respect des différences. Nicolas, résident

### Premières impressions – jour de l'arrivée

Lundi 19 aout, je quitte mon Centre Thérapeutique Résidentiel dans les Vosges pour « Les Portes de l'Imaginaire ». Sur la route beaucoup d'appréhension mais également de l'impatience à l'idée de connaître les prochaines personnes et le

lieu qui sera peut-être pendant deux ans ma « maison ». Après près de 6h de route je suis agréablement surprise par ce petit village pittoresque mais surtout par l'accueil chaleureux des résidents. Je me sens bien et la peur diminue grâce à ce groupe

qui a su me mettre à l'aise ? Après explications et visite de la maison je sais et je ressens que c'est l'endroit idéal pour se reconstruire... et vivre une « renaissance ». Charlotte, résidente

## Si j'avais un stylo...

L'atelier écriture représente pour moi un espace d'expression libre incroyablement important. Emmanuelle, l'animatrice, nous propose sur un certain nombre de séances de travailler à des thématiques particulières (image de soi, émotions...) par le biais de différentes méthodes. Elle accorde également beaucoup d'importance au fait de nous accompagner dans nos techniques d'écriture pour les différents écrits attendus au fil du parcours à la Communauté Thérapeutique. Concrètement, chaque séance est constituée d'un ou plusieurs exercices autour de la même idée que l'on va développer durant l'heure et demi que nous passons ensemble. Nous travaillons à partir d'un premier jet, écrivons un texte libre avec consignes, puis partageons notre écrit avec l'ensemble du groupe. Le fait de s'entendre lire ce qui vient d'être produit et d'avoir les retours des autres est extrêmement riche. Nous avons, par exemple, sur la dernière session, eu l'occasion de rédiger un autoportrait à partir d'images poétiques ou en tout cas porteuses de sens, d'écrire autour du concept de société, de

rédiger un texte à partir d'un son (musique ou autre, au choix) que nous avons sélectionné, et de réfléchir autour de la question de l'argumentation, en défendant simultanément des points de vue opposés.

Cet atelier est pour moi extrêmement précieux car il représente un exutoire, un lieu où je peux déposer ce qui se passe à l'intérieur de moi. Les personnes y participant sont très satisfaites de l'apport personnel et collectif qui se met en place au cours de ces séances. Elles nous permettent d'avancer sur nos techniques d'écriture, cela pouvant éventuellement être utiles pour les différents écrits qui jalonnent notre parcours à la CT mais surtout d'aller un peu plus loin dans l'exploration de nous-même.

Anna, résidente

## HOLD-UP : MON ÉQUITHÉRAPEUTE

« La vie, c'est ce qui arrive lorsque vous avez prévu autre chose » (Sophie D).

Je suis arrivé à la Communauté Thérapeutique (CT) en juillet 2023 et dès l'automne, on m'a proposé de prendre part à 6 séances d'équithérapie avec 5 autres résidents (que j'appelle affectueusement « les bras cassés »). A ce moment et à titre personnel, cela m'a paru incongru. J'étais dans le soin et je n'avais pas le droit au plaisir. Je pensais aussi que mon soin devait passer par de la souffrance, façon expiation ou repentance.

Le travail à la CT, bien plus large que le seul cadre de l'addiction, m'a permis de faire évoluer ma position et, au printemps 2024, je m'obligeais à participer à une session, voulant me confronter, oser une bouffée de plaisir égoïste. Bien sûr, je ne mesurais pas alors le fruit de cette graine que je venais de semer. Ainsi, les « bras cassés », accompagnés de Maud notre éducatrice (encore merci pour ta disponibilité, notamment sur ton temps personnel) et encadrés par les bienveillantes Gaëlle et Léna au sein du très accueillant Sports Loisirs Equestres Montbrisonnais (SLEM) prirent part 6 vendredis matin à cette équipée sauvage en terre inconnue.

Evidemment, nos Amazones ne laissèrent rien au hasard quant au choix de nos montures. Ma rencontre avec Hold-up, mon désormais fidèle destrier, ainsi que les échanges

et les liens que nous avons pu tisser au fil des séances, furent remarquables et très intenses car c'était lui et car c'était moi : Hold-up, tu es bien la plus belle conquête de l'homme.

En amont, dès le jeudi soir (le jeudi est une journée pouvant être dense et chargée émotionnellement à la CT), l'effet et les bienfaits de notre thérapie par l'animal pouvaient se ressentir au sein de notre horde, avec des anticipations joyeuses.

Lors du bilan de cet atelier, j'ai pu verbaliser et exprimer (moi qui me définis comme handicapé des sentiments et malade du lien) toute ma gratitude auprès de Maud, Gaëlle et Léna, pour leur compréhension et leur finesse notamment, le rôle majeur de Hold-up dans ma médiation avec moi-même. Dans mon parcours de soin, Hold-up est et restera un bienfaiteur, un soignant et tellement plus. Je conclusais que je ne souhaitais pas reproduire l'expérience car je voulais rester sur les souvenirs uniques de notre relation et ne voulais pas entacher celle-ci de sentiments de trahison ou de tromperie. Une autre expérience n'était pas envisageable pour moi...

Enfin c'était sans compter sur l'acuité et la sagacité de Maud... qui me désarçonna aisé-



ment... Je mènerai donc, et ce avec plaisir, 5 résidents au SLEM à l'automne prochain et je leur souhaite par avance de trouver tellement plus que ce qu'ils seront allés chercher.

Au fait, cela est dans l'air du temps, dans la médiation animale, qui est l'animal ? Je ramasse les copies dans 2 heures:). Jérôme, résident

N.B. : Hold-up, si tu lis ces lignes, saches que tu es et restera mon cheval de Troie, celui qui m'a permis de fendre l'armure. A jamais mon Hold-up.

SLEM : Zone de Vaure, 9 allée des haras, Montbrison.  
contact@slem.fr

## MON ADDICT CHEMIN DE LA « CURE DE DÉGOUT » À LA « COMMUNAUTÉ THÉRAPEUTIQUE »

Il était une fois, il y a fort fort longtemps, à St Jean Bonnefonds, faubourg de Saint-Etienne, dans les «jardins» de l'hôpital, un service de médecine générale à orientation diabète-nutrition. Service choisi pour mon dernier stage d'interne pour parfaire ma formation de futur médecin généraliste, en 1983.

Le hasard (la destinée, le «mektoub») a voulu que je sois à l'étage où il y avait aussi 6 lits réservés aux patients pour sevrage alcool. Je découvrais là un soin inconnu, non appris dans mes cours de fac. Soins pour lequel il était indispensable d'écouter avec attention, avec compassion, pour espérer créer un lien suffisamment fort afin que la souffrance psychique, les traumatismes, puissent se dire, se raconter. Un lien qui libère en somme, qui libère la parole, une parole intime si difficile à dire. Et, comme par hasard, c'était aussi ce que je cherchais dans ma vie relationnelle personnelle de jeune adulte. Même si ce n'était jamais gagné d'avance, car la confiance, ça ne se donne pas si facilement.

Le seul bémol de cette époque, c'est qu'après le sevrage, il y avait quelques jours de cure

les hommes ayant des rapports sexuels avec d'autres hommes. Ces années m'ont paru très longues : de la découverte que cette hécatombe était liée à un virus, puis l'attente de la mise à disposition de tests, l'interdiction de prescrire et de délivrer aiguilles et seringues, le scandale du sang contaminé pour les hémophiles. Il faudra attendre 1987 pour l'autorisation officielle de la délivrance de matériel injectable en France. Cette décision a eu un impact considérable sur la chute des contaminations par le VIH, ce qui n'avait rien d'étonnant en fait, mais que de temps perdu et de vies perdues. Ce mépris social et politique a renforcé mon engagement personnel d'accompagnement et de soutien auprès de ceux qui sont stigmatisés ou ignorés. Et il faudra encore attendre quelques temps avant de voir arriver les premiers médicaments.

cabinet fin 2004, pour travailler à fond pour la revue, tout en gardant un temps pour le terrain, pour ne pas perdre le contact avec la réalité et le plaisir des rencontres espérées soignantes.

Et c'est en 2007 que l'association Rimbaud à Sainté m'ouvre ses portes, à petites doses (peu d'heures hebdomadaires pour le toubib...). Le lien est direct avec les usagers de la rue, la précarité, la violence sociale subie, l'incurie. Et en fond, les traumatismes, la souffrance psychique, des maladies psychiatriques. Et aussi le plus douloureux pour moi lorsque, malgré le soutien, un usager meurt d'overdose ou de suicide. C'est le plus difficile à supporter dans ce travail...

Au Csapa Sainté, commence aussi au sein de l'équipe, un engagement conséquent en termes de réduction des risques (RDR) (infectieux, overdoses, etc.), qui nous amène à accompagner les patients au plus près de leur façon de consommer. C'est une autre évolution majeure de l'accompagnement. Il y aura aussi plus tardivement la mise à disposition de naloxone en spray, un antidote des opioïdes, facilement utilisable en cas

**La Communauté Thérapeutique [...] est pour moi l'aboutissement de toute une vie professionnelle, pour tout ce que la communauté offre en soins d'accompagnement et de rétablissement.**

; une cure de dégoût ! Oui vous avez bien lu. La technique était de donner le matin au petit déjeuner l'alcool préféré du patient avec un comprimé de disulfirame, médicament à l'effet antabuse, c'est-à-dire provoquant nausées, vomissements, tachycardie, bouffées de chaleur, vertiges, etc. Une méthode de barbare en somme, loin de la compréhension psychologique des patients souffrant d'addiction. D'autant que cette méthode ne donnait pas les résultats attendus, sans compter les risques hépatique et cardiaque du médicament en question.

Ceci dit, j'ai pu revenir travailler dans ce service (qui avait abandonné la méthode dégoût) après ma thèse et une année à l'armée (encore une drôle d'expérience de violence dans le soin). J'y suis resté vacataire pendant 8 ans, date de fermeture définitive de ce service (on fermait déjà des lits à cette période). Cela m'a aidé dans ma pratique de médecin généraliste, car les problèmes liés à l'alcool y sont plutôt fréquents.

Parallèlement, le début des années 1980, c'est aussi l'arrivée d'un fléau qui ravage à mort, surtout chez les usagers de drogues et

Parmi les autres faits marquants de l'accompagnement des usagers de drogues, il y a l'arrivée des traitements de substitution aux opiacés, la méthadone en 1995, la buprénorphine en 1996. Les résultats en terme de réduction de la mortalité par overdoses sont alors remarquables. Et sur un plan personnel, cela facilite l'accompagnement, et je vois alors de jeunes patients aller mieux, reprendre pied, se resocialiser, et pour certains retrouver un boulot.

En 1999, j'ai la chance d'être invité à participer à la création du centre mutualiste d'alcoologie (CMA) à St Galmier. C'était exaltant car les moyens mis à disposition étaient bien plus complets qu'à l'hôpital (notamment psychologues, balnéothérapie, groupes de parole). Mais pour moi allait commencer aussi en 2000 une autre expérience passionnante, celle de rédacteur à la revue Prescrire, une revue critique des stratégies thérapeutiques, à l'abri des conflits d'intérêt. Cette revue était mon outil de formation et de perfectionnement depuis plus de 10 ans, alors passer du côté de la production était juste un rêve que je réalisais. J'ai quitté le CMA en 2001 puis arrêté mon



d'overdose. Un médicament qui sauve des vies !

Début 2018 marque le début des consultations au Caarud à Rimbaud Roanne, où il suffit que j'ouvre le placard à la fin de la consultation pour distribuer du matériel de réduction des risques. Vous mesurez combien nous sommes loin des cures de dégoût du début de mon expérience.

Novembre 2018, je prends la suite de Virginie à la Communauté thérapeutique de St Didier. La communauté est alors pour moi comme une tarte au citron meringuée (je préfère à la cerise sur le gâteau...), l'aboutissement de toute une vie professionnelle, pour tout ce que la communauté offre en soins d'accompagnement et de rétablissement, pour le travail d'équipe, et en particulier pour le travail plus médical réalisé en commun autant que possible avec mon collègue infirmier. En conclusion, le hasard m'a mis dès le début sur le chemin des patients souffrant d'addictions. Je l'ai suivi ce chemin extraordinaire sans jamais le quitter. Je suis plein de gratitude pour toutes ces personnes qui sont venues s'asseoir en face de moi pour me confier leurs blessures profondes et intimes. Ils emplissent mon cœur d'humanités.

Certains pourraient conclure que moi aussi je suis addict, oui, ... addict aux patients addicts. Mais avec un nom pareil, c'était prédestiné pour un toubib, non ?

Merci !

Christian., médecin

## JE ME SUIS RENDU COMPTE QUE ÇA ME FAISAIT DU BIEN D'AIDER L'AUTRE

### Pourquoi es-tu devenu infirmier ?

Je suis devenu infirmier un peu par hasard.

Ma mère était aide-soignante et ma sœur infirmière. Beaucoup de gens de ma famille me parlaient de ce milieu et j'étais très curieux de tout ce qui touchait au domaine scientifique.

Quand j'ai terminé le lycée, je me suis orienté vers une faculté de médecine et ne sachant pas exactement ce que je souhaitais, j'ai opté pour la voie la plus générale. Au bout de six mois, j'ai senti que je n'avais pas les épaules pour devenir médecin.

### Ce n'est pas vraiment un hasard ce choix ?

Quand j'ai échoué à l'école de médecine, j'ai bossé quelques temps sur Saint-Etienne : je nettoyais les abris-bus et posais des affiches publicitaires. Je me suis dit que j'allais tenter de passer le concours d'école infirmier. J'ai commencé par un oral que j'ai réussi. Je me suis lancé

et j'ai beaucoup aimé l'alternance (un mois à l'école et l'autre en milieu hospitalier).

C'était très intéressant de pouvoir connaître différents services, de voir ce qui me plaisait le plus et là où j'étais le plus à l'aise. Je me suis rendu compte que ça me faisait du bien

d'aider l'autre, d'être utile et j'avais beaucoup de retours positifs de la part des patients.

### Qu'est-ce qui t'a amené à l'addictologie et à la Communauté Thérapeutique (CT)?

Cela fait 10 ans que je suis infirmier, j'ai exercé dans des hôpitaux, des cliniques et dans à peu près tous les services. Le côté technique du métier m'intéresse moins que le côté relationnel. J'aime être à l'écoute du patient. Mes choix se sont donc dirigés vers la psychiatrie, l'addictologie et la gériatrie. Mon désir est de soigner le corps et l'âme. J'apprécie de développer ce relationnel et d'être aidant. Je travaillais auprès de personnes handicapées quand j'ai appris qu'il existait une Communauté Thérapeutique à Saint-Didier-sur-Rochefort et j'ai candidaté. Cela fait maintenant 5 ans que je suis infirmier à la Communauté.

Dans mon parcours de vie et dans mes rencontres, je me suis rendu compte que l'addiction est partout autour de nous. Je connais peu de familles qui sont épargnées par cette maladie. J'ai des personnes autour de moi qui sont dépendantes à l'alcool, des amis qui sont ou ont été addicts et malheureusement j'ai aussi perdu des proches. Ce sentiment d'impuissance de voir mes proches s'enfoncer, ou mourir sans pouvoir les aider a joué dans mon orientation vers la problématique de la dépendance. J'aimerais accompagner les personnes qui souffrent de cette maladie.

### Quel est ton quotidien à la CT ?

Ma journée commence par une petite relève en équipe où nous faisons le point sur ce qui s'est passé la veille et sur ce qui a été dit en humeur du jour (groupe de parole qui commence chaque journée et lors duquel les résidents déposent leur état d'esprit du moment). Le lundi et le mardi, je m'occupe avec Christian, le médecin, des rendez-vous pour le suivi médical des résidents. Du mercredi au vendredi, j'ai des entretiens individuels avec les résidents. Cela peut concerner l'arrêt du tabac, l'administratif autour de la santé ou encore la prise de rendez-vous extérieurs. En fin de semaine, je gère les médicaments, sachant qu'il y a beaucoup de traitements de substitution. Cela demande de la rigueur car tous sont tracés pour l'Agence Régionale de Santé (ARS).

Pour moi ce qui est aussi important ici, c'est le travail d'équipe. Chaque professionnel a un regard différent sur une situation ou un résident, c'est pourquoi j'aime tant travailler à la Communauté. C'est en mettant en commun ces éclairages que nous arrivons à mieux comprendre, à mieux cerner les personnes que l'on accompagne. Grâce à ces partages, nous arri-

rons à avoir un regard plus global et plus poussé sur les problématiques de chacun. A la différence de l'hôpital où nous manquons de temps pour accompagner les patients, cela rend ce travail d'autant plus riche et intéressant. Guillaume, infirmier

C'est en mettant en commun les éclairages que nous arrivons à mieux comprendre les personnes que l'on accompagne.



## Melting **potes** culturel

### Tranche de vie

Sandrine, éducatrice

La vie passe, l'âge avance et ma temporalité m'a amenée à des questionnements existentiels : Qui suis-je réellement ? Qu'est-ce que je désire au fond de moi ? Pour Moi ?

Me recentrer, être à mon écoute...

Ce contexte interne en plus du contexte social de 2020 et après 14 années d'accompagnement de personnes porteuses de déficiences ou d'handicaps psy., m'ont amené à reconsidérer ma posture professionnelle et personnelle. La pratique du massage m'est apparue comme une évidence...

Ceci, afin d'apporter à l'autre un moment, hors de son quotidien, de paix et de sérénité, un instant de lâcher-prise, de détente et de bien(mieux)-être.

Par le biais de ma formation, j'ai pu entrevoir la diversité et le multiplicité des techniques en fonction de leurs origines géographique et de ce que l'on souhaite pratiquer.

Encore la question de choix...

J'ai alors décidé de me former à 3 types de massages :

- Energétiques (Lahochi, Ventre, Pieds au Bol Kansu)

et à 3 déclinaisons de massages bien-être :

- Ayurvédique
- Lomi-Lomi
- Amma assis

J'ai eu le plaisir de pouvoir pratiquer auprès d'un cercle familiale et amical dans un contexte sécuritaire d'échanges, de confiance et de réassurance.

Toutefois, mon futur projet idéal serait d'ouvrir mon propre Institut et de vivre de cette passion en m'y consacrant à 100 pour 100.

Accord Majeur



### 16 horsepower

Bruno, résident

Originaire de Denver dans le Colorado, *16 Horsepower* est un groupe de rock, folk rock, country américain, formé en 1992. Il est composé de l'américain David Eugène Edwards (guitare, voix) et des Français Pascal Humbert (bassiste, contre-bassiste, maintenant musicien du nouveau groupe Détroit) et de Jean-Yves Tola, batteur, tous deux initialement membres de *Passion Fodder*, groupe plutôt punk rock que j'ai beaucoup écouté dans les années 1990 et que j'ai eu l'occasion de voir en concert à Lyon.

A plusieurs reprises *16 Housepower* et *Noir Désir* ont collaboré. Le chanteur de ce dernier apparaît sur deux titres du groupe, *Fire Spirit* (reprise du *Gun Club* sur l'album *Low Estate*) et *The Partisan* (reprise de Léonard Cohen) et *16 Horsepower* assurait la première partie de *Noir Désir* lors de la tournée de l'album *666.667 Club*.

Le groupe se sépare en 2005.

J'ai découvert *16 Horsepower* récemment par le biais de la web radio caennaise *666* qui diffuse quelques morceaux et suis devenu fan de ce groupe, particulièrement de la voix du chanteur David et de leur musique presque inclassable que je n'ai jamais entendue ailleurs.

Je me suis aperçu que Pascal Humbert était le dénominateur commun aux 3 groupes (*Passion Fodder*, *Noir Désir* et *16 Horsepower*) et que ce n'est peut-être pas un hasard si j'apprécie leurs musiques, même si les styles sont différents.

### Grésiller du carafon

Jean-Jacques, encadrant technique

« *Un Singe en hiver* », « *Les Tontons flingueurs* », « *Le Cave se rebiffe* », « *Les Vieux de la vieille* » sont quelques films de Michel Audiard que je regarde régulièrement.

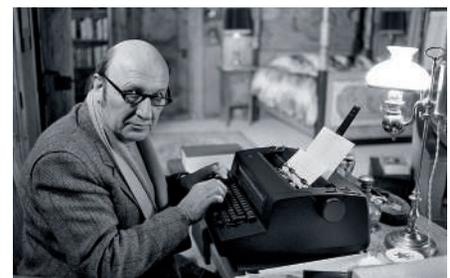
« *La tombola des voyous* », « *Fleur de nave vinaigrette* », « *La vie privée de Walter klozzet* », « *Meurs pas, on a du monde* », « *Les eunuques ne sont jamais chauves* », « *Céréales killer* » sont quelques titres de la série des aventures de San-Antonio écrit par Frédéric Dard.

Dans ces films de Audiard, je suis gourmand des dialogues et répliques cultes taillées au cordeau. J'ai vu et revu ces films et je suis encore surpris par quelques phrases que je n'avais pas retenues (« *je suis pas contre les excuses, je suis même prêt à en recevoir* », « *la justice c'est comme la Sainte Vierge. Si on ne la voit pas de temps en temps, le doute s'installe* »). L'écriture de Audiard a une musicalité et j'aime cette truculence dans ses mots particulièrement dans le film « *Les Tontons flingueurs* ».

Concernant Frédéric Dard, dans la série de romans San-Antonio, j'aime les personnages : San-Antonio commissaire beau gosse un peu misogynne, macho et séducteur et Berrurier, son adjoint franchouillard un peu beau, et puis Berthe son épouse un peu nymphomane.

Je suis aussi et surtout passionné par l'utilisation de l'argot, langage très imagé. On ne dit pas l'argent mais le blé, la fraîche, l'oseille, le grisbi. On ne dit pas une fille mais une Gadji, un enfant est un chiard, un morveux, une femme est une gerce. On ne parle pas on jacte, un nez c'est un blaire, etc....

Ce qui me passionne dans ces films et ces livres c'est la richesse que ces deux auteurs donnent aux mots.



### Mon cheminement à la Communauté

**Ce chemin me paraissait infini, illusoire  
 Encore une pose dans ma vie... Cette passoire  
 J'ai égoutté l'ensemble de ce qui me dégoutais  
 Je n'ai gardé que le vrai, ce qui me fragilisait  
 Mes émotions, mes peurs, mes fragilités  
 Comment croire qu'une faiblesse puisse apporter  
 Tant de vulnérabilité et autant de force  
 Je me suis agenouillé, j'ai ôté l'écorce  
 De ce qui me semblait être ma vérité  
 Mais l'autre m'a regardé, m'a écouté  
 Je me suis vu à travers ses yeux  
 Au début je ne me suis pas reconnu mais eux  
 Ils m'ont mis à nu, ils m'ont découvert  
 Sans ivresse, sans carapaces, sans manières  
 Pour la première fois j'ai commencé à respirer  
 A ressentir mon cœur battre, mon corps vibrer  
 J'ai accouché d'un moi, que j'ai toujours évité  
 Mais qu'aujourd'hui J'apprends à aimer.  
 B.n.l., résident**

### Mon autre chemin

Je me sens comme un grand navire hanté, dévoré de l'intérieur par des démons aux noms mystérieux. Je danse avec des étoiles noires qui viennent me serrer le cœur, qui pèsent de leur poids astronomique et de toute leur masse explosée sur ma poitrine. Parfois un rayon de soleil vient caresser ma peau et c'est un répit sans nom, une libération magique, l'absence de souffrance. Je joue avec les maux et je jouis du miracle de se rendre à soi-même et même... dans la douleur. Passage obligé, clouté, caillouté, qui endolorit le pied mais si soigneusement balisé que le chemin du retour à la vie est joyeux malgré tout. C'est une joie rouge sang ou noire comme l'angoisse, mais un bonheur de se sentir enfin se prendre dans les bras, forts et fragiles tout à la fois. Je goûte à l'espoir de m'aimer enfin et de me protéger, me câliner, m'apaiser comme une grande. Je marche sur des éclats de diamants qui me blessent et m'illuminent. Je vis dorénavant et pour demain. Anna, résidente

## NOTRE JARDIN ZEN EN DEVENIR



#### Le chantier du jardin Zen continue...

Les résidents passent et le jardin avance.

L'orque et la pieuvre vivent heureux dans la roche, les poissons arrivent, les pas japonais sont bien en place.

Nous chérissons ce projet qui se construit dans la continuité de la philosophie chère à la CT : la transmission.

Anna, résidente

Mardi 21 mai 2024

Saint-Didier-sur-Rochefort

### Des sculptures sur bois réalisées à la communauté thérapeutique

Durant les mois de mars et d'avril, accompagnés par Krolli (artiste sculpteur) et Jean-Jacques Marcellier (encadrant technique), les résidents de la communauté thérapeutique Les Portes de l'imaginaire ont pu expérimenter la sculpture sur bois.

#### L'une des créations offertes à l'école

À partir de troncs bruts, ils ont réalisé entièrement des totems, un aigle, un serpent et notamment un livre sur socle. Lors de la foire du village le 8 mai, plusieurs résidents, avec Jean-Jacques Marcellier, ont pu, autour d'un stand, présenter aux habitants quelques-unes de leurs créations, notamment le livre qui a été



Les résidents de la communauté thérapeutique présentent leurs sculptures sur bois. Photo Raymonde Charlat

offert pour l'école à Léonie, présidente du Sou des écoles. Étaient présentes les personnes mentionnées ci-dessus, des enfants de l'école et David Sarry, maire de la commune. Les visiteurs de la foire ont apprécié ce très bel événement.

## on parle de nous

### Saint-Didier-sur-Rochefort • La restauration d'un pressoir par les résidents du Centre Rimbaud



Les résidents heureux de leur travail. Photo Raymonde Charlat

Depuis le mois d'avril, les résidents du centre thérapeutique Rimbaud, accompagnés de leurs éducateurs, restaurent un vieux pressoir. Le mécanisme est offert par Guy Beauvoir et le plateau de bois est donné par Georges Rolland. Quatre mois de travail ont été nécessaires pour cette remise à neuf. Les résidents ont décidé que le pressoir sera prêté aux habitants de la commune qui pourraient en avoir besoin.

## LA BONNE PLANQUE, C'EST PÉTANQUE

**Encore un loisir très thérapeutique, entre rires, compèt et sport.  
 C'est pas les Calanques mais vive la pétanque.**

Lizon, résidente

# 16 INFOS PRATIQUES



## NUMEROS UTILES AUTOUR DE L'ADDICTION

La Communauté Thérapeutique est régie par l'Association Rimbaud (loi 1901) qui est un centre d'addictologie implanté à Saint-Etienne et Roanne dont la création remonte à 1979. **L'Association Rimbaud est un ensemble d'établissements de soins dans les champs des addictions, des problématiques de l'adolescence et pathologies diverses. Elle est composée d'un Centre de Soin et d'Accompagnement en Addictologie, d'un Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des Risques pour Usagers de Drogues, d'une CJS (Consommation Jeunes Consommateurs), d'Appartements Thérapeutiques, d'FMR (Fêtes à Moindres Risques), et d'une Communauté Thérapeutique.**

### **Association Rimbaud (centre d'addictologie) :**

**Rimbaud Saint-Etienne :**  
2 boulevard des Etats-Unis  
04 77 21 31 13

**Communauté Thérapeutique :**  
"Les Portes de l'Imaginaire"  
9 route de Saint Julien

42 111 Saint-Didier-sur-Rochefort  
04 77 96 25 85

**Rimbaud Roanne :**  
19, rue Augagneur  
04 77 70 11 25

**Drogues-Info-Services.fr**  
0 800 231 313 (de 8h à 2h. Appel gratuit depuis un poste fixe)

**A.I.S.P.A.S Montbrison :** AISPAS est une association de prévention des violences sexuelles et d'accompagnement des victimes dans le département de la Loire. Elle accompagne depuis 1990 les victimes de ces violences et participe à la prévention des abus sexuels.

7 rue des visitandines  
42600 Montbrison  
04 77 96 96 42 - @ : montbrison@aispas42.fr

### **FMR association Rimbaud :**

Rimbaud FMR (Fêtes Moins Risquées) est une action mise en œuvre par le CAARUD du Centre Rimbaud. Encadré par un professionnel, un groupe d'intervenants se déplace dans les espaces festifs : concerts, festivals, free party, espace urbain...

2 boulevard des États-Unis  
42 000 Saint-Etienne  
04 77 21 31 13  
Heures d'ouverture : le lundi de 9h à 11h 45, mardi de 9h 15 à 12h 15 et de 14h à 17h30, jeudi de 9h 15 à 12h15 et de 14h à 17h 30, le vendredi de 9h 15 à 12h15 et de 14h à 17h 30.

**Les Narcotiques Anonymes** trouvent leurs origines dans le programme des Alcooliques Anonymes. C'est un programme de rétablissement des drogues créé en 1953 aux États-Unis qui existe depuis 1983 en France. NA est présent à travers le monde et organise plus de 61 800 réunions hebdomadaires dans 129 pays.

NA (Narcotique Anonyme) Saint-Etienne  
52 boulevard Jules Janin -  
42 100 Saint-Etienne.

Réunion le lundi de 19h à 20h 30, Atelier d'écriture de 19h à 19h30 les 1er lundi du mois  
Helpline NA : 01 43 72 12 72 tous les jours de 9h à 22h

### **ENIPSE**

Equipe Nationale d'Intervention en Prévention et Santé  
14 rue d'Arcole, 42000 Saint-Étienne  
Contact : enipse@enipse.fr  
<https://www.enipse.fr/>

## À SAINT-DIDIER

### **Mairie**

Lundi 8h30 - 12h30  
Jeudi 13h30 - 16h  
Vendredi 8h30 - 12h30 et 13h30 - 16h  
Samedi sur RDV  
04 77 97 90 51 - [mairie@stdidier.fr](mailto:mairie@stdidier.fr)

### **La Poste**

Lundi, mardi, vendredi, samedi 8h30 - 11h30  
Jeudi 13h30 - 15h30

### **Boulangerie**

Lundi, mardi, mercredi, vendredi, samedi 7h45 - 13h et 16h - 19h  
Dimanche 7h45 - 13h  
04 77 97 91 98

### **Karine Coiffure**

Du mardi au jeudi 9h - 12h et 14h - 18h  
Vendredi 9h - 18h  
Samedi 8h - 15h  
Avec ou sans RDV - 04 77 97 99 23

### **Café Les Trois Temps**

Du mardi au samedi 7h - 14h et 16h - 21h  
Dimanche 7h - 14h  
04 77 24 80 78  
Site web : [lestroistemps.com](http://lestroistemps.com)

### **Chouette Épicerie**

Place du marché ou local FNACA  
Mercredi 12h - 12h15  
Vendredi 11h - 11h30  
Dimanche 8h - 12h  
06 26 39 87 57

### **Marchés**

Boucher Jeudi 16h - 19h  
Porc & Fourme (Ferme de la Merlée)  
Fromages (Vincent) Jeudi 16h - 19h  
Fromages de Léonie et Natacha dimanche matin

### **EHPAD Saint Joseph**

04 77 97 91 37  
[maisonacc.stjoseph@wanadoo.fr](mailto:maisonacc.stjoseph@wanadoo.fr)

### **Fabdesir**

Atelier Réparation : 1<sup>er</sup> samedi du mois  
Atelier Informatique : 3<sup>e</sup> samedi du mois

Si ce journal vous a plu, venez retrouver sa version pdf en ligne sur le site :  
[www.centre-rimbaud.fr](http://www.centre-rimbaud.fr)