

PATRICK
BUCHARD

Il suffit d'une rencontre



UNE HISTOIRE DE DÉPENDANCE
QUI FINIT BIEN

Flammarion

Sauvé de l'alcoolisme par un ancien buveur, Patrick Buchard a lui aussi décidé de venir en aide aux malades alcoolo-dépendants.

À trente ans, il reprend des études supérieures et, fort de son expérience personnelle, crée en 1989 le premier cabinet spécialisé dans les problématiques de l'alcool en entreprise. Il met en place une méthode innovante: le sevrage ambulatoire au poste de travail. Son combat? Sortir les salariés alcoolo-dépendants de leur placard et de leur dépendance en les réintégrant à la vie de leur entreprise.

Avec des mots simples et directs, il nous raconte des histoires de renaissances: la sienne d'abord, puis celles de ces hommes et de ces femmes à qui il a tendu la main.

Un témoignage marquant, rempli d'optimisme et de bienveillance pour en finir avec les idées reçues liées à l'alcool et à l'alcoolisme.

« Ce fut finalement m'a chance d'avoir été malade alcoolique. Sans cela, je n'aurais pas pu faire tout ce que j'ai fait par la suite. »

Patrick Buchard est ingénieur sécurité du travail, alcoologue, ergonome et enseignant à la faculté de médecine René-Descartes Paris V en alcoologie. Il crée en 1989 le premier cabinet d'alcoologie en entreprise basé sur un concept novateur: le sevrage ambulatoire au poste de travail. Il a participé à des groupes de travail ministériels, interministériels et des commissions parlementaires comme expert sur les problématiques d'alcool en entreprise.

Il suffit d'une rencontre

Patrick Buchard

Il suffit d'une rencontre

Flammarion

© Flammarion, Paris, 2019
ISBN : 978-2-0814-8019-3

À Pierre et Colette, mes parents
À Jean-Claude, mon frère
À Rose, Gérard, Manuel, Claudie, Claude,
Pierre, Paul, Jacques et tous les autres...
Dans l'au-delà
À Sandrine, Maxime et Antoine
À Annie, Augustin, Charles, Bernard, Anne-France,
Martine,
Vincent, François, Paul et tous les autres...
Ici et maintenant
Et à Caroline Lucas pour l'aide précieuse qu'elle
m'a apportée
dans l'écriture de cet ouvrage.

SOMMAIRE

<i>Avertissement aux lecteurs</i>	11
---	----

PREMIÈRE PARTIE

Chapitre 1. Au tout début de l'histoire.....	19
Chapitre 2. La dégringolade	29
Chapitre 3. La rencontre	37
Chapitre 4. Du challenge personnel au challenge professionnel.....	53

DEUXIÈME PARTIE

Chapitre 5. L'omerta nationale	67
Chapitre 6. Et maintenant, en avant !	77
Chapitre 7. Mieux vaut prévenir que laisser mourir	89
Chapitre 8. Le pouvoir des mots sur les maux.....	103
Chapitre 9. Le déni n'est pas un mensonge ..	113
Chapitre 10. Les méprisables.....	127
Chapitre 11. Des joies et des coups durs.....	143
Chapitre 12. Une affaire de familles	155
Chapitre 13. La résilience a un goût de paradis	163
<i>Des entreprises remarquables</i>	175
<i>Adresses utiles</i>	185

AVERTISSEMENT AUX LECTEURS

En France, cinq millions de personnes connaissent des difficultés d'ordre médical, psychologique, social ou professionnel en relation avec l'alcool. Entre 40 000 et 50 000 Français meurent chaque année à cause de leur consommation d'alcool, ce qui représente 10 % de la mortalité, toutes causes confondues. C'est comme si une ville de la taille d'Évry, d'Angoulême ou d'Évreux était rayée de la carte de France chaque année. C'est comme si un Airbus A319 chargé au complet s'écrasait en France chaque jour.

Ce fléau national est loin d'être éradiqué. Sur 1,7 million de personnes dépendantes de l'alcool, seules 250 000 seraient prises en charge à l'heure actuelle.

Il est d'ailleurs très probable que vous connaissiez une personne en difficulté avec l'alcool. Une famille sur deux serait touchée, de près ou de

loin. Les problèmes d'alcool ne concernent donc pas uniquement les malades alcooliques. Ce sont tous leurs proches qui sont impliqués et qui, souvent, se découragent peu à peu, perdent espoir et cessent de croire en un dénouement heureux. Aujourd'hui, je voudrais leur redonner courage en leur disant qu'il est possible de s'en sortir. Ce livre en est la preuve.

Il est l'aboutissement d'une vie dans laquelle l'alcool a joué un rôle déterminant. De l'adolescence à ce jour, l'alcool a rempli les trois quarts de ma vie. Ma propre expérience de la maladie, de la dépendance et de la déchéance, puis de la reconstruction, de la renaissance, de la réhabilitation et de la résilience est au cœur de ce récit de vie.

Les premières années de mon compagnonnage avec l'alcool n'ont rien d'original. Bien que chaque histoire soit unique, tous les malades mènent le même combat et franchissent souvent les mêmes étapes, de l'arrêt de la boisson à la guérison.

J'ai donc traversé les mêmes épreuves que beaucoup d'autres hommes et femmes. Comme eux, j'ai arrêté de boire pour commencer une nouvelle vie dans laquelle l'alcool allait être à la fois présent et absent, une nouvelle vie rythmée par les

réunions d'anciens malades et l'accompagnement d'autres malades en difficulté.

L'alcool, j'en ai fait mon métier. Reconnaisant de l'aide qu'on m'avait prodiguée et sans laquelle je n'aurais jamais pu m'en sortir, je suis moi-même devenu alcoologue. J'ai côtoyé des pionniers de l'alcoologie en France et c'est grâce à eux, un peu aussi grâce aux hasards de la vie, que j'ai compris que l'entreprise était une clef essentielle dans le combat contre l'alcool.

C'est vite devenu une certitude pour moi : un salarié qui connaît un problème avec l'alcool et qui perd son travail est un salarié perdu. Il n'a presque aucune chance de s'en sortir, presque aucune chance de retrouver un emploi et presque aucune chance de réussir à se soigner. Le travail est souvent le dernier lien social sur lequel la prise en charge d'un malade alcoolique peut s'appuyer avec un maximum de chances, d'efficacité et de réussite. C'est fort de ce constat que j'ai conçu, développé et proposé aux entreprises un modèle de prévention de l'alcoolisme au travail ainsi qu'une méthode de prise en charge des salariés en difficulté avec l'alcool.

Ce livre est le fruit d'une expérience professionnelle de presque trente ans. Il relate, entre autres, l'histoire d'Hassé-Consultants, le premier cabinet d'alcoologie d'entreprise en France, que

j'ai créé en 1989 et qui a permis depuis d'informer et d'aider des milliers de salariés.

Car si l'entreprise est souvent confrontée au monde de l'excellence, de la performance et de la perfection, nombreux sont les salariés, cadres et dirigeants attirés par les produits dopants comme l'alcool. Ce livre est là pour leur dire qu'il est possible de vivre heureux sans faire usage de tels produits.

Ce livre est également un témoignage de reconnaissance adressé à tous les employeurs qui ont eu le courage et la générosité de tendre la main à des salariés en perte. Ces dirigeants et leurs entreprises doivent être mis à l'honneur. C'est grâce à eux, à leur bravoure, à leur audace et à leur bienveillance que des centaines de travailleurs ont pu être sauvés.

Ces entreprises très humaines existent. Leur action est réelle, exemplaire et admirable et mérite donc d'être reconnue. C'est pour cela que j'ai tenu à faire figurer en annexe la liste de ces entreprises courageuses avec lesquelles j'ai travaillé, en espérant que ce témoignage servira d'exemple et qu'il donnera envie à d'autres entreprises de rejoindre cette noble cause.

Tous les témoignages que vous lirez dans ce livre sont véridiques. C'est la raison pour laquelle

AVERTISSEMENT AUX LECTEURS

certaines noms et prénoms ont été modifiés, par souci d'anonymat et de confidentialité.

J'insiste sur le fait que ce livre ne se veut en aucun cas scientifique. Il s'agit de témoigner de mon expérience personnelle et professionnelle et surtout de redonner espoir à ceux qui en auraient besoin.

PREMIÈRE PARTIE

