

Mlle PITCH



LA REVUE DE PRESSE



ALCOOL

01. Communiqué de presse Mlle Pitch
médiatisation rencontres publiques

02. Laurence Cottet

03. Rencontre publique de
Clermont-Ferrand

04. Rencontre publique de
Grenoble

01.

Communiqué de presse Mlle Pitch médiatisation rencontres publiques

**LA CORRESPONDANCE DE LA PUB – Article – 31/10/2017**

La
Correspondance de la Publicité
Pays : France
Périodicité : Quotidien



Date : 31 OCT 17
Page de l'article : p.18



Page 1/1

♦ **Mlle Pitch / addiction à l'alcool** : Les Laboratoires Lundbeck et l'Association d'anciens alcooliques H3D collaborent avec Mlle Pitch, agence créée et dirigée par Mme Magali FAGET, pour une campagne préventive sur la dépendance à l'alcool. Mlle Pitch effectuera une série de rencontres publiques dans plusieurs villes de France. Celles-ci seront animées par H3D et leur présidente Mme Laurence COTTET. L'agence sera chargée de la médiatisation de ces rencontres notamment en sollicitant la presse nationale. La première rencontre se tiendra le 23 novembre à Clermont Ferrand. Pour l'agence, c'est aussi l'occasion de montrer le renforcement de son pôle santé. Elle a déjà mené une campagne informative sur les maladies inflammatoires chroniques intestinales ou encore sur la mucoviscidose.

MEDIACOM' – Article – 10/11/2017

MEDIACOM'

Périodicité : Bi-hebdomadaire



Date : 10 NOV 17

Page de l'article : p.5

L'agence Mlle Pitch part en campagne contre l'addiction à l'alcool avec les Laboratoires Lundbeck et l'Association d'anciens alcooliques H3D

En Novembre 2017 Démarre à Clermont Ferrand une série de rencontres publiques en région pour sensibiliser le plus grand nombre sur les méfaits et les signaux d'alerte de l'addiction à l'alcool qui seront animées par l'association d'anciens alcooliques H3D en partenariat avec les laboratoires Lundbeck. L'agence Mlle Pitch aura pour objectif de médiatiser ces rencontres en région et de sensibiliser le grand public et la presse nationale aux dangers d'une consommation excessive.

02.

Laurence Cottet

20 Minutes –28/11/2017 SUITE SUJET France 3 région du 27/11



SANTÉ Drogue au travail: L'alcool, une addiction pas comme les autres?



ACCUEIL > SANTÉ

Addictions au travail: Pourquoi est-ce si difficile de limiter l'alcool au travail?

EMPLOI A l'occasion du lancement du portail d'information sur les addictions au travail, «20 Minutes» se penche sur les particularités de l'alcool...

Oihana Gabriel | Publié le 28/11/17 à 09h15 — Mis à jour le 28/11/17 à 09h24



Illustration de verres d'alcool lors d'un pot. — Pixabay

- L'Etat a lancé lundi un portail d'information sur les addictions au travail: addictaide.fr.
- Signe de la prise de conscience de ce problème, qui concerne de plus en plus de travailleurs tous secteurs confondus.
- Mais l'alcool, rarement vu comme un danger, parfois valorisé, a un statut particulier au sein de ces addictions.

« Je suis tombée dans l'alcool silencieusement et j'ai tout perdu », avoue Laurence Cottet, ancienne alcoolique, aujourd'hui devenue patiente-experte en addictologie. Elle n'est pas la seule à avoir payé cher cette addiction développée sur le lieu de travail. Depuis quelques années, les pouvoirs publics s'inquiètent de voir un grand nombre de travailleurs se doper pour mieux réussir. Au point que lundi, l'État a lancé un portail d'information pour les entreprises comme le grand public sur ces addictions : addictaide.fr.

>> A lire aussi : [Pour prévenir les comportements addictifs au travail, l'Etat a créé un site Web](#)

À LIRE AUSSI



23/05/17 | **DROGUE**
Pourquoi la France peine à faire de la prévention sur l'alcool?



07/12/16 | **SOCIÉTÉ**
Les conduites addictives de plus en plus répandues au travail

+ D'ACTU

Sofinco
Prêt Perso
À partir de **1,70%**
TAEG FIXE
Des 6 000€ sur 24 mois
jusqu'au 28/11/2017
PROFITEZ-EN

A LIRE AUSSI

Contenus Sponsorisés



Nexity vous aide à gérer vos biens immobiliers locatifs. Comment souscrire ?
Nexity

20 Minutes –28/11/2017 SUITE SUJET France 3 région du 27/11

Depuis quelques années, les pouvoirs publics s'inquiètent de voir un grand nombre de travailleurs se doper pour mieux réussir. Au point que lundi,

l'Etat a lancé un portail d'information pour les entreprises comme le grand public sur ces addictions : addictaide.fr.

>> A lire aussi : Pour prévenir les comportements addictifs au travail, l'Etat a créé un site
Webblancement du portail #travail et #addiction prévenir et gérer les conduites addictives
dans le monde du travail on en parle sur : pic.twitter.com/Skt1eCIFOp— MILDECA
(@MILDECAgouv) November 27, 2017

Mais si petit à petit, ces conduites addictives « professionnelles » sortent du tabou, certaines spécificités concernant l'alcool compliquent le travail de sensibilisation.

>> A lire aussi : Alcool, cocaïne, tranquillisants... Quand le travail mène à la drogue 8,5 %
des salariés en difficulté avec l'alcool

Selon la mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca), qui présentait ce nouveau portail, 18,6 % des actifs occupés ont eu un épisode d'alcoolisation ponctuelle importante dans le mois, contre 17 % en population générale.

« Globalement en France, on constate une baisse de la consommation d'alcool en trente ans », nuance Kevin Chapuy, intervenant en entreprises et formateur à l'Association nationale de prévention en alcoologie et en addictologie (ANPAA). Néanmoins, l'alcool au travail reste une problématique actuelle. » Selon une étude de l'INVS de 2009, il y avait environ 8,5 % des salariés en difficulté avec l'alcool contre 5 % a (...) [Lire la suite sur 20minutes](#)

[Pourquoi la France peine à faire de la prévention sur l'alcool?](#)

[Alcool, drogue, médicaments... Les conduites addictives de plus en plus fréquentes au travail](#)



Yahoo actualité –28/11/2017 SUITE SUJET France 3 région du 27/11

Accueil Mail Recherche Actualités Sport Finance Style People Cinéma Météo Flickr Plus

YAHOO!
ACTUALITÉS

Rechercher

Rechercher

Actualités Accueil M6info Monde France Politique Finance Suivez-nous f

Addictions au travail: Pourquoi est-ce si difficile de limiter l'alcool au travail?



20minutes.fr 28 novembre 2017



EMPLOI - A l'occasion du lancement du portail d'information sur les addictions au travail, «20 Minutes» se penche sur les particularités de l'alcool...

EMPLOI - A l'occasion du lancement du portail d'information sur les addictions au travail, «20 Minutes» se penche sur les particularités de l'alcool...

« Je suis tombée dans l'alcool silencieusement et j'ai tout perdu », avoue **Laurence Cottet**, ancienne alcoolique, aujourd'hui devenue patiente-experte en addictologie. Elle n'est pas la seule à avoir payé cher cette addiction développée sur le lieu de travail.

20 Minutes - 28/11/2017 SUITE SUJET France 3 région du 27/11



VIOLENCES

Les syndicats de policiers pas convaincus par les mesures contre le harcèlement de rue P.3



www.20minutes.fr

Mardi 28 novembre 2017 ÉDITION SPÉCIALE

ÉDITION NUMÉRIQUE

JUSTICE



Un prof condamné pour sa liaison avec une collègue P.4

SÉRIES

Les réalisateurs mettent Paris dans tous ses états P.6

LORIE PESTER



« J'adorerais tourner un film avec Dupontel » P.7

LIGUE 1

Et si le PSG échouait sur la route de son septième titre ? P.10

Ivre, il va au boulot...

Souvent valorisé, rarement vu comme un danger, l'alcool a un statut particulier dans le monde du travail. Pourtant, près d'un salarié français sur dix doit faire face à des difficultés d'addiction. P.2

Imprimé sur papier recyclé, ne jetez pas ce journal sur la voie publique : donnez-le ou recyclez-le. Merci !

MATMATAH EN CONCERT

NOUVEL ALBUM PLATES COUTURES

En tournée dans toute la France

29 NOVEMBRE 2017 LE TRIANON

30 NOVEMBRE 2017 ELYSEE MONTMARTRE

Logos: Sun, Orange, RTL2, 20

PUBLICITÉ

20 Minutes – 28/11/2017 SUITE SUJET France 3 région du 27/11

2 ■ Actualité

Mardi 28 novembre 2017

TRAVAIL Près de 19 % des actifs ayant un emploi ont trop bu au moins une fois dans le mois

L'alcool fait trinquer les salariés

Oihana Gabriel

«**Q**uand on parle de drogue au travail, on pense rarement à l'alcool », regrette Laurence Cottet. L'auteure de *Non ! J'ai arrêté* (Dunod) sait de quoi elle parle : avant d'être experte en addictologie, elle était alcoolique. Ce qui a lui a coûté son poste de cadre chez Vinci. Son cas n'est pas isolé. D'après une étude de l'Institut de veille sanitaire de 2009, il y avait environ 8,5 % des salariés en difficulté avec l'alcool, contre 5 % avec le cannabis. Et, selon la mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca), qui présentait lundi addictaide.fr, portail d'information sur les addictions au travail, 18,6 % des actifs occupés ont eu un épisode d'alcoolisation ponctuelle importante (au moins six verres) dans le mois, contre 17 % de la population générale.



Boire de l'alcool sur son lieu de travail est interdit... sauf s'il s'agit de vin, de bière, de cidre, de poiré ou d'hydromel.

Une pratique valorisée

Le problème, avec l'alcool, c'est qu'il est valorisé dans bien des métiers. Si Laurence Cottet était invitée à un repas avec de bonnes bouteilles à chacun de ses déplacements, beaucoup de salariés ont pris l'habitude de trinquer pour célébrer la fin de la semaine ou conclure un deal important. Outre le sentiment de convivialité, l'alcool peut aussi permettre de gérer le stress,

comme de relâcher la pression. Toutefois, il peut « avoir un impact sur la qualité du travail, la relation avec les collègues », rappelle Kevin Chapuy, formateur à l'Association nationale de prévention en alcoologie et en addictologie. Pire, entre 10 et 20 % des accidents du travail seraient liés à l'alcool, selon une étude de l'Inserm de 2003. Selon le Code du travail, aucune per-

sonne en état d'ivresse ne peut séjourner sur son lieu de travail et aucune boisson alcoolisée n'y est autorisée. A l'exception du vin, de la bière, du cidre, du poiré, de l'hydromel. Une distinction entre « bons » et « mauvais » alcools surprenante. « Je m'alcoolisais au champagne avec bonne conscience », ironise Laurence Cottet. Malgré tout, « certaines entreprises commencent à

mettre en place une sensibilisation sur l'alcool au travail, il faut généraliser cette approche », souligne Laurence Karila, addictologue et coauteur de *Tous addicts, et après ?* (Flammarion). Kevin Chapuy insiste : « Quand on parle de l'alcool au travail, on se concentre sur l'alcoolisme, mais il faut s'adresser aux personnes avant qu'elles ne soient en difficulté. » ■

LA MÉTÉO EN FRANCE



La perturbation gagne le Sud

On retrouve notre perturbation entre le Pays basque et les reliefs de l'Est, où la neige continue de tomber à basse altitude. Au nord, un temps instable se généralise, accompagné de giboulées. Le vent se lève en Méditerranée.

ENVIRONNEMENT

Le glyphosate gagne cinq ans de plus au grand dam des ONG

Les Etats membres de l'Union européenne ont accepté, lundi, lors d'un comité d'appel, de réautoriser pour cinq ans le glyphosate, après plus de deux ans de débats intenses sur cet herbicide controversé. C'est une surprise, à trois semaines de la date d'expiration de la licence actuelle, tant les divisions semblaient insurmontables. Le glyphosate est devenu une question sociétale après son classement comme « cancérigène probable » en mai 2015 par le Centre international de recherche sur le cancer (organe de l'OMS). Les neuf pays qui avaient déjà dit non au cours d'un premier vote le 9 novembre, notamment la France, ont campé sur leur position,

selon des sources européennes, le scrutin s'étant déroulé à huis clos. L'Allemagne, qui s'était abstenue la dernière fois, s'est ralliée à la Commission européenne, créant de fortes tensions au sein de la coalition gouvernementale sortante. « Cinq années de glyphosate supplémentaires mettront notre santé et l'environnement en danger, et c'est un revers majeur pour les méthodes agricoles plus durables », a protesté Adrian Bebb, de Friends of the Earth Europe. Quelques heures après le vote, Emmanuel Macron a affirmé que l'herbicide serait interdit en France « dès que des alternatives auront été trouvées » et « au plus tard dans trois ans ». ■

la chaîne **météo** lance le **1er COMPAREUR MÉTÉO**

La meilleure info météo

Échangez sur l'App Store

DISPONIBLE SUR Google Play

HERVE FOUSSERET – TWITTER – 20/11/2017



Herve Fousseret @HFousseret · 9 h

Bravo Laurence Cottet vous êtes une femme extraordinaire



Témoignage - Abstinente depuis quatre ans, elle ra...

Alcoolisme... « Le premier pas à franchir est d'en parler ».
Laurence Cottet, abstinente depuis quatre ans et devenue patiente expert témoignera de son addiction...

lamontagne.fr



Herve Fousseret @HFousseret · 9 h

Bravo Laurence Cottet vous êtes une femme extraordinaire



Témoignage - Abstinente depuis quatre ans, elle ra...

Alcoolisme... « Le premier pas à franchir est d'en parler ».
Laurence Cottet, abstinente depuis quatre ans et devenue patiente expert témoignera de son addiction...

lamontagne.fr

LE CRETOIS – Article – 20/11/2017

L'alcoolisme au cœur d'une campagne nationale de sensibilisation

Laurence Cottet va animer des conférences pour prévenir la dépendance

Le combat continue pour Laurence Cottet. Poussée par son engouement et son énergie à aider les personnes atteintes d'alcoolisme, elle va mener plusieurs conférences au niveau national. « Il est impératif que la société change de regard sur l'alcoolisme. Les malades ne doivent plus avoir honte de leur situation et doivent sortir de leur silence en parlant aux réunions pour remonter la pente » insiste Laurence Cottet. Ancienne alcoolique et abstinente depuis sept ans, elle s'apprête à sillonner la France pour intervenir bénévolement dans plusieurs villes. « Pour l'instant, deux conférences sont prévues à Clermont-Ferrand le 23 novembre et le 1er décembre à Grenoble. Je témoignerai en parlant de mon vécu ainsi que de ma méthode H3D. Je serai accompagnée de plusieurs experts en addictologie, d'associations et d'acteurs locaux. Ces réunions se composeront d'une table ronde et d'un débat où le public pourra poser des questions » précise Laurence Cottet.

En parvenant à se sortir de sa dépendance, elle a trouvé un autre sens à sa vie, celui de transmettre aux autres sa

force et une méthode créée par ses soins pour les malades : « Je ne pensais pas que mon livre « Non, j'ai arrêté ! » sorti en 2014, connaisse un tel succès. Je suis ravie de constater que des personnes se retrouvent dans mes mots. 20 000 exemplaires ont été écoulés et une troisième édition est d'ailleurs sortie en juillet dernier. Ce qui m'a poussé à créer une association « La méthode H3D » où de nombreux bénévoles s'activent pour organiser des événements et groupes de paroles. J'ai également passé deux diplômes universitaires afin d'être patiente experte. Grâce à cela, ma parole est davantage nourrie de savoirs et me permet de tenir un discours plus riche et précis sur l'alcoolisme. Le regard des médecins et des soignants commence à changer sur moi et c'est très appréciable car je suis soutenue par de nombreux médecins dans mes démarches de sensibilisation »



jour : « Je progresse et aujourd'hui, mon objectif tient en trois verbes : prévenir, éduquer et informer. Il est indispensable d'éduquer les jeunes dès le plus jeune âge sur les bancs de l'école pour réduire la dépendance et le coût social que cette maladie induit ». Cette dernière coûte en effet 120 milliards d'euros à l'État par an ». Et comme rien ne l'arrête, Laurence Cottet a récemment envoyé son livre à l'Élysée : « Si Monsieur le Président cherche à faire des économies, je suis disposée à lui proposer des solutions pour baisser le coût de l'alcoolisme en France » conclut-elle avec un ton déterminé et confiant. Affaire à

Le coût social de l'alcoolisme Lest de 120 milliards par an...

ajoute-t-elle satisfaite. Ce travail mené bénévolement donne un nouveau sens à sa vie et la passionne chaque

suivre ! Précisons que pour des raisons de sécurité et du fait du nombre limité de places disponibles, l'inscription aux conférences est obligatoire et gratuite sur le site : « <https://reunion-publique-alcool.fr> »

Les dates, en Drôme

- À Valence : tous les mardis de 11h30 à 13h30 à la Maison Relais Santé située 4 rue du clos Gaillard.
- À Montélimar : tous les mardis de 10h30 à 12h (groupe réservé aux patients du service) au service d'addictologie de l'hôpital
- À Privas : tous les 15 jours le jeudi de 11h à 12h30 au CSAPA de l'hôpital situé 11 rue du Temple

03.

Rencontre publique à Clermont-Ferrand



LES HABITANTS DE CLERMONT FERRAND SENSIBILISES A L'ADDICTION A L'ALCOOL

Réunion publique d'information «Alcool, prévenir la dépendance»
Clermont Ferrand, Jeudi 23 Novembre 2017- Cinéma CGR Le Paris

Pour sensibiliser les habitants de Clermont-Ferrand aux symptômes de cette maladie et mieux les informer des chemins possibles pour s'en sortir, l'Association d'anciens alcooliques H3D fondée en 2014 par **Laurence Cottet** organise, avec le professeur **Georges Brousse** Professeur en Addictologie du CHU de Clermont-Ferrand, une rencontre publique le 23 Novembre 2017 baptisée « **ALCOOL, PREVENIR LA DEPENDANCE** ». Une rencontre publique qui abordera les risques médicaux et psycho-sociaux liés à une consommation excessive d'alcool et informera sur les signes d'alerte d'une consommation excessive d'alcool pour soi ou pour une personne de son entourage professionnel ou familial.

Les enjeux de la rencontre publique :

Comment prévenir la dépendance d'une maladie insuffisamment identifiée comme telle ?

«L'alcoolisme est une maladie qui doit être considérée comme n'importe quelle autre maladie qui se soigne. Le premier pas à franchir est d'en parler, de sortir du déni ou plus souvent de la Honte....car on croit encore qu'arrêter de boire est une question de volonté. ...alors que l'on est tout simplement drogué à l'alcool et qu'il faut se faire aider. En parler, sortir de l'anonymat lorsque que l'on est passé par cette maladie permet de changer le regard de la société sur cette maladie, qui n'est donc pas honteuse. C'est mon combat d'aujourd'hui.» confie **Laurence Cottet**. Parce que l'alcool fait partie des principales addictions des français, les dommages et les risques encourus liés à la consommation d'alcool (même une consommation régulière et non excessive) sont encore peu popularisés. Dans le but d'attirer l'attention sur les méfaits de l'alcool, **Laurence Cottet**, patiente experte*, ex alcoolique mondaine, auteur du livre « Non ! j'ai arrêté » et présidente de l'association La méthode H3D, lance avec le soutien des Laboratoires Lundbeck une grande campagne de sensibilisation sous la forme de plusieurs réunions publiques en région dont le premier opus se déroulera à Clermont Ferrand. Ces rencontres baptisées « **Alcool, prévenir la dépendance** » débiteront par une première réunion publique d'informations qui se tiendra le jeudi 23 Novembre 2017 de 17h à 19h au Cinéma CGR Le Paris de Clermont-Ferrand et, sera suivie d'une seconde réunion le 1er décembre à Grenoble avec **Maurice Dematteis** professeur d'addictologie au CHU de Grenoble.

**Patients experts : Alcoolique abstinent soigné qui a suivi une formation et qui est devenu soignant*



RSVP service presse :

Agence Mlle Pitch

Magali Faget : magali.faget@mlle-pitch.com - 06 43 47 46 51

Les chiffres clé du service addictologie du CHU de Clermont Ferrand

(Chiffres issus du service du professeur Georges Brousse)

- 350 hospitalisations en soins complexes en alcoologie par an
- 800 patients en consultations alcool
- 800 patients en consultations de liaison sur le CHU
- 600 patients en centre de soin toxicomanie
- 300 patients sur le SSR

« *Les addictions sont des maladies CHRONIQUES du cerveau et sont souvent associées à des pathologies mentales ; La connaissance scientifique permet aujourd'hui de comprendre ce que sont les addictions : des maladies qui emballent les processus d'envie et qui inhibent les capacités de contrôle. Certes nous ne sommes pas tous vulnérables de la même manière et la cause des addictions est poly factorielle : individu substance et environnement ; si nous ne sommes pas tous addicts un bon nombre d'entre nous peuvent le devenir : d'où l'intérêt de la prévention du repérage et des soins ; Les addictions les plus fréquentes sont tabac, alcool et cannabis* » explique le professeur Georges Brousse. « *Mon rôle sur cette reunion publique du 23 novembre prochain sera de commenter avec des termes médicaux le témoignage de Laurence Cottet et biensûr de répondre aux questions des personnes présentes dans la salle* » affirme le professeur Georges Brousse.

L'alcool, ce fléau.

Selon l'observatoire français des drogues et des toxicomanies (ODFT 2015), 85% des français ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. 8,8 millions de français sont consommateurs réguliers parmi lesquels 3 à 4 millions sont des consommateurs à risque et seulement 10 % seulement seraient pris en charge. L'alcool tue près de 49 000 personnes chaque année et son coût social s'élève à 120 milliards d'euros. Bien que cela soit méconnu du grand publique, c'est un coût presque identique à celui du tabac.

Pas de critère spécifique d'âge, de sexe, de profession ou de catégorie sociale, l'alcool touche tout le monde et cause des dommages tant sur le plan professionnel, personnel, familiale ou civique. C'est une forme de maladie qui exige une prise en charge adaptée et un suivi médical, psychologique et social pour se soigner.

Malgré tout cela, 90% des personnes qui souffrent de dégâts relatifs à l'alcool (entourage compris) passe cette maladie sous silence.

Des solutions existent, en parler c'est déjà commencer à agir !

Le Cinéma CGR Le Paris de Clermont-Ferrand inaugurera donc le jeudi 23 Novembre, la première d'une série de réunions publiques d'information et de prévention sur l'alcoolisme. Cette réunion animée par nos experts débutera par des témoignages d'expériences et sera suivie d'un Débat Public avec la salle.

- Quels sont les 1ers signes de la dépendance à l'alcool ?
- Est-ce que l'on est dépendant si l'on consomme un verre d'alcool par jour ?
- Comment aider quelqu'un à se faire soigner ?

Autant de questions auxquelles les experts présents pourront répondre. Cette réunion est avant tout un moment d'échange qui incite au dialogue et à la réflexion afin de comprendre, identifier, orienter, soigner et aider les participants dans leurs démarches.

Plus d'informations sur les réunions publiques « **Alcool, prévenir la dépendance** » sur :
<https://reunion-publique-alcool.fr>



RSVP service presse :

Agence Mlle Pitch

Magali Faget : magali.faget@mille-pitch.com - 06 43 47 46 51

INFORMATIONS PRATIQUES

PROGRAMME

17h>18h TABLE RONDE PARTAGE D'EXPERIENCE



• **Laurence Cottet**, patiente experte sortie de l'alcoolisme depuis 9 ans témoigne de son addiction et de son parcours pour s'en sortir.



• Analyse médicale du témoignage de Laurence Cottet par **Georges Brousse**, professeur et chef du service d'addictologie du CHU de Clermont-Ferrand.

• Intervention d'acteur économique local

18h>19h DEBAT PUBLIC

• Prise de parole de l'audience et réponses aux questions de la salle par les experts présents.

À partir de 19h DISCUSSION LIBRE AUTOUR DE RAFRAICHISSEMENTS

• Poursuite des discussions

INSCRIPTIONS :

Pour s'inscrire : rendez-vous sur <https://reunion-publique-alcool.fr/#inscription>

Le nombre de places étant limité, l'inscription est obligatoire.

Vous êtes journaliste et souhaitez assister à la réunion publique ou interviewer un des intervenants de la rencontre publique :



RSVP service presse :

Agence Mlle Pitch

Magali Faget : magali.faget@mle-pitch.com - 06 43 47 46 51

LE SEMEUR HEBDO – Article – 17/11/2017

 **Jean-Pierre Audouard met le cap sur les seniors**
Lire en page 40

GARDEN PALACE
 Le Cabaret Music-Hall de Clermont-Ferrand
NOUVEAU REPAS-SPECTACLE ÉVASION
BONS CADEAUX
 04 73 16 92 07 - contact@garden-palace.com
 www.garden-palace.com



de vous • L'hebdo qui parle de vous • L'hebdo qui parle de vous • L'hebdo qui parle

LE SEMEUR
hebdo

R 07120 - 0746 - F : 1,50 €
 17 novembre 2017 - 3745 - 73^e année
 37, rue Montlosier - 63058 Clermont-Ferrand Cedex 1
 04 73 98 46 00 - E-mail : redaction@semeur.com



L'alcool n'est pas votre meilleur ami



Lire en page 4

Dossier de la rédaction
 Métiers « féminins » conjugués au masculin

Lire en pages 2 et 3

Châtel-Guyon
 Le mur des idées de Saint-Hippolyte

Lire en page 10

Saint-Éloy
 « Alimenterre » : quels enjeux pour l'agriculture ?

Lire en page 12

Pichierande
 Frédéric Echavidre est le nouveau maire

Lire en page 26

Fédération CLERMONT COMMERCE
 Plus de 550 Commerçants adhérents
 www.clermontcommerce.fr



POMPES FUNÈBRES ROUSSET
 des experts du funéraire
 rue de l'Hôtel de Ville 63230 Pontgibaud 04 73 88 72 62
 avenue Gordon Bennett 63380 Pontsaurmur 04 73 79 76 46
 www.pfrousset.com



LE SEMEUR HEBDO – Article – 17/11/2017**LE SEMEUR**
*hebdo*Périodicité : Hebdomadaire
OJD : 7193

Date : 17 NOV 17

Journaliste : Ludivine BOURDUGE



Page 1/3

□ Témoignage**Dédiaboliser la maladie de l'alcoolisme,
casser les tabous et donner de l'espoir aux gens**

Après avoir connu les ravages de l'alcoolisme, Laurence Cottet a décidé de témoigner et de faire face aux tabous sur cette maladie.



Afin d'apporter des réponses à la question récurrente, comment prévenir la dépendance à l'alcool ?, une campagne de sensibilisation s'est dessinée sous la forme d'une réunion publique qui se déroulera au cinéma CGR Le Paris de Clermont-Ferrand jeudi 23 novembre entre 17 h et 19 h.

Cette rencontre, baptisée « Alcool, prévenir la dépendance », offrira un regard croisé sur cette maladie en réunissant Laurence Cottet, patient-expert et présidente de l'association *La méthode H3D*, et Georges Brousse, professeur en addictologie au CHU de Clermont-Ferrand. Celle-ci, organisée grâce au soutien des Laboratoires Lundbeck, abordera les risques médicaux et psycho-sociaux liés à une consommation excessive d'alcool. Cette action pilote pourrait bien être étendue sur un plan national.

La perspective de cette conférence est liée au parcours hors norme de Laurence Cottet qui a commencé à boire lorsqu'elle avait une trentaine d'années. « *Les excuses avancées sont le stress, le surplus de travail, on termine à minuit, et puis on prend un pot, un deuxième, un troisième et c'est comme cela que tout a démarré. J'ai été alcoolique pendant quinze années, la vraie, la droguée à l'alcool. Maintenant, je me suis soignée, je suis abstinente depuis neuf ans. J'ai perdu des années à me soigner parce que j'avais honte de parler de ce problème d'alcool.* »

« *A l'époque, je ne savais pas que c'était une maladie et qu'on pouvait me soigner, poursuit-elle. Tout le sens de mon témoignage et de mes conférences, c'est de parler au public lambda de mon parcours, de mon histoire, du fait*

que j'ai tout perdu mais que j'ai tout reconstruit ensuite. »

Le parcours du combattant pour lutter contre l'alcoolisme

Alors directrice des risques dans l'entreprise Vinci, Laurence Cottet s'effondre ivre morte lors d'une cérémonie des vœux. « *Je n'ai pas su m'arrêter de boire comme souvent lorsqu'on est drogué. J'étais vraiment dans la dépendance, mon corps a lâché. J'ai tout perdu sauf la vie.* »

Pour la jeune femme, cet incident sera un véritable déclic dans sa lutte pour vaincre sa dépendance à l'alcool. Trois jours plus tard, lorsqu'elle raconte son histoire à un médecin formé en addictologie, enfin parce qu'il en manque, le professionnel lui explique que ce n'est pas de sa faute, qu'elle est tout simplement malade, qu'on va la soigner. Ces mots longtemps attendus la rassurent tout comme le fait d'être encadrée par un médecin et un psychiatre. « *À partir de là, je me suis laissée soigner.* »

Arrive ensuite le processus de soin qui débute par le sevrage qui a duré une dizaine de jours en ambulatoire. Au fil des jours, Laurence, grâce à une psychothérapie, a dû entreprendre un véritable travail sur elle-même afin de s'interroger sur l'origine de son alcoolisme. « *Il faut souvent aller fouiller dans son passé, parfois la petite enfance, et des choses qu'on n'arrivait pas à verbaliser remontent. On tentait d'oublier ces choses par l'alcool.* » Cette introspection, généralement douloureuse, lui a permis de verbaliser des choses qu'elle conserve précieusement dans un jardin secret.

Pendant ces années où Laurence a côtoyé l'alcoolisme,

elle est parvenue à cacher son état à ses proches. Parmi ses amis, une majorité était un peu dans les excès de l'alcool. « *Ma propre famille avait des doutes mais ne pensait pas que c'était à ce point-là. À la fin, on s'arrange pour être seul afin que nos proches ne nous embêtent pas lorsqu'on picole. Au départ, mes proches n'ont pas apprécié la médiation autour de mon parcours. Ma mère me disait de ne pas le crier sur tous les toits. Je lui répondais qu'il fallait que je fasse de l'éducation, de la prévention parce que je n'avais pas été prévenue des dangers de l'alcool. Je suis persuadée que si j'avais eu ce type de témoignage il y a trente ans, je n'aurais pas eu le parcours d'une alcoolique, j'aurais été alertée. Ce n'est pas facile de faire comprendre à mes proches que c'est une maladie et que cela se soigne.* »

Durant ce véritable parcours du combattant, Laurence a connu des moments de découragement surtout dans les premiers mois du sevrage car la rechute est prégnante. « *C'est terrible, on vous coupe votre petit moteur qu'est l'alcool, qui était là depuis plusieurs années et qui vous permettait d'oublier des choses. À partir du moment où vous n'avez plus d'alcool, les angoisses reviennent. Il y a des moments, j'ai senti que je pouvais replonger mais j'ai tenu bon en me faisant surtout bien accompagner, notamment par des médecins addictologues. Sans eux, on n'arrive pas à se soigner durablement. Je conseille également aux gens de s'entourer d'anciens malades et de ne pas retourner dans certains endroits.* »

Trouver un nouveau sens à sa vie

Laurence s'est rendue

dans plusieurs associations de buveurs mais aucune ne lui convenait, « *c'était trop moralisateur* ». Alors qu'elle est sobre depuis trois ans, la jeune femme connaît un autre drame qui a bien failli la faire rebasculer dans l'alcoolisme. La violence du choc faisant, elle se réfugie dans l'écriture et publie son ouvrage *Non ! J'ai arrêté*.

Elle se dit alors qu'il faut qu'elle traduise sa méthode en quelques mots afin d'en faire profiter le plus grand nombre. C'est ainsi qu'est née la méthode H3D, un vecteur de quatre valeurs phares : ne pas avoir Honte d'être ou d'avoir été alcoolique ; il faut être aussi très Honnête, notamment sur sa consommation d'alcool ; Humilité ; il faut vraiment se faire aider car il est quasiment impossible d'arrêter de boire seul. Grâce au sevrage et à un travail thérapeutique, la reconstruction donnera lieu à un *Désir*.

Laurence s'est doucement reconstruite en créant également l'association *La méthode H3D*. Maintenant, elle n'a plus droit à une goutte d'alcool mais continue à l'aimer. « *Cette interdiction peut être parfois compliquée car l'alcool est partout. Aujourd'hui, je suis tellement heureuse dans ce que je fais que je n'ai plus besoin d'alcool* », confie-t-elle.

Juriste de formation, elle a mis un terme à sa carrière d'avocate pour animer des ateliers thérapeutiques en mettant en pratique sa méthode.

Laurence a obtenu son diplôme universitaire sur les maladies addictives et est en train de passer son diplôme en éducation thérapeutique à l'université des patients à Paris. « *L'alcoolisme touche des millions de gens. Je vois arriver de plus en plus de*

jeunes et de femmes qui me remercient en me disant : "c'est grâce à toi qu'on est venu car on n'osait pas". C'est d'abord une maladie mais ce n'est pas une maladie honteuse et cela se soigne. Les malades expriment leur parcours et leur souffrance donc je les comprends et je peux leur renvoyer des mots qui peuvent les faire avancer. Je suis devenue experte car je me suis formée à l'éducation thérapeutique. Maintenant, je suis capable d'accompagner et d'éduquer les patients pour qu'ils s'en sortent. C'est à la fois être patient et expert d'une maladie chronique qu'est l'alcoolisme. »

Maintenant, en tant que patient-expert, elle travaille avec les meilleurs spécialistes français de l'addictologie dont le professeur Georges Brousse. *« Pour moi, c'est une reconnaissance de leur part par rapport à mon parcours. Je deviens patient-expert. J'ai reconstruit un projet. Je n'ai pas besoin d'alcool. On est patient car on a connu la maladie de l'intérieur. »*

Aujourd'hui âgée de 57 ans, le nouveau projet de vie de Laurence est d'expliquer au grand public ce qu'est la maladie de l'alcoolisme et d'amener les gens à se soigner afin de ne pas rester dans le sentiment de honte qu'elle a connu. *« Ce que je suis en train de faire c'est thérapeutique. Ce n'est pas facile de témoigner à visage découvert, il s'agit d'un bel exemple de résilience. Je n'ai pas honte de ce que j'ai été. C'est pour cela qu'il faut casser le tabou et arriver à faire changer le regard de la société sur cette maladie. »*

L'alcoolisme est encore un sujet tabou faute de savoir comment l'aborder. Cette maladie peut être due à des facteurs génétiques mais pas seulement. La dépression, la bipolarité, la schizophrénie ou encore les angoisses peuvent se dissimuler sous le masque de l'alcool.

Ludvine BOURDUGE

LE SEMEUR HEBDO – Twitter – 16/11/2017



Le_Semeur_Hebdo @Le_Semeur_Hebdo · 6 h

Voici la une de la semaine. À lire, le témoignage de Laurence Cottet, ancienne alcoolique. #SemeurHebo #Auvergne



de vous • L'hebdo qui parle de vous • L'hebdo qui parle de vous • L'hebdo qui parle

LE SEMEUR hebdo

R 97120 - 0746 - F : 1,50 €

17 novembre 2017 - 3745 - 73^e année
37, rue Montlosier - 63058 Clermont-Ferrand Cedex 1
04 73 98 46 00 - E-mail : redaction@semeur.com

NOUVEAU REPAS-SPECTACLE
ÉVASION
BONS CADEAUX
04 73 16 92 07 - contact@garden-palace.com
www.garden-palace.com

L'alcool n'est pas votre meilleur ami

Dossier de la rédaction
Métiers « féminins » conjugués au masculin
[Lire en pages 2 et 3](#)

Châtel-Guyon
Le mur des idées de Saint-Hippolyte
[Lire en page 10](#)

Saint-Éloy
« Alimenterre » : quels enjeux pour l'agriculture ?
[Lire en page 12](#)

Pichérande
Frédéric Echavidre est le nouveau maire
[Lire en page 26](#)

Fédération CLERMONT

POMPES FUNÈBRES ROUSSET
Le culte du respect
Organisations



FRANCE BLEU AUVERGNE – Emission radio « La vie en bleu »
– 13/11/2017



<https://itunes.apple.com/fr/podcast/professeur-brousse-comment-pr%C3%A9venir-la-dependance-%C3%A0/id1278669667?i=1000394734762&mt=2>

INFO MAGAZINE – Article – 20/11/2017

« J'ai été alcoolique pendant 15 ans »

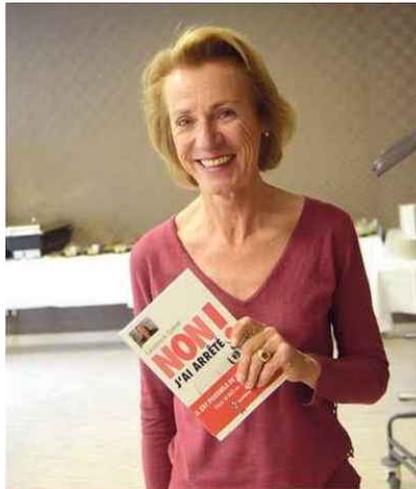
Depuis neuf ans, Laurence Cottet en a fini avec l'alcool. Cette habitante de la région viendra témoigner publiquement à Clermont-Ferrand le jeudi 23 novembre... Itinéraire.

Sa vie a basculé le 24 janvier 2009 à 12h30. En pleine cérémonie des vœux chez Vinci Construction France, son ancien employeur, Laurence Cottet s'est effondrée. Ivre morte, « Ce jour-là, j'ai tout perdu, notamment mon boulot et mes amis » confie celle qui occupait alors le poste de directrice des risques et de la qualité.

Malheureusement, ce malaise n'était pas un accident. A l'époque, Laurence Cottet buvait. Beaucoup. Trop... Jusqu'à plus soif. Aujourd'hui, elle n'a plus honte de le dire. Et de témoigner à visage découvert. « J'ai été alcoolique depuis 15 ans. A midi, j'avais déjà un ou deux litres de vin dans le corps. » Cette spirale infernale a commencé le plus naturellement du monde : Laurence Cottet avait beaucoup d'amis, un poste à responsabilité. Son couple était solide. Elle était régulièrement invitée à des soirées, à des cocktails mondains. Elle n'a pas su résister à la tentation.

« UN PANSEMENT »

Le piège s'est réformé après le décès brutal de son mari. « Il est mort dans mes bras. Pour essayer de faire face, j'ai utilisé l'alcool comme pansement » explique-t-elle. Au début, son



Ex-cadre dans un groupe de BTP, elle a écrit un livre sur sa maladie

corps a tenu le choc. Puis il a fini par lâcher. « J'ai tardé à me soigner parce que j'avais honte d'en parler. J'avais honte de ce que j'étais. Mais c'est ça être alcoolique. C'est une drogue. Si vous ne vous soignez pas, vous en mourez. »

Aujourd'hui, Laurence Cottet va mieux. Sobre depuis neuf ans, cette femme courageuse s'est reconstruite petit à petit, après un long parcours de soins. Mais cette habitante de Crest, dans la Drôme, sait que la rechute n'est jamais bien loin. « L'alcool est une maladie chronique. Aujourd'hui, je n'ai pas le droit de boire une seule goutte » insiste-t-elle, un verre de jus de fruits à la main.

« EN PARLER OU CONSULTER »

Pour sensibiliser le grand public à ce fleau, cette patiente devenue soignante a fondé en 2014 l'association H3D et a écrit un livre intitulé « Non ! j'ai arrêté », vendu à près de 20.000 exemplaires. Son but désormais, c'est de témoigner, d'alerter, de pré-

venir, d'éduquer. De faire en sorte que le regard de la société sur l'alcoolisme soit moins négatif et plus compréhensif.

Pour y parvenir, elle anime régulièrement des groupes de parole. Elle a également suivi une formation universitaire. « Si vous pensez avoir une relation un peu anormale avec l'alcool, il ne faut pas hésiter à en parler ou à consulter, même si votre consommation ne vous semble pas problématique ». En France, près de 5 millions de personnes ont un usage à risque de l'alcool. Parmi elles, 2 millions sont dépendantes. Et seulement 200.000 sont prises en charge...

Pratique. Réunion publique « Alcool, prévenir la dépendance » le jeudi 23 novembre de 17h à 19h au CGR Le Paris de Clermont-Ferrand. En présence de Laurence Cottet, écrivain, présidente d'association, et Georges Brousse, chef du service d'addictologie au CHU. Entrée gratuite sur inscription : reunions-publique-alcool.fr/#inscription

> Emmanuel THEROND

L'ADDICTOLOGIE AU CHU, C'EST...

350 hospitalisations en soins complexe par an
800 patients en consultations alcool
800 patients en consultations de liaison sur le CHU
600 patients en centre de soin toxicomanie
300 patients en soins de suite et réadaptation

INFO MAGAZINE – Article – 20/11/2017

INFO MAGAZINE PUY-DE-DÔME

Pays : France

Périodicité : Hebdomadaire



Date : 13 NOV 17

Page de l'article : p.6



Page 1/1

■ Une sensibilisation aux ravages de l'alcool

En France, 8,8 millions de français sont des consommateurs réguliers d'alcool. Parmi eux, 3 à 4 millions sont dits « à risque » et seulement 10 % seulement seraient pris en charge. L'alcool tue près de 49.000 personnes chaque année et son coût social s'élève à 120 milliards d'euros. Bien que cela soit méconnu du grand public, c'est un coût presque identique à celui du tabac. Pour sensibiliser les habitants de Clermont-Ferrand aux symptômes de la maladie alcoolique et mieux les informer sur les chemins possibles pour s'en sortir, l'association d'anciens alcooliques, H3D, fondée en 2014 par Laurence Cottet, organise

une rencontre publique le 23 novembre baptisée « Alcool, prévenir la dépendance ». En compagnie de Georges Brousse, professeur en Addictologie au CHU de Clermont-Ferrand, cette rencontre publique abordera les risques médicaux et psycho-sociaux liés à une consommation excessive d'alcool et informera sur les signes d'alerte d'une consommation excessive d'alcool pour soi ou pour une personne de son entourage professionnel ou familial.

« Les addictions les plus fréquentes sont tabac, alcool et cannabis. Mon rôle sur cette réunion publique sera de commenter avec des termes médicaux le



**L'alcool continue de faire des ravages.
L'Auvergne est particulièrement touchée**
(© Archives Info)

témoignage de Laurence Cottet et bien sûr de répondre aux questions des personnes présentes dans la salle », explique le professeur Georges Brousse. Le Cinéma CGR Le Paris de Clermont-Ferrand inaugurera donc le jeudi 23 novembre, la première d'une série de réunions publiques d'information et de prévention sur l'alcoolisme. Une table ronde est prévue de 17 h à 18 h, le débat public suivra de 18 h à 19 h.

Pour s'inscrire : rendez-vous sur <https://reunion-publique-alcool.fr/#inscription>

Le nombre de places étant limité, l'inscription est obligatoire.

INFO MAGAZINE – Site web – 20/11/2017



« J'ai été alcoolique pendant 15 ans »

POSTÉ PAR EMMANUEL THEROND LE 20 NOVEMBRE 2017 DANS ACTUALITES



Depuis neuf ans, **Laurence Cottet** en a fini avec l'alcool. Cette habitante de la région viendra témoigner publiquement à Clermont-Ferrand le jeudi 23 novembre... Itinéraire.



Alcoolisme... « Le premier pas à franchir est d'en parler ». **Laurence Cottet**, abstinente depuis quatre ans et devenue patiente expert témoignera de son addiction à l'alcool, lors de réunions publiques dont une à Clermont-Ferrand, jeudi 23 novembre.

Le déclic. Une cérémonie des vœux en 2009. **Laurence Cottet** est cadre supérieur dans un grand groupe industriel où elle est directrice des risques. C'est open bar, petits fours et discours à rallonge. Le verre de trop... En tailleur et petits talons, Laurence s'effondre devant 650 personnes. « Au lieu de m'aider, j'ai vu des gens s'enfuir », se souvient Laurence, aujourd'hui abstinente à l'alcool depuis quatre ans. Trois jours plus tard, elle est virée. Tout s'arrête. Plus de collègues, plus d'amis. Une double peine. « J'avais perdu ma dignité de femme, mon amour-propre, ma beauté intérieure, mon travail, mes amis, ma famille... sauf la vie ». À partir de là, elle décide de dire oui à la vie sans alcool. Mais un très long chemin l'attend.

Sa vie a basculé le 24 janvier 2009 à 12h30. En pleine cérémonie des vœux chez Vinci Construction France, son ancien employeur, **Laurence Cottet** s'est effondrée. Ivre morte. « Ce jour-là, j'ai tout perdu, notamment mon boulot et mes amis » confie celle qui occupait alors le poste de directrice des risques et de la qualité.

Malheureusement, ce malaise n'était pas un accident. A l'époque, **Laurence Cottet** buvait. Beaucoup. Trop... Jusqu'à plus soif. Aujourd'hui, elle n'a plus honte de le dire. Et de témoigner à visage découvert. « J'ai été alcoolique depuis 15 ans. A midi, j'avais déjà un ou deux litres de vin dans le corps. » Cette spirale infernale a commencé le plus naturellement du monde : Laurence Cottet avait beaucoup d'amis, un poste à responsabilité. Son couple était solide. Elle était régulièrement invitée à des soirées, à des cocktails mondains. Elle n'a pas su résister à la tentation.

« Un pansement »

Le piège s'est réformé après le décès brutal de son mari. « Il est mort dans mes bras. Pour essayer de faire face, j'ai utilisé l'alcool comme pansement » explique-t-elle. Au début, son corps a tenu le choc. Puis il a fini par lâcher. « J'ai tardé à me soigner parce que j'avais honte d'en parler. J'avais honte de ce que j'étais. Mais c'est ça être alcoolique. C'est une drogue. Si vous ne vous soignez pas, vous en mourez. »

Aujourd'hui, **Laurence Cottet** va mieux. Sobre depuis neuf ans, cette femme courageuse s'est reconstruite petit à petit, après un long parcours de soins. Mais cette habitante de Crest, dans la Drôme, sait que la rechute n'est jamais bien loin. « L'alcool est une maladie chronique. Aujourd'hui, je n'ai pas le droit de boire une seule goutte » insiste-t-elle, un verre de jus de fruits à la main.

« En parler ou consulter »

Pour sensibiliser le grand public à ce fléau, cette patiente devenue soignante a fondé en 2014 l'association H3D et a écrit un livre intitulé « Non ! j'ai arrêté », vendu à près de 20.000 exemplaires. Son but désormais, c'est de témoigner, d'alerter, de prévenir, d'éduquer. De faire en sorte que le regard de la société sur l'alcoolisme soit moins négatif et plus compréhensif.

Pour y parvenir, elle anime régulièrement des groupes de parole. Elle a également suivi une formation universitaire. « Si vous pensez avoir une relation un peu anormale avec l'alcool, il ne faut pas hésiter à en parler ou à consulter, même si votre consommation ne vous semble pas problématique ». En France, près de 5 millions de personnes ont un usage à risque de l'alcool. Parmi elles, 2 millions sont dépendantes. Et seulement 200.000 sont prises en charge...

Pratique. Réunion publique « Alcool, prévenir la dépendance » le jeudi 23 novembre de 17h à 19h au CGR Le Paris de Clermont-Ferrand. En présence de Laurence Cottet, écrivain, présidente d'association, et Georges Brousse, chef du service d'addictologie au CHU. Entrée gratuite sur inscription : reunions-publique-alcool.fr/#inscription

L'addictologie au CHU, c'est...

- 350 hospitalisations en soins complexe par an
- 800 patients en consultations alcool
- 800 patients en consultations de liaison sur le CHU
- 600 patients en centre de soin toxicomanie
- 300 patients en soins de suite et réadaptation

A propos de l'auteur



Emmanuel THEROND

Emmanuel Therond est journaliste à Info Magazine depuis 2005. Titulaire d'un Master en Littératures Modernes et Contemporaines, il a commencé sa carrière dans la presse quotidienne régionale.



LA MONTAGNE– Site web – 20/11/2017

France actualité

Agrégateur d'actualité des villes de France

Recherche...



POLITIQUE CULTURE ECONOMIE IMMOBILIER ACCIDENT SANTÉ SPORT CLERMONT

La liberté de parole après l'enfer de l'alcoolisme – La Montagne

France actualité > Actualité Clermont-Ferrand > La liberté de parole après l'enfer de l'alcoolisme – La Montagne



Actualité Clermont-Ferrand 20/11/2017 à 8:06h

La Montagne

Laurence Cottet, abstinente depuis quatre ans et devenue patiente expert témoignera de son addiction à l'alcool, lors de réunions publiques dont une à Clermont-Ferrand, jeudi 23 novembre. Le déclic. Une cérémonie des vœux en 2009. **Laurence Cottet** est ...



LA MONTAGNE



Abstinentes depuis quatre ans, elle raconte sans masque l'enfer de l'alcoolisme

CLERMONT-FERRAND SANTÉ PUY-DE-DÔME

Publié le 20/11/2017 à 10h15



Laurence Cottet, patiente expert témoigne sans masque, sans honte de l'enfer de l'alcoolisme.



Alcoolisme mondain...? Avec lui, tout est prétexte à boire, anniversaire, promotion... Mises bout à bout, ces occasions peuvent très rapidement nous amener à consommer de l'alcool tous les jours, et à flirter avec la dépendance.

Laurence Cottet a découvert son alcoolisme quand « elle était dedans », mais ne voulait pas le voir. « J'étais bien droguée, j'étais dans la honte ».

Alcoolisme mondain

Une consommation d'alcool festive, mondaine dès l'âge de 15 ans. Puis avec son époux, bon vivant également. Champagne! Le décès de celui-ci va tout faire basculer. Cet événement traumatique la fait résolument tomber dans la dépendance d'une forte consommation. Deux à trois litres de vin par jour. « Je buvais et j'avais découvert qu'en ne mangeant pas, l'effet que je recherchais était encore plus efficace ». Une descente aux enfers de plusieurs années. Une chute qui aurait pu être mortelle.

Un livre lui redonne de l'espoir. La déculpabilise. « Ce n'est pas une tare ni un vice! C'est une maladie. Un grand gouffre intérieur, un réservoir affectif et d'amour trop vide que nous cherchons à combler par de l'alcool ou d'autres drogues ». 18 mois de soins lui permettent de faire tomber le masque.

« L'alcool-dépendance n'est pas une tare, ni un vice, mais une maladie. »

Laurence Cottet

« On trouve toujours quelque chose derrière, ce n'est pas un hasard, et c'est cela qu'il faut soigner », témoigne Laurence, devenue patiente expert. Et de ces rencontres avec d'autres personnes souffrant de la maladie alcoolique, elle en est convaincue : « j'ai retrouvé cinq causes, souvent dans la petite enfance, un viol, un insecte, de la maltraitance, un deuil, un fond dépressif... ».

Après ce long travail sur soi, Laurence est parvenue à devenir quelqu'un. Une reconstruction. « Chaque jour sans alcool, j'étais tellement heureuse, un émerveillement » Libérée.

A lire aussi : [Après des années d'alcoolisme, un handicapé offre une nouvelle vie aux sièges défoncés](#)

Elle s'est cachée pendant dix ans et désormais elle le crie haut et fort. « N'attendez pas d'être au fond, si vous sentez que vous êtes dépendant, parlez-en à un médecin, une infirmière... On peut contrôler, on peut toujours se sauver. Il faut accepter de se faire aider ».

Aujourd'hui, elle le dit sans masque, sans honte, sans tabou. « Non merci, j'ai arrêté de boire! ».

Patiente expert. Laurence Cottet est patiente expert, c'est-à-dire alcoolique abstinent soigné qui est devenu soignant après une formation. Elle a écrit un livre « Non ! j'ai arrêté » et préside l'association La méthode H3D (pas de honte, de l'honnêteté, de l'humilité et du désir). Elle lance une campagne de sensibilisation sous la forme de plusieurs réunions publiques dont la première aura lieu à Clermont le 23 novembre.

Réunion publique. Elle débutera à 17 heures, au cinéma CGR le Paris, rue Barrière-de-Jaude à Clermont-Ferrand. [Pour s'inscrire, cliquez ici.](#) Le nombre de places étant limité, l'inscription est obligatoire.

LA MONTAGNE – Article– 21/11/2017

LA MONTAGNE

Pays : France
Périodicité : Quotidien
OJD : 178584
Edition : Toutes éditions



Date : 18 NOV 17



Page 1/1

SANTÉ ■ Réunion d'information et de prévention sur l'alcoolisme

Le Cinéma CGR Le Paris, à Clermont-Ferrand, inaugure le jeudi 23 novembre, une série de réunions publiques de prévention sur l'alcoolisme proposées par l'association d'anciens alcooliques H3D fondée en 2014 par Laurence Cottet.

Cette réunion intitulée « Alcool, prévenir la dépendance » sera animée par cette patiente experte, qui aura à ses côtés Georges Brousse, professeur en addictologie au CHU de Clermont-Ferrand. La réunion débutera par des témoignages et se prolongera par des échanges. Quels sont les premiers signes de la dépendance à l'alcool ? Est-on dépendant si l'on consomme un verre d'alcool par jour ? Comment aider quelqu'un à se faire soigner ? Autant de questions auxquelles les experts présents répondront. ■

► **Inscription obligatoire.** La réunion débutera à 17 heures, au cinéma CGR le Paris, rue Barrière-de-Jaude. Pour s'inscrire : rendez-vous sur [https //reunion-publique-alcool.fr/#inscription](https://reunion-publique-alcool.fr/#inscription).

LA MONTAGNE – Article– 21/11/2017

LA MONTAGNE

Périodicité : Quotidien
 OJD : 178584
 Edition : Toutes éditions



Date : 21 NOV 17
 Journaliste : Michèle Gardette



Page 1/4

Addiction

DÉPENDANCE ■ À Clermont, jeudi prochain, témoignage d'une abstinente à l'alcool devenue « patiente expert »

La liberté après l'enfer de l'alcoolisme

➔ UNE RÉUNION POUR PRÉVENIR

90 % des personnes qui souffrent de dégâts relatifs à l'alcool (entourage compris) passeraient cette maladie sous silence.

Des solutions existent, en parler c'est déjà commencer à agir ! Le Cinéma CGR Le Paris de Clermont-Ferrand inaugurera, jeudi 23 novembre, la première réunion publique – d'une série – d'information et de prévention sur l'alcoolisme proposée par l'association d'anciens alcooliques H3D fondée en 2014 par Laurence Cottet.

Cette réunion « Alcool, prévenir la dépendance » sera animée par cette dernière en tant que patiente expert aux côtés de Georges Brousse, professeur en addictologie du CHU de Clermont-Ferrand. La réunion prendra la forme d'un échange avec la salle, après avoir débuté

par des témoignages.

Quels sont les premiers signes de la dépendance à l'alcool ? Est-ce que l'on est dépendant si l'on consomme un verre d'alcool par jour ? Comment aider quelqu'un à se faire soigner ?

Autant de questions auxquelles les experts présents pourront répondre. Cette réunion est avant tout un moment d'échange qui incite au dialogue et à la réflexion afin de comprendre, identifier, orienter, soigner et aider les participants dans leurs démarches. ■

➔ **S'inscrire.** La réunion débutera à 17 heures, au cinéma CGR Le Paris, rue Barrière-de-Jaude. Pour s'inscrire : www.reunion-publique-alcool.fr/#inscription. Le nombre de places étant limité, l'inscription est obligatoire.

LA MONTAGNE – Article– 21/11/2017

« Le premier pas à franchir est d'en parler. » Laurence Cottet, abstinente depuis quatre ans, est devenue patiente expert. Elle témoignera de son addiction à l'alcool, lors d'une rencontre, jeudi, à Clermont-Ferrand.

Michèle Gardette

michele.gardette@centrefrance.com

Le déclin. Une cérémonie des vœux en 2009. Laurence Cottet est cadre supérieur dans un grand groupe industriel où elle est directrice des risques. C'est open bar, petits fours et discours à rallonge. Le verre de trop... En tailleur et petits talons, Laurence s'effondre devant 650 personnes. « Au lieu de m'aider, j'ai vu des gens s'enfuir », se souvient Laurence, aujourd'hui abstinente à l'alcool depuis quatre ans. Trois jours plus tard, elle est virée. Tout s'arrête. Plus de collègues, plus d'amis. Une double peine. « J'avais perdu ma dignité de femme, mon amour-propre, ma beauté intérieure, mon travail, mes amis, ma famille... sauf la vie. » À partir de là, elle



ALCOOLISME MONDAIN. Avec lui, tout est prétexte à boire : anniversaire, promotion... Mises bout à bout, ces occasions peuvent très rapidement nous amener à consommer de l'alcool tous les jours, et à flirter avec la dépendance. PHOTO D'ILLUSTRATION JÉRÉMIE FULLERINGER

décide de dire oui à la vie sans alcool. Mais un très long chemin l'attend.

Laurence Cottet a découvert son alcoolisme quand « elle était dedans », mais

ne voulait pas le voir. « J'étais bien droguée, j'étais dans la honte. » Une consommation d'alcool festive, mondaine dès l'âge de 15 ans. Puis avec son époux, bon vivant également. Champagne ! Le décès de celui-ci va tout faire basculer. Cet événement traumatique la fait résolument tomber dans la dépendance d'une forte consommation. Deux à trois litres de vin par jour. « Je buvais et j'avais découvert qu'en ne mangeant pas, l'effet que je recherchais était encore plus efficace. » Une descente aux enfers de plusieurs années. Une chute qui aurait pu être mortelle.

Un livre lui redonne de l'espoir. La déculpabilise. « Ce n'est pas une tare ni un vice ! C'est une maladie. Un grand gouffre intérieur, un réservoir affectif et d'amour trop vide que nous cherchons à combler

par de l'alcool ou d'autres drogues. » Dix-huit mois de soins lui permettent de faire tomber le masque.

« Ni une tare, ni un vice, mais une maladie »

« On trouve toujours quelque chose derrière, ce n'est pas un hasard, et c'est cela qu'il faut soigner », témoigne Laurence, devenue patiente expert (*). Et de ses rencontres avec d'autres personnes souffrant de la maladie alcoolique, elle a listé plusieurs explications : « J'ai retrouvé cinq causes, souvent dans la petite enfance : un viol, un inceste, de la maltraitance, un deuil, un fond dépressif... »

Après ce long travail sur soi, Laurence est parvenue

à redevenir quelqu'un. Une reconstruction. « Chaque jour sans alcool, j'étais tellement heureuse, un émerveillement. » Libérée.

Elle s'est cachée pendant dix ans et désormais elle le crie haut et fort. « N'attendez pas d'être au fond, si vous sentez que vous êtes dépendant, parlez-en à un médecin, une infirmière... On peut contrôler, on peut toujours se sauver. Il faut accepter de se faire aider. »

Aujourd'hui, elle le dit sans masque, sans honte, sans tabou. « Non merci, j'ai arrêté de boire ! » ■

➔ **Patiente expert.** Laurence Cottet est patiente expert, c'est-à-dire alcoolique abstinent soigné qui est devenu soignant après une formation. Elle a écrit un livre, *Non ! j'ai arrêté*, et préside l'association La méthode H3D. Elle lance une campagne de sensibilisation sous la forme de plusieurs réunions publiques dont la première aura lieu à Clermont le 23 novembre (voir encadré).

LA MONTAGNE

Périodicité : Quotidien
OJD : 178584
Edition : Toutes éditions



« La dépendance à l'alcool est une maladie »

L'alcoolodépendance est une maladie. Éclairage avec des spécialistes d'addictologie.

« L'addiction, ou dépendance, c'est la perte de contrôle vis-à-vis du produit. Ces maladies emballent les processus d'envie et inhibent les capacités de contrôle », explique Georges Brousse, professeur en addictologie au CHU de Clermont-Ferrand. Cette perte de contrôle est parfois rapide mais avec l'alcool souvent progressive. Donc, « se rendre compte que l'on a de plus en plus de difficul-

tés à contrôler sa consommation est un point capital ».

Le besoin de toujours plus, et de plus en plus souvent, pour avoir le même effet qu'auparavant est aussi un signe révélant une accoutumance. « Peuvent aussi apparaître des signes et manifestations de sevrage : tremblements du matin, nervosité... qui sont calmés par la prise d'alcool. Enfin l'inquiétude de l'entourage est un point important », souligne le médecin.

« Ce n'est pas une question de comportement vo-



GEORGES BROUSSE.

lontaire de s'intoxiquer, de volonté, c'est un dysfonctionnement qui s'impose à

la personne », ajoute Nicolas Bruno, psychiatre.

Cependant, nous ne sommes pas tous vulnérables de la même manière et la cause des addictions est polyfactorielle : cela dépend de chaque individu (de ses prédispositions biologiques, génétiques...); de facteurs environnementaux (des traumatismes, de la précocité de la rencontre avec l'alcool, de la façon dont on est entouré, du tissu social auquel on appartient...).

Si nous ne sommes pas tous addicts, beaucoup d'entre nous peuvent le devenir : d'où l'intérêt de

la prévention, du repérage et des soins. ■

REPÈRES

Combien de verres ? Selon des sociétés savantes, on est dans une consommation à haut risque lorsqu'on est au-dessus de trois verres par jour et 21 par semaine pour un homme, et deux verres au quotidien et 14 par semaine pour une femme. De même, consommer trop tôt de l'alcool et trop vite expose aussi à un risque de dépendance.

REPÈRES

Au CHU de Clermont-Fd

Les chiffres clé du service addictologie du CHU de Clermont Ferrand : 350 hospitalisations en soins complexes en alcoologie par an ; 800 patients en consultations alcool ; 800 patients en consultations de liaison sur le CHU ; 600 patients en centre de soin toxicomanie ; 300 patients sur le SSR (soins de suite et réadaptation).

L'alcool tue

L'alcool tue près de 49.000 personnes chaque année et son coût social s'élève à 120 milliards d'euros. Bien que cela soit méconnu du grand public, c'est un coût presque identique à celui du tabac.

8,8 millions de consommateurs réguliers

Selon l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies (ODFT 2015), 85 % des Français ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. 8,8 millions de Français sont consommateurs réguliers parmi lesquels 3 à 4 millions sont des consommateurs à risque et seulement 10 % seraient pris en charge.

Qui ?

Pas de critère spécifique d'âge, de sexe, de profession ou de catégorie sociale, l'alcool touche tout le monde et cause des dommages tant sur le plan professionnel, personnel, familial que civique. C'est une forme de maladie qui exige une prise en charge adaptée et un suivi médical, psychologique et social pour se soigner.

Où se faire aider ?

Un site comporte beaucoup d'adresses et d'information : Addictions Auvergne, site d'information et de ressources sur l'addictologie par le CHU de Clermont-Ferrand. www.addictions-auvergne.fr

CR2A : centre de ressources addiction Auvergne.

ANPAA 63, Association nationale de prévention alcoologie et addictologie : Tél. 04.73.34.80.05. www.anpaa.asso.fr

Alcooliques anonymes : Tél. 09.69.39.40.20.

SOS alcol Croix-Bleue : Tél. 04.73.34.15.47.

Vie libre : la soif d'en sortir : Tél. 04.73.26.88.44. www.circea-addictions.fr

7 JOURS A CLERMONT – Site web – 18/11/2017



Accueil » Jeudi » L'addiction à l'alcool, de témoignages en questions...



Marc François



Commenter



Partagez !



Laurence Cottet, un parcours bouleversé par l'alcool et une forte volonté de témoigner.

JEUDI • SANTÉ

L'addiction à l'alcool, de témoignages en questions...

🕒 samedi 18 novembre 2017 👤 Marc François 📄 3 Minute(s)

Une rencontre publique est consacrée au phénomène de l'alcoolisme , le 23 novembre au cinéma CGR Le Paris. Un rendez-vous original où il sera question de parcours, de prévention et de soins autour d'une parole libre.

« J'ai touché et un jour, je me suis littéralement effondrée. C'était le 24 janvier 2009 lors des vœux de Vinci, l'entreprise au sein de laquelle j'occupais un poste de cadre. » Laurence Cottet témoigne volontiers de son parcours alcoolique, mieux le témoignage constitue pour elle une vraie source de motivation, comme un nouveau combat auquel elle se consacre pleinement. Son itinéraire avec la bouteille est fait d'étapes, plaisantes au début ou dramatique. « Avec mon mari, on buvait un peu, de façon festive. Puis j'ai eu la douleur de le perdre. Ce fut un choc, un traumatisme. En un an, je basculais vraiment dans l'alcoolisme. »

« Ne pas avoir honte »

Depuis ce fameux jour de janvier, il y a huit ans, l'univers de Laurence Cottet s'est transformé: licenciée par son entreprise, elle rencontre ensuite un médecin et suit, dès lors, un parcours médical et une thérapie psychique psychique. Les bonnes personnes au bon moment? Peut-être, toujours est-il qu'aujourd'hui elle estime « avoir eu la chance de m'en sortir. » A force de soins et aussi de volonté, elle a repris son existence en mains et se consacre pleinement à ce nouveau combat: témoigner pour aider les autres, ceux qui sont au bord du gouffre et s'apprêtent à glisser, ceux qui peuvent un jour être entraînés vers ces abîmes. L'ancienne cadre de Vinci, devenue un temps avocate, a désormais créé une association, H3D, au sein de laquelle elle anime des groupes de paroles sur l'alcoolisme et distille des conseils autour de quelques idées: « il ne faut pas avoir honte de ce que l'on a été et il convient d'être lucide sur sa propre consommation d'alcool voire de drogue. D'autre part, on ne peut pas s'arrêter seul, cela demande de l'humilité. » Afin de mieux raconter ce parcours chaotique et cette reconstruction, Laurence Cottet a écrit « Non! J'ai arrêté », un livre paru aux Editions InterEditions et déjà tiré à 20.000 exemplaires. Comme une rédemption...

Bâton de pèlerin

Afin de toucher le plus vaste public possible, Laurence Cottet se munie aujourd'hui d'un bâton de pèlerin. Soutenue par le laboratoire danois Lundbeck, elle organise une première conférence publique afin de sensibiliser, d'alerter et de prévenir sur les risques liés à une consommation excessive d'alcool. Et c'est à Clermont-Ferrand que ce premier rendez-vous est donné... Elle aura, pour l'occasion, à ses côtés Georges Brousse, professeur en addictologie du CHU de Clermont-Ferrand. Avec 350 hospitalisations en soins complexes en alcoologie par an mais aussi 800 patients en consultations liées à l'alcool et 800 en centre de soin toxicomanie, le service clermontois ne manque ni de travail, ni de sujets à soigner. « On considère davantage l'addiction comme une maladie qu'il y a 20 ans, le regard de la société a changé. D'autre part, les chiffres liés à la dépendance à l'héroïne ou au cannabis ont tendance à augmenter. Notre société basée sur la concurrence et la performance favorise les addictions » estime Georges Brousse. Lors de la rencontre publique, le médecin clermontois présentera un état des lieux et Laurence Cottet évoquera évidemment sa propre expérience. « Mais ce moment est d'abord conçu comme un temps d'échange avec le public » explique cette dernière, résolue à poursuivre son combat.

Jeudi 23 novembre à 17h au cinéma CGR Le Paris.

Mots-clés

addiction

alcool

édition numérique

Laurence Cottet

prévention

Une

France 3 Auvergne Rhône alpes du 23/11/2017



rhône-alpes auvergne **france 3**

Auvergne-Rhône-Alpes ACTU VIDEOS EMISSIONS SERVICES

LYON SAINT-ETIENNE CLERMONT-FERRAND GRENOBLE ANNECY CHAMBERY LE PUY-EN-VELAY AURILLAC ROUFG-EN-FRESSE MOULINS LÉMAN DIJÔNE ARDECHE

PRIX GONCOURT DES LYCÉENS 2017
ALICE ZENITER

INCENDIE DE LA CASEMATE DÉCÈS DU BRUEUR DAVID POISSON LA NEIGE EST ARRIVÉE S'ABONNER AUX ALERTES MAIL NOS PARTENAIRES LE BACKSTAGE 9H10 LE MATIN

● / AUVERGNE-RHÔNE-ALPES / PUY-DE-DÔME / CLERMONT-FERRAND

Clermont-Ferrand : le combat d'une femme pour sortir de l'alcoolisme



Laurence Cottet, auteure du livre "Non ! J'ai arrêté - Trouver un chemin de sortie face à l'alcool avec la méthode H3D" (éditions Dunod-Inter), lance un cycle de conférences pour faire de la prévention face à cette maladie. / © Laurence Cottet

PARTAGES

 Partager

 Twitter

 Partager

 Envoyer

Après deux ans de sevrage, Laurence Cottet, a réussi à guérir de l'alcoolisme, selon ses mots. Une période qu'elle a cachée pendant plusieurs années. Finalement, elle a écrit un livre témoignage et a souhaité sortir de l'anonymat pour sensibiliser à cette cause.

Par Marc Traubert
 Publié le 23/11/2017 à 09:51

Quand on demande à Laurence Cottet si elle veut bien témoigner à visage découvert, elle répond d'emblée : "Il n'est pas question de rester anonyme. Maintenant que je suis sortie de l'alcoolisme, mon devoir est de sortir du tabou". Pour le briser, elle a décidé d'écrire un livre, "Non ! J'ai arrêté - Trouver un chemin de sortie face à l'alcool avec la méthode H3D" (éditions Dunod-Inter) et de lancer un cycle de conférences (voir encadré).

L'entrée dans l'alcool

"Avec le recul, je dois reconnaître avoir eu des excès d'alcool très jeune, quand j'avais 15-16 ans lors de soirées. Je ne savais pas que très jeune, j'habitais mon cerveau à l'alcool, je n'ai pas été éduquée par rapport à l'alcool, en tout cas mal éduquée."
 Sa consommation va alors augmenter peu à peu. À 25 ans, elle boit 5 à 6 verres par jour. "Avec mon mari, on se considérait comme des bons vivants."
 Cela ne l'empêche pas de faire carrière en tant que juriste dans différentes entreprises. Mais un événement va précipiter sa chute dans l'alcoolisme : "À 35 ans, je perds de manière brutale mon mari. C'est une douleur atroce sur laquelle je vais mettre le pansement alcool. En un an, je deviens alcoolique."

Jusqu'à 2 litres de vin par jour



12/13
 Alpes, Auvergne, Rhône-Alpes

19/20
 Alpes, Auvergne, Rhône-Alpes

ÉDITIONS LOCALES
 Grand Lyon, Saint-Etienne

Matinale de France Bleu Clermont du 23/11/2017 3mn d'antenne



Emission matinale avec interview de Laurence Cottet et de Georges Brousse à écouter sur le lien suivant :

<https://www.francebleu.fr/emissions/le-zoom-de-la-redaction/pays-d-auvergne/reunion-publique-pour-lutter-contre-la-dependance-a-l-alcool-a-clermont-ferrand>

ÉMISSIONS TOUTES LES ÉMISSIONS

Le Zoom de la Rédaction

Du lundi au vendredi à 7h10



3min

Réunion publique pour lutter contre la dépendance à l'alcool à Clermont-Ferrand

le jeudi 23 novembre 2017

Podcasts : iTunes RSS



Laurence Cottet, auteure de "Non, j'ai arrêté!"

Prévenir la dépendance à l'alcool. C'est le combat de Laurence Cottet. Elle a arrêté de boire il y a huit ans. Elle est l'auteure du livre "Non, j'ai arrêté" paru il y a trois ans. A 17h ce jeudi, elle donne une conférence sur le thème de la dépendance à l'alcool au cinéma "Le Paris" à Clermont-Ferrand. Elle sera accompagnée de Georges Brousse, chef du service addictologie du CHU Gabriel Montpied et de Nicolas Bruno du laboratoire pharmaceutique Lundbeck.



Mots-clés : **ALCOOL** **CLERMONT-FERRAND** **PRÉVENTION**

Matinale radio scoop Clermont du 23/11/2017
11mn47 + 0,32 mn d'antenne interview
professeur Brousse



**Matinale radio scoop Clermont du 23/11/2017
7mn18 d'antenne interview Laurence Cottet**



Twitter du 23/11/2017

Accueil Notifications Messages

Recherchez sur Twitter

Tweeter



Découvrez notre sélection de Noël sur
www.dunod.com/selection-livres-cadeaux-2017

Tweets 7 501 Abonnements 2 740 Abonnés 2 374 J'aime 3 606

Suivre

DUNOD @

@DUNOD

#DUNOD, #Éditeur de savoirs, un catalogue de plus de 3000 #livres disponibles en #management, #entreprise, #psychologie, #science, #digital, #photo, #archi ...

Paris, FRANCE

dunod.com

Inscrit en juin 2009

Tweeter

Message pr...

Tweets Tweets & réponses Médias

DUNOD @DUNOD · 17 min

#témoignage #alcoolisme Laurence Cottet, @dunod "Non ! J'ai arrêté" - Clermont-Ferrand : le combat d'une femme pour sortir de l'alcoolisme - France 3 Auvergne-Rhône-Alpes



Clermont-Ferrand : le combat d'une femme pour s...
Après deux ans de sevrage, Laurence Cottet, a réussi à guérir de l'alcoolisme, selon ses mots. Une période qu'elle a cachée pendant plusieurs années. Finalement, france3-regions.francetvinfo.fr

Suggestions Actualiser Tout afficher

-  Editions ArmandColin ...
Suivre
-  Elisabeth Erhardy @Eybe...
Suivre
-  florence martin @fmartin...
Suivre

Trouvez vos connaissances

Twitter du 23/11/2017



Elisabeth Erhardy
 @Eybesty
 Responsable des #relationspresse @Dunod/@ArmandColin recense l'actualité des auteurs et leurs #publications
 Paris
 dunod.com
 Inscrit en octobre 2011

Tweets 2 529 Abonnements 463 Abonnés 376 J'aime 391 Listes 2

Tweets Tweets & réponses Médias

Elisabeth Erhardy @Eybesty · 19 min
 [#Témoignage] laurence Cottet @Dunod Clermont-Ferrand : le combat d'une femme pour sortir de l'alcoolisme - France 3 Auvergne-Rhône-Alpes

Clermont-Ferrand : le combat d'une femme pour s...
 Après deux ans de sevrage, Laurence Cottet, a réussi à guérir de l'alcoolisme, selon ses mots. Une période qu'elle a cachée pendant plusieurs années. Finalement, france3-regions.francetvinfo.fr

Suggestions · Actualiser · Tout afficher

- DUNOD** @DUNOD [Suivre](#)
- Editions ArmandColin** ... [Suivre](#)
- Tatiana Pecanac** @Tatian... [Suivre](#)

04.

Rencontre publique à Grenoble



LES GRENOBLOIS SENSIBILISES A L'ADDICTION A L'ALCOOL

Réunion publique d'information «Alcool, prévenir la dépendance»

Grenoble, Vendredi 1er décembre 2017- Maison du Tourisme de Grenoble

Pour sensibiliser les habitants de Grenoble aux symptômes de cette maladie et mieux les informer des chemins possibles pour s'en sortir, l'Association d'anciens alcooliques H3D fondée en 2014 par **Laurence Cottet** organise, avec **Maurice Dematteis** Professeur d'addictologie au CHU de Grenoble Alpes, une rencontre publique le 1er décembre 2017 baptisée

« **ALCOOL, PREVENIR LA DEPENDANCE** ». Une rencontre publique qui abordera les risques médicaux et psycho-sociaux liés à une consommation excessive d'alcool et informera sur les signes d'alerte d'une consommation excessive d'alcool pour soi ou pour une personne de son entourage professionnel ou familial.

Les enjeux de la rencontre publique :

Comment prévenir la dépendance d'une maladie insuffisamment identifiée comme telle ?

« L'alcoolisme est une maladie qui doit être considérée comme n'importe quelle autre maladie qui se soigne. Le premier pas à franchir est d'en parler, de sortir du déni ou plus souvent de la Honte....car on croit encore qu'arrêter de boire est une question de volonté. ...alors que l'on est tout simplement drogué à l'alcool et qu'il faut se faire aider. En parler, sortir de l'anonymat lorsque que l'on est passé par cette maladie permet de changer le regard de la société sur cette maladie, qui n'est donc pas honteuse. C'est mon combat d'aujourd'hui. » confie **Laurence Cottet**. Parce que l'alcool fait partie des principales addictions des français, les dommages et les risques encourus liés à la consommation d'alcool (même une consommation régulière et non excessive) sont encore peu popularisés. Dans le but d'attirer l'attention sur les méfaits de l'alcool, **Laurence Cottet**, patiente experte*, ex alcoolique mondaine, auteur du livre « Non ! j'ai arrêté » et présidente de l'association La méthode H3D, poursuit avec le soutien des Laboratoires Lundbeck une grande campagne de sensibilisation sous la forme de plusieurs réunions publiques en région. Ces rencontres baptisées « **Alcool, prévenir la dépendance** » ont débuté par une première réunion publique d'informations qui s'est tenue le jeudi 23 novembre à Clermont-Ferrand. Une seconde réunion se déroulera le vendredi 1er décembre de 17h à 19h à la maison du tourisme de Grenoble avec la participation de **Maurice Dematteis**, Professeur d'addictologie au CHU de Grenoble Alpes, et en présence d'**Olivier Véran**, Référent santé du mouvement d'En marche et Rapporteur général de la commission des affaires sociales.

*Patients experts : Alcoolique abstinent soigné qui a suivi une formation et qui est devenu soignant



RSVP service presse :

Agence Mlle Pitch

Magali Faget : magali.faget@mlle-pitch.com - 06 43 47 46 51

« L'alcool, un produit profondément ancré dans notre société, dans notre culture, dans nos familles et dans nos habitudes.

À la veille de cette fin d'année, le produit des festivités et de la convivialité... mais aussi le produit des plus grandes souffrances et des représentations les plus stigmatisantes de notre société.

Comment ne pas être ambivalent face à ce produit ? Comment changer notre regard pour en parler plus facilement ? »
témoigne le **Professeur Dematteis**

L'alcool, ce fléau.

Selon l'observatoire français des drogues et des toxicomanies (ODFT 2015), 85% des français ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. 8,8 millions de français sont consommateurs réguliers parmi lesquels environ 2 millions souffrent d'une dépendance à l'alcool. Le nombre de patient pris en charge est passé de 100 000 à 200 000 ces dernières années soit environ 10%. L'alcool tue près de 49 000 personnes chaque année et son coût social s'élève à 118 milliards d'euros. Bien que cela soit méconnu du grand public, c'est un coût presque identique à celui du tabac.

Pas de critère spécifique d'âge, de sexe, de profession ou de catégorie sociale, l'alcool touche tout le monde et cause des dommages tant sur le plan professionnel, personnel, familiale ou civique. C'est une forme de maladie qui exige une prise en charge adaptée et un suivi médical, psychologique et social pour se soigner.

Malgré tout cela, 90% des personnes qui souffrent de dégâts relatifs à l'alcool (entourage compris) passe cette maladie sous silence.

Des solutions existent, en parler c'est déjà commencer à agir !

Laurence Cottet poursuit sa campagne de sensibilisation et sa série de réunions publiques « **Alcool, prévenir la dépendance** » et c'est la Maison du Tourisme de Grenoble qui accueillera le vendredi 1 décembre de 17h à 19h cette nouvelle édition. Cette réunion animée par nos experts débutera par des témoignages d'expériences et sera suivie d'un Débat Public avec la salle.

- Quels sont les 1ers signes de la dépendance à l'alcool ?
- Est-ce que l'on est dépendant si l'on consomme un verre d'alcool par jour ?
- Comment aider quelqu'un à se faire soigner ?

Autant de questions auxquelles les experts présents pourront répondre. Cette réunion est avant tout un moment d'échange qui incite au dialogue et à la réflexion afin de comprendre, identifier, orienter, soigner et aider les participants dans leurs démarches.

Plus d'informations sur les réunions publiques « **Alcool, prévenir la dépendance** » sur :
<https://reunion-publique-alcool.fr>

Avec le soutien des laboratoires Lundbeck



RSVP service presse :

Agence Mlle Pitch

Magali Faget : magali.faget@mille-pitch.com - 06 43 47 46 51

INFORMATIONS PRATIQUES

PROGRAMME

17h>18h TABLE RONDE PARTAGE D'EXPERIENCE



• **Laurence Cottet**, patiente experte sortie de l'alcoolisme depuis 9 ans témoigne de son addiction et de son parcours pour s'en sortir.



• Discussion autour du témoignage de Laurence Cottet par **Maurice Dematteis**, Professeur en addictologie au CHU de Grenoble Alpes.

• Intervention d'acteur économique local

Avec la présence **Olivier Véran**, Référent santé du mouvement d'En marche et Rapporteur général de la commission des affaires sociales.

18h>19h DEBAT PUBLIC

• Prise de parole de l'audience et réponses aux questions de la salle par les experts présents.

À partir de 19h DISCUSSION LIBRE AUTOUR DE RAFRAICHISSEMENTS

• Poursuite des discussions

INSCRIPTIONS :

Pour s'inscrire : rendez-vous sur <https://reunion-publique-alcool.fr/#inscription>

Le nombre de places étant limité, l'inscription est obligatoire.

Vous êtes journaliste et souhaitez assister à la réunion publique ou interviewer un des intervenants de la rencontre publique, merci de vous adresser au service presse.

DROGADDICTION.COM – Site web – 22/11/2017

LES GRENOBLOIS SENSIBILISÉS À L'ADDICTION À L'ALCOOL LE 1ER DÉCEMBRE 2017

Grenoble accueille, après Clermont-Ferrand, le 2ème opus d'une série de rencontres publiques sur la prévention à l'alcool dans la région Auvergne Rhône Alpes. Ainsi pour sensibiliser les habitants de Grenoble aux symptômes de cette maladie et mieux les informer des chemins possibles pour s'en sortir, l'Association d'anciens alcooliques H3D fondée en 2014 par Laurence Cottet (ex alcoolique sevrée depuis 9 ans) animera, avec Maurice Dematteis Professeur d'addictologie au CHU de Grenoble Alpes, une rencontre publique le 1er décembre 2017 de 17h à 19h à la maison du tourisme de Grenoble, réunion baptisée « ALCOOL, PRÉVENIR LA DÉPENDANCE ».

LES ENJEUX DE LA RENCONTRE PUBLIQUE DE GRENOBLE : COMMENT PRÉVENIR LA DÉPENDANCE D'UNE MALADIE INSUFFISAMMENT IDENTIFIÉE COMME TELLE ?

« L'alcool, un produit profondément ancré dans notre société, dans notre culture, dans nos familles et dans nos habitudes. À la veille de cette fin d'année, le produit des festivités et de la convivialité... mais aussi le produit des plus grandes souffrances et des représentations les plus stigmatisantes de notre société. Comment ne pas être ambivalent face à ce produit ? Comment changer notre regard pour en parler plus facilement ? » témoigne le Professeur Dematteis.

« L'alcoolisme est une maladie qui doit être considérée comme n'importe quelle autre maladie qui se soigne. Le premier pas à franchir est d'en parler, de sortir du déni ou plus souvent de la Honte... car on croit encore qu'arrêter de boire est une question de volonté... Alors que l'on est tout simplement drogué à l'alcool et qu'il faut se faire aider. En parler, sortir de l'anonymat lorsque que l'on est passé par cette maladie permet de changer le regard de la société sur cette maladie, qui n'est donc pas honteuse. C'est mon combat d'aujourd'hui.» confie Laurence Cottet.

Parce que l'alcool fait partie des principales addictions des français, les dommages et les risques encourus liés à la consommation d'alcool (même une consommation régulière et non excessive) sont encore peu popularisés. Dans le but d'attirer l'attention sur les méfaits de l'alcool, Laurence Cottet, patiente experte*, ex alcoolique mondaine, auteur du livre « Non ! j'ai arrêté » et présidente de l'association La méthode H3D, poursuit une grande campagne de sensibilisation sous la forme de plusieurs réunions publiques en région. Ces rencontres baptisées « Alcool, prévenir la dépendance » ont débuté par une première réunion publique d'informations qui s'est tenue le jeudi 23 novembre à Clermont-Ferrand.

*Patients experts : Alcoolique abstinent soigné qui a suivi une formation et qui est devenu soignant.

L'ALCOOL, CE FLÉAU.

Selon l'observatoire français des drogues et des toxicomanies (ODFT 2015), 85% des français ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. 8,8 millions de français sont consommateurs réguliers parmi lesquels environ 2 millions souffrent d'une dépendance à l'alcool. Le nombre de patient pris en charge est passé de 100 000 à 200 000 ces dernières années soit environ 10%. L'alcool tue près de 49 000 personnes chaque année et son coût social s'élève à 118 milliards d'euros. Bien que cela soit méconnu du grand public, c'est un coût presque identique à celui du tabac.

Pas de critère spécifique d'âge, de sexe, de profession ou de catégorie sociale, l'alcool touche tout le monde et cause des dommages tant sur le plan professionnel, personnel, familiale ou civique. C'est une forme de maladie qui exige une prise en charge adaptée et un suivi médical, psychologique et social pour se soigner.

**Matinale France 3 Auvergne Rhône Alpes du
27/11/2017
12 mn d'antenne**

<https://france3-regions.francetvinfo.fr/auvergne-rhone-alpes/emissions/9h50-auvergne-rhone-alpes>



9h50 le matin en Auvergne Rhône-Alpes



9h50 le matin en Auvergne Rhône-Alpes

Malgré tout cela, 90% des personnes qui souffrent de dégâts relatifs à l'alcool (entourage compris) passe cette maladie sous silence.

Plus d'informations sur les traitements : alcoolmoinscmieux.fr

Plus d'informations sur la maladie : maladiequisesoigne.org

DES SOLUTIONS EXISTENT, EN PARLER C'EST DÉJÀ COMMENCER À AGIR !

Laurence Cottet poursuit sa campagne de sensibilisation et sa série de réunions publiques « Alcool, prévenir la dépendance ». Cette réunion animée par des experts débutera par des témoignages d'expériences et sera suivie d'un Débat Public avec la salle.

- Quels sont les 1ers signes de la dépendance à l'alcool ?
- Est-ce que l'on est dépendant si l'on consomme un verre d'alcool par jour ?
- Comment aider quelqu'un à se faire soigner ?

Autant de questions auxquelles les experts présents pourront répondre. Cette réunion est avant tout un moment d'échange qui incite au dialogue et à la réflexion afin de comprendre, identifier, orienter, soigner et aider les participants dans leurs démarches.

Plus d'informations sur les réunions publiques « Alcool, prévenir la dépendance » sur et s'inscrire
: <https://reunion-publique-alcool.fr/#inscription>

Source

PRESSNUT.COM – Site web – 21/11/2017



NEWS LIFESTYLE MEDIA OPINIONS ECONOMIE GEEK POLITIQUE SPORT

Home > News > Les Grenoblois sensibilisés à l'addiction à l'alcool le 1er décembre 2017



News Société

LES GRENOBLOIS SENSIBILISÉS À L'ADDICTION À L'ALCOOL LE 1ER DÉCEMBRE 2017

By Marie de Luze - 21 novembre 2017



Share on Facebook



Tweet on Twitter


 SEARCH

Grenoble accueille, après Clermont-Ferrand, le 2ème opus d'une série de rencontres publiques sur la prévention à l'alcool dans la région Auvergne Rhône Alpes. Ainsi pour sensibiliser les habitants de Grenoble aux symptômes de cette maladie et mieux les informer des chemins possibles pour s'en sortir, l'Association d'anciens alcooliques H3D fondée en 2014 par Laurence

ARTICLES RECENTS

LES GRENOBLOIS SENSIBILISÉS À L'ADDICTION À L'ALCOOL LE 1ER DÉCEMBRE 2017

« LAISSE PARLER TON CŒUR » : UNE COLLECTE DE JOUETS D'OCCASION DANS LA LOIRE

Cottet (ex alcoolique sevrée depuis 9 ans) animera, avec **Maurice Dematteis** Professeur d'addictologie au **CHU de Grenoble Alpes**, une rencontre publique le **1er décembre 2017 de 17h à 19h à la maison du tourisme de Grenoble**, réunion baptisée « **ALCOOL, PRÉVENIR LA DÉPENDANCE** ».

LES ENJEUX DE LA RENCONTRE PUBLIQUE DE GRENOBLE : COMMENT PRÉVENIR LA DÉPENDANCE D'UNE MALADIE INSUFFISAMMENT IDENTIFIÉE COMME TELLE ?

« L'alcool, un produit profondément ancré dans notre société, dans notre culture, dans nos familles et dans nos habitudes. À la veille de cette fin d'année, le produit des festivités et de la convivialité... mais aussi le produit des plus grandes souffrances et des représentations les plus stigmatisantes de notre société. Comment ne pas être ambivalent face à ce produit ? Comment changer notre regard pour en parler plus facilement ?» témoigne le Professeur Dematteis.

« L'alcoolisme est une maladie qui doit être considérée comme n'importe quelle autre maladie qui se soigne. Le premier pas à franchir est d'en parler, de sortir du déni ou plus souvent de la Honte... car on croit encore qu'arrêter de boire est une question de volonté... Alors que l'on est tout simplement drogué à l'alcool et qu'il faut se faire aider. En parler, sortir de l'anonymat lorsque que l'on est passé par cette maladie permet de changer le regard de la société sur cette maladie, qui n'est donc pas honteuse. C'est mon combat d'aujourd'hui.» confie **Laurence Cottet**.

Parce que l'alcool fait partie des principales addictions des français, les dommages et les risques encourus liés à la consommation d'alcool (même une consommation régulière et non excessive) sont encore peu popularisés. Dans le but d'attirer l'attention sur les méfaits de l'alcool, **Laurence Cottet**, patiente experte*, ex alcoolique mondaine, auteur du livre « Non ! j'ai arrêté » et présidente de l'association La méthode H3D, poursuit une grande campagne de sensibilisation sous la forme de plusieurs réunions publiques en région. Ces rencontres baptisées « Alcool, prévenir la dépendance » ont débuté par une première réunion publique d'informations qui s'est tenue le jeudi 23 novembre à Clermont-Ferrand.

*Patients experts : Alcoolique abstiné soigné qui a suivi une formation et qui est devenu soignant.

L'ALCOOL, CE FLÉAU.

Selon l'observatoire français des drogues et des toxicomanies (ODFT 2015), 85% des français ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. 8,8 millions de français sont consommateurs réguliers parmi lesquels environ 2 millions souffrent d'une dépendance à l'alcool. Le nombre de patient pris en charge est passé de 100 000 à 200 000 ces dernières années soit environ 10%. L'alcool tue près de 49 000 personnes chaque année et son coût social s'élève à 118 milliards d'euros. Bien que cela soit méconnu du grand public, c'est un coût presque identique à celui du tabac.

Pas de critère spécifique d'âge, de sexe, de profession ou de catégorie sociale, l'alcool touche tout le monde et cause des dommages tant sur le plan professionnel, personnel, familiale ou civique. C'est une forme de maladie qui exige une prise en

ou civique. C'est une forme de maladie qui exige une prise en charge adaptée et un suivi médical, psychologique et social pour se soigner.

Malgré tout cela, 90% des personnes qui souffrent de dégâts relatifs à l'alcool (entourage compris) passe cette maladie sous silence.

Plus d'informations sur les traitements : alcoolmoinscmieux.fr

Plus d'informations sur la maladie : maladiequisesoigne.org

DES SOLUTIONS EXISTENT, EN PARLER C'EST DÉJÀ COMMENCER À AGIR !

Laurence Cottet poursuit sa campagne de sensibilisation et sa série de réunions publiques « Alcool, prévenir la dépendance ». Cette réunion animée par des experts débutera par des témoignages d'expériences et sera suivie d'un Débat Public avec la salle.

- Quels sont les 1ers signes de la dépendance à l'alcool ?
- Est-ce que l'on est dépendant si l'on consomme un verre d'alcool par jour ?
- Comment aider quelqu'un à se faire soigner ?

Autant de questions auxquelles les experts présents pourront répondre. Cette réunion est avant tout un moment d'échange qui incite au dialogue et à la réflexion afin de comprendre, identifier, orienter, soigner et aider les participants dans leurs démarches.

Plus d'informations sur les réunions publiques « Alcool, prévenir la dépendance » sur et s'inscrire : <https://reunion-publique-alcool.fr/#inscription>

PORTRAIT
RADIO
SOCIÉTÉ



MERCI

magali.faget@mlle-pitch.com

Contact agence
Magali Faget : 06 43 47 46 51