

Mardi 13 juillet 2021

LA VOIX DU NORD

Bonjour

DÉJÀ EN VACANCES

J'étais pressé, je le reconnais, peu enclin à patienter... D'où un tantinet énervé de devoir attendre devant l'accueil de cette structure où je me rendais. Devant moi, une femme, au téléphone. La discussion était visiblement plaisante tant elle rigolait. Dans le bureau d'accueil, deux personnes. Je patiente. Une dame arrive derrière moi. Puis une autre. La femme devant moi est toujours au téléphone. La patiente derrière. Ma présence la dérange, elle

sort, continue de rire. Une troisième femme arrive derrière moi. Je me décide à taper à la porte pour faire activer les choses. Les deux hommes dans l'accueil sont surpris, ils font là des réparations. Il me dirige vers la dame... au téléphone. Qui de fait s'éloigne plus encore. Elle finit enfin par raccrocher en souhaitant bonnes vacances à son interlocuteur. Pour sa part, elle a visiblement anticipé. Après avoir eu mon renseignement, je lui ai donc souhaité de bonnes vacances. Elle n'a pas ri. **DA. L.**

Météo

Matin 15°C

Après-midi 18°C



Demain

Matin 14°C

Après-midi 19°C



**LE CATEAU-CAMBRÉSIS
AU SERVICE
DE L'ESTIME DE SOI** PAGE 10

ESCAUDŒUVRES
Les policiers tombent
sur une plantation
de cannabis

PAGE 11

CAUDRY
La municipalité lance
un dispositif pour
aider les restaurateurs

PAGE 12

BÉTHENCOURT
Les virages
de l'Erclin
dans le viseur du maire

PAGE 13

Un programme centré sur l'estime de soi au service addictologie de l'hôpital

Depuis février 2020, le service addictologie du centre hospitalier du Cateau-Cambrésis a développé un nouveau parcours « postcure ». On y vient de la France entière pour travailler sur l'affirmation de soi. Reportage en atelier avec des patients.

PAR JUSTINE CANTREL
cambrai@la-voixdunord.fr

LE CATEAU-CAMBRÉSIS.

Dans une salle exigüe du centre hospitalier du Cateau-Cambrésis, Elise Sapia, psychologue, note le titre de la séance du jour au tableau « L'affirmation de soi ». Nous sommes au service addictologie, dans le cadre du programme de postcure. Quatre patients décrivent les comportements de personnes en manque d'estime d'eux-mêmes. Bernard (*) commence : « On est avachi, avec un regard fuyant, on parle avec une voix basse. » L'objectif : les aider à prendre confiance en eux, à s'affirmer, pour éviter une rechute dans leur addiction, en l'occurrence, l'alcool.

« Le but n'est pas d'obtenir ce qu'on veut, mais de communiquer ses émotions. »

ELISE SAPIA, PSYCHOLOGUE

L'exercice du jour est un jeu de rôles. En binôme, Thierry (*) et Mickaël (*) vont jouer une scène. L'un se met dans la peau d'un candidat qui va passer un entretien d'embauche, le second doit lui faire admettre que sa tenue n'est pas appropriée. Les autres observent. « Je trouve qu'au niveau des vêtements, ça ne fait pas sérieux... après, tu fais ce que tu veux... », tente Mickaël. « T'afroles pas pour moi », conclut Thierry. « Le message n'est pas passé, ce n'était pas assez affirmé », remarque-t-on dans la salle. La psychologue livre quelques clés : « On peut suggérer. Après, il fait ce qu'il



Ce programme de postcure est basé sur l'affirmation de soi, au service addictologie du centre hospitalier du Cateau-Cambrésis. PHOTOS CHRISTOPHE LEFÈVRE

veut de ces critiques. Le but n'est pas d'obtenir ce qu'on veut, mais de communiquer ses émotions. » Deuxième essai plus concluant : « Il me met en doute ! », reconnaît Thierry.

LUTTER CONTRE LES RECHUTES

À l'origine de ce programme, les psychologues Elise Sapia et Marie-Noëlle Denhez. « On cherche ce qui peut faire rechuter. Le parcours est

centré sur l'estime de soi », explique Elise Sapia. « L'idée est de fournir des outils pratiques pour appliquer des changements dans leurs vies et comprendre d'où viennent leurs problématiques », poursuit Marie-Noëlle Denhez. Avec, pour but ultime, le maintien de l'abstinence. Pour l'addictologue Vincent Vanderpote, « le sevrage, c'est relativement simple, on donne des médicaments pour

l'arrêt total d'une substance. Mais des personnes rechutent à chaque sortie. On lutte contre ça. » À mi-parcours, les patients voient déjà la différence : « La postcure, c'est essentiel, estime Thierry. On nous équipe pour la sortie. Ça rentre tout doucement... » Mickaël n'en est pas à sa première cure. « Ici, on ne parle jamais d'alcool. Ailleurs, on disait surtout, c'est pas bien de boire. » Il est rejoint par

Charles (*) : « On va voir au plus profond de nous. » Pour le docteur Vanderpote, « c'est un starter, une aide au démarrage. Mais ils doivent continuer. » Mickaël et ses camarades souhaitent vraiment que cette cure puisse changer la donne. Même s'il le reconnaît : « Il y a encore du chemin. » ■
(*) Les prénoms ont été changés pour préserver l'anonymat des patients.

Un programme rigoureux

UNE SÉLECTION

L'entrée se fait sur dossier, avec un entretien téléphonique pour vérifier les motivations : car il s'agit de volontaires. « Pour certains, ce n'est pas adapté, ils ne sont pas prêts pour ce genre de travail », estime Marie-Noëlle Denhez. La prise en charge est totale, il n'y a rien à déboursier.

UNE ENTRÉE EN GROUPE

Les patients entrent simultanément pour chaque session d'un mois, ce qui favorise « l'entraide ». Ils viennent du secteur mais aussi de plus loin, de Picardie, et

même de Bourgogne : « J'ai trouvé ce programme sur Internet, après de longues recherches. »

UN EMPLOI DU TEMPS CHARGÉ

Malgré la difficulté – car en raison du Covid, les sorties et les visites sont prohibées –, ils disent ne pas voir la semaine passer. « On est choyés ! », avoue Mickaël. L'emploi du temps est fourni, le programme varié : « Apprendre à dire non, à faire une critique, à se respecter, à exprimer ses émotions, à gérer sa colère... » mais aussi des entretiens individuels, du sport, de la relaxation, de la balnéothérapie, etc.

Et même des « devoirs », avec des fiches à remplir pour définir ses émotions, par exemple.

ET L'EFFICACITÉ ?

Elle est « relativement bonne », selon Marie-Noëlle Denhez, même s'il est difficile de quantifier quelle proportion de patients aurait, ou non, rechuté dans une cure « classique ». « Plus de la moitié des 50 patients depuis un an n'ont pas rechuté, mais on constate surtout une nette amélioration de leur santé psychique, de leur bien-être. » Car après la cure, le suivi psychologique se poursuit. ■ J.C.



Des messages qui prônent l'estime de soi sont affichés dans la salle.