

## 6 VALAIS

**DROGUE** Née il y a vingt ans, l'APCD permet aux parents d'exprimer leur ressenti.

# Pour faire face à son enfant toxicomane

CHRISTINE SAVIOZ

«Quand j'ai découvert l'APCD (ndlr.: l'Association valaisanne des personnes concernées par les problèmes liés à la drogue), je me suis remise à respirer», lance, émue, Françoise Tubérosa, aujourd'hui présidente du groupe. Comme des centaines d'autres parents, cette Valaisanne a été confrontée à un enfant qui se droguait. «C'est très dur à vivre, car on ne cesse de se demander ce qu'on a fait de faux. La culpabilité est énorme. Et nous ne sommes pas toujours bien entourés; on nous dit souvent qu'on aurait dû faire ci ou ça. J'en ai entendu des «Y'avait qu'à...», raconte-t-elle.

Cette maman a accepté de parler à visage découvert pour aider les autres à ne pas avoir honte de leur souffrance. «Pendant dix ans, j'ai menti à tout le monde, en niant le problème de mon fils. Un jour, j'ai craqué et j'ai expliqué ce qui se passait à ma maman. Puis, j'ai découvert l'APCD et j'ai pu revivre, ou du moins, survivre...»

Françoise Tubérosa affirme devoir beaucoup à l'association qui fête ses 20 ans cette année. Elle n'est pas la seule. Des centaines d'autres parents ont fait appel à l'APCD pour traverser ces moments difficiles, comme Chantal, Bernard, Raymonde ou Anne-Marie qui acceptent également de nous faire partager leurs expériences, mais sans vouloir donner leur nom de famille. «Pour nous, c'est important aussi que notre enfant puisse éviter de porter son passé de toxicomane tout le reste de sa vie», souligne Bernard. «Et puis, dans l'association, chacun est libre; nous garantissons la confidentialité», ajoute sa femme Chantal.



La plupart des parents ne se doutent pas que leur enfant se drogue. Ils l'apprennent souvent par une visite de la brigade des stupéfiants chez eux. DIEGO CERVO

## Honte et impuissance

A entendre leurs histoires de vie, impossible de ne pas percevoir les

Pouvoir échanger leurs vécus, grâce à l'APCD, leur a été à tous salvateur. «Lors des soirées d'écoute



«C'est très dur à vivre en tant que parents. On ne cesse de se demander ce qu'on a fait de faux!»

FRANÇOISE TUBÉROSA PRÉSIDENTE DE L'APCD

mêmes ressentis chez ces parents. Tous ont éprouvé de la honte, de la culpabilité, de la souffrance et un sentiment d'impuissance.

chaque semaine, nous pouvons nous exprimer librement, et surtout il n'y a pas de jugement. Cela aide vraiment», note Raymonde, qui a

perdu son fils de 23 ans suite à une overdose il y a près de vingt ans. «Quand j'ai appris que mon fils se droguait, j'ai rejoint l'APCD en espérant sauver mon enfant. Il est malheureusement décédé, trois jours avant d'entrer en soins, mais je continue à soutenir l'association par solidarité avec les autres parents, pour me battre avec eux. Et surtout, pour dire qu'il faut garder l'espoir. Il ne faut jamais baisser les bras; il y a toujours une petite lumière au bout du tunnel.»

## «Pas les seuls»

La solidarité est omniprésente au sein des membres de l'association. «Cela fait du bien aussi d'entendre que nous ne sommes pas les seuls à avoir dû faire face à

## L'APCD EN QUELQUES MOTS

L'APCD a vu le jour en 1992 en Valais, à l'initiative de parents confrontés à la toxicomanie de leur fils. «Nous nous sommes rendu compte qu'il n'y avait pas de lieux où les pères et mères pouvaient exprimer leurs émotions et leurs ressentis», raconte Chantal, l'une des fondatrices.

L'APCD, qui compte aujourd'hui 500 membres, propose non seulement des soirées d'écoute – les premiers et troisièmes jeudis du mois dans une salle du café Le Casino de Martigny dès 20 heures – mais aussi une permanence téléphonique (027 723 29 55) sept jours sur sept, de 8 à 20 heures, des entretiens, des conférences, une bibliothèque et des moments récréatifs. La confidentialité et l'anonymat sont garantis lors des soutiens et soirées d'écoute. «Les personnes sont libres de parler ou pas et de partir quand elles le veulent. Il n'y a aucun jugement», ajoute Chantal.

Renseignements sur [www.apcd.ch](http://www.apcd.ch)

un enfant qui se drogue», note Anne-Marie. Son fils est aujourd'hui sorti de l'enfer de la toxicomanie, mais elle n'est pas encore sereine. «Malgré tout, je continue à m'inquiéter. Je ne peux pas m'en empêcher...», souligne-t-elle, avec émotion.

Le plus difficile pour cette maman est de ne s'être doutée de rien. «Je voyais bien que mon fils avait quelquefois les yeux rouges. Mais chaque fois que je lui posais des questions, il me répondait qu'il allait très bien. Un jour, la brigade des stupéfiants est arrivée à la maison...»

Là, c'est le choc pour Anne-Marie et son époux. «On n'est pas préparés à cela. Mon mari s'est fermé sur lui; il n'osait plus sortir. Confronter les regards des gens était devenu trop lourd pour lui.»

Anne-Marie doit également affronter les remarques familiales lui reprochant d'avoir «trop gâté» son petit dernier. «Psychologiquement, c'était très lourd à porter.» Petit à petit, elle reprend confiance en elle, au sein de l'association. «Il faut dire que l'estime de soi prend un sacré coup dans ces moments-là.»

Dans ces situations où les parents auraient besoin d'être soutenus, ils sont souvent abandonnés par leurs proches, comme le confirme Françoise Tubérosa. «Avec mon mari, nous avons l'impression de faire le vide autour de nous. On a perdu des amis, du jour au lendemain. L'association a été une nouvelle et vraie famille pour nous.»

## Travail sur soi

Au sein de l'APCD, les parents font aussi un travail sur eux-mêmes, notamment par rapport à la codépendance. «Petit à petit, nous apprenons à faire le deuil de l'enfant qu'on aurait aimé avoir pour accueillir l'enfant qui est. Nous devons «accepter»: c'est le mot le plus dur de la langue française», souligne Chantal.

Avec le recul, cette quadragénaire avoue cependant avoir grandi tout au long de ce parcours pas simple. «Nous avons fait un sacré chemin avec mon mari. Mais cela reste une blessure très profonde qui peut se rouvrir très facilement...»