



**JOUEURS COMPULSIFS** Les proches de ces personnes ont aussi le droit de trouver du soutien et de l'aide. Une démarche qui peut souvent provoquer un changement.

# Rien ne va plus à cause du jeu

LYSIANE FELLAY

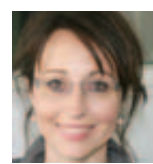
«T'as misé tout l'argent du ménage?» «T'as parié mon épargne-étude?» «T'as parié nos économies pour les vacances?» Aucun doute, la campagne de sensibilisation sur le jeu excessif d'Addiction Valais est parlante. Cette campagne menée depuis fin novembre vise à toucher les proches des joueurs compulsifs. Des proches qui se retrouvent souvent démunis face à la situation. Les difficultés sont nombreuses: problèmes financiers, endettement, isolement social, anxiété, dépression ou encore disputes au sein du couple ou de la famille. Les proches ne savent pas quoi faire, ni comment faire. Et ils subissent les conséquences du comportement de leur proche. «Souvent, ils mettent beaucoup d'énergie à essayer d'aider la personne malade. Mais tant que le joueur est dans le déni, ça ne donnera aucun résultat. Cela peut même agacer la personne», souligne Gislaine Carron Acone, coordinatrice prévention du jeu excessif chez Addiction Valais.

## EN TANT QUE PROCHE D'UN JOUEUR ON PEUT:



cette addiction. Pour se sortir de cette dépendance, il faut vraiment chercher le nœud du problème», conseille Alexandre Antonin, directeur de Caritas-Valais. L'association reçoit régulièrement des personnes endettées qui désirent s'en sortir. «Pour aider les gens, il vaut mieux connaître leurs problèmes. Nous essayons toujours de mettre les gens en confiance. Et surtout, nous ne les jugeons pas», continue-t-il ajoutant que si le problème de jeu n'est pas résolu, la personne pourrait de nouveau faire une dette.

## Si le joueur est dans le déni, le proche ne peut pas l'aider.»



**GISLAINE CARRON ACONE**  
COORDINATRICE PRÉVENTION  
DU JEU EXCESSIF  
CHEZ ADDICTION VALAIS

### Penser à soi

Sitôt que le problème de jeu est identifié, Gislaine Carron Acone recommande d'en parler. Addiction Valais reçoit les proches en consultation, tout comme les joueurs (le proche peut également consulter sans la personne concernée). En moyenne, une quarantaine de joueurs pathologiques viennent les trouver chaque année. Et en 2013, une vingtaine de proches ont demandé du soutien à Addiction Valais. D'autres professionnels peuvent également venir en aide comme le médecin généraliste, le psychologue, un assistant social

## CARITAS-VALAIS AIDER À VENIR À BOUT DE SES DETTES

«Il est toujours difficile de savoir si les personnes qui viennent nous trouver ont un problème de jeu compulsif. Il n'y a jamais de dettes de jeu puisque les casinos ou les jeux de loterie prennent de l'argent cash», explique Alexandre Antonin, directeur de l'association Caritas Valais. La plupart des personnes qui viennent demander de l'aide ont déjà en moyenne cumulé des dettes pour près de 45 000 francs. Elles souhaitent revenir à une situation saine. «Elles attendent souvent d'avoir de trop grosses difficultés pour venir nous trouver. Ce serait mieux si elles venaient plus tôt», confie Alexandre Antonin.

Pour venir à bout d'un endettement, il faut avant tout que la personne règle son problème d'addiction. «Cela signifie, du moins, c'est ma conviction, que la personne doit trouver ce qui la pousse à se retrancher dans cette addiction», note Alexandre Antonin. Caritas Valais travaille main dans la main avec d'autres partenaires comme Addiction Valais. Et les personnes sont aiguillées vers les bons spécialistes pour trouver de l'aide. En parallèle, Caritas Valais conseille, aiguille et encourage la personne endettée. La situation financière est analysée. Un budget est réalisé. Et des mesures sont proposées

pour arriver à payer ses dettes. «C'est ensuite au bon vouloir de la personne. La démarche est toujours personnelle et volontaire», ajoute-t-il. Le Service de consultation sociale et financière offert par Caritas Valais est gratuit. Il est ouvert à tout le monde. L'association a reçu un mandat de l'Etat du Valais pour mettre en place ce service de désendettement ouvert aux particuliers et aux institutions sociales valaisannes. ● LF

[www.caritas-valais.ch](http://www.caritas-valais.ch)  
Téléphone : 027 323 35 02

### Se fixer des objectifs réalisables

Une fois la démarche pour sortir de l'addiction entamée, la personne pourra se fixer des objectifs. «Certaines personnes ne veulent plus entendre parler du jeu. D'autres souhaitent continuer mais en se fixant des limites. Nous les aidons à trouver le chemin qui leur convient avec des objectifs réalistes», explique Gislaine Carron Acone. Quant aux proches, ils peuvent montrer leur soutien à la personne concernée sans tout accepter. Ils peuvent fixer des limites claires à la personne. Et il est bon de faire l'état des finances, d'éviter de contracter des prêts et de sécuriser ses comptes. Caritas Valais peut également donner des conseils dans ce domaine. Les médecins généralistes sont également sensibilisés par Addiction Valais à cette problématique. Ils sont ainsi mieux armés pour détecter de manière précoce les problèmes de jeu. ●

ou un professionnel du domaine de la santé ou du social en qui vous avez confiance. Le fait de parler va permettre de soulager le proche, mais va également amener à trouver des solutions pour le malade. «En général, nous conseillons aux proches de commencer à penser à eux. Habituellement, ils sont dans une démarche de contrôle. Ils vérifient les faits et gestes du joueur. Nous leur disons de lâcher

du lest, de prendre du recul et du temps pour eux. Ils doivent changer de comportement avec leur conjoint. Ils peuvent, par exemple, sortir se promener avec des amis. Cela va leur faire du bien de penser à autre chose. D'autre part, cela pourrait faire réagir le joueur», continue-t-elle. Ce changement de comportement va probablement déstabiliser le joueur pathologique. Et ça va provoquer quelque

chose. Il sera peut-être d'accord de parler du problème. «Souvent, c'est à travers les proches que l'on peut toucher un joueur pathologique dans le déni», poursuit-elle. Par la suite, le joueur excessif va peut-être accepter d'aller voir un professionnel. Et il pourra entamer un chemin pour s'en sortir. «Il faut aller chercher d'où vient ce problème de dépendance. Il faut voir quel manque comble

**L'ANTIDOTE**  
Lundi 19 janvier, l'émission «L'antidote – Entrée en EMS» sera diffusée sur Canal 9 à 18 h 30, 19 h 30, etc., puis à 20 h samedi et dimanche soir suivants.

### INFOS

[www.addiction-valais.ch](http://www.addiction-valais.ch)  
[www.caritas-valais.ch](http://www.caritas-valais.ch)

## CONFÉRENCE SUR LES GRANDS BRÛLÉS

### Un défi pour la médecine et les ex-patients

Soigner une personne gravement brûlée relève souvent du défi pour l'équipe médicale et pour le patient. La brûlure est un traumatisme physique et psychologique extrêmement violent. Elle nécessite un traitement d'urgence et une prise en charge multidisciplinaire complexe. Pour parler de ces thématiques, une conférence publique «Brûlure grave:

défi pour la médecine et pour les ex-patients» est organisée à l'auditorium du centre scolaire Moréchon à Saint-Germain à Savièse le 22 janvier à 19 heures.

Le professeur Wassim Raffoul, spécialiste en chirurgie plastique et reconstructive, mettra en lumière le parcours du patient, à travers les urgences, les soins intensifs, le service

de chirurgie plastique et jusqu'à la rééducation et la réinsertion. Ensuite, Alexandre Dubuis abordera un point de vue méconnu, celui d'ex-patients brûlés. En s'appuyant sur une vingtaine d'interviews et des témoignages écrits, il retracera le parcours posthospitalisation de grands brûlés en mettant en évidence le réapprentissage et la gestion des interactions. ● LF

## BPCO

### Mieux vivre avec la maladie

Une personne atteinte de broncho-pneumopathie chronique obstructive peut apprendre à gérer sa maladie et améliorer sa qualité de vie. Le programme «Mieux vivre avec une BPCO» a été mis sur pied dans ce sens par l'Hôpital du Valais, Promotion Santé Valais et la Ligue pulmonaire valaisanne. Différents spécialistes

du domaine de la santé animent des ateliers adaptés pour les patients et leur entourage. Les prochains ateliers débutent le 22 janvier à l'hôpital de Monthey, le 24 février à l'hôpital de Sion et le 16 avril à l'hôpital de Martigny. ●

Infos et inscriptions: [karin.loerwall@hopitalvs.ch](mailto:karin.loerwall@hopitalvs.ch)  
ou 027 603 83 47