

29% des hommes et 17% des femmes âgés de 15 ans et plus ont dit avoir déjà consommé des drogues illégales en 2012 lors de l'Enquête suisse sur la santé

**MAMAN ET TOXICODÉPENDANTE** Fragilisée par son addiction, une maman a besoin d'aide et de soutien. Elle demande à être accompagnée sans préjugés.

# Besoin d'aide sans jugement

LYSIANE FELLAY

«La venue d'un enfant est un bouleversement dans une vie. Pour la femme toxicodépendante, cette naissance peut raviver des fragilités, des souvenirs douloureux, des relations familiales difficiles. Elle aimerait ne pas les reproduire et pouvoir briser la chaîne. Pour s'en sortir, l'enfant peut être un puissant moteur. Il peut donner un sens à la vie de cette mère et lui permettre de s'en sortir», souligne Annamaria Colombo, professeure à la HES-SO travail social à Fribourg, auteure d'une recherche autour de l'expérience de la parentalité de mères en situation de toxicodépendance et de la manière dont

«Elles aiment leurs enfants et souhaitent le meilleur pour eux.»



**PATRICIA FONTANNAZ**  
TRAVAILLEUSE SOCIALE HORS MUR  
RELAIDS POUR LA FONDATION LE RELAIS

les professionnels gèrent les intérêts parfois contradictoires entre le bien de l'enfant et celui de la mère. Recherche, mandatée par la fondation le Relais, qui a d'ailleurs été présentée hier à Martigny à l'occasion du Forum Addiction intitulé «Soutenir la parentalité des mères toxicodépendantes».

## De l'aide, à quel prix?

Pour ces femmes, la situation est assez complexe. Elles ont souvent besoin d'aide. En même temps, cet appel à l'aide peut avoir des conséquences importantes comme le placement de leur enfant. Elles ont peur que la



**Une maman en situation de toxicomanie attend d'un professionnel:**

Qu'il soit formé et informé sur le vécu et les besoins des mamans toxicomanes

Qu'il ne la réduise pas uniquement à un statut de consommatrice

Qu'il laisse de côté les préjugés et soit bienveillant

Qu'il l'aide à développer sa parentalité

Qu'il l'implique dans les décisions concernant son enfant

situation se retourne contre elles. «Aujourd'hui, la tendance majoritaire veut que les professionnels soient méfiants quand il y a consommation et, le plus souvent, l'enfant est placé. Reste que ces placements ont un impact sur le développement de l'enfant également. Ce n'est pas forcément toujours la panacée. Le parent et l'enfant ont souvent besoin l'un de l'autre pour avancer», continue-t-elle. A côté de cela, ces femmes doivent souvent affronter les préjugés des professionnels alors qu'elles recherchent une écoute et un soutien sans jugement. Patricia Fontannaz, travailleuse sociale hors mur Relais pour la fondation le Relais dans le canton de Vaud, a rencontré de nombreuses femmes dans cette situation. «Petit à petit, elles m'ont accordé leur confiance. Elles se sont livrées et m'ont confié qu'elles avaient besoin d'aide et de soutien», explique Patricia Fontannaz. Elle leur a apporté son écoute et son sou-

ten sans les juger et en toute confidentialité. Ces femmes ont souhaité se rencontrer entre elles pour partager leurs difficultés, échanger, parler de leurs peurs et sortir de leur isolement. Patricia Fontannaz les accompagne pour organiser des cafés des mamans.

## «Des mamans de choc»

Fortes de ces rencontres et de ces échanges, certaines mamans ont voulu faire un pas de plus. Elles voulaient faire connaître leur vécu et surtout faire tomber les préjugés autour de la situation de toxicomanie d'un parent. «Elles ont eu envie de faire un film. La réalisatrice Mary Clapasson s'est chargée de le réaliser. Nous n'avions pas de scénario. Elle s'est adaptée à ce que trois mamans lui ont livré», raconte Patricia Fontannaz. Ensuite, les femmes ont fixé les règles du jeu. A chaque fois que le film intitulé «Mamans de choc» est projeté, elles sont présentes.

Après la diffusion des images, elles viennent aborder la problématique du soutien à la parentalité avec les personnes présentes, notamment des professionnels. Elles sont venues hier à Martigny pour parler ouvertement du sujet et les sensibiliser. Depuis 2012, il y a déjà eu 20 présentations en Suisse romande. Dernièrement, elles ont présenté le film en Belgique. «Le film permet également de réfléchir à la manière de soutenir la parentalité pour les professionnels, à la manière d'accompagner et d'impliquer ces parents», poursuit-elle. Les professionnels doivent être informés et formés pour apprendre à connaître la réalité du quotidien de ces femmes et mères. «Elles ne doivent pas être réduites uniquement à leur consommation. Il est important de souligner que ces femmes sont des mères à 100%, même si dans certaines situations l'enfant est placé. Elles aiment leurs enfants et souhaitent le meilleur pour eux», sou-

ligne-t-elle. «Soutenir ces mères, mais aussi les pères en situation de toxicomanie, est un enjeu de santé publique. Il faudrait créer de nouveaux lieux d'accueil pour les parents en situation de toxicomanie et leurs enfants», ajoute-t-elle. Une manière de faire un pas de plus dans l'accompagnement de ces parents. ○

## L'ENFANT COMME POINT D'ANCRAGE

«Face à un parent qui souffre d'une maladie qui s'appelle l'addiction, on se retrouve confronté à une situation complexe», éclaire Aline Chappuis, responsable du module santé de l'enfant, de l'adolescent et de la famille à la Haute école de santé, filière soins infirmiers. «D'une part, il y a la nécessité de protéger l'enfant qui est vulnérable. D'autre part, il faut être conscient que la pathologie peut interférer sur la relation parents enfants. Aussi, l'enfant peut être baigné dans un contexte qui comporte un certain nombre de problèmes qui peuvent avoir un impact sur son développement», continue-t-elle. «Une chose est sûre, tous les parents souhaitent le bien de leur enfant. C'est souvent le point d'ancrage pour venir en aide aux parents en situation de toxicomanie. Les professionnels doivent créer un contexte favorable au changement pour accompagner ces gens sans les juger, sans les stigmatiser. Ils doivent ensuite aider les parents à construire leurs compétences de parentalité. Ces compétences peuvent être développées et apprises», poursuit-elle. En Valais, les parents concernés par une addiction peuvent obtenir de l'aide notamment auprès de la Fondation Addiction Valais. ○



Vendredi 4 décembre, l'émission «L'antidote – Vieillir, activité physique sous ordonnance» sera diffusée à 18 h 30, 19 h 30, etc., puis à 20 h samedi et dimanche soir.

## POUR ALLER + LOIN



Vous souhaitez avoir plus d'infos?

[www.addiction-valais.ch](http://www.addiction-valais.ch);  
[parentetaddiction.ch](http://parentetaddiction.ch); [papaboit.ch](http://papaboit.ch);  
[mamanboit.ch](http://mamanboit.ch)

## CAMPAGNE SOIS VISIBLE

### Pour des piétons et des cyclistes repérables la nuit

Avec l'heure d'hiver, la nuit prend ses quartiers plus rapidement et plus longtemps. Il y a de nombreux piétons, sportifs ou cyclistes qui se déplacent à l'aube ou au crépuscule. Avec une luminosité restreinte, le risque d'accident est bien plus élevé qu'en plein jour. Il est trois fois plus élevé et peut même être multiplié par dix s'il pleut ou s'il neige.

Le Bureau de prévention des accidents et les polices cantonales recommandent de porter des vêtements clairs, des éléments réfléchissants et un bon éclairage.

La campagne «See you – sois visible» qui vient de débiter vise à sensibiliser la population afin d'éviter ces accidents.

De même, les piétons devraient être particulièrement prudents lorsqu'ils traversent la route. Ils devraient marquer un temps d'arrêt et s'assurer qu'ils peuvent traverser en sécurité. Quant aux cyclistes, il faut que leur vélo soit équipé d'un éclairage à l'avant et à l'arrière. Mieux vaut qu'ils s'arrêtent derrière les véhicules plutôt qu'à côté. ○

## ARRÊTER DE FUMER

### Son smartphone en renfort

Des études montrent que la personne qui souhaite arrêter de fumer a davantage de chances de réussite avec l'aide d'un proche. Des spécialistes du sevrage tabagique sont partis de ce constat et ont développé une application pour smartphone. Elle s'appelle Smoke-Free-Buddy. La personne qui

se lance dans la démarche d'arrêt du tabac doit choisir un(e) ami(e) qui souhaite également arrêter. Ils se soutiendront et s'encourageront mutuellement dans les différentes étapes. ○

L'application est disponible sous [www.smokefree.ch](http://www.smokefree.ch).

