

Livres

DÉPENDANCE

COMMUNIQUER AVEC UNE VICTIME DE L'ALCOOL

François Besançon, InterEditions. 159 pages, 128 F.

● « Plus d'un million de familles connaissent cette épreuve au quotidien », constate François Besançon, docteur en médecine. Membre des Sociétés française et européenne d'alcoologie, médecin hospitalier à l'Hôtel-Dieu, il précise qu'il a beaucoup

appris des récits des buveurs guéris et que les cas les plus graves peuvent connaître de beaux rétablissements. Trois parties composent l'ouvrage : « communiquer en

pleine dépendance alcoolique », «...avec le convalescent », «...avec le buveur menacé » ; un chapitre est consacré aux intervenants particuliers : l'épouse, l'époux, la mère, le père, les proches, les collègues, les professionnels, les associations parmi lesquelles les Alcooliques anonymes, Croix d'or-Alcool Assistance, Croix bleue, Vie libre...

On y apprend qu'en Amérique du Nord un code de bonne conduite a été négocié avec le personnel des débits de boisson, pour qu'ils cessent « la vente des boissons alcoolisées deux heures avant la fermeture des discothèques ce qui est peu si l'on se rappelle qu'il faut plus de six heures pour abaisser l'alcoolémie de 1 gramme par litre », et pour qu'ils arrêtent de servir les clients ivres. Ce livre peut être un soutien.

K. A.

J'AI BU PARCE QUE J'AVAIS SOIF

Patrice Bazille, éd. Anne Carrière, 110 pages, 295 F.

● Cela ressemble à un roman avec des dialogues de polar. C'est une autobiographie. Patrice se met à boire à seize ans. « Alcool-

LOISIRS

HANDICAPÉS OU NON, ILS JOUENT ENSEMBLE

Laurent Thomas, éd. Yves Michel, 140 pages, 85 F.

● Laurent Thomas a vingt-cinq ans quand il crée l'association Loisirs Pluriel, afin de proposer des centres de vacances et de loisirs ouverts aux enfants handicapés et valides. Le projet naît d'un constat : bien des enfants handicapés sont mis à l'écart des espaces de vie ordinaires dès le plus jeune âge. Pour l'auteur, l'enfant porteur d'un handicap, quelle qu'en soit l'origine, a besoin de vivre avec des enfants de son âge au même titre que les autres.

L'association propose ainsi des centres de loisirs sans hébergement pour enfants, des clubs d'activités pour adolescents. Elle organise des séjours de vacances lors des congés scolaires, ainsi que des séjours familiaux, permettant à la fois l'accueil de la famille et l'organisation d'activités par des animateurs. Sans nier la réalité du handicap et des attentions qu'il nécessite, l'auteur montre, à travers des exemples vécus, l'authenticité des relations qui peuvent se créer autour d'un jeu entre enfants handicapés et valides.

Conscient des limites du « tout spécialisé » comme des réticences du « milieu ordinaire », son initiative vise à apporter un autre regard sur l'intégration des personnes handicapées dans notre société.

R. B.

Patrice Bazille

J'ai bu parce que j'avais soif



Anne Carrière

lique à vingt-deux ans, sevré à vingt-quatre ans quatorze ans d'abstinence, dit-il, j'ai ensuite rechuté par cycles jusqu'en 1995.

Au total, douze hospitalisations, dont trois écourtées pour évasion... Entre celles-ci : l'abstinence, les rechutes, les cuites mémorables. Au début du récit, on apprend que Patrice est « encombré » de trois pères : son géniteur, celui qui lui a donné son nom et celui qui l'a élevé. L'enfance éclaire l'itinéraire ; elle ne permet pas toutefois de trouver toutes les explications que l'on voudrait obtenir.

L'auteur prend du recul, enfin, pour tenter de dire ce qui peut aider. Le livre change de ton. On retiendra une critique argu-

mentée des pratiques de l'association Alcooliques anonymes. Un débat contradictoire sur le bien-fondé ou non des médicaments donnés. Patrice Bazille conseille aussi de s'adonner à la création artistique : « Inciter les malades de l'alcool aux activités culturelles et artistiques est une excellente aide à l'abstinence, sans trop de souffrances et avec les moindres risques de rechute. »

R. B.

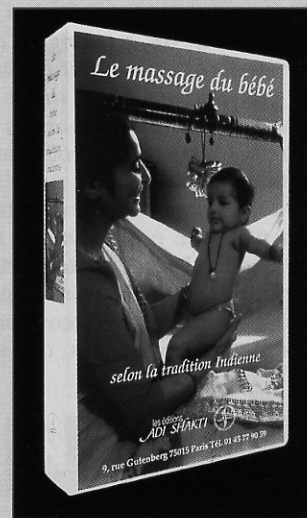
VIDÉO

LE MASSAGE DU BÉBÉ

Centre Tapovan. Vidéocassette. 23 minutes

● Cette cassette vidéo enseigne aux parents l'art de masser les bébés. En Inde, il s'agit d'une « tradition séculaire qui commence dès le 28^e jour - un mois lunaire après la naissance, ou bien même, selon certaines coutumes, un an avant la nais-

sance, c'est-à-dire avant la conception », précise Kiran Vyas, professeur de yoga et directeur du centre Tapovan. Comme le démontrent les images, ce massage, qui s'effectue avec de l'huile d'amande douce et de bois de santal, est un magnifique moment de partage.



Cette pratique engendre une « meilleure circulation de l'énergie, un équilibre des polarités, une plus grande souplesse de la peau, un meilleur fonctionnement des systèmes respiratoire et digestif ; une excellente façon de remédier, par exemple, aux colites et constipations ».

K. A.

RECETTES

LA CUISINE DU POIREAU

Christine Cintas, éd. d'Utopie, 40320 Bats, 128 pages, 49 F + 10 F de port.

● Aliment de base de la cuisine hivernale, le poireau passe pour un légume vulgaire, juste bon en soupe, poireau vinaigrette ou au mieux en quiche. Détrompez-vous, nous dit Christine Cintas, une gourmande qui ne s'en laisse pas conter. Le poireau peut faire partie de la cuisine la plus fine et s'accommoder de bien des manières. Elle nous a mijoté quatre-vingts recettes, toutes plus appétissantes les unes que les autres, même si parfois elle abuse un peu, du beurre et de la crème fraîche !

R. P.

LES SAUCES

...erge du pauvre à la vinaigrette, accompa-
... flamiche et variantes... Pourtant les qua-
... s'exprimer : salades variées, terrines, gra-
... un poisson, il suffit d'y penser ! Ce petit
livre, exclusivement consacré au
poireau, va vous donner des idées
simples et savoureuses...

■ *La cuisine du poireau*, Christine Cintas, en librairie
et par correspondance 59 F à Éd. Utovie, 40320
Bats. ■



• La Cuisine du poireau C.
Cintas Ed. Utovie (59 FF
Franco de port en écrivant à
Utovie Place Robert Morel
40320 Bats).

*copied
chapter*
54

