



## PODCASTS

# SORTIR DE L'ADDICTION

Trois programmes audio pour comprendre les mécanismes à l'œuvre à travers les témoignages d'anciennes accros (à la drogue, à l'alcool...) qui se sont sevrées et reconstruites.

Par Isabelle Duriez Illustration Fanny Michaëlis

**CE N'EST PAS SIMPLE DE RACONTER SON ADDICTION.** Et plus encore quand on est une femme. Dans sa série *Des femmes qui boivent* (1), réalisée à la sortie du confinement, la réalisatrice sonore Juliette Boutillier a levé une partie du voile sur ce tabou. Elle a fait parler des dizaines de femmes, de tous âges, sur leur relation ambiguë à l'alcool. Avec sensibilité et sincérité. « *Les femmes ont doublement honte* », souligne-t-elle. Honte de boire et d'être une femme qui boit. Elles le cachent encore plus que les hommes, consultent moins, alors que c'est souvent face aux conséquences sur

la santé que la décision de rompre se prend. Une jeune femme raconte la honte d'avoir dû boire devant son compagnon, pendant le confinement. Premier verre à 11 heures, puis un toutes les soixante minutes. Mais quand une addictologue lui a annoncé qu'elle aurait une cirrhose dans les six mois et un cancer avant 40 ans, elle a décidé de se sevrer. « *Cela fait quinze ans que j'existe sous alcool, glisse-t-elle. J'avais peur de me découvrir sans alcool.* » Comment s'en sortir quand même le conjoint ne veut pas voir, parce qu'il préfère une femme joyeuse à une com-

pagne angoissée. Dans *Ivre d'amour* (2) de Jérôme Massela (épisode du podcast *Passages*), Roland raconte ses vingt ans d'aveuglement pendant que Gigi s'enfonçait dans l'alcoolisme, jusqu'au bord du suicide. Même lorsque l'urgentiste l'alerte : « *Votre femme a une hépatite, elle est alcoolique++* », il conclut « *c'est pas si grave, ça va s'arranger* »... Gigi a décidé, seule, de suivre une cure de désintoxication. « *Ce qui me choque le plus, c'est mon déni* », témoigne-t-il, avant d'ajouter : « *Si j'avais vu, je lui aurais fait la guerre.* » Seraient-ils encore ensemble ?

Ses premiers gestes étaient « *café, clope, cocaïne* », pourtant Joana Balavoine s'est longtemps menti. Toxicoman dès 16 ans, elle ne pouvait plus « *faire sans* » la drogue qui lui donnait « *l'illusion d'avoir une consistance* ». Elle le raconte à Nadia Daam dans *La Drogue est...* (3). Née cinq mois après la mort de Daniel Balavoine, elle avait rempli le vide d'un père inexistant... et trop présent. « *Le plus dur, c'est quand vous sortez de cure et n'avez plus la drogue comme béquille. Il faut une rééducation. Accentuer le travail psychique. Parce qu'il y a eu du déni, de la honte, parce qu'on a détruit autour de soi. Ceux qui s'en sont sortis se sont regardés au fond d'eux-mêmes.* »



**1. Des femmes qui boivent**, en quatre épisodes (France Culture).



**2. Ivre d'amour**, épisode du podcast *Passages* (Louie Media).



**3. La Drogue est...** en sept épisodes. 2<sup>e</sup> saison d'*Une histoire intime* (France Inter).