



Dossier de presse, 15 mars 2022

## Semaine nationale d'action « Enfants de parents dépendants » : les enfants et les parents concernés peuvent être aidés

En Suisse, quelque 100 000 enfants vivent avec un parent qui a une consommation problématique d'alcool ou d'une autre substance. Coordonnée par Addiction Suisse, la semaine d'action annuelle attire l'attention sur le vécu de ces enfants et appelle à leur venir en aide. Elle vise également à mieux faire connaître les offres de soutien destinées aux parents concernés. Du 21 au 27 mars, 37 actions d'information et de sensibilisation seront organisées par de nombreuses institutions dans 12 cantons. Jean-Marc Richard et Bruno Peki soutiennent cette campagne en tant qu'ambassadeurs pour la Suisse romande. Des témoignages de personnes concernées jalonnent la semaine.

Lorsqu'un parent est dépendant, toute la famille en souffre. Pour les enfants, cela signifie bien souvent un climat familial tendu, conflictuel, imprévisible et incohérent. C'est aussi être confronté jour après jour à la peur, la honte, la culpabilité, l'insécurité et l'isolement.

*Dans ses périodes dépressives, elle buvait énormément d'alcool et prenait des benzodiazépines en même temps. Heureusement, à cette époque – et aujourd'hui encore –, je pouvais compter sur le soutien de mes grands-parents. À 4 ans, je connaissais déjà leur numéro de téléphone par cœur pour pouvoir les appeler en cas d'urgence. De cette époque, je me rappelle les nombreuses disputes entre mes parents, qui se terminaient parfois à l'hôpital ou au poste de police. (Gundula\*, fille de parents dépendants)*

Les enfants de parents dépendants risquent davantage de devenir eux-mêmes dépendants plus tard : par rapport aux enfants issus de familles sans problème d'addiction, ils ont un risque six fois plus élevé de développer une dépendance et ils sont également davantage susceptibles de souffrir d'une autre maladie psychique. Pourtant, la société peut les aider à devenir des adultes forts en leur apportant un soutien et en les aidant à développer les facteurs de protection – d'où l'importance de déceler précocement la détresse de ces enfants.

### Sortir du silence et apporter une aide aux parents

Les enfants qui grandissent dans une famille touchée par une dépendance aiment leurs parents et veulent les protéger. Ces derniers, quant à eux, veulent être de bons parents et cachent leurs problèmes par peur et par honte. En conséquence, les enfants portent le fardeau de ces situations familiales difficiles, qui sont généralement tenues secrètes tout au long de leur enfance. Leur souffrance est donc bien souvent difficile à identifier.

La semaine nationale d'action vise à briser le tabou et à sensibiliser le public aux difficultés et aux besoins des enfants concernés. Elle fournit notamment des informations utiles sur [comment apporter de l'aide à ces enfants](#).

*Mes amis, à qui j'en avais parlé, ne savaient pas que faire, car ils n'avaient jamais vécu cela. J'aurais aimé qu'ils me proposent un endroit où me réfugier et qu'ils ne se moquent pas de moi à cause de cette situation. (Daniel\*, 46 ans, fils d'un père alcoolique).*

Les parents concernés, de leur côté, peuvent également trouver de l'aide : à travers une [brochure](#) et le service de conseils téléphoniques d'Addiction Suisse. Celui-ci peut orienter les parents afin qu'ils trouvent un soutien dans leur rôle de parents, malgré la dépendance. Le site internet [www.parentsetaddiction.ch](http://www.parentsetaddiction.ch) fournit lui aussi des informations utiles.

### **Une action au niveau local, national et international !**

Cette année, la semaine d'action se déroulera également pour la première fois dans la Suisse italienne. Elle s'inscrit par ailleurs dans un mouvement international : depuis plusieurs années en effet, des pays comme l'Allemagne, la Grande-Bretagne, l'Irlande, la Finlande, la Slovénie, les États-Unis, la Corée du Sud et l'Inde dédient une semaine à cette thématique. En Suisse, de nombreuses organisations mettront sur pied des actions de sensibilisation dans 12 cantons. La liste des institutions et des activités est disponible en annexe. Les organisations régionales font également volontiers part de leur expérience professionnelle aux médias.

*Pour que la souffrance liée aux dépendances ne devienne pas une fatalité familiale, agissons dès maintenant sans attendre qu'il soit trop tard ! (Jean-Marc Richard, ambassadeur de la semaine d'action pour la Suisse romande)*

Vous trouverez de plus amples informations sur la thématique et des témoignages de personnes concernées sur le site internet de la campagne [www.enfants-parents-dependants.ch](http://www.enfants-parents-dependants.ch) et en annexe :

- [Liste des activités régionales](#)
- [Ressources pour les médias : témoignages, coordonnées des ambassadeurs de la campagne, sites internet, brochures, films, etc.](#)
- [Informations complémentaires sur la thématique et possibilités d'intervention](#)
- [Témoignages de personnes concernées](#)

#### **Renseignements :**

**Markus Meury (allemand)**  
porte-parole  
[mmeury@suchtschweiz.ch](mailto:mmeury@suchtschweiz.ch)  
**021 321 29 63**

**Michela Canevascini (français et italien)**  
responsable de la campagne  
[mcanevascini@addictionsuisse.ch](mailto:mcanevascini@addictionsuisse.ch)  
**tél. 021 321 29 19**

\*Nom d'emprunt

Addiction Suisse est un centre de compétences national dans le domaine des addictions. Elle est active dans la recherche, conçoit des projets de prévention et s'engage aussi depuis longtemps pour les [familles touchées par la dépendance](#) à travers du matériel d'information spécifique, des sites internet pour les enfants et des guides pour les professionnel·le·s. Addiction Suisse organise en outre des formations et des plateformes d'échange sur la thématique.

**Vous trouverez le présent communiqué de presse sur :**

[www.addictionsuisse.ch/fr/actualites/communiques-de-presse](http://www.addictionsuisse.ch/fr/actualites/communiques-de-presse)

**Suivez-nous également sur [Twitter](#) et [Instagram](#) (#sortons\_du\_silence\_)**