

PROBLEME ALCOOL

Par **Profil supprimé** Posté le 03/02/2019 à 09h03

Bonjour a tous je m appelle jonathan j ai 32 ans 2 enfant j ai un gros souci avec alcool je bois presque tous les jours a plus me souvenir de ceux que j ai fait la veille j ai fait une promesse a ma futur femme d arret de boire mais j ai pas tenu elle ait prete a partir j aurai besion aide pour me soigne et arrete alcool qui me detruit et detruit mon couple aussi en postant ce texte je veut pas etre juger ce deja dur ecrire et de demande de l aide merci pour vos reponce a tous

ps : desole pour les fautes.

2 RÉPONSES

patricem - 04/02/2019 à 10h12

Bonjour,

Rassurez-vous, il n'y a normalement pas de jugement ici. Je vous conseillerais au moins trois choses:

- prendre rdv avec votre médecin traitant (ou un autre si vous ne voulez pas qu'il soit au courant) pour commencer le sevrage physique.
- prendre rdv avec un addictologue pour gérer le traitement de fond.
- aller voir un groupe de discussion type AA. Pas besoin d'avoir déjà arrêté, pas besoin de parler ou de donner son vrai prénom. Et pas de jugement.

Cela fait déjà un beau programme...

Courage,

Patrice

Moderateur - 08/02/2019 à 11h51

Bonjour Jonath21,

Je rejoins tout à fait Patricem dans ses conseils et je vous invite surtout à venir dialoguer ici. Car même si l'on sait ce que l'on devrait faire il peut être difficile de franchir le pas. On peut ne pas s'en sentir capable, on peut ressentir de la culpabilité, on peut être confronté à des événements, un passé ou un environnement qui tirent vers le bas, etc.

Ici nous ne vous jugeons pas et nous essayons de vous accueillir du mieux que nous pouvons. Il n'y a pas de "honte" à ne pas y arriver si c'est le cas pour vous. Simplement discutons-en, voyons si nous pouvons essayer de vous faire avancer sur votre chemin vers l'abstinence.

Je vous présente aussi nos propres services.

Notre ligne d'écoute Alcool info service peut vous écouter, vous conseiller et vous orienter. N'hésitez pas à l'appeler car c'est inclus dans les forfaits (aucune surtaxe), anonyme et vraiment fait pour que vous puissiez en parler en confiance. 0 980 980 930 de 8h à 2h tous les jours.

Principalement l'après-midi et en soirée, nos écoutants sont également disponibles en chat. Si c'est le cas vous verrez une fenêtre "pop-up" s'ouvrir sur ce site.

Pour trouver des adresses de prise en charge pour votre problème vous pouvez bien sûr appeler, c'est même mieux parce que cela permet un conseil personnalisé, mais vous pouvez aussi utiliser notre rubrique adresses utiles : <http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>

Si vous avez une question précise à poser à l'un de nos conseillers vous pouvez utiliser "Vos Questions/nos Réponses" (réponse sous 48h) : <http://www.alcool-info-service.fr/Vos-Questions-Nos-Reponses>

Enfin, l'entraide vous la trouverez ici dans les forums. L'entraide cela permet de se raconter, de recevoir du soutien et de soutenir d'autres personnes dans la même situation que vous. Cela se fait, j'espère, avec suffisamment de bienveillance pour que chacun puisse en tirer quelque chose. En général j'y veille 😊

Donc, Jonath, merci pour votre message et votre confiance. Nous restons à votre écoute et à votre disposition pour essayer de vous aider.

Bien cordialement,

le modérateur.
