

ALCOOL ENNUIE

Par Marie80100 Postée le 04/08/2022 18:50

Bjr déjà alcoolique depuis très longtemps, j'ai fais une cure où je me sentais bien. Puis déménagement et retraite et me revoilà de nouveau sous l'emprise de ce poison

Mise en ligne le 05/08/2022

Bonjour à vous,

Certains moments de vie importants comme le passage à la retraite peuvent être la source de remises en question, de bilan, et parfois de reconsommations et/ou de baisses d'humeur plus ou moins persistantes.

La première chose que nous pourrions vous conseiller, pour évoquer ce changement de vie dans sa globalité et les émotions qui y sont rattachées, serait de consulter un.e psychologue.

Par rapport à la consommation, étant donné que vous avez déjà réussi à vous faire aider et à arrêter, nous vous invitons à poursuivre votre réflexion concernant ce qui a fonctionné pour vous.

Vous mentionnez cette cure qui avait été efficace, peut-être que cette solution vous conviendrait donc à nouveau, et peut-être y a t'il d'autres démarches qui vous avaient aidée à l'époque.

Nous vous joignons un lien vers la page "adresses utiles" de notre site internet. Vous pourrez faire une recherche pour trouver la liste des centres hospitaliers de cure et des centres de ville qui proposent un accompagnement aux personnes en difficulté avec leur consommation.

Si vous souhaitez échanger avec un.e écoutant.e de notre service pour du soutien, des conseils ou des informations, vous pouvez nous écrire sur le tchat tous les jours entre 14h et 00h, ou nous appeler au 0 980 980 930 tous les jours de 08h à 02h.

Le service est gratuit et anonyme.

Nous espérons avoir déjà pu vous aider à trouver une voie vers un nouvel équilibre,

Bon courage à vous,

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service