

Vos questions / nos réponses

# Aidé un alcoolique

Par [Eten](#) Postée le 19/04/2023 15:22

Comment réagir et comment aider mon mari qui boit depuis plusieurs années quand il est au travail ce cache et ne fait rien pour s'en sortir seule avec mes enfants je sais pas quoi faire ??

---

**Mise en ligne le 24/04/2023**

Bonjour,

Nous entendons bien qu'il soit difficile pour vous de trouver la juste position face à votre mari qui semble nier ses consommations, et que cela pèse sur l'équilibre de toute la famille.

Il est toujours très difficile de vivre quotidiennement avec une personne dépendante qui ne souhaite pas se faire aider.

Vous vous demandez comment réagir, et à cela nous souhaitons vous répondre qu'il n'y a pas de juste manière de faire, ni d'attitude "idéale". Même si nous imaginons bien que vous avez peut-être déjà tenté d'ouvrir le dialogue à ce sujet, il est important que vous vous sentiez libre de parler vos émotions, de vous et de votre ressenti.

Il est préférable d'éviter de lui reprocher ses consommations, ce qui pourrait créer un conflit et renforcer le déni.

Actuellement, il n'est pas possible de contraindre une personne qui souffre d'addiction à se soigner puisque, pour que les soins soient efficaces, il faut qu'ils reposent sur une solide motivation de la part du demandeur.

Néanmoins, si vous le souhaitez, vous pouvez demander de l'aide pour vous, en tant que proche, dans un centre de soin, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA). Les consultations se font en individuel avec un.e psychologue ou un.e infirmier.e et l'accueil est gratuit et anonyme.

Par rapport à la ville de résidence que vous nous avez indiquée, nous vous joignons le lien vers un CSAPA de proximité.

Il existe aussi des associations telles que "Al-Anon" qui proposent des réunions entre proches de personnes consommatrices pour échanger des conseils, du soutien, etc.

Vous trouverez un lien vers leur page en fin de réponse.

Nous espérons avoir pu vous apporter des pistes d'aide et restons à votre disposition par téléphone ou par chat pour échanger plus directement sur votre situation.

Nous vous souhaitons bon courage et bonne fin de journée,

Bien à vous,

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv**

---

### **[CSAPA EQUINOXE](#)**

12 boulevard Saint-Louis  
Immeuble le Pascal  
**83170 BRIGNOLES**

**Tél :** 04 94 69 22 38

**Site web :** [www.ch-pierrefeu.fr/conduites-addictives/](http://www.ch-pierrefeu.fr/conduites-addictives/)

**Accueil du public :** Lundi de 9h à 19h mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 9h à 16h30

**Secrétariat :** Lundi de 9h à 19h mardi, mercredi jeudi et vendredi de 9h à 16h30

**Consultat° jeunes consommateurs :** Equipe composée d'une psychologue, d'une éducatrice spécialisée, et d'une infirmière pour accueillir et suivre les jeunes consommateurs et leur entourage. Joindre le 06 33 64 85 99 ou par mail ([csapa.cjc@ch-pierrefeu.fr](mailto:csapa.cjc@ch-pierrefeu.fr))

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Association Al-Anon](#)