

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

## COMMENT NE PLUS DÉPENDRE DE L'ALCOOL?

---

Par Profil supprimé Postée le 14/02/2014 18:03

Par quoi dois je commencer: dois je déjà reprendre confiance en moi? suivre une thérapie ou suivre un programme pour ne plus dépendre de l'alcoo?

---

**Mise en ligne le 16/02/2014**

Bonjour,

Dans un premier temps, le plus simple serait sans doute de rencontrer une équipe de professionnels avec qui vous pourriez faire le point par rapport à vos consommations et au lien que vous entretenez avec ce produit. N'hésitez pas à prendre contact avec la structure dont nous faisons figurer les coordonnées en bas de message. Il s'agit d'un CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). L'équipe de professionnels reçoit les usagers de manière anonyme et gratuite. C'est une équipe pluri-disciplinaire qui vous accueillera et cela vous permettra d'être accompagné tant sur le plan psychologique que sur le plan médical.

Bien cordialement.

---