

POURQUOI JE M'ACCROCHE

Par Alex28 Postée le 25/05/2024 01:07

Mon mari boit depuis longtemps mais ces derniers temps plus. Il entretient une sorte d'histoire à distance avec une femme par le biais des réseaux sociaux et par téléphone. C'est une ex de son adolescence qui habite à 3 heures de chez nous. Il y a un mois, il a décidé que l'on devait se séparer, sans avoir réfléchi à ce que ça allait donner pour notre fils et notre famille. Sur le coup poussé par la force que lui confère l'alcool il sait dit que voilà, je suis la cause à ces problèmes et qu'il trouverait avec elle mieux car elle lui a dit qu'elle le prenait telle qu'il est. Elle a eu un mari aussi alcoolique et elle sait ce que sait (soit disant). Mais après discussion avec ses enfants, il a décidé de resté. On remettait les choses à plat et là, elle est revenue à la charge et il recommence à beaucoup boire. Il veut se rendre auprès d'elle. On vit toujours sous le même toit car il ne prend pas de décision. Je suis toujours là pour lui et je l'aime en faites, je veux sauver mon mariage mais pourquoi ? Il n'arrive pas à mettre des mots sur ce qu'il ressent pour moi où pour elle. Je viens de lui lancer un Ultimatum c'est elle ou moi ? Et j'ai précisé que je ne serai plus là pour lui si c'est elle qu'il choisit. Ai je raison de faire tout ça ? Il est super quand il boit pas!

Mise en ligne le 28/05/2024

Bonjour,

Vous faites part de votre détresse par rapport aux consommations d'alcool de votre mari, et à son indécision quant à votre mariage.

Nous sommes sensibles à ce que vous traversez. Vous avez bien fait de vous rapprocher de notre service afin de ne pas rester seule face à toutes ces questions.

Dans votre message, nous percevons l'attachement que vous avez pour votre mari, malgré cette situation extrêmement éprouvante. Nous comprenons que vous souhaitez vous battre pour votre mariage et pour votre famille. Vous semblez être une femme forte, entière et loyale.

Cependant, vous ne pouvez malheureusement pas porter ce travail de communication et de confiance toute seule, malgré tout l'amour et la force dont vous faites preuve. C'est la raison pour laquelle nous soutenons votre décision de poser vos limites. Vous ne devez pas à votre mari d'être à ses côtés de manière inconditionnelle, en particulier lorsqu'il entretient une autre relation. Cette situation est bien trop délétère pour votre bien-être à vous. Nous entendons qu'il soit en difficulté avec l'alcool, mais cela n'excuse pas le fait de vous en faire pâtir. Quand bien même il est addict à l'alcool, il reste un adulte responsable de ses comportements. S'il n'est pas en capacité de prendre une décision ou de vous préserver, vous avez raison de le faire.

Nous nous doutons que c'est une période bouleversante pour vous. Rien ne vous oblige à la traverser seule. Il existe des espaces spécialisés dans les conduites addictives, qui accompagnent également les proches, même si la personne qui boit n'est pas prise en charge. Il s'agit de CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie), qui accueillent gratuitement et de manière confidentielle, sous forme de consultation. Le fait d'avoir votre propre espace de parole pourrait vous permettre de réfléchir et de prendre les décisions les plus adaptées à vos besoins.

Nous avons identifié quelques adresses autour de votre lieu de résidence. Certains CSAPA font "consultations délocalisées", autrement dit, un membre de l'équipe peut proposer un accompagnement dans un lieu autre que le CSAPA. Nous vous joignons les coordonnées en bas de page, si cela peut vous intéresser.

Il existe également un groupe de parole animé par et pour des membres de l'entourage de personnes alcooliques. Il s'agit d'Al-Anon, une association qui propose des réunions en présentiel ou en visio, pour des proches. Cela permet d'échanger avec des personnes touchées par ce sujet. Vous pourrez également trouver des conseils et du réconfort auprès de nos internautes, via les forums par exemple.

Si vous souhaitez nous recontacter afin de discuter davantage autour de ce que vous traversez, n'hésitez surtout pas à joindre notre équipe sur la ligne d'écoute, ouverte tous les jours sans exception, entre 8h et 2h (au 0 980 980 930, appel anonyme et non sur-taxé).

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite.

Prenez bien soin de vous.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES

CONSULTATION DE PROXIMITÉ DU PÔLE ADDICTOLOGIE DU CH HENRI EY

12 Cité des Vallées
Centre Médico-Psychologique
28800 BONNEVAL

Tél : 02 37 30 39 70

Site web : www.ch-henriey.fr

Secrétariat : Lundi au vendredi de 9h à 12h30 et 13h30 à 17h

Accueil du public : Permanence médicale et infirmière mensuelle sur rendez-vous le mercredi.. Autre permanence sur Nogent le Rotrou et Châteaudun

[Voir la fiche détaillée](#)

CSAPA CICAT 28- CONSULTATION DE PROXIMITÉ

18 rue de la gare

Maison des services au public

28240 LA LOUPE

Tél : 02 37 28 19 22

Site web : www.cicat.fr

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Accueil du public : Le lundi de 9h à 17h et le mardi une fois par mois

[Voir la fiche détaillée](#)

CONSULTATION DE PROXIMITÉ DU PÔLE ADDICTOLOGIE DU CH HENRI EY

6 rue Mauté Lelasseux

Centre Médico-Psychologique

28400 NOGENT LE ROTROU

Tél : 02 37 30 39 70

Site web : www.ch-henriey.fr

Secrétariat : Lundi au vendredi de 9h à 12h30 et 13h30 à 17h

Accueil du public : Permanence médicale et infirmière mensuelle et présence infirmière, sur rendez vous uniquement le mercredi. Autre permanence à Bonneval et Chateaudun

[Voir la fiche détaillée](#)

CSAPA 28- CONSULTATION DE PROXIMITÉ

37 rue du château

Maison de la santé

28400 NOGENT LE ROTROU

Tél : 02 37 28 19 22

Site web : www.cicat.fr

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Accueil du public : Le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 17h

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- Forums Alcool info service
- Al-Anon