

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

PAR QUOI COMMENCER?

Par Alcool Info Service Postée le 16/08/2024 14:57

Il me faut beaucoup de courage aujourd'hui pour poster ce tout premier message qui m'oblige à accepter que je bois trop et me met en danger.. j'ai vraiment besoin d'être aidé je sais pas par où commencer j'ai peur et surtout besoin de parler à qui m'adresser?

Mise en ligne le 19/08/2024

Bonjour,

Nous saluons le courage dont vous faites preuve en osant nous contacter. Votre prise de conscience que vous vous mettez en danger est précieuse. Elle indique que vous êtes sur le chemin qui va vous mener vers un mieux-être. Cela peut vous permettre, si vous le décidez, d'apprendre à vous préoccuper de vos besoins de manière à prendre soin de vous, à vous aimer et à vous accepter telle que vous êtes.

Nous sommes bien conscients de votre peur et de votre besoin de parler et d'être aidée. C'est pourquoi, dans un premier temps, nous vous proposons de nous contacter pour découvrir quels sont vos priorités au travers de ce besoin de parler. Les entretiens téléphoniques que notre service propose sont anonymes et confidentiels. Nous pourrions ainsi vous aider à définir le parcours qui vous correspondra.

Si vous préférez accéder directement à un espace de parole et de soutien dans un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie), c'est tout à fait possible aussi. Tout une équipe pluridisciplinaire (médecins, infirmiers, psychologues...) vous accueilleront sur rendez vous, de manière gratuite et confidentielle.

Vous trouverez en bas de cette réponse, 4 adresses de CSAPA au plus proche de votre domicile ainsi que les coordonnées d'un groupe d'entraide (Association Revivre) qui propose également des visites à domicile.

Nous vous glissons aussi quelques liens vers des articles issus de notre site internet.

Nos écouteurs sont disponibles 7j/7 au 0 980 980 930 de 8h à 2h du matin (appel anonyme et non surtaxé). N'hésitez pas à les contacter pour de l'écoute, du soutien, des informations et/ou une aide à l'orientation. Vous pouvez aussi nous joindre par tchat depuis notre site internet, de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Avec tous nos encouragements,

Bien cordialement,

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

CSAPA ADDICTIONS FRANCE ET CSAPA CAST EPERNAY - ANTENNE DE SEZANNE

21 avenue Jean Jaurès
51120 SEZANNE

Tél : 03 25 49 44 44

Site web : addictions-france.org/

Accueil du public : Sur rendez-vous.

Secrétariat : Du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 14h à 18h30, le jeudi jusqu'à 18h et le vendredi 9h à 12h et 12h45 à 17h, hormis le 4^e mercredi après-midi de chaque mois (fermeture)

Voir la fiche détaillée

UNITÉ MOBILE EN ADDICTOLOGIE

16 rue des Récollets
51120 SEZANNE

Tél : 03 26 81 79 18

Site web : www.epsm-marne.fr/toute-notre-offre-2/addictologie

Accueil du public : Deux infirmières assurent des consultations externes en addictologie le lundi toute la journée. Présence d'un médecin un lundi sur deux. Prendre contact avec le secrétariat.

Secrétariat : Secrétariat des consultations externes: du lundi au vendredi de 9h à 16h30.

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE - ANTENNE DE ROMILLY SUR SEINE

14 rue Jean Moulin
10100 ROMILLY SUR SEINE

Tél : 03 25 49 44 44

Site web : www.addictions-france.org

Accueil du public : le 1er et 3ème lundi de 9h à 12h.

Consultat° jeunes consommateurs : le 1er et 3ème lundi de 9h à 12h.

Secrétariat : Du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 18h, et jusqu'à 17h le vendredi. (le secrétariat est fermé le 4ème mercredi après-midi de chaque mois)

Voir la fiche détaillée

CSAPA OPPELIA/ALT10- PERMANENCE D'ACCUEIL DE ROMILLY SUR SEINE

rue Paul Vaillant couturier
10100 ROMILLY SUR SEINE

Tél : 03 25 80 56 01

Site web : www.oppelia.fr/structure/alt/

Secrétariat : Lundi de 14h à 18h, mardi de 9h à 18h, mercredi de 9h à 13h et de 14h à 18h, jeudi et vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h, 1er et 3ème samedi du mois de 9h à 12h.

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous.

Accueil du public : Sur rendez-vous.

Voir la fiche détaillée

AUTRES STRUCTURES :

REVIVRE-ANTENNE DE ROMILLY SUR SEINE

Rue Paul Vaillant Couturier
10100 ROMILLY SUR SEINE

Tél : 03 25 73 40 53

Site web : foyerauboisasso.over-blog.com/pages/Revivre-1292232.html

Accueil du public : Prendre connaissances des horaires des permanences auprès du secrétariat.

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h

Permanence téléphonique : SOS Alcool 03 25 72 33 33

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- alcool, où en êtes vous?
- alcool, comment réduire sa consommation
- alcool, comment arrêter de boire