© Drogues Info Service - 16 juin 2025

Vos questions / nos réponses

alcool

Par Profil supprimé Postée le 01/03/2012 16:14

> bonjour... je cherche juste a communiquer
> a parler ... je consomme 2 bouteilles de
> vin par jour . je veux arreter mais j'ai
> beaucoup de mal...
> comment changer ? y-a-t'il des petites
> astuces qui pourraient aider?
> merci.
> bernard

Mise en ligne le 01/03/2012

Bonjour,

Il y a autant de manières d'arrêter que de raisons de consommer. En d'autres termes, il n'y pas de conseils universels pour "changer". Suivant les raisons qui vous ont amenées à boire de manière problématique, suivant votre personnalité, ainsi que de l'image de l'aide que vous vous faites, la réponse qui peut vous être proposée peut énormément varier.

Nos écoutants peuvent pour cela vous aider dans votre questionnement. Nous sommes joignables au 0800.23.13.13, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe.

Cordialement.