© Drogues Info Service - 16 juin 2025

Vos questions / nos réponses

ALCOOL

Par Profil supprimé Postée le 07/05/2012 09:53

> JE NE SUIS PAS BIEN MA VIE EST VIDE ET LES WE SONT AFFREUX ALORS JE BOIS POUR REMPLIR UN VIDE,COMMENT POUVEZ VOUS M AIDER?
> MERCI

Mise en ligne le 09/05/2012

Bonjour,

Deux éléments sont à prendre en compte dans votre message : votre consommation d'alcool et la sensation de « vide » que vous ressentez.

Il semblerait que l'alcool *rempli* à la fois une fonction d'apaisement et un aspect occupationnel. Or le fait que vous nous ayez contacté laisse penser que ce qui était à la base une « solution » est devenu aujourd'hui un « problème » ou en tout cas ne répond plus à vos attentes.

Aussi, nous vous proposons d'en discuter avec quelqu'un de votre entourage (famille, amis, médecin traitant) afin d'être soutenue face aux difficultés que vous rencontrer.

Si vous préférez prendre contact avec un professionnel, neutre et sans avoir peur du jugement, il existe des lieux spécialisés en addictologie. Médecin, psychologue, travailleurs sociaux sont là pour vous aider à faire le point et vous accompagner vers ce que vous souhaitez entreprendre, à votre rythme. Les consultations sont gratuites, confidentielles et en individuel, nous vous transmettons les coordonnées de deux centres proches de chez vous.

Enfin, sachez qu'il existe des groupes d'entraide où vous pouvez échanger avec des personnes vivant une situation similaire à la votre ou qui sont devenues abstinentes. Les histoires de vie de chacun peuvent mobiliser en vous des ressources pour l'instant mal estimées.

Vous semblez ne pas aller très bien, la solitude, le manque d'envies, d'occupations laissent penser à une forme de tristesse en vous. Que s'est-il passé pour que vous en soyez arrivée là ? De quel vide parlez-vous ?... Il est parfois nécessaire de poser les choses à plat pour comprendre et tenter de dépasser ce qui vous freine aujourd'hui. Cela pourra vous aider à vous « remettre en mouvement » : s'ouvrir à des activités extérieures, rencontrer du monde, réinvestir des passe-temps favoris etc.

Vous pouvez également nous joindre par téléphone au 0800.23.13.13 de manière ponctuelle lorsque vous sentez le besoin de parler. Notre ligne est ouverte 7j/7, de 8h à 2h, ce numéro est gratuit depuis un poste fixe et est totalement anonyme.

Votre message est une première démarche, nous vous encourageons à franchir un second pas. Avec notre soutien,

Cordialement.

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

ALIA 49 - Cholet : Csapa-Caarud la Boutik

4 - 6 rue des Marteaux
49300 CHOLET

Tél : 02 41 65 32 61
Site web : www.alia49.fr
Consultat° jeunes consommateurs : Consultation des jeunes de moins de 25 ans sur rendez-vous: Vendredi matin.
Substitution : Délivrance de Méthadone pour les usagers suivis au centre, tous les matins de 9h-11h30.
CAARUD : Accueil collectif sans rendez-vous lundi de 10h à 12h et de 14h à 16h et le jeudi de 14h à 16h, possibilité de visite à l'extérieur sur demande
Accueil du public : Csapa : du lundi au vendredi sur rendez-vous de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

Equipe de liaison : Centre Hospitalier de Cholet

1 rue Marengo
49325 CHOLET

Tél : 02 41 49 66 54
Site web : www.ch-cholet.fr/addictologie/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Voir la fiche détaillée