© Drogues Info Service - 5 décembre 2025


Vos questions / nos réponses

# Cherche déclic pour stopper l'alcool

Par Profil supprimé Postée le 31/05/2012 10:41

Bonjour,

En 2005 suite à des problèmes de santé de mon épouse et des difficultés professionneles, j'ai commencé à boire quotdienement bière et vin. En 2006 j'ai fait une hypnothérapie qui m'a fait stoper.
Mais c'est reparti progressivement en 2008. Je n'ai pas encore de soucis car en buvant 5 verres de 18h à 21 h les jours de travail, je ne suis pas ivre. Ni m'a femme, qui a forcément vu, ni mes enfants ne m'ont fait de remarque. Mais la dose quotidienne augmente. Certain jour je dépasse les 5 verres, alors je ne suis pas très net, mais comme ils regardent tous la télé, il ne le voient pas. Je vais me coucher et c'est tout.
Je vois bien que tout cela va rapidement se compliquer, mais cela ne suffit pas pour me faire stopper ou tout au moins diminuer. Comment faire pour réagir, évidement je n'ai pas envie de contacter un centre, car pour l'instant cela n'a pas l'air trop grâve.

Robin43

---

**Mise en ligne le 31/05/2012**

Bonjour,

Vous avez su il y a quelques années demander une aide qui a pour vous été bénéfique, vous permettant d'arrêter de consommer durant environ 2 ans. Le fait que vous ayez du mal à contrôler vos consommations, à les diminuer, voire à les arrêter, indique bien que vous vous retrouvez à nouveau dans une situation où il faudrait vous faire aider.

Bien que vous indiquiez que "pour l'instant cela n'a pas l'air trop grave", vous dites aussi que tout cela risque rapidement de se compliquer. Il est possible pour vous de contacter un centre de soins sans avoir des consommations très importantes. Le plus important est que vous traversez à nouveau une période difficile et que vous n'arrivez pas à y faire face.

Dans l'éventualité où vous ne connaîtriez pas les centres de soins de votre ville, vous trouverez ci-dessous l'adresse d'un lieu où des professionnels peuvent vous aider de manière gratuite et confidentielle. Si cette démarche était trop difficile à faire pour vous, sachez que vous pouvez aussi nous appeler pour évoquer votre situation. Nous sommes joignables au 0800.23.13.13, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit

depuis un poste fixe.

Cordialement.

---

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

---

### CSAPA 42 (du Centre hospitalier de Firminy)

58 rue Robespierre
**42100 SAINT ETIENNE**

**Tél :** 04 77 21 35 13
**Site web :** www.csapa42.fr/
**Secrétariat :** Lundi de 9h à 16h30 Mercredi de 12h à 19h et Jeudi de 9h à 12h
**Accueil du public :** Lundi de 9h à 17h Mardi de 9h à 19h Mercredi de 9h à 19h Jeudi de 9h à 18h30 Vendredi de 9h à 17h et 2 Samedis par mois de 9h à 12h

Voir la fiche détaillée