

Vos questions / nos réponses

# Addiction à l'alcool

Par [Profil supprimé](#) Postée le 12/12/2013 01:20

Bon voilà, je vais avoir 19 ans je suis apprentis en cuisine pour la 4eme années, depuis quelques temps je me pose des questions sur ma consommation d'alcool.

Au début je ne buvais quand soirée, comme beaucoup de jeune me semble t-il et puis il est venu que tous les weekends je sois complètement saoul. Après je me suis mis à boire un verre (vin, rhum, vodka, eau de vie...) le soir quand je débauchais après une journée difficile et cela va faire quelque temps que je bois mon verre tous les soirs et que parfois même je me saoul tout seul, à en vomir le soir même ou le lendemain au boulot. Pourtant je fais un métier et des études qui me plaisent j'ai une super famille et des amis avec des haut et des bas bien sûr mais sinon tous va bien.

Est-ce que c'est moi qui m'inquiète pour pas grand chose et que c'est normal à ce stade de la vie où qu'il faudrait que je fasse quelque chose?

---

## Mise en ligne le 12/12/2013

Bonjour,

Nous pensons que vous avez raison de vous inquiéter et ce "comportement" n'est pas "normal à ce stade de la vie". Votre consommation est effectivement devenue excessive et votre usage nocif. Bien que vous dites aller bien et sans problème particulier, peut-être vous sentez-vous seul ou éloigné de vos proches ? Peut-être que cela vous apaise ou vous détend après une journée difficile ? Quels bénéfices tirez-vous de ces consommations ? Réfléchir aux raisons qui font que vous consommez, à ce que cela vous apporte, tout cela peut vous permettre de mieux comprendre le lien que vous entretenez avec ce produit.

Aussi, il nous semble important que vous puissiez prendre contact avec une équipe de professionnels. Ils pourraient vous aider à réfléchir sur vos consommations en vous apportant conseils et soutien. N'hésitez pas à prendre contact avec la structure dont nous faisons figurer les coordonnées en bas de message. La prise en charge y est anonyme et gratuite.

Vous pouvez aussi si vous le souhaitez joindre l'un de nos écoutants au 0 980 980 930 (Alcool info service, appel anonyme au coût d'une communication locale, tous les jours de 8h à 2h). Enfin, vous pouvez consulter cette [page](#) afin de vous aider à faire le point sur votre consommation.

Cordialement.

---

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

---

**[Consultation jeunes consommateurs à L'Agora Maison Des Adolescents](#)**

5, avenue de Limoges  
Dans l'AGORA, au rez de chaussée  
**79000 NIORT**

**Tél :** 05 49 28 41 55

**Site web :** [bit.ly/3Rbz1CS](https://bit.ly/3Rbz1CS)

**Secrétariat :** du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h et jeudi 14h à 17h, fermé le 3ème jeudi du mois

**Consultat° jeunes consommateurs :** tous les mercredis après-midi, sur rendez-vous

[Voir la fiche détaillée](#)