

COMMENT ARRÊTER

Par Profil supprimé Postée le 07/02/2015 08:22

Je bois de façon journalière, pas dès le matin, je commence à boire à partir de 11h00 jusqu'à environ midi puis de entre 18 et 20h00 je veux arrêter mais je n'y arrive pas! outre mon couple qui est en danger, cela affecte aussi mes finances et ma santé

Mise en ligne le 09/02/2015

Bonjour,

La description de votre consommation que vous nous donnez nous amène à penser que votre santé pourrait être compromise, d'autant que votre couple et vos finances le sont déjà. Vous pouvez vous-même évaluer votre consommation et son impact dans votre vie en allant à ce lien de notre site.

Ceci étant, vous êtes à la fois lucide et déterminé, et réunissez deux des conditions nécessaires pour vous en sortir.

Nous attirons votre attention sur le fait que votre médecin traitant peut lui-même être votre premier interlocuteur et vous aider.

Vous pouvez aussi vous faire aider, si vous le souhaitez, par des professionnels de l'alcoologie gratuitement et confidentiellement. Il s'agira de vous adresser à un centre d'addictologie où vous pourrez consulter des médecins alcoologues, addictologues, des psychologues, psychiatres, etc. Au-delà de l'écoute et d'un soutien approprié ils s'emploieront à vous proposer des pistes pour vous aider à vous sortir de votre situation. Vous pouvez trouver les adresses de ces centres situés dans votre département de résidence à ce lien de notre site.

Vous pouvez également nous contacter par tchat (gratuit et anonyme) depuis notre site ou nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel non surtaxé) tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin pour une première écoute, un premier soutien et une réorientation au besoin.

Bien cordialement.
