© Drogues Info Service - 29 juin 2025

Alcool dans la famille

Aidez vos proches à surmonter l’alcoolisme

POTY Max, PALAZZOLO Jérôme
Hachette pratique, 2006, (143 p.)
Essai

" Il est peut-être alcoolique... " Comment en être sûr ? Quels sont les signes à observer ? Comment aider votre proche à s'en sortir ? Cet ouvrage vous propose quatre étapes pas à pas pour soutenir votre proche et l'aider à surmonter son alcoolisme, avec de nombreux témoignages et des exemples concrets. Comprendre : Les signes qui doivent vous alerter. L'alcool est-il une drogue ? Les conséquences de L'alcoolisme sur la santé. Comment s'installe la dépendance, Agir : Comment faire prendre conscience sans culpabiliser. Eviter les discussions conflictuelles. Comment parvenir à motiver votre proche. Se préserver soi-même. Aider : Faire accepter l'abstinence. Donner Le désir de s'en sortir. La cure de sevrage. Combattre les effets du manque Soutenir : Consolider la guérison. Les groupes d'entraide. Les centres spécialisés. Faire face aux rechutes. Un livre pour vous conseiller, vous soutenir et vous aider a accompagner votre proche dans sa guérison.