

BONJOUR JE RECHERCHE DE L AIDE

Par **Profil supprimé** Posté le 04/08/2017 à 23h07

J ai un problème avec l' alcool des que je commence à boire je n arrive plus à arrêter pour moi c Est normal mais pour mais proche c Est lourd

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 07/08/2017 à 17h11

Bonjour Sylvain,

Nos comportements sous alcool peuvent etre lourds pour nos proches et aussi pour notre santé avec le temps. C est bien deja que tu ais reconnu que tu n arrives pas vraiment a gerer. Le mieux pour toi serait d aller une association du type anpaa, ou des centres specialisés dont il y a les adresses sur le site. La bas tu pourras discuter avec des medecins pour voir un peu ce que tu pourrais faire pour changer ta conso. Tu peux aussi essayer des groupes de paroles, les aa, vie libre, tu y trouveras des gens comme toi, il n y a pas de jugement.

Tout seul c est pas facile, ce produit est assez puissant et quand on est habitue a certaines doses ca fait bizarre quand on tente de diminuer.

Et ici on peut te donner des infos sur l alcool, discuter, mais voir un toubib est quand meme interessant.

Courage a toi, c est deja bequcoup de demander une aide.
