© Drogues Info Service - 12 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Besoin d'aide

Par Profil supprimé Postée le 07/02/2018 23:57

J'en ai marre de boire tout les soirs et prendre autre chose quand j'ai bu comment m'en sortir

---

Mise en ligne le 08/02/2018

Bonjour,

Nous comprenons une volonté de mettre un terme à une situation de dépendance à l'alcool, associée semble-t-il à d'autres produits et nous ne pouvons que vous encourager dès lors où elle vous pose problème. La prise de conscience que vous évoquez, associée à la démarche que vous faites en nous écrivant est déjà un facteur de réussite vers la l'arrêt, la capacité de chacun à y parvenir est très liée au contexte dans lequel il le fait et le sens que cela a pour lui.

Vous n'indiquez ni l'origine ni l'évolution de cette consommation et il pourrait être intéressant de vous questionner sur cet élément. En effet une dépendance n'est pas le fruit du hasard et comprendre la place que cette consommation occupe dans votre vie, ce que vous en attendez pourrait vous aider à vous en libérer en mettant en place d'autres réponses à vos besoins.

Il est possible d'être aidé dans cette démarche en vous rapprochant d'un Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui proposent des consultations confidentielles et gratuites auprès de professionnels spécialisés sur les questions d'addiction. Il en existe dans tous les départements, vous trouverez un lien ci-dessous.

Si vous souhaitez aborder la question sous forme d'échanges, vous pouvez nous contacter de façon anonyme 7j/7 de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel non surtaxé) ou par chat de 14h à minuit via notre site.

Bien cordialement

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

Csapa Boucebci de l'Hôpital Jean verdier

Avenue du 14 Juillet
Hôpital Jean Verdier
93140 BONDY

Tél : 01 48 95 59 33
Site web : chu93.aphp.fr/csapa-centre-de-soins-daccompagnement-de-preve
Secrétariat : Lundi de 9h30 à 13h et de 16h à 19h00 - Du mardi au vendredi de 9h30 à 13h et de 14h à 17h30
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous, pour les jeunes de moins de 25 ans.
Substitution : Suivi, prescription et délivrance de traitement de substitution aux opiacés pour les usagers suivis, sur place.

Voir la fiche détaillée