ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

QUESTION

Par lolotte Postée le 14/10/2021 21:40

> bonsoirje bois depuis le mois de juillet a plus ou moins grande echelle une bouteille de rosé par jourj'ai 49 ans et je veux vraiment arreteje n'aima pas l'image que je renvois à mes enfants et mon marij ai pris beaucoup de poidsj'ai très peur d'en parler à mon médecin je ne sais pas vraiement comment m'en sortir merci pour votre aide

---

Mise en ligne le 15/10/2021

Bonjour,

Nous comprenons bien ce sentiment désagréable en lien avec l'image que vous dites renvoyer de vous à vos enfants et votre mari, image possiblement associée à la crainte d'avoir à subir un jugement défavorable de leur part.

Une consommation régulière ne s'installe pas par hasard et il pourrait être intéressant pour vous de réfléchir à ce qui a généré l'évolution de cette consommation depuis cet été, ce que vous êtes allée y chercher, ce que vous en attendez et ce que vous y trouvez aujourd'hui encore. Cela pourrait vous permettre d'évaluer la part des « bénéfices » de cette consommation et celle des conséquences négatives.

Identifier les effets recherchés peut surtout parfois permettre de trouver d'autres pistes de réponse face à des émotions envahissantes et récurrentes, nous vous joignons un lien ci-dessous qui vous apportera quelques pistes de réflexion.

Si nous comprenons votre inconfort pour en parler à votre médecin, nous ne pouvons cependant que vous rappeler qu'un professionnel de santé n'est pas là pour juger ses patients mais bien pour les aider dans leurs difficultés, qu'elles soient de l'ordre physique ou psychiques.

Si vous souhaitez évoquer votre situation sous forme d'échanges anonymes et gratuits dans un premier temps, il est possible aussi de nous joindre tous les jours de 8h à 2h au 0980 980 930 ou par chat via notre site.

Si vous souhaitez en parler avec un professionnel de santé autre que votre médecin, il est possible de vous rapprocher d'une consultation individuelle, confidentielle et gratuite auprès de professionnels spécialisés sur la question de la prévention de l'addiction. Ces équipes sont pluridisciplinaires, composées de médecins, thérapeutes et travailleurs sociaux. Nous vous joignons deux liens ci-dessous, vous pouvez les contacter directement.

Si vous souhaitez davantage d'informations sur les prises en charge, n'hésitez pas à nous contacter via les coordonnées ci-dessus ou/et consulter notre site internet Alcool-info-service qui fournit de nombreaux éléments de compréhension.

Bien cordialement

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVAN

CSAPA POINT VIRGULE

19, rue des Bergers
38000 GRENOBLE

Tél : 04 76 17 21 21
Site web : www.codase.org/csapa/
Secrétariat : Du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 14 h à 18h ; jeudi de 14h à 19h ; vendredi de 9h à 12h puis de 14h à 17h avec possibilité de laisser un message sur le répondeur afin d'être rappelé
Accueil du public : Du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 14 h à 18h ; jeudi de 14h à 19h ; vendredi de 9h à 12h puis de 14h à 17h avec possibilité de laisser un message sur le répondeur afin d'être rappelé
Consultat° jeunes consommateurs : Des entretiens peuvent être assurés pour les moins de 25 ans dans le cadre de la CJC pour de nouvelles demandes - places disponibles sur Voiron sans difficultés mais nécessitant un déplacement
COVID -19 : Avril 2022 : accueil en présentiel sur rendez-vous (téléconsultations et visio-consultations possibles au cas par cas)

Voir la fiche détaillée

SERVICE D'ADDICTOLOGIE MUTUALISTE DES ALPES - SAM DES ALPES

34 avenue de l'Europe
Immeuble Le Trident, Bât A
38100 GRENOBLE

Tél : 04 76 12 90 80
Site web : urlz.fr/gsVJ
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 18h - Mardi de 13h à 18h uniquement
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 18h - Mardi de 13h à 18h uniquement
Consultat° jeunes consommateurs : Les mercredi après-midi sont privilégiés mais possibilité de consultation sur le reste de la semaine

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- L'alcool et vous