BESOIN D AIDE

Par Delph74 Postée le 05/12/2022 12:49

Bonjour. Ce n'est pas facile à admettre mais je me rend compte que je crois que j'ai un problème avec l'alcool. Je ne sais pas m'arrêter. Je suis maman et je ne veux plus que mes filles subissent mon comportement, et je ne sais pas vers qui me tourner? A qui demander de l'aide. Merci d'avance pour votre réponse.

Mise en ligne le 09/12/2022

Bonjour,

Nous saluons votre vigilance concernant une consommation d'alcool qui entraîne des conséquences délétères sur votre vie familiale.

Vous évoquez une consommation dont vous perdez le contrôle et pour cela, il serait intéressant de réfléchir à ce qui génère cette perte de contrôle. Entre fréquence, contexte environnemental, état émotionnel au moment des consommations, nature de l'alcool et façon de le consommer mais aussi vos attentes de ce produit au moment de la consommation, ...

Autant de questions qui pourraient vous apporter des éléments de compréhension et vous permettre de tenter de modifier votre consommation. Nous vous joignons également un lien qui vous apportera quelques pistes dans ce sens.

Si vous ressentez le besoin d'une aide dans cette réflexion, il est possible de vous rapprocher d'une consultation individuelle, confidentielle et gratuite auprès de professionnels de santé spécialisés sur la question des consommations.

Ces consultations sont proposées au sein de dispositifs spécialisés en matière de soins, d'accompagnement et de prévention en Addictologie. Il existe des dispositifs dans tous les départements, nous vous joignons un lien ci-dessous.

Si vous souhaitez évoquer la situation dans un premier temps sous forme d'échanges anonymes et gratuits, nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel non surtaxé) ou par chat de 14h à minuit.

Bien cordialement

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

CSAPA ET CAARUD LE LAC D'ARGENT THYLAC

64 chemin des Fins Nord
74000 ANNECY

Tél : 04 50 67 96 51

Site web : urlz.fr/6L8F

Secrétariat : Lundi, mardi et vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le mercredi de 9h à 12h30 et le jeudi de 13h30 à 17h30
Portable réduction des risques uniquement 07 60 90 87 87

Accueil du public : Lundi, mardi et vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le mercredi de 9h à 12h30 et le jeudi de 13h30 à 17h30
Portable réduction des risques uniquement 07 60 90 87 87

Centre : Boutique et accès à la Réduction des Risques sur PLACE mardi de 10h30 à 12h, le mercredi de 13h30 à 15h30 et le jeudi de 15h30 à 17h30 et le vendredi de 13h30 à 15h30 ~ RDR lors d'événements festifs Dispositif BARRAKATEUF joignable au 06 02 52 65 36

Consultat° jeunes consommateurs : La CJC a lieu à la Maison des Adolescents d'Annecy (sur CRAN GEVRIER) - prise de rendez-vous au 04 56 49 73 55 le lundi et mercredi de 13h30 à 17h - (4 autres CJC sur la région sont assurées sur le département)

Service mobile : CAARUD et camping-car RDR équipe joignable au 07 60 90 87 87 - le mercredi soir de 18h à 20h (derrière la gare d'Annecy) et le vendredi de 16h à 18h sur le parking casino Parmelan

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Quand je bois, je ne sais pas m'arrêter