ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

STOP!

Par Natsu Postée le 05/03/2023 11:50

Bonjour, par où commencer ? Ma question? Est ce que j'ai le droit d'abandonner et de couper les ponts avec mon géniteur alcoolique ? Je suis au bout, il m'a tout pris , je n'y crois plus et ne le crois plus. Actuellement je n'arrive plus à manger, à dormir, je tremble, ma tête est vide et pourtant ça tourne en boucle. Mes enfants et mon mari ne comprennent pas et je n'arrive plus à m'occuper d'eux. À ma connaissance mon géniteur a toujours eu un problème avec l'alcool, de mon enfance à aujourd'hui avec des périodes plus ou moins compliquées (+ dépression). Je lui ai laissé un nombre incalculable de chances, je l'ai accompagné et soutenu. Seulement ses abus ont fait que là, physiquement il n'est plus rien mais moi, je ne peux plus, j'ai cette boule dans le ventre quand je pense à lui. Sa dernière chance a commencé en 2021, quand il a fait une chute et s'est cassé des vertèbres, il a été hospitalisé et cure. Il est sorti sevré et a promis mais il a recommencé. Il enchaîne chutes sur chutes, se cassent les côtes, l'omoplate etc il veut refaire une cure maintenant (il est hospitalisé) mais c'est trop tard... pour moi il ne changera jamais - d'ailleurs il l'a dit "c'est bon, t'as gagné, t'es contente". Au fur et à mesure des années, les sentiments d'amour ont disparu, je m'impose "ce suivi" , je me sens obligée et là, mon corps et ma tête me disent stop - je sens que je vais tout perdre si je continue. Il est manipulateur et toxique et pourtant une petite voix me fait m'inquiéter encore. Un long travail commence sur moi ...

Mise en ligne le 07/03/2023

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre grande détresse et à votre épuisement face à la situation que vous vivez avec votre géniteur.

Nous entendons que vous êtes à bout, que vous ne pensez qu'à cela, vous ne mangez plus, ne dormez plus et ne parvenez plus à participer à votre vie de famille avec vos enfants et votre mari qui ne comprennent pas ce qu'il se passe.

Votre géniteur semble prendre toute la place dans votre vie. Pour autant, nous entendons que vous ne voulez plus de cette situation car vous vous posez la question de "l'abandonner" et de "couper les ponts avec lui".

De notre point de vue, il ne s'agit pas de l'abandonner ou de couper les ponts avec lui, il s'agit avant tout de prendre soin de vous et de vous recentrer sur vos besoins. Ainsi vous pourrez peut-être consacrer à votre géniteur le temps qui est possible de lui consacrer sans négliger les aspects de votre vie qui importent pour vous. Et ceci ne se négocie pas avec lui car il en va de votre santé physique et psychologique.

Votre géniteur est adulte et il est en mesure de faire ses propres choix. Ses décisions à propos de sa consommation ne peuvent être prises que par lui seul et vous n'aurez jamais le pouvoir de le faire changer contre son gré.

Nous ne pouvons que vous conseiller de vous faire aider pour reprendre contact avec vous-même, aller vers un mieux-être et pouvoir décider le temps que vous êtes en mesure de consacrer aux autres sans que cela ne vous porte préjudice.

Cette aide est possible dans des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Des professionnels spécialisés en addictologie (médecins, infirmiers, psychologues) reçoivent de manière bienveillante et non jugeante non seulement les usagers d'alcool mais aussi leur entourage. Vous pouvez donc les contacter pour être écoutée, soutenue et aidée dans cette période difficile. L'accueil est gratuit, confidentiel et se fait sur rendez-vous.

Nous vous joignons ci-après quelques adresses à Strasbourg, n'hésitez pas à les contacter pour des renseignements et/ou un rendez-vous.

Vous pouvez également prendre rendez vous dans le Centre Médico Psychologique (CMP) dont vous dépendez. Vous pourrez y bénéficier d'un suivi psychologique gratuit le temps nécessaire. N'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre médecin traitant qui pourra vous donner l'adresse de votre CMP.

Si vous souhaitez échanger plus amplement à propos de votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants, d'une façon anonyme, par téléphone au 0 980 980 930 (appel non surtaxé), de 8h à 2h du matin ou par tchat de 14h à minuit via le site "alcool info service".

Avec tous nos encouragements pour prendre soin de vous,

Bien cordialement

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

CENTRE D'ACCUEIL ET DE SOINS

11 rue Louis Apffel
67000 STRASBOURG

Tél : 03 88 35 61 86
Site web : www.alt-67.org
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h sauf jeudi matin.
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 18h sauf jeudi matin.
Centre : Espace Accueil sans rdv pour des personnes en situation de précarité, marginalisées le lundi de 9h à 12h et de 14h à 17h, le mardi de 9h à 12h, le mercredi de 9h à 14h (un atelier repas est proposé ce jour-là sur inscription), le jeudi de 14h à 17h, le v
COVID -19 : Juin 2022: Accueil sur rendez-vous sur place.

Voir la fiche détaillée

CSAPA ITHAQUE

12, rue Kuhn
67000 STRASBOURG

Tél : 03 88 52 04 04
Site web : www.ithaque-asso.fr/soins
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.
Accueil du public : Lundi et mardi de 9h à 11h et de 14h à 17h, mercredi de 9h à 11h et de 15h à 19h, jeudi de 9h à 11h et de 14h à 17h, vendredi de 14h à 17h.
COVID -19 : Juin 2022: Accueil sur place, sur rendez-vous.

Voir la fiche détaillée

SERVICE D'ADDICTOLOGIE - CENTRE DE SOINS D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PRÉVENTION EN ADDICTOLOGIE

1, place de l'Hôpital
67000 STRASBOURG

Tél : 03 88 11 60 01
Site web : www.chru-strasbourg.fr/prise-en-charge-des-addictions/#le-ce
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 16h.
Substitution : Accueil des patients pour un traitement de substitution à la Méthadone le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 12 h avec ou sans rendez-vous..
Accueil du public : Du lundi au jeudi de 8h30 à 18h et le vendredi de 8h30à 17h. Permanence d'accueil pluridisciplinaire sans rendez-vous, par ordre d'arrivée, le jeudi de 9h à 11h, pas de délivrance d'ordonnance sur cette permanence.
Consultat° jeunes consommateurs : A la Maison des Adolescents, 23 rue de la Porte de l'Hôpital, 03 88 11 65 65. Au CSAPA un mardi matin par mois.

Voir la fiche détaillée