ALCOOL-INFO

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

PROBLEME ALCOOL

Par Profil supprimé Postée le 21/02/2018 22:57

> Je bois depuis l'age de 16 ans de l'alcool fort type SKY !! J'ai maintenant 31 ans ! Depuis deux mois J'ai essayé de passer sur quelques chose de plus léger (Biere 10°Degrés) mais j'ai l'impression que plus je travaille et plus je boit quel serais vos conseils ? merci.

Mise en ligne le 23/02/2018

Bonjour,

Si vous avez essayé sans résultat de passer à un alcool plus léger et que vous nous écrivez c'est que vous avez conscience que vous avez un problème avec l'alcool. Il semble être notamment un recours pour vous aider à décompresser de votre charge de travail.

Ce que nous pouvons déjà vous conseiller c'est que vous commenciez par faire un bilan avec un spécialiste. Vous pouvez prendre contact avec un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Les professionnels des CSAPA, spécialisés dans les addictions, vous accueilleront avec bienveillance et sans jugement. Les consultations sont gratuites et vous permettront de faire le point. A partir de là vous saurez mieux ce que vous voulez faire et ce que vous pouvez faire.

Pour trouver le CSAPA le plus proche des chez vous nous vous invitons à utiliser notre rubrique adresses utiles que nous mettons en lien ci-dessous. Vous pouvez aussi appeler notre ligne d'écoute Alcool info service au 0 980 980 930 tous les jours de 8h à 2h (coût d'une communication locale).

Cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service