

## SOS MON MARI EST ALCOOLIQUE

---

Par kiki71210 Postée le 08/11/2020 17:32

Bonjour, mon mari boit depuis plusieurs années et ça devient compliqué à supporter. Comment l'aider?

---

### Mise en ligne le 10/11/2020

Bonjour,  
Nous comprenons tout à fait que la situation avec votre mari soit difficile à supporter et que vous essayez de trouver des solutions. Nous manquons par contre d'informations pour pouvoir vous répondre de manière précise. Il n'existe pas une seule façon d'agir. Cela dépend de chaque personne, de chaque situation, de chaque demande.

Derrière une consommation régulière d'alcool se cachent souvent des fragilités psychologiques, émotionnelles (stress, état dépressif, état anxieux, événements traumatiques, ..... ) que le produit apaise de part ses effets antidépresseurs et anxiolytiques. Son pouvoir addictif très important. On peut ainsi supposer que votre mari boit pour soulager la présence d'un mal-être, pour gérer des émotions qu'il ne supporte pas sans l'alcool.

Pour de nombreux consommateurs, il est aussi souvent compliqué de demander de l'aide, soit par fierté, par honte ou par peur.

L'impuissance que vous ressentez face à cette situation est normale car vous ne pouvez pas l'obliger à arrêter l'alcool ou à se faire aider s'il ne le souhaite pas et qu'il ne reconnaît pas avoir un problème avec.

Ainsi, sachez que pour vous aider dans cette situation, il existe des CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Ce sont des structures qui reçoivent en consultations gratuites et confidentielles, les usagers et également l'entourage. Vous, et votre mari, le jour où il se sentira prêt, pourraient ainsi trouver une écoute et du soutien auprès des professionnels de santé qui exercent dans ces centres (médecins, psychologues, psychiatres, .....). Vous trouverez ci-dessous les coordonnées des CSAPA proches de chez vous.

Il nous semble important que vous ne restiez pas seule dans vos questionnements car nous savons à quel point l'entourage peut souffrir auprès d'une personne dépendante à l'alcool.

Sachez ainsi que nos écoutants sont joignables tous les jours pour un échange plus approfondi avec vous, soit par téléphone au 0980 980 930, de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par chat via notre site internet Alcool Info Service, de 8h à minuit.

Bien à vous

---

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

---

### ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE - CENTRE D'ADDICTOLOGIE LE CREUSOT

12, rue Pierre et Marie Curie  
71200 LE CREUSOT

Tél : 03 85 55 11 21

Site web : [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Secrétariat : Le lundi et le jeudi de 9h à 12h30 et de 13h à 17h30

Accueil du public : Le lundi et le jeudi de 9h à 12h30 et de 13h à 17h30

Consultat° jeunes consommateurs : Le lundi et le jeudi de 9h à 12h30 et de 13h à 17h30 sur rendez-vous, assurée par un travailleur social.

COVID -19 : Mai 2022: Accueil sur place dans le respect des gestes de précaution.

Voir la fiche détaillée

### ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE - CENTRE D'ADDICTOLOGIE DE MONTCEAU

23 rue de Chalon  
71300 MONTCEAU LES MINES

Tél : 03 85 57 85 33

Site web : [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

Consultat° jeunes consommateurs : Le mercredi de 14h à 16h, sur rendez-vous

COVID -19 : Juin 2022: Accueil sur place, sur rendez-vous.

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Adresses utiles du site Alcool info service](#)