

CONSOMMATION EXCESSIVE

Par Profil supprimé Postée le 30/12/2013 12:10

Bonjour, lorsque je commence à boire l'apéritif je ne sais plus me contrôler. Je le prends les week-end, (en semaine il est rare que j'en consomme), je ne bois pas non plus de vin à table. Sauf comme en ce moment pour le réveillon ou lors d'un repas de famille. Le soucis c'est que je peux boire 4 ou 5 whisky. En semaine je ne ressens pas de phénomène de manque. Je voudrais arrêter ce cercle infernal car une bouteille d'un litre me fait le week-end. Du vendredi soir au dimanche. Parfois il m'en reste le dimanche soir, et il m'arrive de me sentir coupable au point que cela me réveille en pleine nuit et d'aller vider la bouteille dans l'évier.

Mise en ligne le 06/01/2014

Bonjour,

Votre consommation d'alcool vous inquiète car vous vous rendez compte que, lorsque vous commencez, vous n'arrivez pas à vous contrôler. Cela se produit le weekend et vous culpabilisez beaucoup. Ce qui est positif, c'est que vous avez conscience de ce "cercle infernal" et souhaitez l'interrompre.

Afin d'être accompagné dans votre démarche, vous pouvez contacter un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les équipes pluridisciplinaires qui y travaillent reçoivent toute personne qui se questionne, qui se sent en difficulté par rapport à sa consommation de produit. Nous vous indiquons des adresses de CSAPA dans votre département, n'hésitez pas à les solliciter si vous en ressentez le besoin.

Pour d'autres informations, ou pour en parler de vive voix, vous pouvez nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel non surtaxé et anonyme, depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

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

ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE CSAPA DE CREIL (60)

17 rue Robert Schumann
Immeuble L'Obsidienne
60100 CREIL

Tél : 03 44 61 10 11

Site web : www.addictions-france.org

Accueil du public : Lundi 9h30-12h30 / 16h-18h30 ; Mardi 9h30-13h30 / 14h-17h30 ; Mercredi 9h-13h ; Jeudi 9h-12h30 / 13h30-18h ; vendredi 9h-12h30 / 13h30-17h

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur place, le jeudi de 16h à 18h. Autre lieu de consultation avancée de consultation jeune consommateur, le mardi de 14h à 17h, au service de prévention spécialisée à Creil.

COVID -19 : COVID 19 : Contact de Décembre 2021 Accueil et suivi dans le respect des gestes barrières, travail en groupe encore en suspend hormis les groupes justice

Voir la fiche détaillée

CENTRE SATO

42/44 rue Delattre de Tassigny
60100 CREIL

Tél : 03 44 66 40 70

Site web : www.sato-picardie.fr

Accueil du public : Lundi : 8h45-13h00 et 14h-18h, mardi : 8h30-12h et 14h-18h, mercredi : 8h45-12h30 et 14h-18h, jeudi : 8h45-13h et vendredi : 8h45-12h et 14h30-18h.

Substitution : Lundi, mercredi, : 8h45-12h30 . Mardi : 8h45-12h et 14h-18h. Vendredi : 8h45-12h et 14h30-18h.

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

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