

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

### JE NE SAIS PAS QUOI FAIRE...

---

Par **Profil supprimé** Posté le 06/11/2016 à 20h21

Je me pose la question depuis plusieurs moi sur mon accoutumance à l'alcool. Je pense avoir un gros problème d'addiction en général, quand je commence quelque chose j'ai du mal à m'arrêter que ce soit avec la nourriture, les gens, le tabac, la drogue et l'alcool... J'arrête seulement quand j'arrive à l'écoeurement.

Je viens de faire le test du site qui me dit que ma consommation comporte un risque certain. J'ai 23 ans je suis une femme, et je me sens très seule face à ce résultat. J'ai besoin d'aide mais je n'ose pas me diriger vers des structures ou meme appeler quelqu'un...

### 2 RÉPONSES

---

**patricem** - 07/11/2016 à 11h36

Bonjour,

ce n'est pas facile de parler de ses problèmes mais les écoutants de ce site ou les structures type CSAPA (<http://www.alcool-info-service.fr/alcool/aide-alcool/specialisee>) peuvent vous aider à comprendre votre problème, si tant est qu'il y en ait un et vous conseiller sur la suite.

Courage

---

**Profil supprimé** - 18/11/2016 à 07h52

Bonjour Martine courage le premier pas est franchi maintenant tu n est plus seule tu trouveras du soutiens sur ce site et cela fait du bien tu es jeune tu as toute la vie devant toi essaie d écrire tous les jours tes ressentiments de la journée tu verras cela fait du bien pour ma part 6ème jour sans alcool le week-end arrivé et je vais tenir bon bon courage donnés moi de tes nouvelles

---