

## COMMENT AIDER MA SOEUR?

---

Par Profil supprimé Postée le 23/04/2018 17:37

Bonjour,

Ma soeur est alcoolique. C'est une personne très fermée et il est très difficile de lui parler.

Elle refuse de faire une cure en disant qu'elle peut s'en sortir seule.

Ce qui est évidemment faux.

Elle ne travaille plus depuis un an, vient d'être mise en "longue maladie". Elle ne réagit toujours pas... enfin si, mais dans le mauvais sens.

Les médecins nous disent qu'il ne faut pas la brusquer, être là quand elle a besoin, et que c'est à elle de prendre la décision de s'en sortir.

alors on a arrêté de la secouer..... Ainsi elle a tout le loisir de continuer et de mentir à tout le monde.

Nous, son entourage, n'en pouvons plus de cette situation.

Moi j'ai juste envie de la secouer et de lui hurler dessus!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

On essaie de s'octroyer des pauses et de finalement faire l'autruche pour respirer un peu mais finalement ça revient toujours.....

c'est comme si elle se suicidait à petit feu.

Je suis très en colère contre elle. Elle se détruit et détruit tout autour d'elle. Sa vie de famille, ses enfants, ses parents.

On ne sait plus quoi faire.

Comment gérer?

merci.

---

### Mise en ligne le 24/04/2018

Bonjour,

Vous nous décrivez une situation où votre sœur dans les consommations problématiques d'alcool refuse de soigner, dans un contexte qui semble se dégrader car elle n'est pas en capacité de reprendre son travail et qu'elle est dans le déni qu'une démarche de soin puisse l'aider.

Son déni, l'impact de ses consommations sur l'entourage familial finit par vous épuiser et vous met en colère.

Il est vrai que très souvent une personne qui est dans les consommations régulières et excessives d'alcool est une personne en souffrance et qui fait souffrir son entourage.

Cet épuisement et cette colère que vous ressentez sont légitimes au vue de cette situation mais ne permettent pas d'en sortir.

Il nous semble important que vous puissiez tenter d'alléger ces émotions et ce sentiment d'impasse par le biais d'une aide extérieure.

Il existe des professionnels pouvant accompagner l'entourage de personnes alcoolo-dépendantes en terme de conseils et de soutien et qui savent à quel point le sentiment d'impasse peut être décourageant.

Si vous souhaitez ce type d'accompagnement, il est possible de s'adresser à un Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en addictologie (CSAPA). L'accueil est individuel dans un cadre confidentiel et gratuit, assuré par des professionnels en addictologie (médecin addictologue, psychologue, infirmier...)

Nous vous mettons des coordonnées de CSAPA accueillant l'entourage à proximité de la ville que vous nous avez indiqué.

Si vous désirez échanger d'avantage sur cette situation vous pouvez contacter un de nos écoutants.

Nous sommes disponibles tous les jours, soit par téléphone de 8h à 2h du matin au 0980 980 930 ou par tchat via notre site Alcool Info Service de 14h à Minuit.

Bien cordialement.

---

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

---

### CENTRE DE SOINS EN ADDICTOLOGIE -SITE DE PAIMPOL

Chemin de Malabry  
Centre Hospitalier de Paimpol

## **22500 PAIMPOL**

**Tél : 02 96 55 64 17**

**Site web : [www.fondationbonsauveur.com](http://www.fondationbonsauveur.com)**

**Secrétariat : Du lundi au vendredi: 9h à 17h00**

**Consultat° jeunes consommateurs : Consultation sur rendez-vous : Les jeudi de 9h à 17h00**

**Accueil du public : Consultations sur rendez-vous.**

**COVID -19 : Accueil en présentiel avec respect des gestes barrières**

Voir la fiche détaillée

## **ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE- CSAPA SAINT BRIEUC**

**3 Ter, Rue Jules Vallès**

**22000 SAINT BRIEUC**

**Tél : 02 96 60 80 69**

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

**Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h-13h et 14h-17h- Mardi après-midi 16h à 17h**

**Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous du lundi au vendredi avec ou sans entourage.**

Voir la fiche détaillée

### **En savoir plus :**

- Alcool: comment aider un proche?