

Vos questions / nos réponses

## que faire

Par [Profil supprimé](#) Postée le 25/02/2014 12:11

Bonjour ma soeur boit beaucoup d'alcool elle fume de la bleu ..... Elle en n'a consommer une fois elle me la dit il ya plus d'un ans je suis la seul a le savoir de la famille elle a15 jen nai13 je n'arrive plus a gérer elle me fait confiance je saï plus gérer

---

**Mise en ligne le 25/02/2014**

Bonjour,

Nous comprenons votre inquiétude face à la situation de votre soeur. Vous êtes manifestement la seule à avoir connaissance de ses consommations, et vous n'arrivez plus à gérer ce lourd secret.

C'est tout à fait normal. Votre soeur a choisi de vous en parler et vous a peut-être demandé de ne le dire à personne. Toutefois, si vous sentez que cette situation est trop difficile à supporter pour vous, si vous avez l'impression que des adultes devraient être informés de ce qui se passe, il est important que vous puissiez trouver quelqu'un à qui en parler. Vos parents, un proche, ou des professionnels, toute personne auprès de qui vous vous sentirez en confiance pour expliquer ce qui se passe.

Lorsque l'on boit régulièrement de l'alcool, c'est bien souvent parce qu'on ne va pas bien. Autant pour elle (elle ne va pas bien et n'a pas trouvé d'autre solution pour l'instant) que pour vous (vous sentez que c'est trop lourd à porter pour vous et vous ne gérez plus), nous vous encourageons à "passer le relais" à un adulte de confiance. Ce n'est pas une trahison, même si vous pensez le contraire. Tout simplement, vous vous rendez compte que cette situation vous dépasse, que votre soeur se met en danger, et qu'il important de faire intervenir des adultes.

Nous vous indiquons en fin de message les coordonnées d'un lieu où vous pourrez trouver de l'aide ; vous pouvez aussi transmettre cette adresse à vos parents et votre soeur. Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Bon courage.

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :**

---

**Espace Santé Jeunes - Point Accueil Ecoute Jeunes 37**

70 rue Blaise Pascal  
**37000 TOURS**

**Tél :** 02 47 05 07 09

**Site web :** <https://espacesantejeunes-paej37.fr/>

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et 14h à 18h30. le 2eme samedi du mois de 9h à 12h. Permanences sans rendez-vous de 15h30 à 18h30 et jusque 20h30 le jeudi .

**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations pour les jeunes consommateurs et leur entourage sur rendez-vous

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et 14h à 18h30.

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Mon frère/ma soeur boit, dois-je en parler à mes parents ?](#)