

UTILISATION DU COMPTE PERSONNEL

Par Profil supprimé Postée le 28/04/2015 08:03

bonjour , j'ai créé un compte hier pour voir l'évolution de ma consommation sachant que je commence un sevrage . Dans le tableau j'ai pu renseigner la semaine précédente en consommation mais pas compris comment intégrer les mentions "envie" et " bien être " . Merci pour votre aide

Mise en ligne le 28/04/2015

Bonjour,

Nous tenons tout d'abord à vous féliciter pour votre décision d'arrêt, et vous encourageons dans cette démarche.

Concernant l'utilisation du compte personnel de suivi des consommations sur notre site, il vous faut effectivement commencer par renseigner vos consommations de la semaine précédente et, une fois cela fait, vous pouvez cliquer sur les onglets "envies" puis "bien-être" et renseigner les dates de la même façon que pour remplir le calendrier des consommations. Seule différence, la fréquence et l'intensité des envies s'évalue pour la semaine entière et non date par date.

Par exemple, dans l'onglet "envies", vous devez positionner votre souris sur la ligne verte symbolisant la fréquence des envies de boire, et faire bouger le curseur jusqu'à ce que vous soyez arrivés sur le numéro qui indique l'intensité de votre envie. Faites-en de même pour le bien-être. Ces éléments n'apparaîtront sur le petit calendrier à gauche qu'une fois enregistrés (en cliquant sur le bouton gris "enregistrer" qui se trouve en dessous des lignes vertes).

Pour terminer, nous vous rappelons que le sevrage d'alcool peut donner lieu à des complications rares mais potentiellement graves. C'est pourquoi il est toujours conseillé de ne pas entamer cette démarche seul et d'en parler à son médecin traitant ou à un médecin spécialisé. Si vous ne l'avez pas encore fait, nous vous encourageons à le faire.

Pour d'autres informations, n'hésitez pas à nous recontacter au moyen d'une nouvelle question, ou par téléphone au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel anonyme et non surtaxé depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.
