

Il n'y a rien de mal à demander de l'aide quand on en a besoin. Et quand ça concerne des problèmes d'alcool, les vôtres ou ceux d'une autre personne, la chose la plus intelligente à faire est d'obtenir de l'aide. Si vous ne pouvez pas aborder ce problème avec un membre de votre famille et que vous avez besoin d'aide et de soutien, tournez-vous vers d'autres ressources. Essayez de parler à un ami en qui vous avez confiance, un professeur, votre médecin, un conseiller professionnel ou bien contactez un des organismes suivants :

- Si votre vie est affectée par la consommation d'alcool de quelqu'un d'autre, **Alateen** peut vous aider. Alateen fait partie de **Al-Anon**, un organisme international qui offre des programmes d'aide aux familles et amis des alcooliques, que ces alcooliques demandent de l'aide ou non ou même s'ils ne réalisent pas qu'ils ont un problème de consommation d'alcool. L'organisme s'adresse aux jeunes et permet aux membres de donner et recevoir du réconfort, de la compréhension, de la force et de l'espoir, à travers le partage des expériences de chacun. L'adhésion est gratuite et l'anonymat est respecté.

Composez sans frais le 1 800 714-7498 ou consultez votre annuaire téléphonique local à l'entrée Al-Anon pour obtenir des renseignements ou repérer les lieux de rencontre près de chez vous. Vous pouvez aussi visiter la page Web des services mondiaux à [www.al-anon.alateen.org](http://www.al-anon.alateen.org). Dans la région de London, appelez Al-Anon au (519) 672-7310. À Ottawa, appelez Al-Anon/Alateen Family Groups au (613) 860-3431. Pour Sarnia, composez le (519) 337-5211. À Toronto, composez le 416 410-3809.

- **Jeunesse j'écoute** offre des consultations anonymes et confidentielles, des informations et des services de référence en anglais et en français, 24 heures sur 24, chaque jour de l'année. La ligne s'adresse aux jeunes âgés de 4 à 19 ans. Les appels ne sont pas enregistrés ni les numéros de téléphone. Vous n'avez pas à vous nommer et personne ne saura que vous avez appelé ni ce dont vous avez parlé. Il n'y a pas d'afficheur téléphonique, on ne retrace ni ne retourne jamais les appels. Composez sans frais le 1 800 668-6868 de partout dans la province ou visitez leur site Web : [www.jeunessejecoute.ca/fr](http://www.jeunessejecoute.ca/fr).
- Pour en savoir davantage au sujet de l'alcool et ses effets, appelez **Drogue, alcool et santé mentale - Assistance téléphonique du Centre de toxicomanie et de santé mentale (CTSM)**, au 1 800 463-6273. À Toronto, composez le 416 595-6111. Le service de messages enregistrés est gratuit, complètement confidentiel et offert 24 heures sur 24, sept jours par semaine en anglais et en français. Vous trouverez également certains renseignements en diverses autres langues. Vous pouvez communiquer avec un membre de notre personnel, de 9 h à 21 h. Nous vous aiderons à trouver les renseignements dont vous avez besoin. Votre appel restera confidentiel.
- Le **Réseau électronique de toxicomanie - Ontario (Reto)** est une autre bonne ressource pour des renseignements et est appuyé par le personnel de CTSM. Visitez leur site Web au : <http://sano.camh.net>.
- Pour des renseignements sur les possibilités de traitement dans votre collectivité et partout en Ontario, appelez **Drogue et alcool – Répertoire des traitements (DART)** au 1 800 565-8603. Site Web : [www.dart.on.ca](http://www.dart.on.ca).
- **Alcooliques anonymes** a des groupes partout en Ontario. Consultez l'annuaire téléphonique pour localiser le groupe le plus proche de chez vous. Le site Web ([www.alcoholics-anonymous.org](http://www.alcoholics-anonymous.org)) explique en quoi l'organisme peut aider, inclut « Un message aux moins de vingt ans » et offre une variété de dépliants.

Pour de plus amples renseignements, contactez le Service de la responsabilité sociale de la LCBO :  
Téléphone : 416 864-6820  
Télécopieur : 416 864-2431  
Courriel : **[infoline@lcbo.com](mailto:infoline@lcbo.com)**