

À faire et ne pas faire pour aider un être cher qui a une dépendance

Abordez le problème

Sachez qu'ignorer le problème ne le fera pas disparaître.



Ne regardez pas la personne de haut

Évitez de la blâmer pour sa dépendance ou d'être condescendant avec elle parce qu'elle consomme des drogues ou de l'alcool.

Faites des recherches sur les traitements

Plus vous êtes informé, mieux vous êtes préparé le jour ou la personne sera prête à guérir.



N'ignorez pas le problème

Personne ne s'imagine qu'un problème de dépendance peut arriver à quelqu'un qu'on connaît, mais ignorer le problème ne le fera pas disparaître.

Établissez des limites

L'établissement de limites n'est pas toujours simple, mais voici des conseils pour vous aider à en établir de saines.



Ne forcez pas la personne à arrêter

La méthode ferme est rarement efficace. La personne doit faire le choix d'arrêter.

Prenez soin de vous-même

Quand un être cher a des problèmes de drogue ou d'alcool, la dernière chose qui vous vient à l'esprit est votre bien-être.



Ne lâchez pas

N'oubliez pas que le combat contre la dépendance est difficile, mais non impossible, et qu'un réseau de soutien robuste peut faire toute la différence.

CONSULTEZ DES RESSOURCES

Des ressources et de l'aide sont disponibles à tous les employés de Mauser Packaging Solutions et aux membres de leur famille par le biais des programmes d'avantages sociaux.*

É.-U. : THE HARTFORD : Enhanced Ability Assist® - Employee Assistance Program (EAP)
Appelez sans frais au 1-800-327-1850 ou consultez le site www.guidanceresources.com.

Canada : Manuvie – Homewood Health/Santé : Programme d'aide aux employés et aux membres de leur famille (EFAP) Resilience®
Appelez sans frais au 1-866-644-0326 ou consultez le site www.manulife.ca.

*Les ressources et l'aide sont disponibles, peu importe l'inscription aux programmes d'avantages sociaux 