

Vaincre nos addictions

Laurent Gay

- ✓ Pour les jeunes qui voudraient sortir de leurs addictions
- ✓ L'expérience d'un ancien toxico qui a retrouvé sa liberté
- ✓ Des stratégies pratiques, la bienveillance d'un aîné, la puissance du Christ.

**Sortir des addictions :
l'expérience d'un ancien addict, des outils concrets,
la puissance du Christ vainqueur**

Alcool, drogue, tabac, écrans... si les conduites addictives ont toujours existé, en tout temps, en tout lieu, la dépendance est, à présent, un enjeu sociétal majeur. Elle touche de plus en plus les plus jeunes comme le démontrent les derniers chiffres de l'OFDT (Observatoire français des drogues et des tendances addictives).

**Mais, alors, comment se sortir de cette dépendance ?
Comment se relever quand cette lutte semble sans fin ?
La foi est-elle une bouée de sauvetage dans ce combat ?**

L'auteur, Laurent Gay, a connu cela, lui aussi. Ancien toxicomane, il a été confronté à la dépendance pendant vingt ans. Il a essuyé des échecs, connu des périodes de découragement... Et pourtant, il en est sorti il y a de nombreuses années. Définitivement.

Aujourd'hui, son combat, c'est la prévention via son association AALG, tout particulièrement chez les adolescents, au sein des écoles et lors de conférences. Dans son nouveau livre *Vaincre les addictions*, il partage son expérience personnelle, non pas en tant que thérapeute mais comme il se décrit lui-même « patient expert ». Pas de grands discours ou de grandes théories. Mais une approche sincère et unique de son vécu et de la puissance libératrice du Christ.

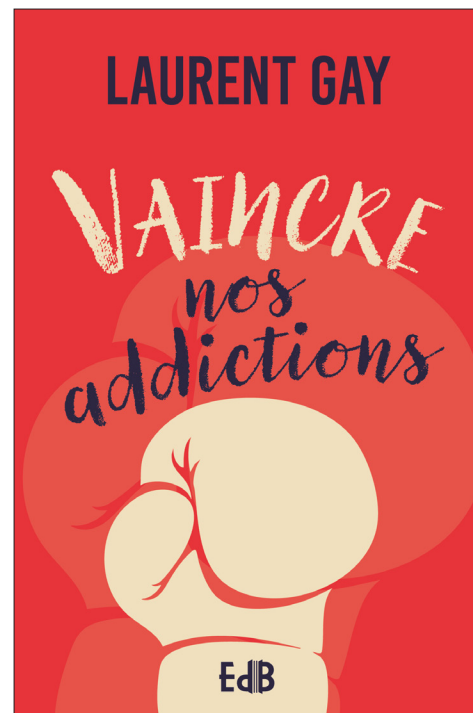
Son livre *Vaincre ses addictions* propose aux jeunes et aux parents des stratégies pratiques pour surmonter les défis de toute forme de dépendance. Au fil des pages, Laurent Gay offre un soutien et des outils concrets pour retrouver la liberté, reconstruire sa vie avec un message d'espoir : **il existe une voie de sortie, vous n'êtes pas seul !**



L'auteur



Laurent Gay est né en 1964. Ancien addict, il connaît de l'intérieur les problématiques liées à la dépendance. Conférencier à plein temps, il mène des actions de prévention dans les écoles et lycées, avec l'appui d'une équipe pluridisciplinaire portée par l'association AALG (Aidons-les à grandir).



ISBN : 979-10-306-0620-1

EAN : 9791030606201

Prix de vente : 9,90 €

Format : 115 x 175 mm

Nb de pages : 136 pages

Mots-clés : addiction, main tendue, liberté, puissance du Christ, stratégies, libération, parcours, construire sa vie, dépendance, sortie d'addictions



PUBLIC

Jeunes, tout chrétien

CONTACT PRESSE

Laurence RANG-LEMAIRE

07 45 23 91 50

communication@editions-beatitudes.fr