

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

UN PAS DE PLUS...

Par Profil supprimé Postée le 31/01/2019 12:18

Après une soirée où j'ai encore bu... j'ai honte très honte, ce matin j'ai appelé vos services, je suis tomber sur une dame vraiment très gentille qui m'a permis de de me sentir mieux, qui m'a écouté et conseille
J'ai pris RDV en addictologie mais le RDV est le 11/02.... très loin...
J'ai pris contact avec les AA pour voir s'il existe qq chose près de chez moi...
J'ai peur de moi, de mon incapacité à gérer ces besoins en alcool....
J'ai l'envie très forte de tout arrêter mais j'ai l'impression que l'envie d'alcool est encore plus forte....
J'ai tellement besoin de parler, d'extérioriser...
Je sais plus quoi faire....

Mise en ligne le 01/02/2019

Bonjour,

Nous comprenons votre souffrance et votre détresse face à votre situation.

Nous vous avons évoquée, dans une réponse précédente, qu'arrêter l'alcool n'est pas une démarche facile et nous tenons à vous soutenir.

Aussi, vous avez mis en place déjà beaucoup de choses en ce moment pour avancer vers un mieux-être. En effet, vous nous avez appelés, posés des questions, écrits sur le forum des consommateurs. Toutes ces démarches sont positives et sont autant de nouvelles ressources que vous êtes en train d'exploiter. Sans doute faut-il encore vous laisser du temps. Et comme vous le dites si bien dans votre titre, c'est déjà "un pas de plus".

Vous nous dites avoir honte. C'est un sentiment que vous n'êtes pas seule à ressentir et vous avez raison d'en parler. Nous vous proposons un lien ci-dessous vers un article parlant de ce sentiment.

Dans l'attente de votre rendez-vous en CSAPA, nous restons disponibles et à votre écoute. Vous pouvez nous joindre tous les jours, soit par téléphone au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) de 8h à 2h, soit par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous.

Autres liens :

- Je bois, j'ai honte