

OU TROUVÉ LA FORCE D'ARRÊTER ?

Par **Profil supprimé** Posté le 24/07/2019 à 09h59

Voilà je me présente, j'ai 28 ans et je suis mère célibataire. Ça va faire un an que je suis alcoolique, et je n'arrive pas à me sortir de ce cercle vicieux. Ma mère est elle aussi alcoolique et je ne peux compter sur personne.

J'ai besoin d'aide, j'ai pris rdv avec un médecin, mais j'aimerais trouver quelqu'un avec qui discuter, qui me soutient, qui m'occupe l'esprit.... Juste un ou une ami(e)

J'espère de tout cœur qu'on se sortira tous de cet enfer, moi y compris.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 24/07/2019 à 13h35

Salut Hope, bienvenue sur ce forum !

Tu trouveras de l'aide ici mais ne te contente pas d'ouvrir un fil, va lire un peu sur tous les autres fils et tu y trouveras réponses à tes questions . Tu constateras qu'il est possible de se libérer de l'alcool en ne prenant pas le premier verre , un jour à la fois . Plus de vaines promesses ; le matin , au saut du lit , tu te dis : " aujourd'hui, quoi qu'il arrive je ne prendrai pas le premier verre ". Tu as bien compris que c'est le premier qui met le feu aux poudres et une fois ingurgité , les autres suivent . Fais bien ton abstinence pour toi , fais-toi aider par un addictologue , si tu as l'occasion, fréquente une association d'anciens buveurs et dis-toi que toi aussi tu peux très bien vivre abstinente .

Bon courage à toi, bonne route et n'oublie pas, un jour à la fois ;

salmiot1
