

## TENIR BON

---

Par **Reussette** Posté le 13/08/2021 à 16h18

Encore une fois de trop hier.

Comme je regrette

Je téléphone à pleins de monde quand je suis dans un sale état et j'ai honte. Je perds pleins de monde autour de moi

### 4 RÉPONSES

---

**Moderateur** - 17/08/2021 à 17h17

Bonjour Reussette,

Ne vous laissez pas emporter par vos regrets afin de regarder vers l'avant ou plutôt, aujourd'hui. Que faites-vous aujourd'hui pour que cela ne se reproduise pas ?

Vous en dites peu sur votre situation mais sachez que si votre problème est une question de perte de contrôle, de premier verre qui en déclenche plein d'autres, il existe des solutions et des aides. Et si votre problème est en lien avec une consommation quotidienne ou quasi-quotidienne là aussi il y a moyen d'en parler et de se faire aider.

C'est à vous de choisir de prendre le taureau par les cornes.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Madamolive** - 17/08/2021 à 23h16

J'ai fait pareil hier. Mon fils ne veut plus me parler. Je déteste me ramasser à la petite cuillère. Aujourd'hui je ne bois pas !

---

**Madamolive** - 18/08/2021 à 15h18

Je ne suis pas à la même heure locale que vous autres, cependant, aujourd'hui je décide que je ne boirai pas dans mon 24 heures.

Je veux vivre autre chose que des lendemains de veille remplis de honte et de regrets.

Votre site m'aide à tenir.

La pandémie revient encore nous enfermé dans nos maisons mais je trouverai à faire sauf consommer de l'alcool.

Les réunions AA me rebute. J'ai eu de très mauvaises expériences avec les membres de mon secteur.

Ce pourquoi je n'ai pas envie d'y aller.

Aujourd'hui je vais pousser mes recherches pour une réunion avec des femmes seulement !

---

**Madamolive** - 19/08/2021 à 15h53

Jour 3 pour moi. J'ai très envie de me sentir mieux et de changer ma vie.

Pour les années qu'il me reste, j'aimerais être sobre et avoir toute ma tête tout le temps.

Vous lire m'aide à me voir et ça m'encourage à continuer.

Hier vers l'heure de l'apéro, j'ai ressenti beaucoup de tristesse et je me suis sentie seule au monde.

Ça a passé, je me suis couchée tôt et j'ai vraiment bien dormi.

J'espère qu'on va m'appeler pour travailler aux prochaines élections car je travaille toujours à toutes les élections.

Je suis au Canada, les élections fédérales seront le 20 septembre.

Bonne journée à tous, sans alcool !

Madamolive x

---