

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

AIDE

Par **Fredy** Posté le 26/01/2023 à 14h11

Bonjour, je fais mes premiers pas ici...

Arrêté depuis novembre, j'ai seulement dit il y a 10 jours à mon médecin que j'avais un problème de consommation...je suis aidée par mon entourage mais bespoin aussi de parler à des personnes vivant le même problème...

5 RÉPONSES

Zozo94 - 26/01/2023 à 22h07

Bonjour,

Merci pour votre partage et bravo pour votre courage. En parler à son médecin c'est pas le plus simple et c'est une grande étape. Comment a-t-il réagi ? Vous a-t-il orienté vers une structure ou un addictologue ?

Si vous avez un entourage au courant c'est aussi super, c'est une grande aide et ça évite l'isolement. Ça soulage aussi.

Mais oui je vous rejoins sur votre dernière phrase qui est centrale dans la gestion de notre problème et notre combat : discuter avec des personnes qui savent ce que nous vivons. Car seules nous pouvons nous comprendre.

Vous trouverez ces discussions ici. Et si vous voulez du "réel", n'hésitez pas à vous rendre à un groupe de parole, quel qu'il soit. Personnellement j'ai fréquenté les AA et on y est accueilli en toute bienveillance et sans aucun jugement.

A très bientôt et courage à vous

Fredy - 27/01/2023 à 09h34

Mes soeurs sont au courant parce que j'ai réalisé que j'étais malade....elles me soutiennent...

J'ai contacté les AA ils devaient me rappeler mais je n'ai tjs pas eu d'appel depuis mi janvier..

Zozo94 - 27/01/2023 à 10h13

Bonjour,

Si vous êtes entourées par vos soeurs c'est très positif. Et le fait que vous ayez réalisé que vous êtes malade, encore +. C'est l'essentiel pour s'en sortir.

Pour les AA, le mieux serait soit de les rappeler, soit de vous y rendre en personne. Leur fonctionnement est basé sur les réunions et donc l'accueil téléphonique sert surtout à vous indiquer les lieux et horaires de celles-ci. Vous pouvez aussi trouver l'info sur leur site.

Chez les AA pas besoin de prendre de rdv. Vous venez si vous le voulez, vous revenez ou non si vous le voulez. Vous n'aurez pas de jugement sur cela.

Votre médecin vous encadre-t-il pour le moment ?

Bonne journée

patricem - 27/01/2023 à 10h32

Aller sur le site des AA pour trouver une réunion proche de chez vous aux horaires qui vous conviennent. Et allez-y directement. Vous y serez bien accueilli. Pas besoin d'invitation.

Courage,

Patrice

Fredy - 28/01/2023 à 20h41

Ce soir je me sens minable.... Je suis allée au magasin..

Je me zens pas rellement soutenue chez moi en je suis avec quelqu'un d'addict aussi (canna hhc)

Je lui en veux il ne comprend pas mon état lui n'arrête pas

Il l'avait dit j'arretezai qians tu arretez de boire.... Quedal

Jen veux a tt le monde. Et je me resere un verre...jusqua dormir...
