

ADDICT

Par **Sakura** Posté le 11/03/2023 à 17h51

Bonjour à toutes et tous,

J'ai eu bien du mal à pousser les portes de ce forum, à admettre que j'ai besoin d'aide. j'ai eu peur de certaines questions ou de risques encourus.

Aujourd'hui j'arrive à lever le voile de la honte et d'assumer d'être d'alcoolique.

Femme de 43 ans divorcée, un p'tit gars en garde alternée.

J'ai ralenti ces derniers jours ma consommation et je souhaite enfin finir de cette addiction.

Toutefois je m'interroge, l'addiction si on arrête l'alcool, comment on la retrouve ? Avant je fumais des joints et ne buvais rien (vers 20 ans), après des études ont occupé mon quotidien, puis ensuite la course à pied et des entraînements intensifs... j'aime la muscu et compte revenir dans ce milieu... est ce mieux? C'est certain oui, mais cela restera une addiction non?

Je vous souhaite à toutes et tous un très bon week-end