

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

?

Par **Soso32** Posté le 18/04/2023 à 15h32

Je veux m en sortir

7 RÉPONSES

Fleurdelys - 19/04/2023 à 08h43

Coucou Soso,

Comment tu vas? Si tu veux te sortir de cette drogue qui est l'alcool, il va falloir prendre le taureau par les cornes.

Tu bois quoi? Quand? En quelle quantité?

Poupy - 19/04/2023 à 09h17

Coucou Soso,

Parle nous, tu as fait le premier pas !!
on est là, pour la même chose que toi, pas de jugement, juste de l'aide,
n'hésite pas !!

Soso32 - 19/04/2023 à 11h18

Coucou
Ho oui le soir pas tout les jours mais je ne sais pas m arreter quand je commence et pourtant quand je bois pas je suis tellement bien
J ai honte

Poupy - 19/04/2023 à 15h31

Coucou Soso,

Laisse tomber la honte, ça nous encombre....
on l'a tous ressentie cette honte, c'est normal, mais dis-toi que tu es malade, et qu'il faut te soigner....
Es-tu prête à tenter l'abstinence ? si tu dis qu'en plus tu es bien quand tu ne bois pas ?
As-tu identifié ce qui te poussait à boire ?

Allez, on y va par tous petits pas... 😊

Déjà tu as posé ça là, super bon point;
Au bon endroit, que des oreilles amies....
Te raconter un petit peu si tu peux ?

Confier cela à un médecin?

Moi j'ai connu des cures, des rechutes, des essais, la modération immodérée, aujourd'hui de nouveau à 40 jours et quelques
d'abstinence, je ne sais qu'une chose : demander de l'aide, avec bienveillance pour soi-même....

Soso32 - 19/04/2023 à 17h34

Merci poupy
Je vais tester déjà 7 jours !

Soso32 - 19/04/2023 à 18h06

Oui vos messages font du bien car je me sens seule

Fleurdelys - 20/04/2023 à 09h51

Hello Soso,

Mais non tu n'es pas seule on est là et on va s'entraider.
Tu as réussi ton J1 hier?
