

BESOIN DE M'EN SORTIR

Par [Nina3](#) Posté le 18/07/2023 à 19h05

Bonjour à tous

J'ai 63 ans, retraitée, veuve depuis 7 ans, mais toujours aussi addict à l'alcool. Je n'ai pas trouvé le déclic pour arrêter. Ma consommation n'est pas énorme "pour moi" : 1.5 l de vin blanc (briquette facile à cacher) et 6 ou 8 bières par jour (minimum). J'avoue que je me sens fatiguée, faignante, lasse de me lever tous les jours. Un certain laisser aller. Je pense qu'il me faut réagir, mais comment trouver ce déclic ?

Merci pour vos conseils.