

MARRE DE NE PAS M'EN SORTIR

Par **Profil supprimé** Posté le 11/08/2014 à 01h30

bonjour ,alors voila moi je pense être alcoolique mais ce n'est pas régulier mais cela revient assez souvent j'ai traversé des périodes difficile ,mais mon problème remonte depuis une vingtaine d'année je suis séparé et je pense que je bois pour casser ma solitude je n'arrive plus a sortir je ne bois pas régulièrement ,mais quand je me retrouve seul je noie ma solitude !!si on peut dire j'ai 45 ans et j'ai une grosse impression d'avoir loupé ma vie !!je me détruis a petit feu !!!je suis aller dans un centre 3 semaine sur ma discision cela c'est très bien passé !!j'ai arrêter de fumé et de boire pendant trois mois je m'en portais bien mieux et puis la rechute !!alors que je peu être longtemps s'en boire je ne me comprend plus merci de me donner vos témoignages car je ne peu plus vivre comme ca cela me pourri la vie !!

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 11/08/2014 à 20h50

Bsr Dino

t'as tenu 3mois ! C'est top ca,t'as pu mesurer les effets bénéfiques.
tu vois quand je suis dans le même créneau que toi, je fais dunforum, j 'écris,etc...
si tu cible bien les périodes où ca va pas tu devrais pouvoir tenir et les compenser autrement (sport,balade,etc..)

allez Dino ! Il faut battre ton record de 3 mois !

Pfou
