

DE L AIDE

Par **Profil supprimé** Posté le 10/06/2024 à 22h33

Bonsoir, ça fait 2 années que je regarde ce forum en me disant Non je n en suis pas là ! Après un burn.out l'année dernière, qui m a permis de faire le point sur ma vie et l arrêt de l alcool pendant quelques mois , je recommence mes déboires. Terminé la bouteille de pétillant de 75 cl le soir (ou 72cl car je laissais toujours un petit fond histoire de me dire que je ne buvais pas une bouteille) , je me suis mise à boire de la bière , au départ unepuis deux... puis trois puis 4 ... par soir . Biere de 5 chevaux parce que non il est hors de question que je ne boive autre chose et de trop fort ! Mais là je vois bien que ça recommence... mon agressivité, moi qui était très calme ses mois d avant... mais mon mari adore l apero et adore que je l accompagne sinon ca risquerait d'être source de conflit . Je voudrais juste ne plus boire, être à 19h et manger. Je voudrais juste quand je dis un petit verre qu on me dise non , tu ne dois pas. J en ai parlé à mon médecin qui m a dit, vous en prenez conscience et c est un grand pas , la machine est en route mais est ce vrai ? J aimerai tellement être celle qui dit Non pas ce soir ! Moi qui pourtant a arrêté de fumer il.y a 6 ans .Et puis d un côté je me dis , arrête tu n as qu une vie, profite!! Il y a pire ! Et puis vivre sans ... là où je n ai pas bu : mes grossesses . Ce dire "être alcoolique" est difficile à accepter mais je le sais que l alcool et moi on a toujours été ensemble. Je voudrais juste pouvoir dire: non pas ce soir et s y tenir merci de votre aide.

1 RÉPONSE

Sunshine - 12/06/2024 à 09h02

Bonjour Ln,

Bienvenue. Ici on se parle anonymement et il n'y a pas d'étiquette à se coller. Même si je comprends très bien ce que tu dis en te disant « non je n'en suis pas là » en regardant le forum 😊

On a tous je pense été hésitants plus ou moins longtemps avant de contribuer.

Tu trouveras ici des personnes à l'écoute, des abstinentes et des personnes qui essaient d'améliorer leur quotidien en réduisant l'alcool. Ton médecin a raison, tu as pris conscience et la machine est en route. Bravo pour ta démarche. Revient nous donner de tes nouvelles. Amicalement
