

DEPENDANTE

Par **Profil supprimé** Posté le 01/11/2018 à 23h11

Bonsoir,

Je suis alcoolique depuis l'age de 46 ans.

j'ai presque 59 ans, j'ai fais 2 cures,

- 1 en 2007

- 1 en 2016

Je suis mariée depuis 38 ans, j'ai 2 filles et 4 petits enfants

J'ai travaillé pendant 21 ans en tant qu'assistante commerciale et technique.

A ce jour, je ne trouve pas de travail

Merci à ceux qui voudront bien communiquer avec moi

Bien cordialement

Mme C.

9 RÉPONSES

patricem - 02/11/2018 à 11h22

Bonjour,

j'en déduis que vos cures n'ont pas marché. Avez-vous tenté d'autre chose ?

Courage,

Patrice

Profil supprimé - 05/11/2018 à 09h38

Je ne sais si tu as reçu ce message car j'ai eu des problèmes avec les mots de passe donc je te le renvoie :

Merci Patrice de m'avoir répondu

En effet, j'ai fait 2 cures mais qui m'ont énormément fait du bien

- 1 en 2007 (je suis restée abstinente pendant 8 mois)

- 2 en 2016 (je suis restée abstinente pendant 1 an et 4 mois grâce à un contrat de travail de 6 mois dans une mairie près de chez moi)

Mais après chaque cure, c'est le parcours du combattant

- Solitude (car quand je bois, je ne peux plus sortir)

- Manque de trésorerie (car je pense qu'à presque 59 ans, je peux éventuellement avoir un CDD de 4 à 6 mois)

J'ai rencontré 2 Psychiatres mais quant je pars de leur cabinet, je me sens encore plus mal

J'ai pris RDV avec une psychologue de mon village

Merci PATRICE

patricem - 05/11/2018 à 10h18

Bonjour,

il y a aussi les AA, ou équivalent, s'il y a un groupe à côté de chez vous. Vous donnez à chaque réunion ce que vous voulez, si vous pouvez, pas de jugement, même si vous venez un peu saoule.

C'est important de ne pas rester "seul(e)" après une cure.

Courage,

Patrice

Profil supprimé - 22/11/2018 à 14h25

Bonjour Patrice

Après avoir vu l'addictologue, je rentre en cure le 28 janvier 2019 à CHANTEAU (45) pour la 2ème fois (l'autre en 2016)
J'espère un désistement avant car pour moi les journées seront longues, difficiles et dangereuses.

Lors de ton dernier message, il était important de ne pas rester "seule" après une cure

J'ai essayé l'Association "VIE LIBRE" (alcoolique anonymes)

La première fois, n'ayant peu de mal à me dévoiler, j'ai déballer tout ce que j'avais sur le cœur, mais au 2ème RDV, je ne savais plus quoi dire,

De plus, j'habites BEAUNE LA ROLANDE et pour aller à PITHIVIERS, je ne vois riens la nuit.

je te suis énormément de m'avoir répondue

Profil supprimé - 22/11/2018 à 16h18

Bonjour,

je voudrais vous encourager. Je me réjouis que vous rentriez bientôt en cure.

Vous avez réussi deux très longues abstinences ! Je vous en félicite !

Mon compagnon n'a jamais tenu plus de deux semaines et replonge dès chaque sortie d'hospitalisation.

Vous êtes bien plus forte que vous le pensez peut-être !

Vous disposez donc des ressources pour pérenniser votre abstinence future !

Vous êtes très courageuse du reste ; ne vous blâmez pas d'avoir repris votre consommation, les rechutes sont normales, ça arrive.

J'espère qu'une place se libérera bientôt de façon à ce que vous puissiez bientôt profiter de soins.

Je pense à vous et vous souhaite le meilleur.

Je suis confiante pour vous : vous êtes dans la bonne voie.

Bien à vous.

Profil supprimé - 27/11/2018 à 20h04

Bonsoir,

Merci pour vos encouragements, ils me vont droit au cœur car je suis vraiment très mal.

Il y a quelqu'un qui s'est désisté, la date de rentrée en cure est à ce jour le 14 janvier 2018.

Je sais que je vais tenir après la cure, mais comme on me l'a proposée ; les alcooliques anonymes ne sont pas pour moi

je pense aller voir une addictologue sur Pithiviers, c'est une femme avec qui je m'entends bien et le plus important pour moi c'est de dialoguer avec elle sur ma vie;

Pour moi, l'alcool c'est presque facile à arrêter (tremblements , maux de ventre) mais sur la durée j'ai besoin d'un psychiatre (cela ne me convient pas), d'un psychologue (mais qui n'est pas remboursé par la SS), il me reste que cette addictologue sur qui je porte tous mes espoirs.

Bien cordialement

patricem - 28/11/2018 à 14h53

Bonjour,

Vie Libre et AA sont deux associations distinctes. Cela vaut peut être le coup de tenter avec un autre groupe ou en milieu hospitalier...

Courage,

Patrice

Profil supprimé - 30/11/2018 à 04h04

Bonjour Madame,

je suis heureuse que mon message vous ait réconforté.

Chaque CSAPA propose l'intervention de différents professionnels :

_ infirmiers
_ médecins addictologues
_ psychiatres addictologues
_ psycholoques addictologues

Ces soins sont gratuits.

Ils permettent d'élaborer des stratégies thérapeutiques personnalisées visant à accompagner les personnes présentant ou ayant présenté une dépendance à une substance à pérenniser leur abstinence.

Des groupes de paroles et des activités y sont en outre souvent organisées et très appréciées des patients.

Je vous fais part d'un lien vous permettant de trouver le CSAPA le plus proche de votre domicile, en espérant que vous n'ayez pas trop de route à effectuer pour vous y rendre.

je ne saurais trop vous conseiller d'appeler très vite car les délais d'attente du premier rendez-vous sont souvent un peu longs.

<https://intervenir-addictions.fr/vers-qui-orienter/csapa/>

J'insiste encore une fois sur le fait qu'en dépit de la détresse que vous exprimez et de votre souffrance actuelle, votre situation est tout à fait rassurante !

Vous êtes capable de prendre sur vous pour résister aux envies de boire, vous avez déjà fait preuve de longues abstinences, vous êtes déterminée à tout entreprendre pour mettre un terme à cette addiction et vivre de manière indépendante à celle-ci.

De plus, vous êtes courageuse, battante, digne et très lucide.

N'ayez pas honte d'avoir cédé parfois : on ne peut pas toujours être fort ! C'est normal de désirer se sentir mieux ou de baisser les bras parfois... C'est le lot de chacun... Pour ma part, j'aimerais tellement être forte et solide...

Les choses vont s'améliorer avec le temps, tout doucement.

Ce n'est pas toujours facile (ni utile) de se dévoiler ! Et bon, les AA, c'est un petit peu spécial, il faut bien le reconnaître, j'ai eu des contacts avec eux moi aussi, cela s'est terminée par une prière et un "dommage que vous soyez athée, vous êtes vraiment sûre ?" ^^

Bon, les soirées grande force transcendante et petits gâteaux, ça peut parfois mettre un peu mal à l'aise.

Patrice vous a recommandé Vie Libre qui est plutôt bien d'après ce que je sais.

Toutefois, ce serait bien que vous puissiez prendre part à des activités avec d'autres personnes, sans qu'elles aient été alcoolo-dépendantes : faire de la peinture, des activités manuelles, du crochet, de la cuisine (qu'aimez-vous faire ? qu'est-ce qui vous fait plaisir ?)

Ce serait bien que vous disposiez d'une peu plus de sous aussi.

Vous pourriez peut-être voir une assistante sociale (appelez le conseil général ou sollicitez votre mairie à cet effet) afin d'envisager certaines allocations (peut-être l'allocation pour adultes handicapés qu'il est parfois possible d'obtenir - actuellement, vous êtes en soins), cela vous soulagerait matériellement.

Moins stressée, on a moins tendance à avoir envie de boire.

Vous occuper, ce serait vraiment important après la cure : peut-être est-il possible que vous preniez part à une association, vous verriez du monde, vous vous sentiriez utile et le seriez : cela pourrait vous faire du bien.

Dans l'attente de vos nouvelles, je vous réitère l'expression de mon soutien.

Courage.

patricem - 30/11/2018 à 10h30

Bonjour,

je confirme que la dessociabilisation est néfaste. Ainsi que l'oisiveté (je ne sous entends pas de notion de valeur). Il est très pertinent de se trouver des activités : seul et en groupe. Bref, ne pas rester chez soi.

Quand à @Demainedtunautrejour, je suis désolé qu'ils aient réagit comme cela avec vous. La critique et le dénigrement n'ont pas leur place dans ce mouvement. En tant qu'ancien alcoolique, on n'est quand même pas bien placés pour juger les autres... Ils n'auraient pas du vous dire cela, surtout vu le nombre d'athées en France qui les fréquentent...

Sinon, après la cure, mettez vous en contact avec un groupe de parole pour continuer le travail. Peut être le centre de cure peut vous proposer cela en ambulatoire.

Courage et tenez nous au courant...
