

## PROBLEMES ENFIN DECIDÉ DE ME FAIRE AIDER

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 24/07/2014 à 14h37

bonjour a tous et a toutes

L alcool est devenu un problème ca ne date pas d'aujourd'hui j'ai enfin eu le courage de l'admettre et j'ai pris un rdv avec une infirmière spécialisée il est plus facile je trouve d'en parler avec elle car j'ai du mal avec les proches je culpabilise beaucoup et j'ai honte y a t-il des personnes qui s'en sont sortie et comment vos temoignages me feraient du bien et me conforteraient dans ma démarche divorcée un enfant je sais que je dois me debarasser de cette addiction car cela me fait du mal mais aussi a mon enfant  
merci

### 1 RÉPONSE

---

[Profil supprimé](#) - 31/07/2014 à 09h51

Bjr chouchou

Chouchou bien sûr qu'il y en a qui s'en sont sorti ! Ne commence pas à en douter menfin..

comme je dis toujours, vivre ce ne n'est pas se résigner mais plutôt exister !

Alors à partir de là met tout en oeuvre pour exister pour toi et ton enfant...

L'alcool et la bouteille c'est plat et sans vie...

Arrête ces sottises de honte ou de culpabilité c'est dépassé tout ça!

Prépare un bon plat à midi, après une balade l'aprem une bonne marche pour une bonne fatigue une douche

et ca repart !

respire la vie ! Et pour la tête va faire du yoga pour reprendre ton corps et le sentir à nouveau..

allez préserve toi

---