ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

C'EST POSSIBLE

Par Ricky59 Posté le 04/04/2024 à 17h45

Bonjour a tous ,
Je tenais a vous raconter mon parcours afin d'aider un maximum de personnes qui comme moi doutaient pouvoir y arriver . Ca fait plusieurs années que je buvais régulièrement principalement l'apéro , j'en étais arrivé a boire environ 3 litre de whisky par semaine sans pour autant être ivre .Je me rendais bien compte que ma consommation n'était pas normal et qu'elle me gâchait la vie aussi bien familiale que professionnelle et j'en avais assez de cette vie uniquement gérer que par l'heure de l'apéro j'ai donc pris la décision d'arrêter , j'ai pris rendez vous avec mon médecin et lui ai expliqué mon problème , il m'a prescrit des médicaments lorsque j'ai lu la posologie j'ai pris peur des conséquences moi qui ne prends jamais de medocs , j'ai téléphoné a Alcool info service , cela m'a beaucoup aidé et je n'ai pris aucun médicaments , cela est très dur au début mais mon épouse a su m'accompagné ; Ca fait aujourd'hui 35 jours sans une goutte d'alcool et je vais beaucoup mieux je vais pouvoir enfin profiter d'une vie normale .
Merci de m'avoir lu et courage a tous ceux veulent arrêter.

3 RÉPONSES

Sober_forever - 05/04/2024 à 09h27

Salut,

Félicitations .

Oui, il faut se dire, comme beaucoup de choses, que c est possible.
C est loin d être une fatalité, même si ca demande des changements.

On ne lâche pas.

cielbleu - 05/04/2024 à 14h37

Bravo Ricky59!

Alors, sympa cette vie normale, hein?

Quand on a touché le fond, cette vie normale est d'une douceur incroyable je trouve.
Le quotidien se mange beaucoup plus facilement.
Quand je buvais, je voyais ma journée comme une suite de choses à faire, ca me demandait des efforts.
Aujourd'hui, j'enquille avec beaucoup plus de lègèreté et surtout, de sérénité!

Bientôt 7 mois d'abstinence.

Comme dit Sober_forever, on lâche pas.

Sober_forever - 06/04/2024 à 09h38

Ton message est très bien Cielbleu.

On enquille les tâches du quotidien avec plus de légèreté .