

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

ARRETER A TOUT PRIX

Par **Profil supprimé** Posté le 14/08/2014 à 21h29

coucou tous...je m'appelle Marie...et j'en ai marre de boire...meme par intermitance..4 jours que j'avais arrêté de boire...mais comme dab ce démon sera toujours la..je comprends pas..j'ai le courage de me lever 6 jours sur 7 à 5h du matin...certains jours dur dur...mais faut masquer mon addiction..quoique je suis trop réaliste et j'ai trop honte ...moi de toute façon faut que j'arrête...sinon c'est la fin...avez vous connu le sentiment de honte en vous regardant...la je vais vous laissez....je bosse demain à 6h...je compte sur vous...je vous aime d'avance...haro sur les cons...qui comprennent pas notre problème..bisous ..marie..

38 RÉPONSES

Profil supprimé - 21/08/2014 à 19h45

Bsr mabel.

Marie les cons y en a pas ici. On pousse tous dans le même sens pour sortir de cette saloperie. Arrête de culpabiliser ,consulte, parle nous et y a pas de miracles ...Faut se battre ! 4 jours sans boire ? Mais c'est GRANDIOSE ça ! Allez bat ton record! Montre nous que t es la plus forte on adore ça. La honte ? On l a tous bon et après ? On va pas tous se le dire tte la journée et s'enfermer dans cette "boucle".

Allez Marie ! Va consulter psy,....et on attend de tes nouvelles...

Pfou..

Profil supprimé - 23/08/2014 à 14h57

coucou les lecteurs..merci de m'avoir répondu Pfou..tu bois plus depuis combien de temps t'es h ou f..quoique cela ne changera rien.comme les psy et les cures..je ne veux pas de ça..je viens de vider ma bouteill dans l'évier ...terminé...je veux plus de ce poison..et mon record c'est 22 jrs..j'ai décidé d'areter l'alcool toute seule..sans medoc...je sais que ça va etre dur mais bon faudra juste que je persevere...ça va etre l'nfer...pas grave j'ai connu pire...sur ce a bientot peut etrze...marie..

Profil supprimé - 23/08/2014 à 20h42

bonsoir mabel,
surtout tient le coup,va voir un spy ou a l'hospital afin qu'il puisse t'aidée.moi meme j'ai pris la déccission dit allée pardonne moi mes fautes d'orthographe je te parle avec mon coeur.ne reste surtout pas seule beaucoup d'organisme peuvent t'aidée.tient moi au courant.moi j'ai rendez vous le 25 aout afin de me sortir de la.bon courage.gros bisous.
marie

Profil supprimé - 25/08/2014 à 20h43

Bsr mabel.

22 jours whouaaa c grandiose ! Marie t as vidé la bouteille dans l'évier ! T'es notre fierté. Respect . Comme c'est bon de lire ca...
Allez continue Etonne nous montre nous...

Marie j en suis fier pour toi. Tu vas y arriver et ca c'est génial..

marie11400 les fautes d'orthographe on s'en fout.tu parles avec tes tripes c'est l'essentiel ! Tu nous diras pour ton rdv mais j y crois aussi ! Regarde Mabel.

Allez les filles vous êtes géniales vous êtes fortes. Il faut tenir le coup pour vous pour nous pour tout ceux qui n y crois plus

Allez ! Je crois en vous les filles. Etonnez nous !

Pfou c'est un garçon mais peut importe comme tu dis Marie...

préservez vous fort !

@Mabel : va voir le psy comme Marie11400 pour consolider et parler...

Je n'attends que de vos nouvelles les filles !

Pfou.

Profil supprimé - 28/08/2014 à 21h51

coucou pfou et Marie...alors Marie ça c'est bien passé ton rendez-vous?...Pfou tu me donnes de l'espoir...quoiqu'il en soit je poursuis mon petit bonhomme de chemin...un père alcoolique...une folcoche de mère...un ex mari alcoolique manipulateur pervers...youpie j'ai tiré le gros lot...tout n'est pas noir de noir...mon paradis c'est mes quatre enfants et mes trois petits enfants...ils ne me jugent pas ...ils m'aiment comme je suis...mais moi je m'aime plus...je me hais...je sais que le chemin va être long pour pouvoir m'accepter...bonne soirée à vous deux...je me permets de vous faire une bise...à plus tard...Marie..

Profil supprimé - 28/08/2014 à 22h48

bonsoir pfou et mabel,
mon rendez vous c'est très bien passé.au service addictologie ils sont à l'écoute et vous aide vraiment.
moi qui avait une peur bleu d'être jugé et bien non.
cela fait trois jours que je n'est pas bu.ils mon changé d'heure par rapport à mon traitement car je commençais à boire à 17h45 et je ne compté même plus mes vers et chaque jours pareil.donc le cubi de 3l partait très vite.donc assez contente du résultat.mais j'ai tout de même peur de ne pas y arrivé car j'ai l'impression de révé.
quand pensez vous?
bisous marie.

Profil supprimé - 29/08/2014 à 15h16

Bonjour les filles

J'aime à lire vos réponses, vos doutes,vos espoirs..
Mabel allez ! Faut que tu t'accroches et tout n'est pas noir. Mais ne t'enferme pas dans des boucles qui t'en fonces.pour le coup cette fois regarde le verre à moitié vide cette fois jusqu'à qu'il le soit définitivement.
Et si tu es pas bien tu nous écris..
allez on avance Mabel c'est pas simple mais t'es pas seule....Allez ! Nous on t'acceptes comme tu es!
Allez !

Marie
C'est super....3 jours c'est pas mal du tout ! Et c'est pas un rêve ça ! 3 jours sans alcool.
Je comprends que tes doutes mais faut y passer pour en sortir plus forte et petit à petit tu vas retrouver
Le goût de plaisir simple pour enfin renaître et exister....
T'es sur la bonne route....

Fier de vous les filles... Je vous embrasse deux fois plutôt qu'une !
Allez on va y arriver !

Profil supprimé - 31/08/2014 à 07h58

Coucou...bonjour à vous...tu m'épates Marie continues dans cette voie..t'as choisit le bon chemin..fais en sorte que rien ni plus personne ne n'en détourne...crois en toi..pfou t'es d'ou et ta quel âge..sur ce..bon dimanche....et bisous amicaux...à bientôt..Marie..

Profil supprimé - 31/08/2014 à 22h52

coucou les filles,
voilà 6 jours aujourd'hui que je n'est pas bu,hier nous sommes sortie et j'ai bu un jus de tomate excellent.
il faut maintenant reprendre des habitude cocktail sans alcool que je fait à la maison et je vous a vous que cela est sympa.pfou c'est vrai se que tu dit aujourd'hui je me sens revivre.le 9 septembre j'ai un autre rendez vous au service addictologie pour un suivie.
mabel,moi aussi j'ai tiré le gros lot parents alcoolique j'ai grandit comme sa,un ex qui me mentait et me trompé ainsi que du harcèlement moral et j'en passe.courage et fonce finalement la vie est belle malgré notre passé.
gros bisous les filles et merci de tout coeur.
marie.

Profil supprimé - 03/09/2014 à 18h44

Bsr les filles.

Les efforts prennent tout leur sens.Le gout de la vie ainsi que la saveur en bouche reviennent.c'est super les filles..il faut persévérer.
On a tous notre histoire sr cette saloperie.Alors aujourd'hui il faut

En écrire une autre: celle d'une renaissance .
J'ai 50 ans.
Allez on se soutient !
Jean.

Moderateur - 04/09/2014 à 09h57

Bonjour Pfou, Mabel et Marie,

Je suis le modérateur. Un bug d'affichage que nous n'avons pas encore résolu m'oblige à écrire pour pouvoir faire apparaître le message de Pfou ci-dessus. Alors j'en profite pour vous remercier tous les trois pour votre participation à ces forums. Je trouve vraiment super que vous arriviez à vous motiver et vous soutenir grâce à eux. C'est fait pour ça alors ne vous privez pas !!

Merci Pfou pour vos nombreux messages un peu partout.

Marie bravo pour votre démarche d'arrêt et nous sommes extrêmement contents ici, à Alcool info service, que cela se soit bien passé avec le centre d'addictologie que vous avez rencontré. Le principe de ces centres est d'accueillir sans jugement, de soutenir, d'aider et cela fait toujours plaisir de pouvoir lire quand c'est réellement le cas.

Allez, bon courage !

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 04/09/2014 à 14h42

Bonjour Modérateur, Mabel et Marie,

Merci de ce message Modérateur !

Bien sûr qu'on va y arriver et tous les trois, on va faire boule de neige pour entraîner les autres...

Allez !

N'oubliez pas ce que disait Camus : Vivre ce n'est pas se résigner !

Jean.

pfou..

Profil supprimé - 06/09/2014 à 20h31

Coucou Jean et Marie..je vois que ça farte pour vous..(sourire)..appelez moi Thérèse..j'ai les deux prénoms..ça évitera les quiproquos..j'ai 56ans..bretonne pure et dure...et je vais céder à l'appel du démon...désolé...à plus...thérèse..

Profil supprimé - 07/09/2014 à 08h34

Bjr Marie11400

Mardi ton prochain rdv au service d'addictologie. Autant dire qu'on attend impatiemment de tes nouvelles..

Jean

Profil supprimé - 07/09/2014 à 08h36

Bjr Mabel

Alors Marie comment ça se passe ? Donne nous de tes nouvelles..

Jean

Profil supprimé - 08/09/2014 à 13h54

bonjour,pfou,mabel,modérateur

je vous remercie de tout mon coeur pour votre soutien.

les trois premiers jours ça allait mais après je ne dormais pas bien,peur,des idées noires.

peu à peu je retrouve le sommeil,je commence à prendre goût à la vie,je fais mes emplois du temps.

mon docteur m'a prescrit du DEPAKOTE car j'avais des sautes d'humeur afin de m'aider pendant mon sevrage.

cela fait 14 jours sans alcool en plus de mon traitement baclofène dont je suis a 7 cachets.
demain j'ai rendez vous pour le suivie,je vous tient au courant.
bisous
marie...

Profil supprimé - 08/09/2014 à 20h37

j'ai exactement le mçeme problème quand je bois je deviens penible l'alcool change ma personnalité ,apres j'ai honte et je nose pas me montrer,je suis en train de me renseigner pour faire une cure,je ne sais pas comment va le prendre mon entourage mes amis et parents pensent que je me suis camé avec l'alcool et c'est faux,arrêter le boulot 1 mois aussi pas évident..le vos témoignage me fait du bien merci à tous

Profil supprimé - 08/09/2014 à 20h50

Mabel ou marie ou Thérèse.

Sans doute un soir difficile Thérèse..bon que te dire que nous savons tous. Tout ne résous pas d'un coup de baguette magique. c'est des efforts et encore des efforts..mais ce soir tu n'avais pas la force.Soit..
Thérèse, pense à nous et surtout à toi...limite la casse et repose toi.
On attend de tes nouvelles demain...

Marie 11400

Allez c'est super bien Marie.tu nous dira demain après ton RdV'

marie faut qu'on aide Marie/Thérèse/Mabel...

préservez vous toutes les 2.

Pfou jean

Profil supprimé - 09/09/2014 à 19h29

bonsoir a tous,
je suis très contente de mon RDV,c'est vraiment des pros et connaisse bien leurs métier.
je comprend maintenant la différence entre un spy,spykiatre classique et médecin dans un service addictologie.
il vous pose vraiment les bonne questions au sujet de l'alcool etc...alors que les autres c'est purement spycologique et éviterons la conversation avec l'alcool.
dans le service addictologie des associations d'alcool anonyme de votre ville,viennent dans certain hopitaux chaque semaines afin de faire une thérapie de groupeavec ceux qui sont hospitalisé et les personnes extérieur.
cela permet d'avoir un petit aperçu.
puis vous choisissait l'association qui vous convient afin d'etre en petit commité a l'extérieur de l'hopital.
aujourd'hui c'est mon 15 jours de sevrage,je continu a écrire sur mon journal de bord se qui me permet de dire se qui va ou pas.cela m'aide beaucoup.
prochain rendez vous le 23.
tout sa pour vous dire que tout le monde peux y arrivé avec de bonne info,de la volonté et du courage.
a bientot de vous lire
marie...

Profil supprimé - 10/09/2014 à 22h09

Coucou...j'ai toujours des hauts et des bas...mais la je vais mieux...grace à vous...ça fait tellement de bien d'etre compris et surtout ne pas etre jugée...crismil...bienvenue parmi nous..tu sais que t'es pas obligé d'aller en cure pendant un mois..tu peux te faire soigner en déambulatoire...en hopital de jour...enfin si ton boulot te le permets...vois ça avec ton médecin...et surtout n'écoute plus ceux de ta famille qui au lieu de t'aider te mette plus bas que terre..dans le sens ou t'as encore plus honte de boire....ma mère me traite pareil...quand je lui dis que j'arrete de boire...elle me dit que j'y arriverai jamais..que de toute façon je suis une nulle..je vais lui prouver par A plus B qu'elle se trompe..et j'ai l'amour de mes enfants...et ça c'est plus que le top...et ça me fait toujours chaud au coeur qu'ils m'aient malgré tout...mon fils ainé m'a dit que c'était grace à moi qu'il était l'homme qu'il est aujourd'hui...mon fils cadet et ses soeurs m'aient autant...je mesure ma chance...et je me demande pourquoi ils m'aient alors que moi je déteste ce que je suis devenue...et pourtant j'étais une personnoe o top...gentille...compréhensive..tolérante...aimant rire..aimant la vie..je ne comprendrais jamais comment j'ai pu me perdre à ce point..je vous laisse...a bientot...Marie..Jean..Crismill..au plaisir de vous lire...bisous..Thérèse

Profil supprimé - 11/09/2014 à 06h17

Super !

Profil supprimé - 11/09/2014 à 11h54

bonjours a toutes et tous ainsi qu'au modérateur,
grace a se site et témoignage je comprend mieux certaines choses,alors qu'alcoolisé je ne me posé aucune questions.
ceci étant dit je reste encore fragile pas plus tard hier soir j'ai eux une discussion au sujet de ma belle mère qui sans cesse débarque a la

maison et cela me rend folle de voir que mon mari ose me dire que cela me face chié que quelqu'un vienne a la maison.sauf qu'il y a des limites.aujourd'hui c'est mon 17ème jours de sevrage et je vous avoue que ce matin j'avais envie de boire.heureusement que je n'avait pas d'alcool a la maison.
marie..

Profil supprimé - 11/09/2014 à 11h55

Bonjour ,ma famille ne me juge pas mais je comprend qu'a force ils en aient assez avec mes problèmes,ce sont plutot mes amis qui ont aussi d'autres soucis que j'ai peur de decevoir a force,j'ai pris un rdv avec une clinique spécialisé,pour un premier entretien ils me proposeront une thérapie,je préférerais en deambulatoire....

Profil supprimé - 11/09/2014 à 21h36

Bsr Marie

Que des felicit encore pour ta tenue face à la saloperie d'alcool pour le reste ,Je crois qu'il faudrait que t'ailles voir un psy pour un conseil et parler..

Il veut que sa mère vienne '? Ok mais laisse le un peu préparer tout ...ça devrait le freiner déjà pour commencer..

Pfou..(jean)

Ps: continue de tenir marie face à l'alcool !! Super fier de toi!

Profil supprimé - 13/09/2014 à 14h46

un petit coucou ensoleillé de Bretagne..Marie continue ton chemin,t'es sur le bon...félicitations pour ton courage...Jean tu commentes mais si c'est pas indiscret, quel est ton parcours pour en etre sorti de l'alcool...tu buvais 24/24 ou alors comme moi juste quand je bosse pas...et t'as suivi quelle filière pour t'en sortir...cure...MA...t'as bu pendant combien d'années...et t'es sobre depuis quand..je te pose ces questions car c'est pas tout d'etre le pacha sur ce site..sourire...je te taquine..mais c'est vrai que nous qui cherchons désespérement de l'aide...tu nous parles de ton expérience..cela serait un plus..sur ce...à bientôt...bisous iodés breton..Thérèse..

Profil supprimé - 13/09/2014 à 22h49

bonsoir a toutes et tous,

merci pfou pour tes conseil je compte bien en parlé car il ne dit jamais rien a sa famille par contre pour moi sa famille a tout les droit envers moi.se qui n'est pas normal.je suis contente que tu soit fier de moi merci encore bis.

crismil,
je comprend ton désarrois de mon coté il ni a que la femme de mon frère qui m'aide spycologiquement mais ne c'est pas que je suis en sevrage.j'ai un ami qui m'aide puis après plus personne.du coté de la famille de mon mari tous m'évite sauf ma belle mère qui se croix tout permi.ma mère ne me parle plus pour tout autre raison ainsi que ma fille ainée dont je ne voix plus mon petit fils qui va faire 2 ans.et chacun ses soucis alors c'est très dure je me sens très souvent seule.mais grace a mon sevrage je commence a avoir les idée beaucoup plus clair.

c'est très bien d'avoir pris rendez vous un premier pas je suis très contente pour vous,ils vont bien s'occupé de vous.

tenais moi au courant merci et bon courage.

marie

Profil supprimé - 15/09/2014 à 12h45

Bonjour

allez ! On maintien le fil pour se donner des nouvelles et s'encourager !

Faites l'effort pour vous pour les autres...

A plus

Pfou

Profil supprimé - 30/09/2014 à 16h23

bonjour a tous,

36 éme jours de sevrage.Mais depuis 3 jours je ne suis pas bien.

déprimé envie de boire,voir personne resté chez moi.

les taches ménagère et autres je n'arrive pas a suivre trop pour moi.

Je suis vite fatigué et about de nerf.Mes nuit du coup son agité,je ne comprend pas se qu'il m'arrive!

aidez moi svp.

a plus

marie.

Profil supprimé - 30/09/2014 à 17h03

Bonjour Marie,
on ne se connaît pas encore car j'avais pas lu tout ce fil de discussion.

Me ACCULPA

Ce que je vois c'est que tu viens de passer 36 jours sans alcool. Quelle Classe ! Un grand BRAVO;

Tes sensations de fatigue et de déprime sont tout a fait normales. Tu as du renoncer à l'alcool depuis le jour où tu n'en a pas pris, quel courage il t'a fallu !! C'est un changement complet de mode de vie, et il faut occuper ces moments où l'alcool était présent.

Je n'ai pas de solutions miracle malheureusement si ce n'est peut être une cure de vitamines. Par contre si tu as des flashes avec des envies de boire, il faut absolument que tu appelles quelqu'un pour en parler. ça peut être par exemple la modération de ce site qui je crois est dispo jusqu'à 2 heures du mat. En tous cas, ne craque pas, tu risquerais d'anéantir ce travail de fond. Ne reste pas seule et essaye de te forcer à sortir de chez toi. Tuas de la famille proche, des amis ?

Encore Bravo.

Sébastien

Profil supprimé - 30/09/2014 à 21h09

Bonsoir marie

AH! Enfin on a de tes news ...Ca fait du bien de lire.c'est 36 jours de sevrage. c'est vraiment super!

Pour ces derniers 3 jours qui te sont difficiles je crois au contraire qu'il ne faut pas rester replier sur toi ou à la maison. au contraire j'allais dire.. Sort , va faire une activité pour "occuper" ton esprit à autre chose...

Ne t'enferme pas....

Allez , on est là ne craque pas

On est fier de tes 36 jours....trop forte..

marie, pour toi pour nous et tout ceux qui te suivent...tu peux le faire!

On attend de tes news.

Pfou

Profil supprimé - 01/10/2014 à 08h06

Whaou ! Humilité pour moi, je n'en suis qu'à J 10 !!!

Marie, c'est le changement de saison, c'est normal que tu aies les jambes coupées, envie de rien, impossible de se mettre en route, tourne et vire à longueur de nuit...

C'est une carence en magnésium. Achète MagnéB6 en pharmacie, t'en prend 1 au cours de chaque repas (donc 3/jour), un peu de vitamine Acerola le matin et tu verras qu'en quelques jours tu iras mieux.

J'ai eu pareil la semaine dernière, et cette semaine je vais bien...

BRAVO BRAVO BRAVO, tu nous fais rêver !!!

Bizzzzz Mimi

Profil supprimé - 01/10/2014 à 17h12

un grand bravo à toutes les deux.

Marie je crois que chrysalide a raison, les vitamines à mon avis te feront le plus grand bien. N'hésites pas à consulter ton médecin , c'est sans doute le mieux placé pour te prescrire un traitement adapté à cet état de fatigue; Peut être que tu as une carence en quelquechose.il ne faut pas négliger ça et surtout , sort, rie, pleure,crie, court mais ne le fait pas seule.

A bientôt

Sébastien

Profil supprimé - 01/10/2014 à 19h43

bonsoir

clap clap clap....que dire de plus ? Respect

allez zou on continue....

les lumières de la félicité pointent.....et c'est bon !

Foncez !

Pfou

Profil supprimé - 01/10/2014 à 22h19

bonsoir,pfou,chrysalide,sébastien

merci beaucoup pour vos conseil qui me sont d'une aide précieuse.

c'est vrai que l'automne est la,et en plus je n'aime pas du tout la saison ainsi que l'hiver.

le soir me fait peur,le froid.

je me sens tout de meme fragile,et un rien m'énerve surtout quand j'ai eu une journée fatigante donc ma nuit sera agité et le lendemain matin,cela me donne envie de boire,c'est terrible car je pensée quand ne buvant plus au bout de quelques jours tout reviendrait en place.Et bien non.Je continu mon traitement,je vais tout les 15 j en addictologie se qui m'aide beaucoup.j'ai repris le sport mais malgré tout j'ai des jours avec ou sans.

merci vraiment encore de vaut conseil du fond du coeur.

je vous tient au courant je ne vous oublie pas.

bis marie..

Profil supprimé - 02/10/2014 à 16h34

Bonjour marie, Bonjour Tous

Ton parcours t'appartient et mérites beaucoup de respect. Un suivi en addictologie, un échange assidu ici et ça fonctionne. Vraiment tu es la preuve pour nous tous qu'on peut poser ce verre.

Pour tes pulsions et ta fatigue, le temps va t'aider et comme l'a dit quelquepart ailleurs notre bien aimé pfou : celle qui va t'aider c'est celle que tu vois dans le miroir chaque jour, j'adore !!!!! fais lui confiance.

Sébastien

Profil supprimé - 02/10/2014 à 20h09

C'est toi qui nous est d'une aide précieuse, Marie !

Qu'on ait des haut et des bas, c'est normal, qu'on soit buveur ou non, on est des humains, on est pas des bécannes !!! Un peu de patience, et puis ça passe, et puis on vas mieux et etc...

Mille bravos, Marie, t'es super, ne change rien !

Bisou bisou. A+ Mimi

Profil supprimé - 02/10/2014 à 20h34

Bonsoir a tous !

Marie c est super tu es dans le processus de vaincre cette saloperie qui n'amène rien de bon. Ce que je trouve très bien c'est qu en plus tu nous parle de ce que tu vis ce que tu ressents et ca c'est super..on vit avec toi pour t'aider.

c'est bon tout ca.. Allez continue Marie !!!

Seb merci de ton aide.pour nous tous..

Allez on avance ensemble...

Biz
Pfou

Profil supprimé - 03/10/2014 à 11h02

Merci de ces bonnes nouvelles de tous.

Tu as raison pfou, le ressenti de ce qu'on vis dans le sevrage est une aide formidable pour ceux qui souffrent encore. C'est une belle famille que nous sommes entrain de réunir.

à vous lire encore et encore.

Seb
