

## TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

### SUITE DE CURE

---

Par Profil supprimé Posté le 19/11/2018 à 18:50

Bonjour,

Je m'appelle Julien, j'ai 32 ans et je viens de sortir d'une cure de sevrage. Si j'écris c'est pas pour parler de moi, même si je vais le faire mais surtout pour aider les gens qui sont dans ma situation. Je ne suis pas dépendant de l'alcool mais j'ai un usage partiel qui peut être nocif. Partiel car je peux rester plusieurs jours sans boire et nocif car quand j'arrêtais j'étais souvent au dessus de la dose. Malheureusement il a fallu que j'aie un accident de voiture et que les gendarmes viennent pour que je m'en rende compte. J'ai honte de pas l'avoir vu avant et honte d'avoir fait du mal à ma famille avec mes mensonges et aussi d'avoir été un danger pour les autres. Quelle image je donne à ma filleule qui a 2 ans et demi.

Mais aujourd'hui j'ai une fait une cure et j'en suis fier. Elle m'a appris beaucoup de choses et j'ai surtout vu des choses qui font peur. Les gens nous traitent d'alcooliques mais ne savent pas ce que l'on vit. Ils ne savent pas à quoi on peut être confronté, ils disent que nous sommes faibles mais il faut qu'ils sachent et qu'ils comprennent que du moment où on goûte à l'alcool on rentre dans l'alcoolisme. Cela se fait en 4 étapes : la découverte, l'usage partiel, l'usage nocif et la dépendance.

Depuis ma cure j'ai compris qu'il n'y a pas de petit ou gros problème. On est tous dans le même cas, on a tous un problème qui soit plus ou moins important, le plus important c'est de le voir, de l'admettre et de vouloir avancer et changer. Moi je l'ai admis et si je l'ai fait vous pouvez le faire et changer. Il faut juste le faire pour vous car vous désirez et avez envie et non en vous disant que je dois le faire car je suis obligé car ça marchera pas. Même si pour moi je l'ai vu trop au fond de moi il est jamais trop tard il faut le vouloir et avoir envie. Quand on se met à boire on rentre dans une bulle, on ment, on s'enferme et on se cache puis on se retrouve seul.

Nous ne somme pas seuls car entre nous on peut s'aider. C'est ce qui m'a permis de comprendre mon problème en cure car un homme qui tremblait de manque m'a beaucoup apporté et m'a aidé. Cet homme je le remercie. Maintenant c'est à moi de vous aider et prenez conscience de votre problème même si vous êtes pas dépendant.