

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

AYE AYE

Par Profil supprimé Posté le 28/11/2013 à 07:24

Je viens d'avoir 56 ans et suis surpris d'être encore vivant suite à mon parcours alcool, drogue, médicament.

Il est certain que si je suis encore vivant c'est parce que j'ai tout mis dans la balance pour ne pas mourir. Thérapie, cure de sevrage, sport, cultiver l'estime de soi (méditation et autres méthodes de relaxation), associations et groupes de paroles.

90 000 hospitalisations chaque année en France dues à l'alcool, environ 50 000 n'en ressortiront pas vivant. Mais l'alcool tue Madame ! Ah ouais !
+ la souffrance générée autour de soi.

Alors il me reste un peu de temps, le consacrer à faire du bien autour de moi, pour ma femme, mes enfants, mon quartier, mes collègues, à moi-même, prendre du temps pour les autres malades dépendant de toutes ces saloperies.

Voilà, je suis marqué à vie et je ne dois pas baisser la garde. Ce n'est pas un sprint, c'est une course de fond pour la sobriété.

Amen.