

## HELP

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 28/01/2023 à 00h19

Bonsoir à toutes et tous,

J'ai 43 ans divorcée et un enfant.

Je me noie chaque jour un peu plus en toute connaissance de cause... comme beaucoup, j'ai un boulot, mes factures sont payées, le soir je m'enfonce et je me détruis. Mon fils commence à le voir et la honte prend de plus en plus d'ampleur. Je commence à ne plus savoir faire face.

Aller aux AA, j'y songe mais j'appréhende d'y rencontrer quelqu'un du boulot, de malveillant.

Ma santé se détériore également, j'étais très sportive avant, maintenant la montée des escaliers m'essouffle...et ça m'effraie.

Je bois une à deux bouteilles de vin par soir (voir 3 comme aujourd'hui).

J'ai peur d'appeler à l'aide et paradoxalement, j'ai commencé à penser que c'est nécessaire 😞