

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

ALCOOLIQUE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 15/02/2018 à 19h41

Bonjour,

Je suis une femme de 42 ans, je suis restée abstinente trois ans et ai rechuté il y a deux ans. Comme beaucoup, j'ai des problèmes de dépression et l'alcool anesthésie très bien mes souffrances sur le moment. Je suis suivie par un psychiatre/addictologue mais malgré ça, je n'arrivais pas à décrocher.

Chaque jour, je lis sur le mécanisme de l'alcool sur le cerveau....

Aujourd'hui, j'ai regardé un débat et une réponse d'un témoin m'a interpellée, on lui a demandé: vous comptiez en jours au début? Ce à quoi elle a répondu: en heures!!!

Ce qui m'a amenée à me dire: ça fait 5h que j'ai pas bu, compter en heures, ça je peux.

Voilà, je me prépare à passer ma première soirée sans alcool.

Merci de m'avoir lue 😊

1 RÉPONSE

[Profil supprimé](#) - 16/02/2018 à 22h49

Bonjour et bienvenue Roukie,

Il se fait tard pour moi, il est près de 23 heures et voilà seulement que je découvre ton message.
Je t'invite à lire la réponse que j'ai faite à Sam999 ci-dessus.

Ce qui fut bon pour moi, l'a été pour des centaines de millions d'alcooliques de par le monde. A.A. est vraiment partout. Puisses-tu le découvrir d'une façon ou d'une autre. Mais il faut que tu saches qu'il existe d'autres associations qui permettent à celles et ceux qui le désirent de devenir et de rester abstinents.
Bonne route à toi et au plaisir de te relire.

salmiot1
