TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

SOLUTION

Par Carte Posté le 3/01/2022 à 03:22

Bonjour à tous, Alcoolique depuis plus de 30 ans. Je recherche toujours des solutions pour baisser ma consommation.
J'ai déjà été abstinent 5 ans mais les événements de la vie ont fait que l'alcool a repris le dessus sur ma vie. Sous médicament depuis 2 ans, je m'aperçois que cela aide mais ne permet pas d'arrêter. De ce fait, je me retrouve dépendant des médicaments et de l'alcool "un comble". Je n'ai plus envie de passer par les services de l'hôpital ". Je recherche juste un retour de personne qui sont arrivées à fortement diminuer en trouvant des solutions pour eux mêmes.
Même si je sais que cela est très personnel, cela pourrai peut être me donner des pistes.

Merci