

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

AUJOURD'HUI J'ARRÊTE

Par Profil supprimé Posté le 26/08/2019 à 09:49

Bonjour, consommateur quasi journalier depuis maintenant bientôt 20 ans, je sais qu'il n'est pas possible pour moi de boire modérément. Je bois la plupart du temps seul, le soir, une fois que mes filles et ma femme sont couchées. Je mets le casque sur mes oreilles et regarde les reportages jusqu'à m'endormir avec à mes côtés les 4/5/6/7 canettes de bière forte. J'ai déjà réussi le test d'arrêt pendant environ une semaine d'affilée mais dès que je retouche un verre je replonge... je suis à côté de sa un sportif régulier. Je pratique le trail et parviens à courir régulièrement des distances allant jusqu'à 50 km. J'ai l'impression d'avoir 2 vies. Celle de la journée, tjr sobre, sportif, toujours occupé, travailleur, et malheureusement celle du soir avec cette attente de l'heure où je vais pouvoir enfin me poser avec mes bières. Je sors très peu en soirée donc pas trop de tentations mise à part lors de repas avec des amis. J'ai décidé d'arrêter complètement l'alcool ce 26 août car ce poison me gâche vraiment la vie et je commence à avoir peur pour ma santé. J'espère y arriver grâce au sport car je pense qu'il faut un échappatoire. Affaire à suivre...