

## TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

### 2 MOIS D'ARRÊT DE L'ALCOOL

---

Par Profil supprimé Posté le 25/09/2019 à 23:39

Bonjour, cela fait 2 mois que je ne bois plus, je l'ai fait sans demander de l'aide car je ne ressentais rien, mais malheureusement, j'ai rendu visite à une amie qui boit 2 verres tous les jours, elle m'a dit qu'elle se sentait bien comme ça, je n'ai rien bu, mais maintenant par moments, je me sens envahi par une grande tristesse que je ne comprends pas moi-même, des souvenirs qui reviennent continuellement ou je me sens coupable, aussi, je me pose la question, est-ce qu'en buvant 1 verre ou deux par jour, on peut-être mieux dans sa peau.  
est-ce qu'il y a des personnes qui ont eu les mêmes sentiments?  
je vous remercie