

J+1

Par [dav2120](#) Posté le 01/04/2022 à 06h58

Bonjour

J'ai arrêté l'alcool le 30 au soir après ma dose journalière, j'ai expliqué un peu mon parcours hier soir dans un autre poste.

Je me sens étonnamment bien ce matin malgré une nuit agitée, peu dormi, sensation de froid par moment, cauchemars.

Je reste en tout cas sur mes gardes et compte que ce n'est que le début.

Force et courage