FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

# TROP C'EST TROP

Par Profil supprimé Posté le 27/07/2015 à 15h07

Bonjour,
Je ne bois pas tous les jours mais a chaque fois je ne sais pas m'arrêter
Je fais des apéros avec des amis 3 ou 4 fois/sem et a chaque fois c'est le même cinema. 1 ou 2 verres ça ira et j'en suis incapable. Je bois essentiellement de la bière et du vin en très grande quantité.
J'ai des trous noirs et j'ai honte.
Je ne supporte plus cette situation je ne sais pas comment faire mais je suis sûre qu'il faut que j'arrête.
Merci a vous

## 2 RÉPONSES

**Profil supprimé - 27/07/2015 à 18h43**

Bonsoir, le mieux serait de savoir exactement ce que tu veux. Allez voir un professionnel serait un plus , n'oublies pas qu'il y a aussi le chat et le téléphone dispo sur ce site.

Quand on ne peut maitriser sa consommation d'alcool, pour moi il n'y a qu'une solution: l'abstinence.

**Profil supprimé - 03/08/2015 à 15h09**

oui pat tu as raison