

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

### ALCOOL SEULE

---

Par **Nicol2304** Posté le 24/09/2021 à 10h12

Depuis plusieurs mois, je bois seule en soirée, et je ne supporte plus cette situation.  
En sortie, je bois normalement,  
Honnêtement si quelqu'un peut m'aider  
D'avance merci

### 1 RÉPONSE

---

**Flodevie** - 28/09/2021 à 13h33

Bonjour nicol2304

J'ai posté mon premier message aujourd'hui sur le fil jour J que je lisais déjà depuis plusieurs mois.

Comme toi je bois seule, mais beaucoup et depuis très longtemps.

Aujourd'hui ça fait 4 jours sans, à peine un premier petit pas.

S'est-il passé quelque chose au moment où tu as commencé à boire seule ?

Moi le déclencheur a été la séparation avec le père de ma fille, trop de douleurs, besoin d'oublier... Et la mauvaise habitude a pris le relais même quand ma vie est redevenue plus stable.

Au plaisir de te lire

---