

## 3 JOURS SANS BOIRE

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 14/05/2016 à 13h45

Ai-je un problème d'alcool ? Pour le vérifier j'ai décidé de passer au moins dix jours sans boire.

C'est vrai que si j'observe ma conso d'alcool et que je fais les tests sur les différents sites, j'ai une "consommation à risque" : soirées régulières, trop régulières, pendant lesquelles je ne m'arrête de boire que lorsqu'il n'y a plus rien à boire, des bières quasi chaque soir même seule... des potes qui ont déjà fait des cures... bon donc stop ! j'ai envie d'être en forme et de me sentir bien dans mon corps donc je fais un break !

on est samedi, rien bu depuis mardi soir mais je ne dis pas que je n'y ai pas pensé, forcément j'y ai pensé surtout en rentrant du boulot avant-hier soir, je voulais des bières pour me détendre. mais je ne suis pas allée en acheter. j'avais mal à la tête ce matin comme un lendemain de cuite alors j'ai eu peur que ce soit un signe de manque. j'ai appelé alcool info service qui m'a orienté vers un service d'addicto youpi !! mais la fille que j'ai eu au téléphone m'a rassurée en me disant que ce n'était pas un symptôme de manque...