ALCOOL-INFO

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

# J'AI DÉCIDÉ D'ARRÊTER DE BOIRE TOUS LES JOURS

Par Profil supprimé Posté le 12/11/2016 à 13:35

Bonjour à tous,

Depuis 3 ans, l'alcool est omniprésent dans ma vie et même si je me suis beaucoup amusé à faire la fête et l'apéro, j'aimerais réussir a avoir le contrôle sur la bouteille.

Ces dernières semaines sont un peu bizarres pour moi alors je me suis mise à un peu plus boire et seule (une bouteille de crémant - vin blanc - champagne à moi toute seule), j'ai déjà été jusqu'à boire 2 bouteilles.

Je sais que si je fais rien je risque de m'enfoncer dans une gouffre où je pourrai tout perdre. Ouvrir une bouteille, se servir un premier, un deuxième, etc... c'est la solution de facilité.

J'aimerais vaincre ma dépendance en faisant du sport et en retrouvant une vie saine.

Alors après avoir bu ma dernière bouteille hier, j'ai décide de commence une nouvelle vie ce matin.