

## TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

### MON COMBAT

---

Par Profil supprimé Posté le 25/07/2017 à 13:12

Bonjour,

je ne pensais pas jusqu'à ces derniers être addict à l'alcool.  
C'est vrai, auparavant je buvais occasionnellement lors d'un repas de famille.

Puis il y a plus d'un an j'ai eu un mal-être avec par la suite un burn-out (sans arrêt de travail).  
A la fin de la journée de travail, j'ai commencé à prendre l'apéro (whisky), en quelque sorte pour décompresser. Bien sûr ce n'est pas les doses de café (x3). Puis au bout d'un certain temps, ce n'est plus 1 mais 2 voire 3 y compris en plus le vin pendant les repas.

Mes proches s'en rendent compte et me reprochent ce comportement. Je suis suivi par un psy pour le burn out et lui ai exposé mes problèmes avec l'alcool.