

## PREMIER JOUR

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 12/07/2017 à 00h56

Bonjour!

Je consomme de manière problématique depuis une dizaine d'années ( j'ai à peine 30 ans)

Je bois généralement seule quasiment tous les jours 3/4 de bouteille de whisky avec coca light.

Je suis une femme.

J'en ai assez et je connais les influences néfastes de ce poison sur mon corps du point de vue social, professionnel ( je suis fonctionnaire dans la justice) amical et familial amoureux financier médical ( j'ai pris plus 35 kg) moral etc.

J'ai décidé d'arrêter.

Complètement.

Hier je n'ai pas bu. Je me suis couchée tôt.

Aujourd'hui je ne boirais pas.

Je l'espère.

Je suis aidée par une diététicienne et un psychologue.

J'espère vraiment y arriver.

Bonne soirée et courage à tous.

Emma

### 1 RÉPONSE

---

[Profil supprimé](#) - 12/07/2017 à 18h52

Hello Happygroumph,

Excellente décision, il n'est jamais trop tôt pour arrêter la machine infernale qui détruit tout sur son passage , petit à petit . L'alcool est puissant , déroutant , sournois et cette maladie appelée alcoolisme est évolutive , incurable et mortelle .

Ne plus toucher le premier verre, un jour à la fois qu'on m'a appris chez A.A.

Te voici entre les mains d'une diététicienne, d'un psychologue et pourquoi ne ferais-tu pas aussi partie d'une association d'anciens buveurs . Il y en a plusieurs dont A.A., mondialement connue, la Croix Bleue, Vie Libre...

Si tu restes abstinente ,et cela ne dépend que de toi, le 12 juillet 2018, tu souffleras ta première bougie ; ce sera vraiment un happy groumph

Bienvenue et crois-y, c'est faisable ! Bien d'autres avant toi sont devenus et restés abstinents .

En pensée avec toi ,

salmiot1

---