

ARRET TOTAL ALCOOL

Par **Profil supprimé** Posté le 18/04/2018 à 11h08

Bonjour. Je suis nouvelle sur le forum. Après quelques années d addiction alcool et cigarette, je me suis décidée d arrêter le tout. L alcool me rend agressive verbalement., je n arrive pas à me limiter au niveau de la consommation et ras le bol des états nauséeux, trous noirs et culpabilité. Cela fait 24 jours et ça se passe plutôt bien. Voilà le tableau est dressé.

4 RÉPONSES

Profil supprimé - 18/04/2018 à 13h49

Bravo! Félicitations pour cet arrêt!

Profil supprimé - 19/04/2018 à 09h43

Bonjour Lila12.

Je vous remercie. Ce n'est pas évident tous les jours. Mais je tiens bon.

val974 - 19/04/2018 à 13h38

Bravo ! Et bon courage pour la suite.

J'ai également entrepris la même démarche il y a 36 jours. Un verre de vin à trois repas le week-end dernier. Mais qui ne m'ont procuré aucun plaisir. Par contre le stress de replonger. Donc je suis revenue à l'abstinence.

Ce n'est pas facile, et le regard de l'entourage finalement assez pesant. On apparaît tout à coup un peu rabat-joie... Comment cela se passe avec vos proches ?

Profil supprimé - 20/04/2018 à 22h00

Un peu décontenancés par ma decision au début car je cachais bien ma conso sauf quand c'était vraiment trop, mes proches ont toujours respecté ma volonté de faire une croix sur l'alcool. Ce sujet n'est même plus abordé. C'est désormais acquis chez eux. Cela fait 19 mois ! Courage à vous. Un jour après l'autre...
