

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

# FINIS LES BLACK-OUTS!!!

---

Par **Profil supprimé** Posté le 06/06/2018 à 09h19

Cà faisait 3 semaines que j'étais sur ce programme informatique (très) complexe.

Hier soir, à 22h, une idée fulgurante.

Je me mets sur l'ordi.

Cà marche!!!

Ce matin, je désenchante vite: j'ai tout simplement oublié de sauvegarder mon travail d'hier soir qui est donc perdu...

Et bien ça a été tout simple: je me suis rappelé toutes les étapes que j'avais faites hier soir et j'ai reproduit en moins d'un quart d'heure!

Cà fait juste 30 jours que je suis sobre.

Et le truc tout simple que je viens d'écrire (se souvenir de ce qu'on a fait la veille au soir) aurait été quasi-impossible il y a quelque temps!

Qu'est-ce que c'est bon!!!

## 4 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 06/06/2018 à 21h21**

salut.

ca donne vraiment envie d arreter

j essaye d arreter . c'est compliqué. je sens mes capacités reduites depuis que je suis alcoolique. et ca s aggrave de jour en jour. 3 jours que j ai pas bu. j espere tenir au moins un mois.

---

**Profil supprimé - 07/06/2018 à 11h36**

Salut Jean-Joseph.

Les facultés cognitives...

Je dois dire que c'est ce qui m'a fait le plus peur quand je me suis vu décliner...

Bien sûr le matin après un BlackOut.

Mais également tout le temps.

J'avais l'impression que ma mémoire et ma volonté étaient moins acérées, retenues par une sorte de nuage épais.

Au bout d'un mois, je m'aperçois que tout est en train de revenir.

Génial!

Cà vaut vraiment le coup de morfler un peu au sevrage...

Bref, je m'encourage!

Et je t'encourage!

---

**Profil supprimé - 08/06/2018 à 14h02**

Cela redonne espoirs !!! Tu as raison tu peux être fier et t encourager ! J espere aussi y arriver et être aussi fier de moi!

Moi je ne bois pas tt les jours mais quand je commence je le m arrête plus et je ne me souviens de rien ! Tout ca bien évidemment en cachette. Je commence a en parler un peu car je veux etre comme toi stopper définitivement! Je n avais pas bu depuis 10j et hier j ai craqué.... j ai honte et je m en veut !

Je veux arreter pour moi mais avant tout pour mes 2 minis moi car je suis seule avec eux et ils ne meritent pas une mère comme ca !!!!

Ca me fait du bien de l ecrire en tous cas.

Bonne continuation a toi et bravo !!!

---

**Profil supprimé - 10/06/2018 à 19h45**

oui je me doute que ca vaut le coup.

la j essaye d arreter et j arrive a tenir un peu plus longtemps entre chaque alcoolisation. j essaye a chaque fois de repousser le premier verre. bref je veux y arriver et je vais y arriver. peut importe les sacrifices a faie...

je me rend compte que plus je reste sans boir er mieux je suis moralement et physiquement. je pense qu on peut vivre sans alcool sans problème.

---