VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

BESOIN D'AIDE COCAINE

Par Almerine Postée le 18/02/2024 19:47

Bonsoir, et merci par avance pour le temps que vous accorderez à mon message. Cela fait maintenant 2 ans que je consomme régulièrement. Cela a commencé lorsque j'ai subit du harcèlement psychologique au travail et car je me suis retrouvée dans une ville loin de ma famille. Au début c'était une fois par semaine, un demi mais au bout de deux ans, je suis à 2 fois par semaine et 5voir 6g. J'ai cette rage de m'en sortir. Après chaque rechute je supprime tous les numéros mais lorsque l'envie réapparait j'oublie tout. Je suis incapable de réfléchir. J'en suis arrivée à un point ou je ne peux plus m'en sortir seule. J'ai très longtemps éviter cette finalité mais je ne peux plus le mentir à moi même. Que me conseillez-vous dans cette situation ? Encore merci.

Mise en ligne le 20/02/2024

Bonjour,

Votre détermination à vous en sortir transparaît dans votre question, ce qui est très encourageant. Pourtant, comme vous l'écrivez, cela ne suffit pas toujours.

Souvent, l'arrêt d'une consommation nécessite de passer par un accompagnement, un soutien, une aide extérieure. Ce soutien permet de comprendre ce qui nous ramène vers le produit et quelles stratégies mettre en place pour retrouver sa capacité à ne pas consommer.

Cela en dit long sur le chemin que vous avez déjà parcouru que vous soyez capable de demander de l'aide. Plusieurs ressources existent.

Tout d'abord, vous pouvez appeler la ligne verte de Drogues Info Service, au 0 800 23 13 13, gratuitement tous les jours entre 08h et 02h. Votre anonymat y sera garanti et vous y trouverez du soutien, des conseils et un espace de parole. Le fait d'en parler plus longuement pourra nous permettre de vous proposer une aide plus personnalisée. Vous pouvez aussi nous écrire sur notre site, sur le tchat, entre 14h et 00h, tous les jours, anonymement.

Si vous vous sentez prête à en parler à une personne, en présentiel, vous pouvez vous tourner vers un CSAPA. Les CSAPA sont des Centres de Soin, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie, ce sont des espaces dans lesquels plusieurs professionnels travaillent ensemble pour aider les personnes qui luttent avec un produit à en sortir. La première étape est de les appeler et de prendre un rendez vous pour faire un état des lieux de la situation et du type d'aide dont vous avez besoin. Nous vous avons joint en fin de page des liens vers des structures, à Bordeaux. Si vous préférez vous éloigner de votre lieu d'habitation, c'est possible et dans ce cas, vous pouvez effectuer une recherche dans la rubrique "adresses utiles" du site, que nous vous avons également joint en bas de page.

Nous vous souhaitons beaucoup de courage et de force pour la suite,

---

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES

ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE - CSAPA DE BORDEAUX

67, rue Chevalier
33000 BORDEAUX

Tél : 05 57 57 00 77
Site web : addictions-france.org/etablissements/csapa-de-bordeaux/
Accueil du public : Du lundi au Vendredi de 8h30 à 19h (sauf vendredi jusqu'à 17h)
Secrétariat : Du lundi au jeudi de 8h30 à 19h. Le vendredi de 8h30 à 17h.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur place ou avec le dispositif CAAN'ABUS Bordeaux : 41 rue Sainte Colombe

Voir la fiche détaillée

CEID ADDICTIONS -CENTRE MAURICE SERISÉ

24, rue du Parlement Saint-Pierre
33000 BORDEAUX

Tél : 05 56 44 84 86

Site web : ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h
Accueil du public : du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, sauf mercredi matin

Centre : Pour l'analyse de produits contacter le 07 50 54 48 07

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service