

UN SUIVI PENDANT L'ABSTINENCE.

Par **Rikem59** Posté le 12/09/2021 à 08h01

Bonjour. Depuis déjà 5ans maintenant, j'arrive à être abstinente en moyenne de 6mois a 1ans. Mais je rechute, avec une consommation d'une semaine à me détruire et ré abstinence pendant 6mois.

J'aimerais savoir où et à qui me renseigner pour un suivi psychologique peut être mensuel pour comprendre ces rechutes et justement rester abstinente a vie.

1 RÉPONSE

Moderateur - 06/10/2021 à 12h11

Bonjour Rikem59,

Vous n'avez pas eu de réponse en temps voulu mais au cas où la question serait toujours d'actualité pour vous sachez que vous pouvez contacter un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) pour un suivi psychologique dans le cadre de votre sevrage. Les consultations sont gratuites et l'aide apportée par ces centres peut aussi bien être médicale que psychologique ou sociale en fonction de vos besoins. Les CSAPA travaillent notamment sur la prévention de la rechute donc cela devrait vous aider.

Pour trouver le CSAPA le plus proche de chez vous n'hésitez pas à appeler notre ligne, contacter l'un de nos écoutants par chat ou utiliser la rubrique adresses utiles de ce site (ci-contre à droite, sous la carte de France).

Cordialement,

le modérateur.
