© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Conseils sur l après cure

Par Sixto Postée le 28/03/2023 11:45

> Bonjour, ma compagne est en cure depuis 8 jours, j'appréhende beaucoup sa sortie, je crains une rechute d'autant qu'elle vit chez ses parents et que des personnes non fréquentables qui se drogue a la cocaïne connaisse l adresse où elle réside. Afin de tout régler et éviter ses mauvaises fréquentations qui j'en suis certain viendront frapper a sa porte, déjà en ce moment ils l appellent...., Ne devrait elle pas déménager ? Tout recommencer de zéro.... c'est une bonne personne mais parfois fragile et influençable.. merci pour vos conseils.

Mise en ligne le 29/03/2023

Bonjour,

Nous tenons à saluer votre sentiment de sollicitude envers votre compagne. Dans le cadre de conduites addictives, le soutien des proches est déterminant.

Nous comprenons vos inquiétudes. Il est vrai qu'à la suite d'un séjour dans un endroit assez "contenant", le fait de retrouver ses habitudes et un entourage tentateur peut être compliqué à appréhender, et générer du stress, voire une reconsommation.

Cependant, être chez ses parents peut également être rassurant pour votre compagne (nous ne connaissons pas la relation qui les lie). C'est à votre compagne de voir ce qui la met en difficulté, ou au contraire ce qui la sécurise. Nous vous proposons d'en discuter avec elle, pour anticiper la sortie et le retour à la vie quotidienne.

Après la cure, il est important de continuer le suivi avec des professionnel-le-s, afin de consolider la démarche d'arrêt, et de pouvoir apprendre à faire face à la tentation. Le produit existera toujours, et même s'il est nécessaire de se préserver de personnes mal intentionnées, il n'est malheureusement pas possible de se tenir à distance de substances qui circulent facilement partout.

Il existe des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA), qui proposent un suivi personnalisé et gratuit, sous forme de rendez-vous réguliers, à toute personne en demande d'aide, par

rapport à des consommations ou à celles d'un-e proche. Si cela vous intéresse ou peut intéresser votre compagne, n'hésitez pas à rechercher la structure la plus proche de chez vous dans la rubrique "Adresses utiles", et en cochant "soutien individuel" après avoir obtenu les résultats concernant votre département.

Vous pouvez également proposer à votre compagne de contacter notre service, en cas de besoin (envie irrépressible de consommer, doutes...), ou tout simplement pour échanger autour des différents outils qui existent et qui pourraient l'aider dans sa démarche d'arrêt.

Nous sommes ouverts tous les jours, entre 8h et 2h du matin par téléphone (appel non surtaxé), ou entre 14h et minuit par tchat.

Bonne continuation à vous,

L'équipe de Drogues Info Service.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service