

Vos questions / nos réponses

# Dépendance d'un ami

Par [Aruka](#) Postée le 23/11/2023 14:58

Bonjour, un ami viens de me confier qu'il est accro à la cocaine et je ne sais pas par où commencer pour l'aider..

---

**Mise en ligne le 01/12/2023**

Bonjour,

Nous entendons tout à fait votre souhait d'aider votre ami et d'être à ses côtés dans cette période difficile. Nous allons tenter de vous guider au mieux pour cela.

La première chose que vous pouvez faire lorsque l'occasion se présentera, serait de proposer à votre ami de discuter des effets de cette consommation pour lui, ce que cela lui permet, les bénéfices qu'il y trouve, etc. L'idée est de renforcer la confiance en lui montrant qu'il peut en parler sans être jugé.

Vous pouvez également l'inviter à réfléchir à ce qu'il souhaite pour sa consommation, c'est à dire continuer, diminuer ou arrêter, et au type d'aide qu'il pourrait vouloir pour cela.

Ensuite, nous vous invitons à proposer à votre ami de nous contacter pour discuter de sa consommation avec un.e écoutant.e. Le service est gratuit et anonyme. Nous répondons au 0 800 23 13 13 tous les jours de 08h à 02h. Nous sommes également joignable sur le tchat internet, de 14h à 00h du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Il pourra échanger sans jugement et réfléchir aux aides possibles en fonction de ce qu'il souhaite. Vous pouvez d'ailleurs vous même nous contacter pour vous, si vous souhaitez être aidé.e pour l'aider.

Nous espérons avoir pu vous aider et vous souhaitons une bonne fin de journée,

Bien à vous,

---

