© Drogues Info Service - 14 juin 2025

Forums pour l'entourage

Comment savoir si on fait bien pour les aider au quotidien ?

Par Kandy Posté le 10/09/2024 à 11h48

Franchement, j'avoue que c'est pas toujours évident de comprendre ce qui est vraiment bon pour quelqu'un qui traverse une période difficile... On se pose plein de questions, on essaye de soutenir, mais des fois on se demande si on fait bien, tu vois ? Genre, est-ce qu’on peut vraiment les aider à se sentir mieux avec des petites choses du quotidien ? Perso, j’ai essayé de trouver des solutions pour que tout le monde se sente mieux, mais c'est pas facile de savoir si ça marche vraiment ou si c'est juste dans ma tête. Vous avez des astuces pour aider à leur donner confiance en eux, genre sur des petites choses pratiques ou des habitudes ?