

Vos questions / nos réponses

Besoin d'aide pour mon fils héroïnomane

Par [Caroline](#) Postée le 27/08/2025 15:20

Bonjour, Je vous écris car je suis totalement désemparée face à la situation de mon fils de 28 ans, héroïnomane depuis plusieurs années. Il vit chez moi et je n'en peux plus de le voir se détruire, tout en impactant fortement ma vie et celle de sa compagne. Il prend sa méthadone de façon très irrégulière, consulte son médecin de manière aléatoire, mange très peu et reste violent dans ses paroles (mais pas physiquement). Je ne lui donne pas d'argent : il finance sa consommation avec son RSA. Je sais pertinemment que c'est lui seul qui peut décider de se soigner, de suivre un traitement correctement ou d'entamer une cure. Mais je constate qu'il sombre de plus en plus et que sa consommation empire. Je ne veux pas le mettre dehors, mais je suis à bout et je ne sais plus quoi faire. Je voudrais savoir quelles démarches je peux entreprendre, pour l'aider si possible, mais aussi pour me protéger moi-même. Quels soutiens existent pour les proches dans ma situation ? Merci d'avance pour votre écoute et vos conseils. Bien cordialement,

Mise en ligne le 28/08/2025

Bonjour,

Il est tout à fait légitime, dans le contexte que vous décrivez, que vous vous sentiez démunie et soyez en quête de soutiens. Pour cela, vous pourriez vous rapprocher d'un centre d'addictologie, y être reçue en tant que personne de l'entourage et ainsi bénéficier de soutien mais aussi de conseils. Cela pourrait répondre à votre demande d'être aidée à aider votre fils.

Nous vous joignons en bas de message des coordonnées dans votre ville. Les consultations dans ces centres sont individuelles, confidentielles, gratuites et assurées par des professionnels de l'addictologie.

Une autre possibilité serait d'entrer en contact avec un groupe d'entraide destiné à l'entourage de consommateurs de drogues. L'association « Nar-Anon » propose des réunions en ligne tous les lundis soirs de 20h à 21h. Vous trouverez le lien vers leur site ci-dessous.

Dans le même ordre d'idée, celle de l'entraide et du partage d'expérience, vous auriez la possibilité si vous le souhaitez de créer un fil de discussion dans la rubrique des « Forums » sur notre site. Des internautes,

sensibles à la situation dans laquelle vous vous trouvez, pourraient de cette manière vous apporter leur soutien ou vous faire part, dans leur propre parcours d'aidants, de ce qui les a eux-mêmes aidés. Le lien vers les forums se trouve également ci-dessous.

Bien entendu, notre équipe reste à votre disposition dans le cas où vous désireriez revenir vers nous pour prendre un temps d'échange. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Bien à vous.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv

CSAPA Nautilia

6 place Jules Ferry
76600 LE HAVRE

Tél : 02 35 19 32 43

Site web : www.oppelia.fr

Accueil du public : Le lundi et mercredi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le mardi et vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, le jeudi de 9h à 13h et de 17h à 19h

Consultat° jeunes consommateurs : mercredi de 9h à 13h et de 14h à 17h

Substitution : permanence tous les matins de 10h30 à 12h30 et le jeudi de 16h à 18h

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- ["Nar-Anon"](#)
- ["Les forums de discussion"](#)