

Vos questions / nos réponses

Aide

Par [Daniele59](#) Postée le 12/01/2026 09:56

Bonjour Mon fils de 21 ans addict au Cali essaye de se sevrer seul. Il a d'ailleurs réussi à réduire considérablement sa consommation. Malheureusement, régulièrement il fait des crises de colère et ne se contrôle plus (il casse tout ce qui lui passe dans les mains. Carreaux, placo, il retourne les meubles...) Lorsque j'appelle la police car il est devenu incontrôlable, il se sauve. Puis le lendemain il demande pardon (parfois) et fait comme si rien ne s'était passé. Sa dernière crise, il l'a fait le jour de mon anniversaire et il avait des paroles sarcastiques envers moi. Alors que je sais que ça lui fait mal de me faire souffrir, mais c'est plus fort que lui. Je ne sais plus quoi faire et je me lève chaque jour en me demandant comment se passerai la journée

Mise en ligne le 20/01/2026

Bonjour,

Nous imaginons combien la situation que vous vivez avec votre fils doit être douloureuse pour vous. Face à la peur d'aborder chaque jour en ne sachant pas ce qui pourrait se passer, nous vous invitons à vous faire aider.

Il nous semble important que vous puissiez reprendre confiance en vous pour pouvoir aborder les événements avec recul et trouver des moyens d'actions qui permettront une vie familiale plus sereine.

Quelle que soit la substance consommée par votre fils, la violence ne se justifie pas. Il a peut-être lui aussi besoin d'aide pour exprimer ses émotions avant qu'elles ne deviennent violence et colère.

Il existe des lieux appelés CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) où vous et votre fils peuvent être aidés. Nous vous proposons de contacter au sein de ces structures un service spécifique qui s'appelle Consultation Jeune Consommateur (CJC).

Ce service est spécifique pour les jeunes jusqu'à 25 ans. Vous pouvez le proposer à votre fils. S'il le souhaite, il pourra y prendre rendez-vous. Les professionnels de ces CJC reçoivent aussi les parents, indépendamment

de leur enfant, pour de l'accompagnement parental. Vous y trouverez des personnes spécialisées en addictologie (infirmiers psychologues, médecins, travailleurs sociaux...) qui vous aideront à y voir plus clair et à agir pour que votre vie familiale se déroule de manière sereine.

Nous vous joignons ci-après 2 adresses de CSAPA avec CJC au plus proche de votre domicile. N'hésitez pas à prendre contact pour des informations et/ou un rendez-vous.

Vous trouverez également ci-après un lien vers le site internet de "l'école des parents" que vous pourrez aussi joindre du lundi au vendredi 10h-13h / 14h-20h et le samedi 10h-13h au numéro de téléphone 0805 382 300 (Appel confidentiel, anonyme et gratuit). Des professionnels pourront vous aider, vous écouter et vous soutenir dans les difficultés que vous vivez avec votre fils.

Pour de l'écoute, du soutien ou toute autre question, vous pouvez joindre nos écoutants 7j/7 de 8h à 2h du matin au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou par tchat, depuis notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tout notre soutien dans vos démarches,

Bien cordialement,

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

[Centre La Boussole](#)

57 avenue Désandrouin
Centre la Boussole
59300 VALENCIENNES

Tél : 03 27 14 05 90

Site web : www.ch-valenciennes.fr

Secrétariat : Du lundi au jeudi de 8h à 12h et de 13h à 17h, le vendredi de 8h à 12h et de 13h à 16h et les samedis de 8h à 12h

Accueil du public : Du lundi au jeudi de 8h à 12h et de 13h à 17h, le vendredi de 8h à 12h et de 13h à 16h et les samedis (hors congés scolaires) de 8h à 12h

[Voir la fiche détaillée](#)

[CSAPA Delta](#)

67 avenue Villars
59300 VALENCIENNES

Tél : 03 27 41 32 32

Site web : www.le-greid.fr

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00 (16h30 le vendredi). Pas d'accueil le jeudi matin et réouverture 15h30-17h. Un samedi par mois de 9h à 12h30.

Consultat° jeunes consommateurs : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00 et le jeudi de 15h30 à 17h00 Un samedi par mois de 9h à 12h30. Pas d'accueil le jeudi matin.

Substitution : Délivrance: lundi-mardi-mercredi-vendredi: 9h-11h30. Jeudi 15h30-18h

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [école des parents](#)