© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Je suis complètement perdue

Par R2d2 Postée le 17/03/2026 01:41

> Que faire quand la drogue a pris le contrôle total ?

Mise en ligne le 23/03/2026

Bonjour,

Nous aurions voulu pouvoir vous répondre personnellement mais nous manquons d'éléments concernant votre situation pour le faire.

Nous comprenons que vous semblez être dans une situation problématique avec une consommation, mais s'agit-il de la vôtre ou concerne-t-elle un proche, cela n'est pas précisé.

Pouvoir en parler nous semble être le premier pas à franchir pour sortir du sentiment d'être « perdue » comme vous l'indiquez dans le titre du message que vous nous adressez.

Il existe des lieux de prise en charge pour les usagers en difficulté avec leurs consommations. Ce sont des CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Ces lieux de consultations vous permettent de rencontrer des professionnels de santé, tous formés à l'addictologie, et pouvant vous proposer un accompagnement, un soutien dans un arrêt ou une diminution de consommation, selon votre objectif. Ces consultations sont individuelles, confidentielles et gratuites, elles sont un lieu de dialogue sans jugement. Le premier rendez-vous pourrait vous permettre de faire un point sur votre situation, en parler et décider de la suite à donner à cette première rencontre.

Sachez que ces centres peuvent également recevoir l'entourage des usagers en difficultés pour un accompagnement.

Si cela vous intéresse, nous vous proposons en bas de ce message les coordonnées de différents lieux vers lesquels vous tourner dans le département que vous nous indiquez.

N’hésitez pas à revenir vers nous si vous souhaitez nous donner plus de précisions afin que nous puissions vous adressez peut-être une réponse plus adaptée à votre situation. Nous sommes également disponibles par téléphone 7j/7 de 8h à 2h du matin au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit). Egalement par chat depuis notre site internet, de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le weekend.

Bien cordialement.

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

---

CSAPA de Belfort - Association Addictions France

6 rue du Rhône
Centre Sud Affaires
90000 BELFORT

Tél : 03 84 22 31 39
Site web : www.addictions-france.org
Secrétariat : Lundi, mardi, mercredi de 9h à 17h - jeudi de 9h à 18h - vendredi de 9h à 17h
Accueil du public : Lundi, mardi, mercredi de 9h à 17h - jeudi de 9h à 18h - vendredi de 9h à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Permanence CJC le mercredi de 14h à 17h au Rez-de-Chaussée du Bâtiment, et dans les établissements post-BAC auprès d'étudiants, ou en lycées lors de consultations avancées

Voir la fiche détaillée

CSAPA de Belfort - Le Relais Equinoxe

6 rue du Rhône
Centre Sud Affaires
90000 BELFORT

Tél : 03 84 21 76 02
Site web : urlz.fr/qsyP
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Substitution : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : De préférence le mercredi de 14h à 17h

Voir la fiche détaillée

CSAPA Le Relais - Equinoxe : consultation avancée

1 rue Eugène Claret
Comité Inter Entreprise (CIE)

90100 DELLE

Tél : 03 84 21 76 02
Site web : urlr.me/Jw4NT
Secrétariat : Le lundi et mardi de 11h à 17h mercredi et jeudi de 14h à 17h vendredi de 9h à 17h
Accueil du public : Consultations sur rendez-vous avec la psychologue le jeudi semaine impaire de 9h à 16h
Consultations sur rendez-vous avec l'infirmière le jeudi semaine impaire de 9h à 16h

Voir la fiche détaillée