

Forums pour l'entourage

## Sœur d'une dépendante « héroïne, médicaments... »

Par MyriamF Posté le 15/04/2026 à 09h27

"Bonjour, j'écris parce que ma sœur est dépendante à l'héroïne et aux médicaments. Elle est suivie en CSAPA, mais la situation à la maison est très compliquée.

J'ai découverte la situation en avril 2025 sa dépendance et les abus (dealeurs) qui sont effectifs. J'habite à 800km de ma mère qui héberge ma sœur. Ce qui fait que la distance rajoute des effets à mon impuissance.

En avril, je découvre notre mère et ma sœur en extrême détresse, m'outrant de faim à la limite d'être mise dehors. L'histoire familiale est lourde ma sœur enfant roi et moi celle qu'on utilise rajoute à ma chute dans le vide,

Ma sœur et ma mère sont en plein déni ce qui fait que les premiers mois, j'ai crié au sein de la police (plainte et complément près de 300 000€ ce sont volatilisés), services sociaux (ma mère mise sous curatelle renforcée) et sociaux (pour un suivi administratif et ponctuelle, car leurs dénis faisant que je découvre bien des faits.

Je pâli au quotidien (presque 500€/mois) en courses alimentaires et quotidiennes. Je me rends chez eux 1 fois tous les deux mois.

Le Csapa fait un suivi (je n'en ai aucun lien) et le CMS (protection judiciaire mis en place en février 2026.

La vous me dirai mais pourquoi écrire si tout est en route, car je suis épuisée proche du burn-out. Je réussis à lâcher prise un moment mais les comportements de ma sœur me sont de plus en plus compliqué à supporter.

C'est l'hôtel (et encore elle ne paye absolument rien) nourri car elle ne cuisine pas (c'est pain, salade et yaourt début du mois) sans hygiène une chambre déchèterie ou elle stocke un passé et des affaires à vendre, et moi qui n'ai plus de travail, pas de reconnaissance car trop loin entant que proche aidant, je la vois profitant et accepter sa déchéance. Le présent est extrêmement compliqué et je dois attendre face à une protection judiciaire qui est juste mis en place. J'y ai laissé beaucoup d'affects et d'argent. Leurs dénis et habitudes que je sois là, font qu'elles se sentent non coupables.

Depuis un an, je m'implique énormément, financièrement et physiquement, et je suis aujourd'hui épuisée. Je culpabilise beaucoup à l'idée de prendre du recul, et j'ai du mal à poser des limites sans craquer.

J'aurais besoin d'aide pour savoir comment me protéger, comment réagir quand on me culpabilise, et jusqu'où je peux aider sans me perdre pieds.