

Vos questions / nos réponses

## Arrêter le freebase/crack

Par [Modjo](#) Postée le 29/04/2026 17:59

Bonjour si je viens vers vous c'est que je n'ai pas réussi à m'en sortir seule. Je consomme du crack depuis 2 ans mais depuis la perte de ma mère sa s'est intensifié et je ne fais plus rien d'autre de ma vie et je suis en train de perdre ma vie et mon mari.... je ne sais pas par où commencer sachant que des que je met le nez dehors on m'accoste sans arrêt et vu mon addiction c'est très difficile.. alors par où je commence ? Puisque en même temps je pense faire une dépression... si vous avez des conseils ils sont les bienvenus avant que je fasse une bêtise tellement j'en peux plus d'être comme ça....merci

---

**Mise en ligne le 30/04/2026**

Bonjour,

Nous entendons et comprenons que les sollicitations, dès vous sortez de chez vous, représentent un obstacle à l'arrêt de vos consommations. Si les personnes que vous croisez dans votre environnement habituel vous ramènent sans cesse au produit il est d'autant plus difficile bien sûr de ne pas céder.

Un éloignement temporaire pourrait peut-être faire partie d'une solution à condition que cela soit réalisable et que vous le souhaitiez. Nous ne savons quelles sont vos contraintes professionnelles, familiales, personnelles..., ni dans quelle mesure vous pourriez mettre ces obligations « entre parenthèses », pendant le temps nécessaire.

Vous évoquiez, lors d'un message précédent, l'attente avant d'être reçue pour un 1<sup>er</sup> rendez-vous au CSAPA de Draguignan. C'est le cas malheureusement dans la plupart des CSAPA actuellement. Nous vous joignons tout de même d'autres contacts proches de chez vous pour que vous puissiez vous renseigner sur les délais.

Il existe dans votre ville un autre dispositif, l'association « Al'Batros », qui est une association de réduction des risques. Peut-être pourriez-vous les solliciter dans l'attente qu'un rendez-vous en CSAPA se débloque. Ce pourrait être l'occasion de trouver un peu de soutien ainsi que des conseils pratiques pour envisager la suite si vous décidez d'engager des soins.

Notre service reste à votre disposition si vous avez envie de prendre un temps pour échanger de façon plus précise sur votre situation et vos difficultés. Nous sommes ouverts 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.

Avec tous nos encouragements.

---

## **Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les struc**

---

### **[CSAPA de Fréjus - Le MAGDELEINE](#)**

452 rue du Général Brosset  
**83600 FREJUS**

**Tél :** 04 94 40 22 46

**Secrétariat :** Lundi, mardi mercredi et vendredi de 9h30 à 16h30, jeudi de 9h30 à 13h30

**Accueil du public :** Lundi, mardi mercredi et vendredi de 9h30 à 16h30, jeudi de 9h30 à 13h30

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[CSAPA de Draguignan](#)**

65 Boulevard Joseph Collomp  
Site du Malmont  
**83300 DRAGUIGNAN**

**Tél :** 04 94 60 56 89

**Site web :** [www.ch-dracenie.fr](http://www.ch-dracenie.fr)

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 8h à 17h (pour l'alcoologie au 04 94 60 56 89), du lundi au vendredi de 8h à 16h (pour la toxicomanie et dépendances sans produit au 04 94 60 51 88)

**Substitution :** Centre méthadone du lundi au vendredi de 8h à 16h

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[CSAPA et PrevAdd \(Consultations Jeunes Consommateurs\)](#)**

7 rue Teisseire  
**06400 CANNES**

**Tél :** 04 93 69 79 55

**Site web :** [www.urlz.fr/uAMh](http://www.urlz.fr/uAMh)

**Secrétariat :** Lundi 9h-12h

**13h30-18h-Mardi 9h-12h : 13h30-17h-Mercredi 9h-12h**

**13h30-16h-Jeudi 13h30-17h-Vendredi 9h-12h : 13h30-16h**

**Accueil du public : Lundi 9h-12h**

**13h30-17h-Mardi 9h-12h : 13h30-17h-Mercredi 9h-12h**

**13h30-16h-Jeudi 13h30-17h-Vendredi 9h-12h : 13h30-16h**

**Consultat° jeunes consommateurs : Lundi 9h-12h**

**13h30-17h-Mardi 9h-12h : 13h30-17h-Mercredi 9h-12h**

**13h30-16h-Jeudi 13h30-17h-Vendredi 9h-12h : 13h30-16h Prendre rendez-vous au 04 93 69 79 51**

:  
:  
:  
:  
:  
:  
:

[Voir la fiche détaillée](#)