

## TOXICOMANIE-DÉPRESSION

---

Par Profil supprimé Postée le 20/10/2010 15:13

bonjour,

je vous explique ma situation. j'ai 21 ans et me drogue regulierement depuis 5-6ans. je consomme du cannabis tous les jours. par période, j'ai une prise quotidienne de cocaïne, amphétamine, ecstasy... enfin tout ce que je peux me procurer. je ferais ça à longueur de journée si je le pouvais et je suis bien consciente que je dois avoir un problème. De plus, je ne sais pas me limiter et je sens que je n'ai plus aucune motivation, plus aucun gout et que je tourne en rond. Angoisse, idées noires voire suicidaires ces quelques années precedentes, demotivation, besoin d'evasion le plus possible et je me renferme et me coupe du monde. Je voulais me renseigner sur les aides que je devrais avoir et si une cure de desintoxication est necessaire et donc en savoir toutes les modalités. J'ai repris les études sur Perpignan cette année. A la base, je suis nordiste. J'étais venue pour me prendre en main et arrêter tout ça mais depuis quelques semaines, je ne vais plus en cours et reste enfermée chez moi, à fumer cannabis, cocaine.... j'ai l'impression que je ne m'en sortirais jamais mais je pense que j'aimerais au moins essayer de me faire aider. le probleme est que j'ai peur de la personne que je vais devenir sans tout ça. Je me suis construite pendant l'adolescence dans la drogue, l'evasion, et le refus complet de la société.. J'ai l'impression de survivre dans ce monde et cela me fatigue de toujours trop penser et ne pas me sentir bien alors je fume, et je bois, ou je prends tout ce qqi peut me donner un minimum de coupure avec ce monde et mes pensées. Que dois je faire? Est ce payant un centre d'hebergement et de prise en charge pour un certain temps? Y a t'il des conditions pour y rentrer et avez vous des adresses sur Lyon? car jaimerais me rapprocher, pendant cette periode qui ne sera pas facile, j'en ai bien conscience, de quelques membres de ma famille résidant à Lyon.

Merci de votre réponse

je ne sais plus quoi faire, et espere que vous saurez m'aiguiller

---

### Mise en ligne le 20/10/2010

Bonjour,

Vos consommations quotidiennes de divers produits, ainsi que les angoisses et les idées noires que vous décrivez traduisent un mal être dont avez pris conscience. Vouloir arrêter de consommer peut être une solution pour aller vers un mieux être, sans que cela ne règle le problème qui est la base de vos consommations. "Avoir peur de la personne que vous allez devenir sans tout ça" est un sentiment souvent partagé par les consommateurs qui souhaitent arrêter une consommation importante qui dure depuis longtemps. Il semblerait nécessaire pour vous d'être accompagnée sur le plan psychologique, afin de faire face à cette peur, directement liée à votre mal être que vous dites gérer à travers vos consommations.

Nous ne svons pas ce que vous entendez par "centre hébergement". Sachez que la prise en charge en matière de toxicomanie existe sous la forme de lieux de cure gratuits et confidentiels qui sont adaptés pour les personnes qui présentent une dépendance physique à un produit, comme cela peut être pour l'alcool par exemple. Il existe aussi des lieux de post cure où la personne peut durant un à plusieurs mois consolider sa cure, dans un espace de prise en charge thérapeutique où sont proposées différentes activités ainsi qu'un soutien psychologique et/ou social.

Par ailleurs, il existe des suivis dits "en ambulatoire" dans des centres de soins, c'est à dire sous forme de consultations régulières. Des équipes pluridisciplinaires composées entre autre de travailleurs sociaux, de medecins et de psychologues y sont disponibles, avec qui il serait possible pour vous d'aborder et d'organiser votre demande de prise en charge.

Vous trouverez ci-dessous les coordonnées renvoyant vers deux structures telles qu'indiquées ci-dessus se trouvant à Perpignan et à Lyon. Si vous deviez avoir besoin d'une écoute ou d'un complément d'informations relatif aux orientations possibles, n'hésitez pas à contacter l'un de nos écoutant au 0800.23.13.13, 7jrs/è, de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe.

Cordialement.

---

**POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :**

---

### CSAPA ALINE VINOT

11 rue Joseph Cugnot  
66000 PERPIGNAN

Tél : 04 30 53 12 98

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

**Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h**

**Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h**

**Substitution : Délivrance et accompagnement : du lundi au vendredi de 9h à 13h**

**COVID -19 : Juillet 2022 : accueil en présentiel sur rendez-vous**

[Voir la fiche détaillée](#)

## **CSAPA LYADE - LYON**

**31, rue de l'Abondance**

**69003 LYON**

**Tél : 04 72 84 62 00**

**Site web : [lyade.arhm.fr/index.php](http://lyade.arhm.fr/index.php)**

**Secrétariat : Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h et le mardi de 10h à 12h et de 16h à 18h**

**Accueil du public : Lundi de 9h à 18h Mardi et mercredi de 9h à 19h jeudi de 9h à 17h30 et le vendredi de 9h à 17h**

**Consultat° jeunes consommateurs : Lundi de 13h à 17h30 Mardi de 16h à 19h Mercredi de 13h à 19h Jeudi de 14h à 16h vendredi de 9h à 13h**

**COVID -19 : Septembre 2021 - accueil en présentiel sur rendez-vous - Délai d'attente plus ou moins variable**

[Voir la fiche détaillée](#)