© Drogues Info Service - 29 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Je ne vois pas le bout !

Par Profil supprimé Postée le 10/07/2011 15:20

> Après des appartements thérapeutiques, une poste-cure, hopital spy. Là je suis en vacances et je reprends toutes les mauvaise habitudes : fumer et là je sniff la coke (mais pas longtemps, trop cher !) mais surtout les benzos (je prends tout ce qui défonce c'est pourquoi je me dis polytoxicomane). Je me doute qu'il me faut une activité mais je ne suis plus suivit par un psy et je ne sais pas comment refaire la démarche, ils n'aiment pas les toxicos ! Et le dernier que j'avais était merveilleux mais c'est impossible de reprendre avec ! Vous avez une idée parce que moi ça commence à sombrer profond. Merci

---

Mise en ligne le 11/07/2011

Bonjour,

Le chemin pour se défaire d'une addiction est parfois long et tortueux. Cela ne veut pas dire qu'il est sans fin. Vos démarches précédentes ont certainement modifié votre rapport aux produits et vous ont fait avancer.

Les périodes de vacances sont quelquefois difficiles à supporter car il faut faire face à l'ennui. Cela peut être l'occasion de faire des activités pour lesquelles vous n'avez pas le temps le reste de l'année (sport, sorties, lectures, cinéma, etc.). Cela peut également être l'occasion de rencontrer vos amis ou votre famille, pour vous changer les idées ou pour bénéficier de leur soutien.

Vous dites ne plus être accompagnée par un "psy". Il est en effet souvent nécessaire de poursuivre une prise en charge ambulatoire pour être soutenue dans cette nouvelle vie sans produit. Pour cela, vous trouverez ci-dessous des adresses de centres à Marseille qui proposent des consultations psychologiques. Les professionnels qui y travaillent sont spécialement formés à la question des addictions et ont choisi de travailler avec des toxicomanes. L'accueil y est anonyme et gratuit.

Si ces adresses ne vous conviennent pas, si vous avez des questions ou bien encore si vous ressentez le besoin d'un soutien ponctuel, vous pouvez nous contacter au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, de 8 h à 2 h, 7 jours / 7).

Vous souhaitant bon courage pour la suite,

Cordialement.

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

CSAPA Le Sémaphore

6 rue de Provence
13004 MARSEILLE

Tél : 04 91 91 50 52
Site web : www.addiction-mediterranee.fr/
Accueil du public : lundi de 9h à 13h et de 14h à 19h, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le jeudi de 14h à 19h. (horaires modifiés en juillet et août lundi jusqu'à 18h au lieu de 19h)
Substitution : délivrance de méthadone tous les matins sauf le jeudi.

Voir la fiche détaillée

Equipe mobile de prise en charge Parentalité Addictions Le Fil Rouge

7 square Stalingrad
13001 MARSEILLE

Tél : 04 96 11 57 66
Site web : www.addiction-mediterranee.fr/
Accueil du public : Lundi de 9h à 13h et de 14h à 18h,mardi de 9h à 13h et de 14h à 17h mercredi de 9h à 13h et de 14h à 19h, jeudi de 14h à 17h et vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h

Voir la fiche détaillée