

Vos questions / nos réponses

Envie de l'aider

Par [Profil supprimé](#) Postée le 07/10/2011 12:20

Bonjour,

Voilà un an et demi que je suis avec mon copain, il est âgé de 23 ans et a arrêté le cannabis pendant un an et demi pour la fille avec qui il était, depuis qu'elle l'a quitté il a replongé et n'arrive plus à arrêter, c'est à un stade d'addiction, ça a un énorme impact sur son comportement, il se referme sur lui-même et ça lui fait du mal. Aujourd'hui il veut arrêter mais ne sais pas comment faire, il voudrait trouver une sorte de coach une personne qui pourrait le pousser, l'encourager. Il a eu une vie très dure et c'est une personne en colère il faudrait qu'il trouve un moyen d'arrêter tout en se défoulant et en pouvant exprimer ce qui le ronge. Je recherche un centre où il pourrait arrêter sans violence, ou il pourrait en même temps se ressourcer et tourner et je suis prête à en payer le prix. Avez-vous un endroit ou une personne à me conseiller? Je vous remercie. Lorelei

Mise en ligne le 11/10/2011

Bonjour Lorelei,

Tout d'abord veuillez nous excuser pour le retard que nous avons pris et qui fait que nous vous répondons hors des délais que nous annonçons.

Votre ami est donc dépendant au cannabis et souhaite arrêter. C'est plutôt une bonne nouvelle. Une autre bonne nouvelle est qu'il souhaite se faire aider pour y arriver. Ce que nous pouvons vous proposer ce sont les coordonnées des deux principaux Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions (CSAPA) de votre département. Ces CSAPA offrent une prise en charge totalement gratuite et garantissent la confidentialité à ceux qui viennent les consulter. Leurs équipes sont pluridisciplinaires, ce qui signifie que votre ami peut y recevoir une aide aussi bien médicale, que psychologique et/ou sociale. Ces centres sont spécialisés dans l'aide au sevrage et nous vous les recommandons. Ces centres ne forcent personne à arrêter et essaient de s'adapter à la situation de chacun. Il n'est pas question que votre copain y soit soumis à une quelconque violence. Vous trouverez leurs coordonnées ci-dessous.

En revanche, même si ces CSAPA peuvent travailler avec lui sur sa motivation à arrêter, ils ne peuvent rien faire si votre ami n'est pas réellement motivé pour arrêter. En ce sens ils ne font pas office de "coach" personnel pour arrêter, même si bien entendu ils soutiennent l'utilisateur qui est en train d'arrêter. Ils se définissent donc plus comme des centres d'accompagnement que comme des centres où l'on pratiquerait le "coaching".

Ces CSAPA reçoivent aussi l'entourage, avec ou sans l'utilisateur, et vous pouvez donc prendre rendez-vous pour vous-même, pour des informations, des conseils et une écoute sur votre ressenti face à cette situation.

Vous écrivez également qu'il lui faudrait un lieu où il puisse se défouler. Nous ne savons pas si ces CSAPA offrent des activités allant dans ce sens mais si tel n'était pas le cas, il ne faudrait pas hésiter alors à compléter cette prise en charge par des activités externes privées. Par exemple la pratique d'un sport qui lui convienne et où il puisse "s'exprimer".

Si votre ami a d'autres besoins vous pouvez l'aider à les exprimer et à chercher les réponses qui lui conviendraient. Par exemple, vous pouvez lui dire que faire des projets et les réaliser, se récompenser parce qu'on a réussi à arrêter, sont des éléments importants pour la réussite d'un sevrage. Ensemble, vous pouvez réfléchir à ce qui lui permettrait, au-delà de la prise en charge, d'améliorer ses chances de réussite.

Cordialement.

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

[Association Caminante- CSAPA et CAARUD La Source - DAX](#)

28 bis boulevard Claude Lorrain
40100 DAX

Tél : 05 58 56 38 00

Site web : asso-caminante.fr/nos-etablisements/_trashed/

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h, sauf mardi après-midi

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h, sauf mardi après-midi

CAARUD : Centres d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogues : sans rendez-vous. 06 38 63 21 80

Substitution : Centre méthadone Délivrance tous les matins de 10h à 12h15.

[Voir la fiche détaillée](#)

[Association Addictions France - CSAPA de Mont de Marsan](#)

109, rue de Fontainebleau
40000 MONT DE MARSAN

Tél : 05 58 75 46 04

Site web : addictions-france.org/etablissements/?pc=40000

Secrétariat : lundi, mardi et jeudi 8h30/12h30 - 13h/18h45, mercredi 8h30/12h30 - 13h/16h45 et vendredi 8h30/12h30-13h-15h30

Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi 8h30-17h. Consultation sans rendez-vous : pour les usagers jeudi 17-19h, pour l'entourage mardi 17-19h

Service mobile : Un camping-car se déplace sur le département pour aller vers les usagers et leur proposer un suivi

Autre : Permanence une fois par mois à l'accueil de jour de l'établissement L.I.S.A. (public de personnes sans domicile)

[Voir la fiche détaillée](#)