© Drogues Info Service - 6 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

alternative a la drogue le retour

Par Profil supprimé Postée le 04/12/2014 22:09

> bonjour, je connais dejà le ciat
> et j'ai été suivi chez eux
> malheureusement leur prise en charge qui est un retour à l'enfance ne me convient pas
> ce n'est pas ce que j'entends comme un moyen de me booster mentalement
> avez vous un autre contact plus efficace?

Mise en ligne le 05/12/2014

Bonjour,

Nous ne comprenons pas bien ce que vous entendez par « un retour à l’enfance ». Mais il peut, en effet, arriver qu’une structure ne convienne pas à une personne. Nous vous adressons, ci-dessous, l’adresse d’un autre centre de soins en addictologie à Pau.

Pour la question des effets de votre traitement vous pouvez également en parler au médecin ou psychiatre qui vous le prescrit (c’est même conseillé). Il pourra vous informer des possibilités qui existent pour diminuer les effets indésirables.

Il nous semble intéressant de rappeler que les premières dispositions à prendre pour vous permettre d’optimiser votre vitalité, consiste à maintenir une hygiène de vie, autant que possible. A savoir par exemple, avoir une alimentation équilibrée, un sommeil réparateur à heure régulière, des activités physiques même « douces » tel que la marche, la natation. Avoir des activités qui vous font plaisir (bricolage, activités créatrices, collection, cinéma, jardinage etc.).

Nous espérons que vous trouverez les personnes qui pourront vous accompagner vers une amélioration de votre bien-être.

Bien cordialement.

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

CEID Béarn Addictions

25 bis rue Louis Barthou
64000 PAU

Tél : 05 59 27 42 43
Site web : ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/
Accueil du public : Lundi 12h45/17h30, Mardi 12h45h/19h et de Mercredi à Vendredi : 9h/12h et 12h45/18h. Possibilité de consultation à distance. Et sur rendez-vous des consultations délocalisées dans le département
Substitution : lundi 12h45/17h, mardi 12h45/19h et du mercredi au vendredi 12h45/17h30
Consultat° jeunes consommateurs : Jeunes jusqu'à 25 ans sur rendez-vous au 05 59 27 94 94. Consultation Parents/entourage sur rendez-vous au 05 59 27 77 11

Voir la fiche détaillée