© Drogues Info Service - 16 juin 2025

Vos questions / nos réponses

je ne sais pas quoi faire

Par Profil supprimé Postée le 15/05/2017 13:50

> y'as t il des gens proche de la trentaine qui ont oser parler a leurs proches de leurs addictions ? j'ai 28 ans et je suis au plus mal je prends 10 g de cocaine par mois plus de l'alcool que je boit tout les jours ma derniere prise remonte a hier soir et la en pleine descente je me rend compte que je me fout en l'air mais j'ai une peur bleue a l'idée d'en parler a un proche.pourriez vous me donner quelques temoignages qui pourrait me donner un peu de courage pour faire le pas

---

Mise en ligne le 18/05/2017

Bonjour,

A la formulation de votre message, il semble que vous pensiez être sur un forum ; vous êtes là sur un principe "vos questions-réponses" auxquelles des professionnels répondent. Nous vous joignons deux liens ci-dessous qui vous permettront d'une part de lire les "questions-réponses" déjà échangées d'autre part de lire des témoignages.

Concernant votre demande, nous comprenons votre appréhension de pouvoir parler à vos proches de ce que vous décrivez comme une dépendance sans savoir ce que vous attendez réellement de ces personnes, compréhension, aide,...

S'ils peuvent être d'un soutien précieux, il est important de savoir que si vous souhaitez mettre un terme ou mieux gérer cette consommation que vous constatez être destructrice, il existe des lieux où vous pourriez bénéficier d'une aide et d'un accompagnement par des professionnels de santé spécialisés en addictologie. Ce sont des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Il en existe dans tous les départements ; les consultations y sont confidentielles et gratuites. Vous trouverez un lien ci-dessous.

Vous pourrez par exemple évaluer ensuite la nécessité ou non d'évoquer la question de la consommation avec vos proches et trouver la façon la plus adaptée pour le faire.

Si vous le souhaitez, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme et gratuite 7 jours/7 de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 ou par chat via notre site de 14h à minuit.

Bien cordialement

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

Les Apsyades-Csapa : Antenne Nantes Centre

1 rue Montaudouine
44000 NANTES

Tél : 02 40 73 38 33
Site web : www.lesapsyades.fr
Secrétariat : Lundi au jeudi de 9h-12h30 et 13h30-17h00 - Vendredi 9h00-12h30 et 13h30-15h00
Accueil du public : Consultations sur rendez-vous
Consultat° jeunes consommateurs : Prise de rendez-vous par téléphone : jeunes de 12 à 25 ans avec ou sans entourage.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Témoignages Drogues info service