VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

DROGUÉ CANNABIS

Par Iop Postée le 15/08/2021 05:58

J ai42 ans et je pense tout les jours à l alcool et au cannabis je vais rentrer en cure mais c est pour pouvoir refumer du cannabis je ne sais pas comment m en sortir je vis avec ma mere je n ai pas d amis je suis seul et pense au sucide tout les jours je suis sortie 10 ans avec ma cousine éloigné et toute ma famille et ma cousine préféré est resté amie avec cet ex je touche l aah et survie mon ex travaille et je suis jaloux d elle je n arrive pas a l oublier j ai envie de finir ma vie défoncé mais je pense a ma mère je suis jaloux de tout le monde qui travaille je viens d un milieux aisé un père un peu caractériel mais il est mort maintenant j ai envie de rendre ma mère heureuse mais je tire la gueule tout les jours je ressemble a un clochard comment m en sortir?

Mise en ligne le 16/08/2021

Bonjour,

Vous traversez visiblement une pèriode difficile. Il semble effectivement important que vous arriviez à trouver de l'aide.

En ce qui concerne vos consommations de cannabis et d'alcool, vous pourriez vous diriger vers un CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Vous y trouverez des médecins, psychologues, psychiatres, ... qui pourront vous aider à mieux gérer vos envies de consommation.

Vous trouverez ci-joint les coordonnées des CSAPA proches de chez vous. Les consultations y sont confidentielles et gratuites.

En parallèle, vous pourriez réfléchir à la mise en place d'activités qui vous permettraient de vous changer les idées, de vous occuper, de prendre soin de vous et de rencontrer du monde (sport, activité culturelle, manuelle, bénévolat),....

En ce qui concerne votre mal-être et vos problèmes personnels de couple, de travail, de solitude, ..., nous vous conseillons de vous faire aider spécifiquement par un psychologue qui pourrait vous suivre de manière régulière.

Par rapport à vos idées suicidaires, sachez qu'il existe une ligne d'aide spécialisée dont vous trouverez ci-joint les coordonnées.

Dans tous les cas, vous ne devez pas rester seul.

Si vous souhaitez échanger de manière plus approfondie, sachez que nos écoutants sont joignables tous les jours soit par téléphone au 0800231313, de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat via notre site internet Drogues Info Service, de 8h à minuit.

Bien à vous

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

CSAPA EPISODE

2 bis, boulevard Ernest Perréal
Villa Alphonse Mas - 1er étage
34500 BEZIERS

Tél : 04 67 76 18 38
Site web : www.episode34.com
Secrétariat : Lundi, mercredi, jeudi de 9h à 13h et 13h30 à 18h, Mardi de 13h à 18h, Vendredi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Prise de rendez-vous par téléphone. Les consultations se déroulent au Point Accueil Ecoute Jeunes dans les locaux de la Maison des Adolescents, 92 avenue Jean Constans à Béziers
COVID -19 : Octobre 2022 : accueil en présentiel sur rendez-vous

Voir la fiche détaillée

CSAPA - ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE

15 -17 boulevard du docteur Ferroul
11100 NARBONNE

Tél : 04 68 49 53 16
Site web : addictions-france.org/

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h, possibilité d'accueil en soirée comme le lundi soir jusqu'à 19h30

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- suicide écoute