

Vos questions / nos réponses

## Est ce que je vais y arriver

Par [Reussite](#) Postée le 25/01/2024 23:48

Je fume depuis mes 15ans, Sa y es j'ai enfin réussi à arrêter depuis le 21 janvier pas 1 juin, avant toute cette drogue j'étais quelqu'un de fort mentalement, pour arrêter je me suis connecté tout les jours à drogues info service j'ai du le lire des millions de fois mais j'avais peur de poser des questions, alors j'ai fait tout tout toute seule j'avais peur de demander de l'aide et qu'on me juge, mais cette lecture m'a permis j'ai enfin réussi à en parler à tout le monde je me sens hyper hyper hyper bien je me sens trop forte d'avoir réussi. Mais là sa y es là ce soir je passe le cap voici ma question est ce que je ne vais pas replonger ? Est ce que là cette détermination que j'ai actuellement contre la fume va rester avec moi ou est ce que ça fait partie de processus et je vais replonger dedans ?

---

**Mise en ligne le 26/01/2024**

Bonjour,

Nous valorisons votre démarche d'arrêt de consommations qui ne vous convenaient plus. Nous sommes heureux d'apprendre que la consultation de notre site ait pu vous soutenir dans votre démarche.

Toutefois, nous tenons à vous encourager à contacter nos écoutants concernant toute question, préoccupation ou inquiétude en lien avec les consommations qui pourraient subsister ou apparaître. Notre équipe est bienveillante et soutenante et ne porte pas aucun jugement sur les consommations et les situations des personnes qui nous contactent par Chat ou téléphone.

Se sentir soutenu par une aide extérieure peut souvent maximiser les chances avant et durant un sevrage et peut ensuite aider à le consolider. Nous ne pouvons pas être affirmatifs sur la pérennité de votre arrêt de consommation car cela peut dépendre de nombreux facteurs individuels et environnementaux.

S'il est coutume de dire que des craquages ponctuels ou des reconsummations peuvent avoir lieu, c'est davantage pour illustrer que sortir d'une addiction peut être un parcours plus ou moins long et difficile pour les usagers. Ce n'est pas pour autant que c'est une "fatalité" ou déterminé à l'avance.

Hormis la possibilité de contacter nos écoutants, il existe aussi la possibilité d'être aidé par des professionnels du champ de l'addictologie dans des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA).

L'accueil individuel se fait dans un cadre confidentiel et gratuit, sans jugement également de la part des professionnels qui y exercent. L'équipe est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier. Ils connaissent bien les difficultés que peuvent traverser les consommateurs à l'arrêt y compris au niveau des émotions et "du moral".

Nous nous permettons de vous joindre des coordonnées de CSAPA en bas de réponse si vous ressentiez le besoin de les contacter.

Nous vous encourageons à nouveau à ne pas hésiter à revenir vers nous si nécessaire. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ainsi que par le Chat de notre site Drogues Info Service du lundi au vendredi de 14H à Minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Avec tous nos encouragements, bien cordialement.

---

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

---

### **CSAPA du Forez - site de FEURS**

26, rue Camille Pariat - B.P. 122  
CSAPAF - Centre Hospitalier du Forez site de Feurs  
**42110 FEURS**

**Tél :** 04 77 27 52 66

**Site web :** [urlz.fr/ISS0](http://urlz.fr/ISS0)

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

[Voir la fiche détaillée](#)

### **CSAPA du Forez - site de MONTBRISON**

Avenue des Monts du soir  
Centre Hospitalier du Forez - site de Montbrison  
**42600 MONTBRISON**

**Tél :** 04 77 96 78 53

**Site web :** [www.ch-forez.fr](http://www.ch-forez.fr)

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h

[Voir la fiche détaillée](#)

