Vos questions / nos réponses

Entourage

Par Profil supprimé Postée le 18/01/2016 08:46

> Bonjour,
>
> Auriez vous des conseils concernant l'entourage fumeur ? Je souhaite vraiment arrêter le cannabis seulement mon principal frein est la présence de produit chez moi. Mon copain cosomme et cela entraîne forcément une tentation, c'est difficile... Qu'il arrête de consommer aussi ? Qu'il "cache" le procduit ? J'ai du mal à trouver une solution.

Mise en ligne le 18/01/2016

Bonjour,

Vous souhaitez arrêter de fumer mais le fait qu'il y ait du produit chez vous rend les choses plus difficiles. Lorsque l'on souhaite arrêter, il est important de rélféchir aux conditions qui vont permettre que cela se passe au mieux.

Votre petit ami n'est apparemment pas dans une démarche d'arrêt comme vous l'êtes et continue de fumer ; c'est par conséquent une source de tentation pour vous. Vous ne pouvez pas le contraindre à arrêter s'il ne le souhaite pas, mais nous vous invitons à discuter avec lui afin de trouver un compromis permettant à chacun d'avancer. Il peut éventuellement éviter de fumer en votre présence, ou éviter de fumer à l'interieur du domicile, ne pas laisser son produit en vue, à votre portée... Nous vous encourageons à aborder ce sujet avec lui afin que chacun se sente entendu et respecté dans sa démarche.

Afin d'être soutenue, vous pouvez contacter un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces centres reçoivent toute personne en difficulté avec une consommation. Nous vous indiquons des adresses dans votre département, n'hésitez pas à le contacter.

Pour d'autres informations, vous pouvez aussi nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

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

CSAPA : Centre Hospitalier de Redon-Carentoir

3 rue de Galerne
CHI Redon-Carentoir
35603 REDON

Tél : 02 99 71 71 28
Site web : www.ch-redon.fr
Accueil du public : Du lundi au vendredi sur rendez-vous : 9h-12h45 et de 13h30-17h00. - Mardi fermé de 11h à 13h30
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur place, également à la Mission locale au 3 rue Charles Sillard à Redon : un mercredi sur deux - sur rendez-vous par téléphone

Voir la fiche détaillée

CSAPA Le Rosais

78 boulevard du Rosais
Centre Hospitalier
35400 SAINT MALO

Tél : 02 99 21 22 30
Site web : www.gh-re.fr/Addictologie/5/43/17
Secrétariat : Du lundi au vendredi à partir de 9h le matin - après- midi à partir de 13h30
Accueil du public : Consultations sur rendez-vous.
Consultat° jeunes consommateurs : Adaptation des rendez-vous selon les disponibilités des jeunes de 12 ans à moins de 25 ans avec ou sans entourage. Autres consultations à Dol et Combourg : un vendredi sur deux (informations par téléphone).

Voir la fiche détaillée

CSAPA du Centre Hospitalier de Vitré

16 boulevard Denis Papin
35500 VITRE

Tél : 02 99 74 14 68
Site web : www.ch-vitre.fr/notre-offre-de-soins/addictologie.html
Secrétariat : Du lundi et jeudi de 9h00-12h30 et 13h30-18h00 et le mardi -mercredi et vendredi jusqu'à 17h00
Accueil du public : Sur rendez vous du lundi au vendredi. Possibilité de rendez-vous jusqu'à 20h les lundis et 18h00 les jeudis.
Consultat° jeunes consommateurs : Pour les jeunes de 13 à 25 ans, avec ou sans entourage.

Autre : Possibilité de sevrage à domicile après une évaluation et un entretien médical.
Centre : Consultation avancée à Retiers : 1 lundi après-midi, tous les 15 jours : prise de rendez-vous au secrétariat.

Voir la fiche détaillée