

## VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

### DIVER

---

Par Profil supprimé Postée le 07/04/2018 11:08

Bonjour je me suis separée en plein sevrage cela fait 1 semaine et 4 jour que j'ai arrêté les douleurs si intenses je ne dors plus ne mange plus j'ai souvent mal à la tête je travaille dans la même boîte que lui donc c'est insupportable. Après mon sevrage cette douleur sera partie ou ces symptômes qui me font croire que ces douleurs stressent pleurent crise de panique

---

#### Mise en ligne le 09/04/2018

Bonjour,

Nous ne savons pas de quelle drogue vous parlez mais sachez que pour toutes les drogues la phase de sevrage physiquement est difficile dure normalement de quelques jours à 2 semaines.

Lorsqu'on est stressé et angoissé il est possible qu'il y ait une souffrance supplémentaire qui entretient un certain mal-être pouvant faire croire que le sevrage n'est pas terminé. En présence de tels états émotionnels il est conseillé d'aller voir son médecin et un thérapeute. Ils vous soutiendront pour diminuer votre état anxieux et lâcher prise sur ce qui arrive.

Enfin, si votre ex compagnon est sur votre lieu de travail cela peut compliquer les choses en effet et plus que jamais vous avez besoin de soutien pour ne pas craquer à nouveau.

Nous vous mettons en lien ci-dessous les coordonnées de centres de soins spécialisés dans les addictions (CSAPA) qui peuvent vous accompagner et vous soutenir dans votre sevrage. Les professionnels pourront vous aider aussi à gérer tout ce qu'il y a à côté et qui vous bouscule. C'est donc une aide qui va au-delà du simple sevrage. C'est utile pour mettre toutes les chances de son côté et c'est gratuit.

Avec tous nos encouragements,  
Cordialement.

---

## POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITÉZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

---

### ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE - CENTRE D'ADDICTOLOGIE D'AUXERRE

8 rue du Colonel Rozanoff  
89000 AUXERRE

Tél : 03 86 51 46 99

Site web : [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Secrétariat : Lundi de 9h à 16h30, mardi de 9h à 17h, mercredi de 8h30 à 15h30, jeudi de 9h à 16h30, vendredi de 8h30 à 12h et de 12h30 à 16h. Possibilité de laisser un message et ses coordonnées sur un répondeur.

Substitution : Centre méthadone: lundi- mardi- jeudi de 9h à 13h. Accueil assuré par les infirmières et travailleurs sociaux.

Consultat° jeunes consommateurs : Le mercredi après-midi est dédié à l'accueil des jeunes mais possibilité de rendez-vous sur d'autres créneaux. Accueil assuré par un travailleur social et un psychologue.

COVID -19 : Janvier 2023: Accueil sur place dans le respect des gestes barrières.

Voir la fiche détaillée

### ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE - PERMANENCE EN ADDICTOLOGIE

1, rue de l'Hôpital  
89206 AVALLON

Tél : 03 80 73 26 32

Site web : [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Accueil du public : sur rendez-vous.

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. Possibilité de laisser un message et ses coordonnées sur un répondeur.

COVID -19 : Décembre 2022: Accueil assuré sur place dans le respect des gestes de précaution.

[Voir la fiche détaillée](#)

## PERMANENCE DU CENTRE D'ADDICTOLOGIE D'AUXERRE

Place de la libération  
89220 BLENEAU

Tél : 03 86 51 46 99

Site web : [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Accueil du public : Sur rendez-vous. Prendre contact avec le secrétariat.

Secrétariat : Lundi de 9h à 16h30, mardi de 9h à 17h, mercredi de 8h30 à 15h30, jeudi de 9h à 16h30, vendredi de 8h30 à 12h et de 12h30 à 16h. Possibilité de laisser un message et ses coordonnées sur un répondeur.

COVID -19 : Janvier 2023: Sur place, sur rendez-vous, dans le respect des gestes barrières.

[Voir la fiche détaillée](#)

## PERMANENCE DU CENTRE D'ADDICTOLOGIE DE SENS

5 rue Jules Dumont d'Urville  
89300 JOIGNY

Tél : 03 86 95 10 71

Site web : [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Accueil du public : Sur rendez-vous, sur certains créneaux. Prendre contact avec le secrétariat.

Secrétariat : Lundi 9h-13h, Mardi 9h-13h/14h-18h, Mercredi et vendredi 9h-13h/14h-17h, Jeudi 9h-13h/14h-19h. Répondeur.

COVID -19 : Janvier 2023: Accueil sur place, sur rendez-vous, dans le respect des gestes barrières. Prendre contact avec le secrétariat.

[Voir la fiche détaillée](#)

## PERMANENCE DU CENTRE D'ADDICTOLOGIE D'AUXERRE

75 avenue Jean Jaurès  
89400 MIGENNES

Tél : 03 86 51 46 99

Site web : [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Accueil du public : Sur rendez-vous.

Secrétariat : Lundi de 9h à 16h30, mardi de 9h à 17h, mercredi de 8h30 à 15h30, jeudi de 9h à 16h30, vendredi de 8h30 à 12h et de 12h30 à 16h. Possibilité de laisser un message et ses coordonnées sur un répondeur.

COVID -19 : Janvier 2023: Accueil sur place, sur rendez-vous. Prendre contact avec le secrétariat.

[Voir la fiche détaillée](#)

### En savoir plus :

- [Le Sevrage](#)