

Vos questions / nos réponses

## Aider mon conjoint

Par [Noma](#) Postée le 01/09/2019 15:20

Bonjour

J'aimerais avoir les clés pour réussir à aider mon conjoint. Il a besoin qu'on l'aide mais surtout qu'on fasse certaines démarches pour lui. Il est conscient de son problème mais je pense qu'il arrive pas à faire les démarches. Il est déjà aller voir quelqu'un à l'hôpital pour ça mais ne trouve pas le suivi suffisant mais je pense aussi qu'il minimise les choses auprès des professionnels pour pas faire passer à ce qui la mis dans ce contexte là. Comment puis je l'aider?

Merci de votre retour

---

### Mise en ligne le 05/09/2019

Bonjour,

Vous vous interrogez sur la façon dont vous pourriez aider votre conjoint. Nous comprenons bien votre désarroi et nous serions tentés de vous dire qu'il est probablement le mieux placé pour répondre à cette question très personnelle.

En vous exprimant ses besoins et ses attentes vis-à-vis de vous, votre conjoint vous apporterait tout ou partie des clés pour lui apporter l'aide la plus adaptée, entre démarches administratives comme vous l'indiquez, soutien moral, encouragement, affection...

Concernant le suivi dont il bénéficie, nous vous rejoignons sur la nécessité de l'investir en toute confiance et d'aborder les sujets qui le mettent en difficulté sans restriction s'il veut pouvoir être aidé à y faire face. Pour cela vous pouvez peut-être le rassurer sur la confidentialité et le respect des professionnels du vécu de la personne sans jugement.

Par ailleurs, s'il estime que ce suivi n'est pas suffisant, il est essentiel qu'il puisse l'exprimer au professionnel qui l'accompagne afin qu'ils adaptent la prise en charge.

Dans certains CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie), les professionnels proposent des consultations d'aide à l'entourage et parfois même des entretiens en couple, vous pourriez réfléchir à la pertinence de cette possibilité avec votre conjoint. Nous vous joignons un lien ci-dessous.

Si vous ou votre conjoint souhaitez évoquer le sujet sous forme d'échanges, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel non surtaxé) ou par chat de 14h à minuit.

Bien cordialement

---

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

---

### **[CSAPA Equinoxe](#)**

40, faubourg de Besançon  
2ème étage  
**25200 MONTBELIARD**

**Tél :** 03 81 99 37 04

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h.

**Accueil du public :** Consultations sur rendez-vous sur place. Possibilités de rendez vous en dehors des horaires d'ouverture du secrétariat Consultations avancées sur rendez-vous, à Pont-de-Roide, l'Isle sur le Doubs et Delle

**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations jeunes et entourage, accessible toute la semaine

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Comment aider un proche ?](#)