VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

ARRÊTER LE CANNABIS

Par Mamsw Postée le 12/02/2021 16:21

> Bonjour j'ai 25 ans sa fait 3 ans que je fume je suis de paris cela fait quelques mois que j'essaye d'arrêter mais comme ma famille n'est pas au courant je peux pas leur en parler je reste dans ma solitude toute la journée allongé j'ai l'impression d'être spectateur de ma vie le temps passe j'ai toujours rien fait de ma vie . Donc si quelqu'un de paris est dans la même situation que moi pour essayer d'en discuter car je me sens seul face à mon problème

---

Mise en ligne le 15/02/2021

Bonjour,

Il semble que vous souhaitiez poster votre texte sur nos forums, nous vous indiquons le lien en fin de réponse si vous recherchez cette rubrique.

Nous nous permettons de vous donner des éléments d'informations si vous souhaitez être aidé sur votre situation. Vous trouverez en bas de messages plusieurs liens qui pourront vous aider dans votre démarche d'arrêt.

L'arrêt du cannabis peut être une démarche difficile. Lorsque l'arrêt par soi-même ne fonctionne pas, il est possible d'obtenir de l'aide extérieure. En effet, il existe des structures où exercent des professionnels du champ de l'addictologie (médecin addictologue, psychologue, infirmier…). Ces derniers sont bien au fait des écueils qui peuvent empêcher une démarche d'arrêt et proposent des réponses individuelles, ainsi que du soutien sur le mal-être qui peut être à l'origine ou en conséquence des consommations.

Ces lieux sont des Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA), l'accueil y est confidentiel et non payant, sans jugement de la part des professionnels. Il existe de nombreux CSAPA sur Paris qui peuvent vous proposer de l'aide, vous pouvez faire une recherche sur une structure près de chez vous avec le lien que nous vous indiquons en fin de réponse.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service.

Avec tous nos encouragements pour votre démarche d'arrêt.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Guide d'aide à l'arrêt du cannabis
- Adresses utiles du site Drogues info service
- arrêter, comment faire ?
- arrêter seul
- se faire aider