© Drogues Info Service - 14 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Arrêt du cannabis

Par Profil supprimé Posté le 27/01/2020 à 21h16

Je souhaite arrêté mais j ai du mal j ai commencé mais pas facile sa fait 1 semaine comment faire pour ne plus y penser ?

1 réponse

Profil supprimé - 28/01/2020 à 08h30

Bonjour GER,

je suis consommatrice de cannabis depuis bientôt 30 années, avec des arrêts plus ou moins long, à chaque arrêt j'ai eu besoin d'y penser, en fait le produit est tellement important ds ma vie, qu'il est normal je trouve, qd j’arrête d'y penser, ça me permet d’être toujours relié à lui mais sans consommer , en fait pendant un temps cela me fait du bien, et à chacun de mes arrêts., il a fallu que j'attende quelques semaines pour moins y penser.
J'ai également rempli ma vie d'autres choses comme le sport, les sorties, les amis, la lecture, l'écriture.
En retrouvant peu à peu le gout des loisirs, mon intérêt pour le produit s'est apaisé pour devenir au bout de qq temps plus du tout présent dans mon esprit.
Pour cela il faut un peu de temps