© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Pour un arrêt plus facile du cannabis : le mois sans tabac

Si vous êtes consommateur de cannabis et de tabac, n’hésitez pas à profiter de l’opération « Mois sans tabac » pour arrêter plus facilement.

Quand la consommation de tabac accompagne celle de cannabis, l’arrêt du cannabis peut provoquer aussi un manque de nicotine.
Et le manque de nicotine entraîne des symptômes et un état d’anxiété qui rendent le sevrage plus difficile.
Si vous souhaitez arrêter le cannabis, vous faire aider pour arrêter le tabac est donc une bonne idée.

Chaque année au mois de novembre, l’opération « Mois sans tabac » propose aux fumeurs de s’inscrire sur le site du Mois sans tabac pour participer au mouvement « On arrête ensemble ». L’arrêt du tabac est ainsi facilité grâce à des conseils réguliers, des encouragements, des témoignages qui aident à passer les caps difficiles. Même s’ils sont orientés vers l’arrêt du tabac, beaucoup de ces conseils trouveront aussi un écho chez les fumeurs de cannabis qui arrêtent.

N’hésitez pas à vous inscrire au « Mois sans tabac ! »

Avec Mois sans tabac, augmentez vos chances de devenir ex-fumeur !

Article en lien :

Est-il possible d’arrêter seul le cannabis ?