© Drogues Info Service - 31 mai 2025

Forums pour les consommateurs

On arrête ensemble ?

Par Ilfautyarrivee Posté le 11/02/2025 à 13h28

Bonjour

Je crée ce fil pour les personnes qui essaie d arrête la drogue et personne pour les soutenir on vie la même chose on mène le même combat battons nous ensemble, faisons vivre ce fil soutenons nous !

Pour moi ça commence aujourd'hui ca va pas être facile mais je suis déterminée le 11/02/2025

Bon courage a tous on va y arriver

7 réponses

Profil supprimé - 17/02/2025 à 23h37

Bonsoir,

Je veux bien mener ce combat avec vous !

Comment allez-vous depuis le 11/02?

Ilfautyarrivee - 18/02/2025 à 18h08

Bonjour Célinesebmiki comment allez-vous ? Vous aussi voulez arrêter je suis content que quelqu'un est répondu a mon appel ^^
Et bah j avais réussi a tenir jusqu'à ce matin... ducoup je me sent mal a l heure actuel il faut que je continue mes efforts mais c est pas facile
Et vous vous en êtes où dans votre consommation ?

Hupsa - 19/02/2025 à 09h49

Salut salut!

J'ai réussi à arrêter la C tout seul depuis le 1er décembre donc quasiment 3 mois.
J'ai malheureusement fait une petite rechute que j'aimerais vite prendre en mains pour continuer dans ma lancée alors ce petit file de gens motivés me dit bien!

C'est quoi vos addictions ?

Je peux vous donner des conseils pour le début.

Pour ma rechute, j'ai dû mal a comprendre. J'ai fait une bronchite et donc pas possible de fumer de clopes et ça as reveillé un fort craving en moi.

C'est pas la première rechute. J'avais déja arrêté en octobre ,novembre avec une rechute de 2 semaines mais ce qui compte c'est de vite ressortir!

On se tiens au jus!

Ilfautyarrivee - 20/02/2025 à 18h14

Salut hupsa bah moi c est la cocaine aussi... j ai arrêté les joints il y a quelques années maintenant en faisant de l hypnose et ca avait super bien fonctionné j était gros fumeur et du jour au lendemain plus rien.pas de manque rien du tout je crois que je vais essayer aussi pour la coke parceque tout seul comme ça c est vraiment Pas facile j ai beaucoup d envie...
Bon courage a toi on y.crois on va y arriver

Adictmondain - 22/02/2025 à 00h05

Salut les gens, moi aussi j’ai envie d’arrêter, mais chez moi tout est lié je crois, ça commence avec l’alcool, ensuite ça appelle la coke… je suis de Toulouse..: je me demandais si des gens avaient déjà pensé à un salon discord pour échanger librement../

Jovi3014 - 23/02/2025 à 10h17

Coucou j’apporte ma petite contribution aussi.

Alors comment se passe cet arrêt ?

Je vous avoue que depuis 3 mois je fais une addiction sur la Troie et le GBD/GBL et comparé aux autres drogues ou je pouvais faire des semaines sans y toucher (cocaine, alcool). Avec ces deux là je ne tiens pas plus de 2 jours, le troisième jour je craque vu que maintenant j’ai la possibilité de consommer même au travail car mon manager est non seulement très grand consommateur et mon initiateur à ces deux drogues mais aussi mon dealer. Horrible, j’ai vraiment peur pour les prochains mois. J’ai l’impression de tout le temps rechuter, comme si je n’arrivais plus à me dire non.

Et vous comment l’envie se manifeste ? Côté mental vous êtes comment après une rechute ?

Hupsa - 24/02/2025 à 21h08

Salut salut!

C'est quoi la Troie et le GBD/GBL?

Tout se passe bien. Ma rechute de 3g (en 24h) as bien évidemment fait revenir un craving mais c'est gérable.

Beaucoup plus gérable que quand j'ai arrêté la première fois. J'étais à 1g par jour.

En fait, ce qui tue quand on essaie d'arrêter c'est l'estime de sois, la déception quand on rechute.

Pour ceux qui se sentent incapable de stopper :
J'ai commencé par me donner un objectif du genre 1 jour sans et quand j'ai tapé mon g après , je me suis dit "bien joué" pour cette journée d'abstinence.

Je vous invite à vraiment stimuler cette fierté après chaque petite victoire. C'est tellement plaisant qu'on as envie de faire mieux encore et encore.

J'espère que ces conseils vous aideront.

Le plus important c'est de prendre la décision. Sans pression, sans dead line et après on s'organise à son rythme.

Si vous avez des pistes, des conseils je suis preneur.

Allez courage