Vos questions / nos réponses

L’addition

Par Mazox Postée le 30/03/2026 19:43

> Je veux arrêter le shit et me remettre dans le droit chemin

---

Mise en ligne le 31/03/2026

Bonjour,

Nous pouvons vous informer des aides possibles pour arrêter votre consommation de cannabis.

Des centres de soins en addictologie proposent des consultations de médecin, psychologue et éducateur spécialisé pour les jeunes jusque 25 ans.

Cela pourrait vous correspondre. Les consultations sont individuelles, confidentielles et gratuites.

Nous vous donnons une adresse à Alençon en lien ci-dessous.

Il vous est possible également de trouver un accompagnement avec notre application « Jeanne » qui est gratuite. Nous vous mettons le lien pour la télécharger depuis un android ou un iphone ainsi qu’une présentation de « Jeanne ».

Il s’agit d’un programme d’accompagnement avec des conseils personnalisés et des outils pratiques et efficaces tels que des exercices de relaxations, des conseils et un soutien. Vous pouvez utiliser l’application Jeanne pour arrêter ou diminuer seul votre consommation de cannabis ou en complément d’une aide de professionnels ou d’autres formes de soutien.

Enfin, nos écoutants peuvent vous proposer une écoute ponctuelle par téléphone ou par tchat. Il vous serait possible de faire un point concernant votre situation et vos consommations et discuter des aides possibles.

Nous sommes joignables de 8h à 2h, 7j/7j au 0800 23 13 13. L’appel est anonyme et gratuit.

Nous répondons par tchat depuis notre site de 14h à minuit en semaine et de 14h à 20h le week-end et les jours fériés.

Avec nos encouragements,

Bien à vous

En savoir plus :

- Centre de consultation jeune consommateur à Alençon