

Vos questions / nos réponses

## Herbe/dépression ?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 31/12/2010 09:42

Bonjour,

...G 34 ans, divorcée et 2 enfants en résidence alternée... Je fume depuis ma séparation, 10 ans env, g découvert cette nlle vie bien joyeuse à mes 25 ans...par le biais de mon nouvel ti ami de l'époque...Il en était accroc et suis rentré dedans sans même m'en rendre cpte... Tout était cool, découverte en découverte...joie de vivre...insouciance...que du bonheur!!!...Pi.... g réalisé petit peu par petit peu que notre consommation était excessive...que je n'étais pas tjs moi même...que je prenais des claques que j'appréciais de - en -... G même délaissé qqx mes enfants au profit d'une journée léthargique dodo/bédo...pas de koi etre fière!!!... bref... j'en ai parlé à ce chéri, qui lui, ne voyait pas ça comme ça.... l'histoire n'a pas duré...Séparation dure et g continué à fumer seule.... Il y a 2 ans, j'ai entrepris un projet immobilier qui me donnait la force de m'éloigner de tout ça... c'était pour moi la solution pour quitter cet environnement amical bédo et me prouver que j'étais capable de démarrer une nlle vie loin de tout ça...faire une grosse croix sur le passé et démarrer avec stabilité... Ce projet a abouti il y a quelques mois ... pi... maintenant que je devrais être supère contente...ben non!!! je suis resté 3 semaines sans fumer... prise par l'aboutissement du projet...pi...plus fort que moi!!!... JE l'ai rappelé..il m'a revendu...nous nous sommes revu...j'ai refumé... seule... pi...kan g pas mes enfants beaucoup...le rituel du soir est revenu...même fais une soirée défonce avec lui il ya quelques jours...j'me dégoutte!!!...je suis de + en + léthargique...rien ne me fait envie...tout me demande un effort...j'arrive même plus à me lever pour aller taffer.....C l'effet de l'herbe ou bien je fais une dépression?

Seules les enfants me coupent de ce cercle infernal....est ce vraiment leur role??!!...1 semaine de vie solitaire à fumer, pleurer, dormir et me forcer et une semaine de vie de maman...ou je fume moins mais ...kan même!!..

La solution serait d'arrêter...comment? je sais même pas si j'en suis capable tellement ça fait parti de ma vie...cet échappatoire à la solitude ne fait que l'accentuer au jour d'aujourd'hui...je ne me rappelle même plus comment on vit sans...

---

**Mise en ligne le 31/12/2010**

Bonjour,

Votre consommation de cannabis a démarré dans un cadre relationnel, convivial qui vous apportait joie de vivre et insouciance. Cela signifie t-il à cette époque que le produit venait déjà alléger un quotidien et apporter un certain sentiment de bonheur qui ne vous aurait pas gagné naturellement ?...

Toujours est-il que cette consommation a pris beaucoup de place dans votre vie, jusqu'à l'installation d'une véritable dépendance psychologique.

Comme vous le dites bien, le cannabis vient combler la solitude, et apporte son lot de démotivation et de repli sur vous même.

Pouvoir distinguer ce qui était de l'ordre d'une dépression sous-jacente au préalable ou des effets induits ou entretenus par votre consommation, n'est pas vraiment de notre ressort dans cet espace de questions-réponses.

En revanche des lieux de consultations gratuits en rapport avec votre situation, existent et sont tout à fait appropriés pour vous soutenir dans vos difficultés.

Vous trouverez des adresses indiquées au bas de cette page.

Ne vous culpabilisez pas inutilement, mais appuyez vous plutôt sur ces professionnels pour vous aider à aller mieux.

Si vous le souhaitez, nos écoutants de Drogues Info Service sont également à votre disposition au 0800 23 13 13 (tous les jours de 8h à 2h du matin, ligne gratuite et anonyme depuis un poste fixe).

Bien à vous

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :**

---

**[CSAPA de Bernay - Adissa Groupe SOS Solidarités](#)**

33 bis rue Lobrot  
**27300 BERNAY**

**Tél :** 02 32 62 89 25

**Site web :** [www.groupe-sos.org/structure/adissa/](http://www.groupe-sos.org/structure/adissa/)

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h

**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur rendez-vous le mardi après-midi

[Voir la fiche détaillée](#)

**[CSAPA - Association Addictions France 27](#)**

9 rue Dulong  
27000 EVREUX

**Tél :** 02 32 62 02 21

**Accueil du public :** Lundi, mardi, mercredi, vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, jeudi de 13h30 à 19h.

**Secrétariat :** Lundi, mardi, mercredi, vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, jeudi de 13h30 à 17h30.

[Voir la fiche détaillée](#)

### **Csapa les Andelys - ADISSA-Groupe SOS solidarités**

72 rue du Maréchal Leclerc  
27700 LES ANDELYS

**Tél :** 02 32 62 89 22

**Site web :** [www.groupe-sos.org/structure/adissa/](http://www.groupe-sos.org/structure/adissa/)

**Accueil du public :** Lundi et un mardi sur 2 (semaine impair) de 9h à 13h et de 14h à 17h

**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations jeunes et entourage sur rendez-vous

**Secrétariat :** Lundi et un mardi sur 2 (semaine impair) de 9h à 13h et de 14h à 17h

[Voir la fiche détaillée](#)

### **CSAPA de Val de Reuil - ADISSA-Groupe SOS solidarités**

7 rue Septentrion  
27100 VAL DE REUIL

**Tél :** 02 32 62 89 24

**Site web :** [www.groupe-sos.org/structure/adissa/](http://www.groupe-sos.org/structure/adissa/)

**Secrétariat :** du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h

**Accueil du public :** du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h

**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations jeunes et entourage sur rendez-vous aux horaires d'ouverture

[Voir la fiche détaillée](#)

### **CSAPA**

64, route de Lisieux  
Centre Hospitalier de la Risle  
27500 PONT AUDEMER

**Tél :** 02 32 41 65 78

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00

**Consultat° jeunes consommateurs :** le mercredi de 14h à 17h, rue de l'étang à Pont Audemer.

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00

[Voir la fiche détaillée](#)