© Drogues Info Service - 30 mai 2025

Vos questions / nos réponses

en couple et sa peux plus durer!!!

Par Profil supprimé Postée le 11/05/2012 14:00

> bonjour!!!je voudrais savoir comment faire pour arreter de chouter des douilles!!sa fait 10ans que je consomme tous les jours a peu près une quinzaine/jour!!je n'arrive pas a m'endormir si je n'ai pas consommez avant et cela empatie sur ma vie de couple!!!jaimerai qu'on m'aide s.v.p MERCI D'AVANCE

Mise en ligne le 14/05/2012

Bonjour,

Fumer sur un bang plusieurs fois par jour depuis une dizaine d'années peut témoigner de difficultés qui sont à la base de ces consommations. Au delà de l'habitude qui peut s'installer avec le temps, il y a certainement des raisons qui vous ont amenée à consommer ainsi, peut être une certaine forme de mal-être que vous gérez depuis toutes ces années à travers les effets du cannabis.

Il s'agirait d'identifier les raisons qui vous poussent à consommer afin de mieux repérer ce qui pourrait vous aider à faire face à votre mal-être d'une autre manière qu'en fumant. Chaque consommateur de cannabis fume pour des raisons qui lui sont propres, et l'aide pour arrêter peut alors prendre différentes formes.

Se faire aider peut notamment passer par des consultations auprès de spécialistes. Il existe des centres de soins où vous pouvez rencontrer des médecins et des psychologues, entre autres, sous forme de rendez-vous réguliers, gratuits et confidentiels. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées d'un établissement proche de chez vous.

Si pour diverses raisons cette démarche était difficile à faire pour vous, nos écoutants sont aussi à votre disposition au 0800.23.13.13, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe.

Cordialement.

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

Association Addictions France - CSAPA

3 ter rue Jules Vallès
22000 SAINT BRIEUC

Tél : 02 96 60 80 69
Site web : www.addictions-france.org/regions/bretagne/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h-13h et 14h-17h- Mardi après-midi 16h à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous du lundi au vendredi avec ou sans entourage.

Voir la fiche détaillée