

## VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

### BESOIN D'AIDE

---

Par Alcool Info Service Postée le 15/07/2013 22:46

bjr,sa fait 3 semaine que je n'ai pas toucher un join et sa me ronge je n'arrive pas a areter dit pincer je ses pas comment faire. jaimerais savoir comment je peut faire pour me detacher de cette drogue le cannabise que je consomme depuis lage de 12 ans ? merci

---

#### Mise en ligne le 16/07/2013

Bonjour,

Il est tout à fait normal que vous pensiez encore régulièrement au cannabis. Si vous avez consommé pendant 5 ans, la force de l'habitude est encore très présente. Ce sentiment va décroître et s'estomper avec le temps. Si vous avez besoin d'aide ou de soutien, car il est souvent difficile de tenir les choses dans la durée, vous pouvez vous rendre dans une consultation pour usagers de cannabis. Ces consultations sont animées par une équipe de professionnels spécialisés dans ce type de problèmes, (éducateurs, médecins, psychologues). La prise en charge y est anonyme et gratuite.

Vous pouvez retrouver les coordonnées des consultations de votre département en bas de message. N'hésitez pas à prendre contact avec l'une d'elle. Vous pouvez également joindre l'un de nos écoutant au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe de 8h à 2h tous les jours) si vous avez besoin de soutien.

Cordialement

---

### POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

---

#### PERMANENCE ADDICTIONS POINT VIRGULE

3 rue du Colombier  
Maison des Familles  
38160 SAINT MARCELLIN

Tél : 04 76 17 21 21

Site web : [www.codase.org/csapa/](http://www.codase.org/csapa/)

Secrétariat : Du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 14 h à 18h ; jeudi de 9h à 10h30 et de 14h à 18h30 ; vendredi de 9h à 12h puis de 14h à 16h30 avec possibilité de laisser un message sur le répondeur afin d'être rappelé (secrétariat sur Grenoble)

Accueil du public : Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h sur rendez-vous (d'autres rendez-vous sont possibles)

Voir la fiche détaillée

#### PERMANENCE ADDICTIONS POINT VIRGULE

6, avenue Jules Ravat  
Centre social Charles Béraudier  
38500 VOIRON

Tél : 04 76 17 21 21

Site web : [www.codase.org/csapa/](http://www.codase.org/csapa/)

Secrétariat : Du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 14 h à 18h ; jeudi de 9h à 10h30 et de 14h à 18h30 ; vendredi de 9h à 12h puis de 14h à 16h30 avec possibilité de laisser un message sur le répondeur afin d'être rappelé (secrétariat sur Grenoble)

Accueil du public : Mercredi, jeudi et vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h sur rendez-vous (d'autres rendez-vous sont possibles)

Voir la fiche détaillée