© Drogues Info Service - 5 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Comment ralentir sur le cannabis

Par Profil supprimé Postée le 17/01/2015 16:13

> Actuellement je fume toute la journée des joint aussi gros qu'il ne faut pour devenir stone a la première latte, comment pourais-je ralentir ma fumette car cela nuis beaucoup sur moi comme sur mon entourage. Je suis passer du côté récréatif au coté drogué

Mise en ligne le 20/01/2015

Bonjour,

Vous prenez conscience que votre consommation, au départ récréative, est aujourd'hui devenue un problème qui vous nuit, à vous et votre entourage. Vous nous demandez comment "ralentir". Afin d'être accompagné dans votre réflexion et votre démarche de diminution de votre consommation, nous vous conseillons de vous rapprocher de la Consultation Jeunes Consommateurs dont les coordonnées sont disponibles en fin de message. Vous pourrez y rencontrer des professionnels spécialisés, afin de faire le point sur votre situation et envisager les possibilités d'aide qui s'offrent à vous.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Tous nos encouragements pour votre démarche,

Cordialement.

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

CSAPA - CAARUD USSAP ACCUEIL INFO ADDICTION - AIDEA11

41 avenue Anatole France
11100 NARBONNE

Tél : 04 68 42 58 58
Site web : urlz.fr/gO6q
Secrétariat : CSAPA : Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 12h30 à 16h15 - le mercredi de 8h à 9h et de 12h30 à 16h (laisser un message sur répondeur)
Accueil du public : CSAPA : Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 12h30 à 17h - le mercredi de 8h à 9h et de 12h30 à 17h (laisser un message sur répondeur)
CAARUD : Accueil collectif de 8h30 à 11h30 avec ou sans rendez-vous - possibilité d'accueil sur rendez-vous de 8h30 à 16h30 sauf le mercredi après-midi (pas d'accès) - Accès à la machine à laver, selon planning, en contactant l'équipe
Substitution : tous les matins de 8h30 à 12h , sauf le mercredi

Voir la fiche détaillée