

# Cannabis : deux tests pour évaluer sa consommation

Le portail des addictions [Addict AIDE](#) a récemment mis à disposition des usagers de cannabis deux tests pour évaluer leur consommation. Les tests [ALAC](#) et [CAST](#), centrés sur les habitudes de consommation et les expériences sous cannabis, aident à repérer une éventuelle consommation problématique.

À l'issue de ces tests une évaluation de la consommation est restituée, des ressources sont proposées ainsi que des pistes d'orientation.

Un troisième test pour [mesurer la gravité de l'addiction](#) quelle que soit son origine est également disponible sur le site

Les résultats des tests permettent de se situer mais ils peuvent aussi susciter des questions, des angoisses, l'envie d'en savoir plus. Drogues info service est à la disposition de tous pour en parler, s'informer, obtenir une orientation : 0 800 23 13 13 tous les jours entre 8h et 2h (gratuit et confidentiel).

## **Pour en savoir plus :**

[Addict'Aide : de nouveaux outils pour vous évaluer, vous motiver, vous orienter et vous soigner](#)

## **Articles en lien :**

[Comment savoir si j'ai un problème ?](#)

[Est-il possible d'arrêter seul le cannabis ?](#)

-