

Forums pour les consommateurs

# arret de cannabis

Par Profil supprimé Posté le 05/12/2017 à 08h07

bonjours je reviens vers vous ça fait pratiquement 10 jours que j ai diminuer ma consommation de cannabis de 8 joints je suis descendu à 3 joints pour moi c est déjà un bon début je commence a me sentir mieux à faire plus de chose j ai commencé à faire un peu de sports ça m aide niveau du manque

je vous cache pas il ya des jours en peut difficile mais je tiens le coup

## 1 réponse

---

Profil supprimé - 05/12/2017 à 23h53

Salut!

Tout d'abord félicitation pour ta diminution.

Je suis moi même en plein arrêt (8e jour sans canna contre une 4/5 de joints par jour, j'étais a + de 10 pdt des années )

Les 1ers jours sont difficiles mais ça vaut le coup.

Je me suis également remise au sport un bon décreassage du corps c bon.

Je t'envoie plein d'ondes positives et te souhaite une belle réussite dans tes projets.

Qu'est ce qui t'a motivé à diminuer? Visent tu un arrêt définitif ou juste une diminution. Dans tous les cas cela demande une grande volonté et tu peux être fière de ta décision.

Si tu as des questions, ou que l'envie est trop pesante n'hésite pas à poster je viendrai te soutenir

Courage à toi, dans tous les cas tu as pris 1 super décision.