© Drogues Info Service - 13 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Tirer une taffe sur un join durant le sevrage du cannabis

Par N Postée le 15/09/2023 16:55

> Bonjour j’aurais une question, j’ai tirer UNE TAFFE sur un join alors que j’avais arrêter depuis 2 semaines, est ce que le sevrage recommence à zéro? Je précise qu’avant j’étais un bon fumeur durant 5 ans (entre 3 et 10 par jours)

Mise en ligne le 18/09/2023

Bonjour,

Vous êtes en sevrage de cannabis depuis 2 semaines et vous vous questionnez car vous avez tiré une taffe d'un joint récemment.

Si vous avez tiré une taffe d'un joint et que cela n'a pas entraîné d'envie irrépressible de reprendre votre consommation, cela indique que votre motivation à l'arrêt est toujours là. Vous pouvez donc poursuivre votre sevrage.

Si cet arrêt vous semble difficile et que vous avez envie de fumer, sachez que vous pouvez vous faire aider et soutenir dans des lieux appelés des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) au sein desquels il existe des consultations spécifiques pour les jeunes consommateurs (de moins de 25 ans) appelées Consultations Jeunes Consommateurs (CJC). Toute une équipe pluridisciplinaire (médecins, infirmiers, psychologues, travailleurs sociaux...) sera à votre écoute. Vous pourrez y être soutenu de manière bienveillante et non jugeante. L'accueil se fait sur rendez-vous. Ceux-ci sont non payants et confidentiels.

Nous vous joignons un lien vers quelques adresses de CJC dans votre ville. N'hésitez pas à les contacter pour des informations et/ou une prise de rendez-vous.

Vous trouverez également à la fin de cette réponse un lien vers notre "guide à l'arrêt du cannabis" qui pourra peut-être vous aider dans votre démarche de sevrage.

Si vous souhaitez échanger plus amplement à propos de votre situation, sentez-vous libre de contacter un de nos écoutants, par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), de 8h à 2h ou par tchat de 14h à minuit via le site "drogues info service".

Avec tous nos encouragements dans votre démarche d'arrêt,

Bien cordialement.

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

---

Consultations Jeunes Consommateurs et Intervention Précoce JAM

7 square Stalingrad
13001 MARSEILLE

Tél : 04 91 91 00 65
Site web : www.addiction-mediterranee.fr/
Secrétariat : Lundi de 9h à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h à 13h, mercredi de 10h à 13h et de 14h à 19h, jeudi et vendredi de 14h à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : lundi de 9h30 à 13h de 14 à 18h, mercredi de 14h à 19h, vendredi de 14h à 17h, sur rendez vous
Service mobile : Equipe mobile auprès de centres sociaux, Personnels de L'ASE, de la PJJ, des IMEF, Informations et Formations, Groupes de travail Inter-structures.

Voir la fiche détaillée

Espace Puget bis - Consultations Jeunes Consommateurs

175 rue Paradis
13006 MARSEILLE

Tél : 04 96 17 67 75
Site web : www.espacepugetbis.fr/
Accueil du public : du lundi au vendredi de 9h30 à 18h30
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h30 à 17h

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Guide d'aide à l'arrêt du cannabis