

Vos questions / nos réponses

?

Par [Lolodu59](#) Postée le 05/08/2025 16:22

Bonjour, je suis actuellement en train d'essayer d'arrêter de fumer le cannabis (plusieurs années de consommation chronique). Cela est très dur, ça fait depuis seulement dimanche (j'avais commencé à ralentir un petit peu) mais je voudrais savoir si un accompagnement peut m'être proposé et vers qui me tourner. Est-ce que je dois me tourner vers un addictologue, un psy, un psychiatre ? Cela est-il payant ? Je vous remercie d'avance de bien vouloir m'aiguiller dans cette démarche qui n'est pas si simple. Bonne journée, Lolodu59

Mise en ligne le 08/08/2025

Bonjour,

Nous saluons le fait que vous cherchiez à vous sortir d'un fonctionnement qui ne vous convient plus.

Se séparer d'une consommation régulière de cannabis peut effectivement être compliqué et il est positif que vous vous renseigniez sur une aide extérieure afin de maximiser vos chances d'arrêt.

Il vous est possible de vous tourner vers des structures nommées Consultations Jeunes Consommateurs (CJC). Il s'agit de consultations individuelles dans un cadre confidentiel et non payant (pris en charge par la Sécurité sociale). L'équipe de professionnels est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier...

En bas de réponse nous vous transmettons des coordonnées de structures sur le périmètre géographique que vous nous avez indiqué.

Nous vous joignons également notre fiche-produit sur le cannabis, vous pouvez consulter le chapitre "dépendance" qui explicite les difficultés les plus courantes rencontrées lors d'un sevrage.

N'hésitez pas à contacter un de nos écoutants si vous souhaitez du soutien ponctuel ou échanger davantage sur votre situation.

Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Avec tous nos encouragements pour votre démarche.

Bien cordialement.

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

[Centre CSAPA Boris Vian](#)

10 rue Colbert
59000 LILLE

Tél : 03 20 15 85 35

Site web : www.epsm-al.fr

Accueil du public : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le jeudi de 9h30 à 13h et de 15h30 à 19h

Substitution : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 8h à 12h30 et de 13h30 à 14h30, le jeudi 8h à 12h30.

Tel : 03 28 07 26 80

Consultat^o jeunes consommateurs : Consultation jeunes usagers et familles du Centre Vernon Sullivan

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Fiche sur le cannabis](#)
- [Les consultations Jeunes Consommateurs \(CJC\)](#)