© Drogues Info Service - 17 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Aidez moi svp

Par Profil supprimé Postée le 28/01/2013 06:12

> Bonjour , voilà j'ai 20 ans a peine je fume des joint tout les jours depuis bientôt 2 ans , et maintenant depuis environ 5mois je prends de la cc le week-end , mais résultat aujourd'hui je me retrouve avec des difficultés financière je dois de l'argent a mes amis , je me ruine pour de la merde , j'en peux plus je veux retrouver une vie normal d'une jeune femme de 20 ans , et surtout arrêter avant que ma famille découvre tout sa car je n'est pas envie de les décevoir !!! Dc voilà je voudrais qqe conseil (mais je ne veux aller dans aucun centre !) , ou pouvoir parler a des personnes qui sont dans le même cas pour pouvoir s'entraider.. J'attends une réponse , merci ;)

Mise en ligne le 28/01/2013

Bonjour,

Il est possible d'arrêter de consommer du cannabis ou de la cocaïne sans aide particulière. Il n'existe d'ailleurs pas de traitement de substitution pour ces drogues. Pour ceux qui ont du mal à arrêter, pour lesquels une dépendance psychologique s'est installée, des consultations sont possibles auprés de professionnels spécialisés en CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Nous ne savons pas sur quoi repose votre refus de consulter mais sachez que ces consultations sont individuelles, confidentielles (voire anonymes) et gratuites.

Vous semblez intéressée par le partage d'expériences, l'entraide entre usagers. Nous pouvons vous indiquer plusieurs pistes.

Certains CSAPA organisent des groupes de parole animés le plus souvent par un professionnel où, ceux qui le souhaitent, peuvent venir échanger sur leur parcours, leurs tentatives d'arrêts, une thématique proposée par celui qui anime la réunion ou les autres personnes qui y participent...

Il existe également un groupe d'entraide, les "Narcotiques Anonymes", qui propose des réunions entre anciens consommateurs pour s'entraider à se maintenir dans l'abstinence. Vous trouverez plus de renseignements sur le fonctionnement de ce groupe, la liste des reunions..., en allant visiter leur site.

Enfin, il existe divers forums ouverts sur internet dont un sur notre site qui s'appelle "Arrêter la drogue". Là encore ce sont des consommateurs qui échangent entre eux, se donnent des conseils, témoignent de leurs parcours...

Si vous souhaitez plus d'informations, de précisions, éventuellement une orientation ou tout simplement prendre le temps de discuter plus avant de votre situation et de vos difficultés, vous avez la possibilité de

nous joindre au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7/7, de 8h à 2h).

Cordialement.