

CANNABIS

Test du CAST

Afin d'évaluer votre consommation de cannabis, répondez au questionnaire ci-dessous. Cela vous permettra de savoir où vous en êtes dans votre consommation et de savoir si elle peut éventuellement être problématique.

	Score				
	Jamais	Rarement	De temps en temps	Assez souvent	Très souvent
Avez-vous déjà fumé du cannabis avant midi ?	0	1	2	3	4
Avez-vous fumé du cannabis lorsque vous étiez seul(e) ?	0	1	2	3	4
Avez-vous eu des problèmes de mémoire quand vous fumiez du cannabis ?	0	1	2	3	4
Des amis ou membres de votre famille vous ont-ils dit que vous devriez réduire votre consommation ?	0	1	2	3	4
Avez-vous essayé de réduire ou d'arrêter votre consommation de cannabis sans y arriver ?	0	1	2	3	4
Avez-vous eu des problèmes à cause de votre consommation de cannabis (dispute, bagarre, accident, mauvais résultats scolaires ... ?	0	1	2	3	4

Interprétation : additionnez les chiffres entourés pour toutes les questions.

< 3 = Rien de grave mais on peut quand même en discuter si vous avez des questions !

3 à 6 = Votre consommation mérite que l'on en parle.

> ou = à 7 = Ce résultat est à prendre au sérieux car il indique une éventuelle dépendance.