

AVEC QUI PARLER DE PRISE DE PROD'

Il est possible de gérer une consommation de produits pour faire la teuf, mais ce n'est pas évident.

Tu n'es pas tout seul dans ce cas-là (voir nos contacts).
Si tu veux en parler, il existe plusieurs solutions :

*Un entretien téléphonique anonyme et gratuit.

*Une rencontre avec une association Techno de santé communautaire, c'est à dire composée de personnes qui, de par leur expérience, peuvent t'aider et te soutenir.

*Une rencontre avec un professionnel spécialisé : médecin, psychologue, psychiatre, etc...

Si tu as un ami qui ne va pas bien, tu peux aussi y trouver un soutien pour "t'aider à l'aider".

EN CAS DE SURDOSE

Allonge la personne sur le côté, défais tout ce qui peut gêner la respiration (col, ceinture...), **alerte ou fais prévenir les secours (112)**. En attendant appelle la personne par son prénom en lui demandant d'ouvrir les yeux, de serrer ta main. Reste présent quand les secours arrivent pour leur dire ce qui s'est passé et notamment ce que la personne a pris.



graphics: max_zambo@hotmail.com
slip-premier.blogspot.com

Ce document a été réalisé par TECHNO + en collaboration avec RESTIM



CONTACTS

URGENCES-SECOURS TEL: 112
HÉPATITES INFO SERVICE TEL: 0800 845 800
SIDA INFO SERVICE TEL: 0800 840 800
DROGUES ALCOOL TABAG INFO SERVICE TEL: 0800 23 13 13
www.drogues-info-service.fr

Act Up Toulouse
05 61 141 856
actuptoulouse@wanadoo.fr
Autrement (Bordeaux)
06 84 231 364
autrement.rdr@no-log.org
Bamboo Tribe (Tours)
06 76 22 85 05
okolakolanoir@hotmail.fr
Bus 31/32 (Marseille)
06 98 24 31 32
festif.bus3132@orange.fr
Keep Smiling (Lyon)
06 63 137 706
info@keep-smiling.com
Korzéame (Toulouse)
06 81 334 373

Le Tipi (Marseille)
04 91 945 123
tipi@letipi.org
Préventek (Rabastens)
06 47 09 04 32
lefarfatek81@yahoo.fr
PrévenTeuf (Rouen)
preventeuf@hotmail.com
Ravé'Mieux (Besançon)
03 81 96 38 04
yoann25@hotmail.fr
Spiritek (Lille)
03 28 362 840
spiritek-adsl@nordnet.fr
ASUD
(Auto Support des Usagers de Drogues)
http://www.asud.org

PARIS-NANTES-DIJON
WEB: www.technoplus.org
MAIL: tplus@technoplus.org
TEL: 06 03 829 719

TECHNO+ EST MEMBRE DU BASICS NETWORK (RESEAU EUROPEEN SUR LES RISQUES LIÉS AUX PRATIQUES FESTIVES) ET DE L'AFR (ASSOCIATION FRANÇAISE POUR LA RÉDUCTION DES RISQUES LIÉS À L'USAGE DE DROGUES)

basics-network.org

a-f-r.org



15 ans que Techno+ réduit les risques dans les soirées techno. 15 ans de teufs, de rencontres, de fous rires mais aussi 15 ans d'activisme et des centaines de milliers de flyers distribués. Réduire les risques et épanouir la culture tekno fut notre premier crédo. Et dès 1995 nous avons distribué nos flyers visant à informer objectivement des risques liés aux pratiques festives. En 2004, cela nous a conduit devant les tribunaux pour un procès que nous avons gagné et depuis nos dépliantent entrent dans le cadre de la politique de santé publique dite de Réduction des Risques (loi du 09/082004 du Code de la Santé Publique et son référentiel du 14/04/2005)

BONNE TEUF A TOUS. ET... N'OUBLIEZ PAS LE GEL ET LES CAPOTES !!

document édité en 2010



EDITION DES 15 ANS

INFORMER NE NUIT PAS A LA SANTE

Ce document est édité par Techno+ sous la licence Creative Commons by-nc-nd. Il peut être reproduit pour toute action non commerciale à condition de citer l'auteur et de ne pas changer les termes de la présente licence <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr/>

L'USAGE DE DROGUES EST SANCTIONNÉ PAR LA LOI

TECHNO+ PLUS

REPERES

L'INFORMATION OBJECTIVE SUR LES RISQUES LIÉS AUX PRATIQUES FESTIVES ET LES MOYENS DE RÉDUIRE CES RISQUES PERMET À CHACUN D'ADOPTER UNE ATTITUDE RESPONSABLE DANS SES CHOIX DE VIE.



CELA FAIT QUELQUES SEMAINES, QUELQUES MOIS, PLUSIEURS ANNEES QUE TU CONSOMMES DES PRODUITS,
PLUS OU MOINS REGULIEREMENT, SELON LES PERIODES...

OU EN ES-TU ?

POUR T'AIDER A TE SITUER, SEUL(E), AU CALME, VOICI QUELQUES PISTES POSSIBLES :

Je ne peux pas aller en teuf
sans prendre de produit(s),
je m'y ennuierais trop...

Je prends systématiquement plusieurs
produits dans la nuit, n'importe lesquels
selon ce qui passe...



Je ne sais pas dire non lorsqu'on me
propose un produit.

En teuf, je pense plus à reprendre un
produit qu'à profiter de ce que j'ai déjà
pris...

Même si je ne suis pas dans de bonnes
conditions (humeur, entourage,...), je
consomme chaque fois que j'en ai
l'occasion...

Même si je suis mal avec un produit,
je continue à le prendre...

Ma conso déborde
du week-end et de la teuf...



Rien ne me motive plus, j'attends
seulement le week-end...

J'ai progressivement abandonné toute
activité : culturelle, sportive...

Mes amis sont tous des consommateurs
comme moi ; les autres n'ont pas
d'intérêt...

Mon (ma) petit(e) ami(e) me fait des
remarques sur ma consommation; c'est
source de conflits entre nous...

Il m'arrive d'avoir des crises d'angoisse
sans savoir pourquoi...

On me dit irritable, parfois parano...

J'ai du mal à dormir...

Je suis facilement malade
(rhume, bronchite, etc...).

Je suis toujours fatigué...

J'ai perdu beaucoup de poids...

J'ai du mal à me concentrer sur une
activité : travail, lecture...

Mon désir et mes performances
sexuelles sont à la baisse...

J'ai des problèmes gynécologiques :
règles irrégulières, mycoses à répétition,
irritations, infections urinaires...

**Pour résumer
un pied chéper,
un pied sur terre**

