

## Face au confinement, un mot d'ordre : Anticipation !

**S'assurer d'avoir assez de matériel de RDR à disposition pour plusieurs semaines** (*limite les déplacements, et évite la rupture de stock !*)

**Anticiper pour ne pas se retrouver en rupture de TSO ou autre traitement** (*Vous avez la possibilité de poursuivre vos traitements de substitution aux opiacés (TSO), dans le cas où l'ordonnance aurait expiré, pour toute personne sous traitement depuis au moins 3 mois*)

**S'assurer si possible d'avoir assez de stock de produits à disposition, pour éviter la rupture et le manque** (*Anticiper l'éventualité de cette situation. Penser à éventuellement réduire la consommation et opter pour un fractionnement des produits*)

**Attention aux overdoses : les services hospitaliers sont beaucoup moins disponibles et réactifs en temps de crise, prudence maximale !** (*Surtout si tu consommes moins de produit qu'à ton habitude, diminue la première dose pour évaluer la qualité. N'hésite pas à demander un kit Naloxone pour les OD aux opiacés distribuée au CAARUD de AIDES*)

**En cas de changement dans les habitudes de consommation, ou les produits consommés, prudence !** (*mélanges, effets inattendus, contexte stressant,...*)

## Face au virus : on limite les risques !

**Eviter le partage de produit : cigarette, joint, canette, bouteille, ...** (= *risque de contamination important*)

**Eviter le partage de matériel : seringue, paille, pipe, bong, ...** (= *risque de contamination important*), et respecter une distance suffisante avec les autres consommateurs (1,5m)

**Si on partage le matériel, désinfecter le matériel avant usage** (*solution à base d'alcool 70°*), et utiliser par exemple des embouts interchangeables quand c'est possible (*pipes*)

**Préparer soi-même son produit** (*chacun roule son joint, prépare sa trace, ...*) sur une surface propre et désinfectée

**Le Coronavirus est un virus respiratoire, sniffer et fumer des produits augmente les risques et dommages !**

**Laver et désinfecter les emballages des produits achetés** (*touchés, ou cachés dans la bouche ou ailleurs, ils peuvent être porteurs du virus*)

**Se laver les mains régulièrement, surtout après avoir été en contact avec quelqu'un, et avant de consommer !**

**Consommer des produits ne booste pas l'immunité ! Raison de plus pour être vigilant(e)s !**