

Prenez soin de vous et de vos amis. Renseignez-vous sur les risques liés à la fête sur [www.fetez-clairs.org](http://www.fetez-clairs.org) pour que la fête reste un plaisir pour tous.

Vous voulez en savoir plus ou être aidé

[www.drogues-info-service.fr](http://www.drogues-info-service.fr)

0 800 23 13 13 (7j/7, appel gratuit depuis un poste fixe)

01 70 23 13 13 (Pour les portables : coût d'une consommation ordinaire)



MAIRIE DE PARIS



Fêtez Clairs est membre de **PARTY+**, le réseau européen des labels de promotion de la santé en milieux festifs

illustration | Design | [jullienbigot.com](http://jullienbigot.com) | Février 2013



UNE RÉCENTE ENQUÊTE MENÉE PAR FÊTEZ CLAIRS AUPRÈS DE FÊTARDS MONTRE QUE BEAUCOUP D'ENTRE VOUS IGNORENT OU NE TIENNENT PAS COMPTE DE CERTAINS EFFETS OU RISQUES

## ECSTASY/MDMA

*Votre cerveau a besoin d'environ 1 à 2 mois pour récupérer d'une prise d'ecstasy/MDMA*

La consommation régulière d'ecstasy/MDMA épuise la quantité de sérotonine, une molécule qui régule l'humeur, dans le cerveau. Cela augmente le **risque de dépression**.

Espacer ses consommations permet la reconstitution du stock de sérotonine : au minimum 1 mois, pour plus de sûreté, 2 mois.

Une consommation régulière peut également entraîner : affaiblissement, amaigrissement, toxicité au niveau du foie (hépatites fulminantes), dégradation de certaines cellules nerveuses dont on ne sait pas actuellement si elle est réversible ou non.

## COCAÏNE+ECSTASY

*La cocaïne réduit les effets recherchés de l'ecstasy/MDMA*

Ceux qui consomment simultanément ecstasy et cocaïne, ressentent moins l'effet de l'ecstasy, pensent qu'il est faiblement dosé et peuvent être tentés d'en reprendre.

Ils s'exposent ainsi à un **risque de surdose** pouvant entraîner : augmentation du rythme cardiaque et de la température du corps (exceptionnellement mortelle), déshydratation, malaises et évanouissements.

## SNIF

*Le partage des pailles peut transmettre les virus des hépatites B et C et autres infections*

Avec la cocaïne et d'autres produits irritant la muqueuse nasale, il est courant de provoquer des lésions peu visibles, mais suffisantes pour transmettre les virus des hépatites. **Ne partagez et n'échangez votre paille avec personne, pas même vos amis.**

Protégez-les ! Chacun sa paille !

Sniffer n'empêche en aucun cas les overdoses et les intoxications. Se rincer le nez permet d'éviter les microlésions.

## SEXUALITE+ALCOOL/DROGUES

*La consommation d'alcool et/ou de drogues peut amener à ne pas mettre de préservatif*

Les effets de l'alcool et des drogues peuvent vous faire oublier de prendre soin de vous et de vos partenaires. Dans tous les cas, **n'oubliez pas d'utiliser des capotes** (préservatifs masculins ou Fémidom®) et du gel à base d'eau ou lubrifiant au silicone en quantité suffisante; ceci afin d'éviter les infections sexuellement transmissibles et/ou comme moyen de contraception.



**SORTIE**