

# Conseils pour assurer la consommation sécuritaire de substances pendant la pandémie de COVID-19



## NE PARTAGEZ RIEN

Pipes, bongs, vapoteuses, joints, tubes nasaux et accessoires nécessaires à l'injection, y compris l'eau stérilisée, les cuiseurs, les filtres, les lingettes et les garrots.



## Vous suivez un traitement par agonistes opioïdes (TAO)?

Si vous suivez un TAO, demandez à votre médecin de vous donner une ordonnance d'un mois. Demandez-lui si vous pouvez sauter les rendez-vous et les analyses d'urine pendant au moins un mois.



## LAVEZ-VOUS LES MAINS

Avec de l'eau chaude et du savon; frottez-vous les mains vigoureusement pendant au moins 20 secondes (mais plus longtemps si vous pouvez) chaque fois que vous êtes en contact avec d'autres personnes, après avoir manipulé de l'argent et après avoir reçu vos drogues. Il est préférable d'utiliser des serviettes de papier pour vous sécher les mains. Sinon, utilisez une serviette propre.



## PRÉPAREZ VOS DROGUES VOUS-MÊME

Assurez-vous de ne pas manipuler ni toucher les accessoires ou les drogues d'autres personnes et ne laissez personne toucher les vôtres.



## ÉVITEZ DE VOUS METTRE DES SACS OU DES EMBALLAGES DE DROGUE DANS LA BOUCHE, LE VAGIN OU L'ANUS

Si vous devez absolument le faire, nettoyez vigoureusement le sac avec un désinfectant à base d'alcool avant de l'insérer et après l'avoir retiré. Si vous le portez dans la bouche, utilisez un rince-bouche à base d'alcool après.



## SOYEZ PRÊT À SUBIR UN SEVRAGE INVOLONTAIRE

Si vos fournisseurs tombent malades, ayez un plan de secours et assurez-vous d'avoir les médicaments nécessaires ainsi que la nourriture et les boissons qu'il vous faudra pour vous sevrer des opioïdes. Les personnes qui consomment d'autres substances peuvent prendre des mesures semblables.