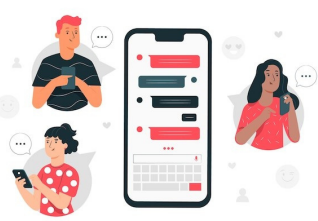


# KIT DE SURVIE EN MODE PARTY

## POUR AVOIR PLUS DE FUN... PLUS LONGTEMPS!



### AVANT (PRÉPARE-TOI)

- Prévois ton lift de retour : conducteur désigné, taxi, transport en commun, un adulte de confiance...
- Avise tes proches ou une personne de confiance de tes déplacements.
- Désigne une personne qui sera responsable de la gang, ça pourrait être votre conducteur désigné! ;)

### TA CONSOMMATION

- Prépare ta consommation avant d'être sur place. L'acheter d'un inconnu, c'est pas fiable!
- Si tu ne connais pas tes limites, pas besoin d'une caisse de 12 à toi tout seul!
- On ne connaît pas les intentions des gens sur place, pour protéger ta consommation, utilise une gourde fermée.



### POUR TA SANTÉ

- Assure-toi d'avoir bien mangé.
  - Tu devrais également boire de l'eau.
- Consommer le ventre vide, c'est dur sur le système!



### DANS TON SAC

- Apporte des condoms, on ne sait jamais comment la soirée peut finir!
- Apporte des vêtements chauds ou de rechange, un après-bal dans un pit de sable se termine rarement à 22 h. Tu vas voir que la nuit, ça refroidit!



PS : Les sandales dans un pit de sable, c'est pas terrible...

Marcher sur de la vitre cassée, ça coupe le fun assez vite! ;)

### TANT QU'À Y ÊTRE



- Traîne un sac avec tous tes essentiels nommés plus haut et ajoute des collations, du papier hygiénique, une gourde d'eau, etc.
- Aucun imprévu n'aura ta peau!

### DURANT LA SOIRÉE

- Garde ta consommation près de toi, on ne sait jamais ce qui pourrait y être mis!
- Reste à l'écoute de ton corps. Si tu as des effets indésirables, dis-le à la personne qui t'accompagne et n'hésite pas à arrêter de consommer.
- Reste toujours avec ta gang, ne quitte pas avec des gens que tu ne connais pas.



### PENSES-Y BIEN

- Une personne qui a consommé quoi que ce soit n'est pas apte à consentir à une relation sexuelle.
- Sous l'influence de substances, ce n'est pas le meilleur moment pour tenter d'impressionner tes amis. Y'a de fortes chances que ça se retrouve sur les réseaux sociaux le lendemain et ça risque d'être gênant...
- Laisse ton cellulaire de côté et vis le moment présent!

### APRÈS : RETOUR SÉCURITAIRE

- Rappelle-toi ton kit de survie! Une gourde d'eau, une collation, ça rendra le réveil moins difficile.
- Avertis quelqu'un que tu es sur ton départ pour la maison.
- Le conducteur désigné n'est pas celui qui a le moins consommé. C'est celui qui n'a pas bu une goutte d'alcool ni consommé de drogue. Ne monte jamais avec un conducteur qui a bu ou qui a pris de la drogue.[1]
- Assure-toi que ton lift de retour est sécuritaire! N'embarque pas avec n'importe qui, surtout si tu ne connais pas la personne, son état ou ses intentions.



[1] <https://saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/alcool/responsabilites-solutions-intelligentes>

Source images : Freepik

