



# ALCOOL



## LES EFFETS RECHERCHÉS

DÉSINHIBÉ, JE NE SUIS PLUS LE/LA MÊME LORSQUE J'AI BU.

DIMINUTION DE MES RÉFLEXES, DE MA VIGILANCE ET DU CONTRÔLE DE MOI-MÊME.

*Désinhibiteur  
perturbateur*



## LES DIFFÉRENTS RISQUES

JE PERDS LE CONTRÔLE, JE PEUX DEVENIR LOURD.E,  
AGRESSIF.VE, VIOLENT.E Y COMPRIS SEXUELLEMENT  
(OU SUBIR CES COMPORTEMENTS SANS POUVOIR RÉAGIR).

CHUTES, BLESSURES, ENDORMISSEMENT, COMA ÉTHYLIQUE.

LES STIMULANTS  
(BOISSONS ÉNERGISANTES, CAFÉ, COCAÏNE MDMA/ECSTASY)  
MASQUENT LES EFFETS DE L'ALCOOL, CE QUI POUSSE À  
CONSOMMER PLUS ET DONC MULTIPLIE  
LES RISQUES À TOUS LES NIVEAUX I

LES RISQUES DE COMA SONT ENCORE BIEN  
PLUS IMPORTANTS QUAND JE MÉLANGE  
AVEC LES OPIACÉS, LES MÉDICAMENTS, LE GHB/GBL.



## LA DURÉE

ÇA MET DU TEMPS À MONTER !  
EFFETS MAX 30MIN/ 1H APRÈS MA DERNIÈRE CONSO.



## QUE FAIRE POUR RÉDUIRE LES RISQUES?

JE BOIS LENTEMENT.

MANGER N'EST PAS TRICHER, AU CONTRAIRE !

SI J'AI ENVIE DE DORMIR, JE ME COUCHE SUR LE CÔTÉ.

J'AI LE DROIT DE DIRE NON AUX SOLLICITATIONS À BOIRE.

J'ALTERNE AVEC DES VERRES DE SOFT OU D'EAU.

JE RESTE VIGILANT.E, CHACUN.E SON SEUIL DE TOLÉRANCE.

JE PENSE À DORMIR SUR PLACE OU  
À AVOIR UN AMI SOBRE QUI ME RAMÈNE.



## POUR PLUS D'INFORMATIONS

TU T'INTERROGES ?  
TU T'INQUIÈTES ?  
NOUS POUVONS T'APPORTER DES  
REPNSES TRANQUILLEMENT.



[www.ceid-addiction.com](http://www.ceid-addiction.com)

