



Qui sommes-nous?



Risquer Moins
"Réseau liégeois de réduction
des risques en milieu festif"

Risquer Moins est composé de différents services actifs en matière de promotion de la santé, d'aide à la jeunesse, de prévention et/ou d'assuétudes.

L'ALFA, Service de santé mentale spécialisé dans le traitement et la prévention de l'alcoolisme et des toxicomanies

04/223.09.03

Accueil-Drogues service d'information, d'orientation, de réduction des risques et d'échange de seringues

04/221.21.14

www.centrealfa.be



NADJA, Centre d'accueil, de documentation, de prévention et de traitement des dépendances

04/223.01.19

www.nadja-asbl.be



CAP FLY, Centre Ambulatoire Pluridisciplinaire d'accompagnement de personnes toxicodépendantes.

04/228.07.04

www.capfly.be



Seraing 5, Centre d'accueil, d'information et de consultation spécialisé dans le traitement des problèmes de toxico-dépendance

04/336.36.88

www.seraing.be/admin/contsecu.htm



Le CLAJ AMO, Centre Liégeois d'Aide aux Jeunes, Service de prévention en Milieu Ouvert

04/344.44.72

www.claj.be



Avec le soutien de
la Fédération Wallonie Bruxelles,
de la Wallonie et du Réseau
liégeois d'aide et de soins
spécialisés en Assuétudes.



www.modusvivendi-be.org

L'augmentation régulière de la consommation des produits psychotropes est une réalité parmi les jeunes (**15-30 ans**). Ces **jeunes**, en général des **usagers occasionnels**, ne fréquentent pas les centres spécialisés et reçoivent **peu d'informations** quant aux risques liés à la consommation de drogues, encore moins sur les moyens de réduire ces risques.

En Communauté française, la réduction des risques en milieu festif existe depuis 1994. Actuellement, elle est mise en œuvre par **plus de 40 partenaires** (182 événements festifs couverts en 2008).

C'est pourquoi, en mai 2007, des associations liégeoises se mobilisent autour **d'un projet de réduction des risques (RDR) liés à l'usage de drogues en milieu festif**.

Notre objectif est de **sensibiliser** les consommateurs aux risques liés à l'usage de produits psychotropes et les **informer** sur les moyens de **réduire ces risques**. En outre, nous cherchons à les informer sur le **sida, les hépatites, les infections sexuellement transmissibles**. Nous **renseignons également sur les institutions locales d'aide**, les possibilités de dépistage, etc.

Nous proposons un **stand d'information et de réduction des risques en milieu festif** tenu **par des professionnels et par des jeunes** formés, défrayés et encadrés par les professionnels.

Le projet s'inscrit dans une **démarche de promotion de la santé** car il tente de donner aux consommateurs les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé. Il opte ainsi pour une responsabilisation des usagers : responsable par rapport à soi-même (limiter les risques pour sa propre santé) et à autrui (prendre soin des autres et éviter de les mettre en danger).



Risquer Moins

"Réseau liégeois de réduction
des risques en milieu festif"



Contact :

Frédéric Gustin

Quai des Ardennes, 24 - 4020 Liège

04/344.43.86

risquer.moins.liege@gmail.com

NOS VALEURS

La réduction des risques ne vise pas à encourager l'usage de drogues. Elle s'adresse au consommateur de drogues en s'efforçant de lui donner une information correcte et détaillée pour un usage à moindre risque.

Une société sans drogues, ça n'existe pas!

Il y a eu, il y a, et vraisemblablement il y aura toujours des personnes qui expérimentent, utilisent voire abusent de drogues. Ces consommateurs ne peuvent se reconnaître dans les messages de prévention traditionnels. Il convient donc de leur offrir une démarche alternative.

Le savoir constitue l'une des composantes essentielle d'un usage à moindre risque.

L'information sur les usages, les usagers et les contextes d'usage ainsi que le savoir sur les produits, leur histoire, leurs effets, les risques qui en découlent, leur mode d'action sur l'organisme sont des éléments essentiels pour proposer une prévention adéquate aux consommateurs de drogues.

Restaurer l'usager de drogues dans sa citoyenneté, le responsabiliser et le reconnaître comme partenaire de prévention.

L'usager de drogues est un citoyen à part entière. A ce titre, il a droit à la santé, à l'éducation, au respect et au choix. La réduction des risques ne se limite pas au domaine de la santé, elle couvre aussi les aspects sociaux et le respect mutuel entre consommateurs et non-consommateurs. **Par une responsabilisation des consommateurs, la réduction des risques vise aussi à protéger les non-consommateurs.**

La réduction des risques s'abstient de tout jugement ou discrimination portant sur l'usage de drogues.

La réduction des risques...

Qu'est-ce que c'est ?



Quelques exemples

Conseils pour réduire les risques

Pour éviter le coup de chaleur quand vous consommez de l'ecstasy, buvez fréquemment de l'eau en petites quantités, **rafraîchissez-vous** (en prenant l'air, en vous aspergeant la nuque d'eau froide, etc.).

Associer alcool et médicaments et/ou drogues augmente toujours les risques.

Ne prenez du LSD ou des champignons psilocybes que si vous vous sentez bien physiquement et mentalement. En prenant un produit psychoactif lorsque vous vous sentez mal ou angoissé, votre état risque d'empirer.

Les space-cakes mettent du temps à produire un effet (+/-1h) : soyez patient et ne cédez pas à la tentation d'en reprendre car vous ne connaissez pas la quantité de THC (substance active du cannabis) ingérée et donc l'intensité des effets. Si vous en reprenez trop rapidement, vous risquez d'être complètement dépassé par les effets.).

Que faire en cas d'Urgence ?

→ **En cas de malaise**, si la personne est consciente, amenez-la au calme, rassurez-la, aérer-la, offrez-lui de l'eau.

FORMEZ LE N°112
(service médical d'urgence / appel gratuit)

→ **Si la personne est inconsciente**, appelez d'urgence les secours :
→ **En intervenant rapidement, vous pouvez lui éviter des problèmes graves, peut-être même lui sauver la vie. Pensez-y!**

Que dit la loi?

L'usage de cocaïne existe, même si sa détention est illégale. La cocaïne est visée par la loi sur les stupéfiants de 1921, révisée en 1975. Sa détention, même en usage privé, est donc passible de poursuite pénale.