



*Ecstasy = Comprimé de MDMA

*Des comprimés fortement dosés circulent
dans de nombreux pays européens dont la France.
Pour réduire les risques, tu peux suivre quelques conseils !*

Réalisé en partenariat avec :



CTRL



Conseils



Fractionne :

Commence par $\frac{1}{4}$ de comprimé, attends au moins 1h pour ressentir les effets avant d'ajuster ta consommation.

Hydrate-toi :

Bois de l'eau en petite quantité et régulièrement. L'alcool (même la bière) déshydrate.



Évite de mélanger :

Évite de mélanger avec d'autres produits psychoactifs dont l'alcool.

Prends soin de toi et de tes potes :

Signale leur si tu te sens mal. Si tu es témoin d'un malaise, appelle ou fais appeler le 112 ou le 15 et surtout reste avec la personne.



Analyse :

Fais analyser tes produits.
Renseigne-toi auprès des associations pour en savoir plus.

un flyer d'information sur l'Ecstasy MDMA est disponible auprès de Fêtez Clairs et des associations partenaires.

www.fetez-clairs.org