



Infos zu engem Konsum mat manner Risiko



Drogekonsumumenten - Risikogrupp

Leit déi reegelmässeg legal oder illegal Drogen konsuméieren, leiden méi dacks ënner engem méi schwachen Immunsystem an hunn méi dacks Otemproblemer. Dëst kann den Risiko erhéijen fir sech um Coronavirus unzestiechen an schwéier Symptomer ze entwéckelen.

Wanns de gewinnt bass reegelmässeg eraus ze goen an mat Kolleegen ze feieren, kann déi aktuell Situatioun ëmsou méi belaachtent fir dech sinn.

Eventuell Konsequenzen sinn :

- Méi ze konsuméieren (wells de eventuell eng Toleranz opbaus, fir der Angscht an dem Stress vun der Pandemie entgéintzewierken, wells de net gär alléng bass)
- Méi oft ze konsuméieren (aus Langweil, fir dech ofzelenken, fir eppes ze erliewen, fir dech ze spieren)
- No enger längerer Paus erëm mam Konsum unzufänken
- Gezwongen manner ze konsuméieren oder en Entzuch mat maachen wëll déng Substanz schwéier ze fannen ass.
- Méi oft onangeneem Erfarungen (bad trip) ze maachen, well däin Mindset an den Setting vun dengem Konsum sech verschlechtert hunn.

COVID-19 an DROGEN

E puer Infos déi dir hëllef kennen :

Vergiess virun allem net op dech opzepassen
an deng Hänn regelméiseg ze wäschen.

Gudd Virbereedung :

- Maach dir en Stock vun dengem Material (Steril Sniffréiercher « Roule ta paille », steril Injeksiounsmaterial, Päifen etc.)
- Maach dir en Stock vun denger Substanz. Rationéier deng Substanz esou dass de e puer Wochen kanns auskommen, och wann däin Dealer net méi ze erreechen sollt sinn.
- Preparéier dech op en Entzuch fir : Sich der eng Oflenkung, maach Sport, schwätz mat dengen Kollegen, dengem Dokter oder mat eis !



pipapo

COVID-19 an DROGEN

Risikominimisierung an Zäiten vum der Pandemie :

- Wäsch deng Hänn mat Seef virun all Konsommation, allkéiers nodeems du Kontakt mat enger Persoun has, Suen oder Dieren ugepaakt hues, nodeems de däin Produit vum Dealer kritt hues asw.
- Preparier däin Produit selwer, los keen aneren deng Dose upaken.
- Deel däin Material mat kengem! (Bong, Joint, Zigarette, Sniffriererchen, Sprützen)
- Los keen aus denger Fläsch, denger Béchs oder dengem Glas drénken.
- Sterilisier deng Uewerfläch befiers de deng Substanz prepariers.
- Botz deng Titchen an däin Material regelméisseg of.
- Evitier deng Titchen an Kierperdeeler wei Anus, Vagin oder Mond ze verstoppen ouni et virdrun desinfiziert ze hunn
- Evitier eleng ze konsumieren. Wanns de eleng doheem wunns, treff dech online mat dengen Kolleegen.

Och wann et grad net einfach ass, **isolier dech net total**, hal Kontakt (iwwer Telefon, Telekonferenzen oder online) mat denger Kollegen an denger Famill. Kuck dat's de Deeg plangs wous de net konsumiers. Ernär dech méiglechst gesond an kuck dats de genuch schléifs.

COVID-19 an DROGEN

Falls de Schwieregkeeten hues, Stress oder Angscht empfenns oder einfach nëmmen schwätzen wells kanns du dech bei eis mellen.

Mir sinn souwuel iwwert Telefon, Mail an och iwwert Messenger ze errechen.

Däin PIPAPO Team

#bleifdoheem #bleifgesond



+352 26 540 524 - 69



pipapo@4motion.lu



facebook.com/PipapoDuck



pipapo