

# Le shooter propre

Avec le soutien de la Communauté française de Belgique  
et de la Commission communautaire française



→ **Reducciondesrix :**  
petite amie de Jemefix



→ **Demerdox**



→ **Jemefix :**  
petit ami de Reducciondesrix



## LA QUALITÉ DES PRODUITS

• En Belgique la production, la possession, la vente et la consommation en groupe d'héroïne, de cocaïne, de «speed» sont interdits. Il n'y a donc **PAS DE CONTRÔLE DE QUALITÉ** de ceux-ci. Nous n'avons pas d'information sur la teneur des produits achetés au marché noir, donc sur la nature exacte

des drogues consommées dans notre pays. Si un produit a des effets imprévus (sensations inhabituelles, intensité, malaises, ...), parles-en à un travailleur social ! Il pourra avertir les autres usagers de la présence sur le marché noir d'un produit potentiellement dangereux.

L'injection, même avec un produit pur, est une pratique à risques. Les conseils qui vont suivre sont donc des conseils de **limitation des risques**. As-tu pensé à la fumette!



## Les préliminaires

- ① Avoir un fournisseur habituel te permettra de connaître plus ou moins la qualité de ce que tu consommes et de **NE PAS GALÉRER AU DERNIER MOMENT** pour trouver ton produit.
- ② Quand tu te fais avoir, mieux vaut râler un bon coup que de consommer un produit qui, de toute façon, n'aura pas d'effets sur toi et donc te mettra encore plus en colère.
- ③ Comme on ne connaît jamais la teneur en héroïne, cocaïne etc...des produits vendus dans la rue, **testes-en d'abord une petite quantité**, cela peut t'éviter une OD.

### Il faut tester quand

- ⇒ tu changes de dealer
- ⇒ tu changes de ville
- ⇒ tu trouves que la poudre **n'a pas un aspect habituel**
- ⇒ tu as **arrêté ou consommé moins** pendant quelques semaines.

- ✘ **Ne t'injecte pas quand tu es seul.** Tu pourrais avoir besoin d'aide en cas de problème; mais ne partage jamais tes seringues afin d'éviter les risques de transmission du sida, des hépatites ou d'autres maladies.
- ✘ **Prends ton temps:** trouve un **endroit tranquille** pour t'injecter de manière à éviter abcès et risque d'infections.



## RÈGLE ABSOLUE

**NE JAMAIS PARTAGER  
LE MATÉRIEL D'INJECTION**

**[ Ni LA SERINGUE,  
Ni LA CUILLÈRE, Ni L'EAU,  
Ni LE FILTRE, Ni LE GARROT,... ].**

**LA TRANSMISSION DES VIRUS  
DES HÉPATITES ET DU SIDA  
SE FAIT ÉGALEMENT  
PAR LE MATÉRIEL D'INJECTION,  
ET PAS SEULEMENT  
PAR LA SERINGUE.**

**a**

Si tu consommes  
ailleurs  
que chez toi,  
apporte  
ton propre matériel.

**b**

Achète  
tes seringues  
de préférence  
en journée, ou va  
dans un comptoir  
d'échange de  
seringues.

Cela t'évitera  
de galérer la nuit  
ou de te retrouver  
dans des situations  
de partage  
dans l'urgence  
et le stress.

**c**

Sers-toi  
**uniquement de TA**  
CUILLÈRE (OU RÉCIPIENT)  
NETTOYÉE ET  
DÉSINFECTÉE, le mieux  
étant d'utiliser  
à chaque injection

un **NOUVEAU Stéricup®**  
(kit comprenant une  
cuillère, un filtre et  
un tampon).

N'utilise pas  
la cuillère d'un autre,  
car même désinfectée  
(y compris à l'eau de  
Javel), elle peut te  
transmettre le virus  
d'une hépatite.

Ne prélève pas  
le produit d'une  
cuillère collective, car  
du sang et des virus  
peuvent passer d'une  
seringue à l'autre.

**d**

Utilise de  
l'eau stérile ou  
courante. Ne la  
prélève **PAS D'UN**  
**RÉCIPIENT COMMUN**,  
car il suffit qu'une  
personne ait rincé  
sa seringue avant toi,  
pour que tu risques  
d'être infecté par les  
virus du sida ou des  
hépatites (du sang  
peut être dilué et  
invisible).

**e**

**NE GARDE PAS**  
**ET NE RÉUTILISE JAMAIS**  
**LES COTONS FILTRES.**  
**ILS DEVIENNENT VITE**  
**PORTEURS DE GERMES ET**  
**DE POUSSIÈRES. UTILISÉS**  
**PAR QUELQU'UN D'AUTRE,**  
**ILS PEUVENT EN PLUS**  
**TRANSMETTRE LE VIRUS DU**  
**SIDA OU DE L'HÉPATITE.**

**f**

**ATTENTION,**  
**PRUDENCE !**

Ne changer que  
l'aiguille ou  
réutiliser sa propre  
seringue ne  
protège pas  
des infection.

À chaque **NOUVELLE**  
**INJECTION, une**  
**NOUVELLE SERINGUE!**

# Le matériel



## POUR PRÉPARER LE PRODUIT

- ⇒ Une poudre fine facilite l'injection.  
Écrase bien tous les grains ou cailloux contenus dans le produit que tu veux injecter.
- ⇒ Dilue la poudre avec **un peu d'eau stérile** (ou à défaut de l'eau minérale).
- ⇒ Utilise de l'**ACIDE CITRIQUE OU ASCORBIQUE** pour dissoudre l'héroïne. Avec le citron [ en fruit ou en concentré ] le risque d'infection est important: phlébites, abcès, septicémies, endocardites..., bref des maladies demandant des traitements lourds et chers.
- ⇒ Pour filtrer le produit, mets un **filtre de cigarette neuf et propre** au bout de l'aiguille et fais passer la solution au travers.
- ⇒ Tu peux trouver l'ensemble du matériel nécessaire à une injection stérile dans les **COMPTOIRS D'ÉCHANGE DE SERINGUES**; leurs adresses sont reprises au dos de la brochure.

## AVANT LE SHOOT

**Pour ne pas t'injecter des microbes**

- 1 **lave-toi les mains** à l'eau et au savon;
- 2 **désinfecte l'endroit où tu vas t'injecter avec de l'alcool à 96% ou un désinfectant.**

L'idéal est d'utiliser un tampon alcoolisé prévu à cet effet.

## COMMENT SHOOTER

- ⑥ Prépare un garrot et cherche calmement une veine pour injecter. Cette recherche préliminaire **dans le calme** est importante pour ne pas se faire 36 trous, s'énerver et s'abîmer les veines.
- ⑥ Ejecte les bulles d'air hors de la seringue.
- ⑥ Oriente l'aiguille, la partie biseautée vers le haut.
- ⑥ Rentre l'aiguille **dans le sens de la circulation du sang** (dans les veines, le sang circule des doigts vers les épaules, des orteils vers le ventre) cela évite les hématomes.
- ⑥ Vérifie que tu es **bien dans la veine** (au moyen d'une **tirette**), contrôle l'arrivée du sang.
- ⑥ Si l'aiguille est bien dans la veine, desserre ton garrot et injecte doucement. Garder son garrot pendant l'injection peut abîmer une veine.
- ⑥ **Injecter trop rapidement augmente les risques d'overdose.**
- ⑥ Petit rappel, ni le citron, ni la salive ne sont désinfectants. Ils sont porteurs de millions de germes.



HÉ ! JE NE SENS RIEN  
ET J'AI MON BRAS QUI  
GONFLE. J'AI RATÉ  
MA VEINE.  
JE VAIS M'EN PRÉPARER  
UN AUTRE !



STOP !  
IL VAUT MIEUX  
SOIGNER CELA  
TOUT DE SUITE !

J'EN AI MARRE  
OÙ EST-CE  
QUE JE  
POURRAIS BIEN  
ME FIXER ?

FAIS GAFFE  
ET REGARDE  
PLUTÔT  
OÙ TU NE  
DOIS SURTOUT  
PAS  
TE FIXER !



# Les tuiles et pépins divers

où tu peux, où tu n'peux pas!

Tu peux alterner les endroits d'injections

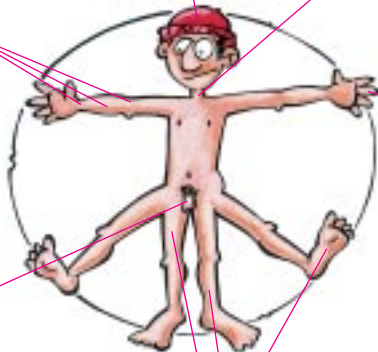
ça va pas (dans) la tête!

Danger

ok, si l'aiguille est fine et si tu n'as pas de bagues

Oh! Oh! very bad idea!

Les coups en dessous de la ceinture, c'est pas le pied!



- ▶ L'abcès est une poche de pus sous la peau qui se signale par une petite boule rouge et dure à l'endroit du fix.
    - ▶ Si du pus apparaît, **N'APPUIE PAS DESSUS**: tu risques d'étendre l'infection.
    - ▶ Consulte le plus vite possible un médecin pour voir s'il n'y a pas lieu de prendre des antibiotiques afin d'éviter que l'infection s'aggrave et de risquer une septicémie (infection généralisée du sang).
      - ▶ Il est impératif de **RESPECTER LA DURÉE DE PRESCRIPTION DES ANTIBIOTIQUES**, même si tu as l'impression d'être guéri, sinon tu risques de rechuter et d'avoir en toi des microbes résistants aux antibiotiques.
- L'injection de médicaments écrasés et de méthadone provoque souvent des abcès, des nécroses et des dépôts dans les poumons.
  - Les injections régulières de cocaïne provoquent une inflammation de la paroi des veines ainsi que des risques de thromboses graves. La cocaïne étant un anesthésique local, si tu t'injectes à côté de ta veine, tu ne le sentiras pas. Donc prudence et tirette afin de bien vérifier que tu injectes au bon endroit.
- ▶ Ne te pique pas dans un endroit qui est déjà infecté, rouge, chaud, gonflé ou sur un abcès, un hématome ou une plaie.
    - ▶ Choisis de préférence le pli du coude ou l'avant bras comme point d'injection.
    - ▶ Ne t'injecte pas plusieurs fois de suite au même endroit.



## Et après

Veille toujours à rapporter tes seringues usagées dans un **comptoir d'échange** ou si ce n'est pas possible, **jette-les de manière safe**: place-les dans un récipient, par exemple une canette de Cola, que tu plieras ensuite pour que les éboueurs ne se piquent pas.

Ne la jette pas dans une poubelle destinée au métal et au plastique à recycler.



## Afin de limiter les risques au niveau sexuel :

- Il est fortement conseillé de **METTRE TOUJOURS UN PRÉSERVATIF** avant le contact entre le pénis ⊕ les muqueuses du vagin, ⊕ les muqueuses de l'anus.

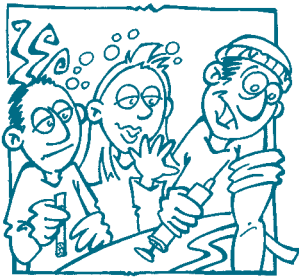
Le **contact direct est à proscrire**

entre le sperme ⊕ le vagin  
⊕ l'anus

ou

entre le sang des règles ⊕ la bouche.

- ✧ En cas de pénétration anale ou de sécheresse vaginale, utilise un **LUBRIFIANT À BASE D'EAU** en plus du préservatif afin de faciliter la pénétration
- ✧ Sous l'effet de certains médicaments et de certaines drogues (l'héroïne, par exemple), les règles peuvent s'arrêter; mais tu risques toujours d'être enceinte. Songe à la contraception.
- ✧ S'il t'arrive de te prostituer, n'oublie pas qu'un client peut t'infecter. Exige toujours l'utilisation d'un préservatif, même s'il exerce des pressions financières importantes.



ce document a été réalisé avec l'aide d'usagers de drogues du réseau des intervenants liégeois et de fanny que nous remercions pour leur collaboration.

**Le but de cette brochure n'est pas d'encourager ou de décourager la consommation de drogues mais de donner une information correcte aux consommateurs pour un usage à moindre risque.**

**Editeur responsable:** Marie-Paule GIOT, Modus Vivendi, avenue Émile de Béco 67, B- 1050 Bruxelles  
**Pour commander des brochures:** écrivez à Modus Vivendi, avenue Émile de Béco 67, B- 1050 Bruxelles Ou par fax au 02 644 21 81  
D/2007/8826/1 - Janvier 2007

## Adresses utiles

### «COMPTOIRS D'ÉCHANGE» DE SERINGUES EN COMMUNAUTÉ FRANÇAISE DE BELGIQUE

#### Bruxelles

##### LAIRR

Rue Stephenson 96 - 1000 Bruxelles  
T 02 215 89 90

##### C.L.I.P.

Chaussée de Forest 42 - 1060 Bruxelles  
T 02 539 10 45

#### Charleroi

##### LE COMPTOIR asbl

Rue de Montigny 88 - 6000 Charleroi  
T 071 63 49 93

##### LE COMPTOIR DE CHÂTELET (BOUFFIOULX)

Rue Jules Destrée 19 - 6200 Châtelet  
T 071 24 47 04

#### Dinant

##### DESTINATION

Rue Barré 2 - 5500 Dinant  
T 082 22 85 43

#### Liège

##### ACCUEIL-DROGUES

Place Xavier Neujean 40 - 4000 Liège  
T 04 221 21 14

##### START

Rue Montagne Sainte Walburge 4a - 4000 Liège  
T 04 224 63 09

##### LE «LIEUX-DIT»

Rue Saint-Lambert 84 - 4040 Herstal  
T 04 248 48 11

##### SIAJeF

Rue Maghin 18 - 4000 Liège  
T 04 227 68 76

#### Arlon

##### ACTOLUX

Rue de la caserne 27 - 6700 Arlon  
T 063 45 70 70

A Bruxelles (DUNE: 0494 16 40 51), Charleroi (Carolo-Rue: 0474 31 46 09) et à Liège (Relais Social: 0497 35 01 23, ICAR Wallonie: 0496 95 40 23), des travailleurs de rue pratiquent l'échange de seringues, principalement dans le centre ville.

Dans les régions de Bruxelles, Charleroi, Namur, Mons, Chimay, Couvin et autres... certaines pharmacies vendent des kits d'injection «Stérifix» au prix conseillé de 50 cents. A Liège, certaines pharmacies pratiquent l'échange de seringues, pour connaître les officines participantes, contactez l'APPL: T 04 342 31 40

#### Besoin d'information

■ **A propos des drogues** - Ligne d'écoute 24h/24h à **Infor-Drogues**: T 02 227 52 52

■ **A propos du Sida** - Ligne d'écoute 24h/24h à **Télé-Accueil**: T 107