

Plus que pour tout autre produit, le Collectif recommande d'être très vigilant sur le dosage des RC.

Si tu n'es pas en mesure de doser correctement, ne consomme pas.

10 CONSEILS POUR REDUIRE LES RISQUES

1. **Renseigne-toi** à fond sur une molécule avant de l'expérimenter : dosages, interactions à éviter, mode de prise, etc. (Erowid.com en anglais, et Psychonaut.com en français sont des sources fiables).
2. Si tu as décidé de consommer des RC, fais le avec des **personnes de confiance** dans un **contexte rassurant**. Evite de consommer seul.
3. **En cas d'état dépressif, d'anxiété ou de problème psy**, la prise de RC est fortement déconseillée, surtout pour les RC psychédéliques ou hallucinogènes.
4. **Gare aux allergies**. A chaque nouvel achat fais un test allergique : 2 prises d'une toute petite quantité d'un produit espacées d'au moins 1h30. Puis attends la réaction.
5. **Evite les mélanges** (y compris avec l'alcool et les médicaments), d'autant plus si c'est ta première prise.
6. **Attends les effets** en fractionnant le dosage en 2 fois (à 1 heure d'intervalle par exemple) permet de limiter les effets négatifs de la montée, d'éviter le surdosage et de vérifier que le produit est conforme à tes attentes.
7. **Bois de l'eau régulièrement** ! Mais pas de grandes quantités d'un coup, moins d'un demi-litre.
8. **Espace les prises et tes sessions de conso**, n'en prends pas régulièrement.
9. **Evite de prendre le volant** et d'entreprendre une activité à **responsabilité** sous l'effet de ces produits.
10. **Prends garde à la désinhibition**, n'oublie pas le **gel** et les **capotes** !

En cas de surdose, malaise ou gêne inhabituelle : Préviens les secours (18 ou 112). Il n'y a aucune honte. Les secouristes sont tenus à la confidentialité. En cas de nausée : Ne pas rester seul, s'aérer, se réhydrater, respirer profondément, se reposer.

En cas de perte de conscience (malaise vagal) : Si la personne respire, allonge la sur le côté, défais tout ce qui peut gêner la respiration, (col, ceinture) puis dans tous les cas, alerte ou fais prévenir les secours (112). En attendant, appelle la personne par son prénom en lui demandant d'ouvrir les yeux, de serrer ta main. Prévois un truc sucré et reporte toi aux infos juste au dessus si la personne reprend conscience. Reste présent quand les secours arrivent pour leur dire ce qui s'est passé et notamment ce que la personne a pris.

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique

CONTACTS

Renseignements / orientations

Pôle Festif BFC : coordination@polefestif-bfc.org

Polefestif-bfc.org - 06 23 66 47 99

Où trouver du matériel ?

Les CAARUD :

(Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour les Usagers de Drogues)

AIDES - CAARUD 25

Besançon

03 81 81 80 00

ALTAU - CAARUD

Belfort (90)

03 84 26 12 20

Montbéliard (25)

03 81 31 29 41

ANPAA - CAARUD 89

Auxerre

03 86 51 46 99

AIDES - CAARUD 58

Nevers

03 86 59 09 48

ANPAA - CAARUD 70

Vesoul

03 84 76 62 62

PASSERELLE - CAARUD 39

Lons le Saunier

03 84 24 66 83

16KAY - CAARUD 71

Chalon-sur-Saône

09 54 65 46 65

SEDAP - CAARUD 21

Dijon

0 800 466 280

D'autres Structures :

CSAPA* Solea - Besançon : 03 81 83 03 32

CSAPA* BRIAND - Dole : 03 84 82 83 85

*Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie

RdR à distance : rdr-a-distance.info

Franche-Comté : **07 64 61 48 68** // Bourgogne : **06 74 49 98 60**

Ensemble Limitons les Risques

Besançon : 06 21 89 52 42

Prév'enTeuf 68

Mulhouse : 06 70 18 41 78

Ithaque festif

Strasbourg : 06 86 96 10 55



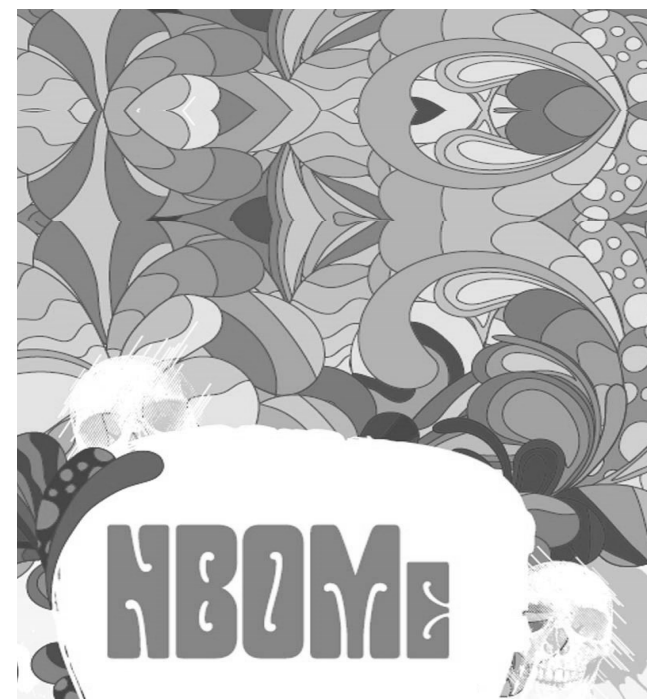
L'information objective, sur les risques liés aux pratiques festives et les moyens de réduire ces risques, permet à chacun d'adopter une attitude responsable dans ses choix de vie qu'il s'agisse de consommation et/ou de pratique de consommation de drogues légales ou pas, de risques auditifs, de sécurité routière, de jonglage enflammé de piercing, ou de sexualité.

Document réalisé par Techno+ sous la licence Créative Commons by-nc-nd. Reproduction autorisée pour toute action non-commerciale.



25X-NBOME*

NOUVEAUX PRODUITS DE SYNTHESE



*En France la famille générique des NBOME est considérée comme stupéfiants : l'acquisition, la possession, l'usage, la production, le transport, la cession (même à titre gratuit) et la vente de stupéfiants sont prohibés par le Code de la Santé Publique et le Code Pénal.

Pôle Festif
Bourgogne Franche Comté
06 23 66 47 99 - coordination@polefesti-bfc.org

Qu'est-ce donc ?

Les 25X-NBOMe sont des dérivés de la famille des 2C-X. Il s'agit de substances psychédéliques synthétiques de la classe chimique des phénéthylamines.

Ils se présentent le plus souvent sous forme liquide ou en buvard et plus rarement sous forme de poudre blanche. [1] Ils sont fréquemment vendus comme étant de la mescaline synthétique ou du LSD (goutte à sniffer, buvard à garder sous la langue, trip composé de **deux buvards collés...**)

Attention, les NBOMe et le LSD sont similaires en apparence mais très différents en termes d'effets et de risques.

Les composés de la famille des NBOMe ne sont pas (ou peu) actifs par voie orale et doivent être consommés par voie sublinguale.

Ces substances sont actives à des doses extrêmement faibles (**microgrammes**) et peuvent être fatales à hautes doses.

Les effets, c'est quoi ?

Les NBOMe produisent un ensemble d'effets psychédéliques principalement visuels et stimulants.

Les utilisateurs rapportent des effets subjectifs tels que : une modification des sens et de la perception, une altération du temps, modification de la conscience.. etc

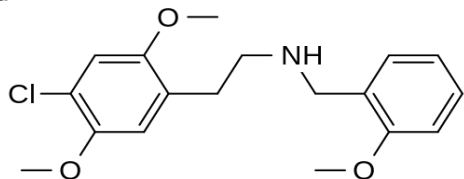
Les effets stimulants peuvent se traduire par de l'euphorie ou de l'empathie.

Les NBOMe peuvent mettre relativement longtemps à agir (!) et les effets durent longtemps : **5-8h pour le 25C-NBOMe, 5-10h pour le 25I-NBOMe.**

Attends toujours **au moins 2/3h** que le produit soit monté avant de re-consommer pour éviter les doubles montées.

Des effets résiduels peuvent persister jusqu'à plusieurs jours, **prévois un temps de repos** après la prise.

Et n'oublie pas que **chacun réagit différemment à chaque produit.**



Les risques

Les NBOMe sont de nouvelles substances dont on sait peu de choses sur les risques associés et les interactions possibles avec d'autres substances.

Cependant les risques physiques suivants ont été constatés : hypertension, tachycardie, maux de tête, convulsions et une vasoconstriction importante (resserrement des vaisseaux sanguins).

La vasoconstriction est un risque non négligeable pour lequel une prise en charge médicale peut être nécessaire. Les premiers symptômes se traduisent par des picotements, des engourdissements et une sensation de froid aux extrémités.

Des risques d'ordre psychique (bad-trip, paranoïa, confusion) peuvent survenir.

Si tu t'attends aux effets de l'acide et que tu as pris autre chose sans le savoir, ça peut être très déstabilisant... De plus, contrairement au LSD, les NBOMe peuvent entraîner des **décès par overdose**, fais donc extrêmement attention au surdosage.

Les NBOMe sont des substances puissantes avec lesquelles il faut absolument éviter de mélanger d'autres produits ! Le risque de bad-trip est augmenté et des interactions dangereuses peuvent se produire.

N'oublie pas

Renseigne-toi bien sur l'effet d'une molécule avant de la consommer et n'achète surtout pas au hasard !

Ca signifie **qu'on ne sait quasiment rien sur leur toxicité**, en particulier à moyen et long terme, leur potentiel addictif, etc.

Pour chacun de ces produits, il existe aussi un risque d'allergie.

Pour limiter les risques de bad trip, ne consomme ces produits que dans un **contexte rassurant**, avec des **gens de confiance** et surtout ne consomme pas si tu ne te sens pas bien ou si tu as des **antécédents psychiatriques**.

Si tu t'attends à consommer du LSD ou de la MDMA et qu'on te propose un « substitut », n'oublie pas qu'il s'agit souvent de marketing et que les **effets peuvent être bien différents et donc déstabilisants** : risque de bad trip, de surdosage, etc.

Si on te propose des buvards à garder sous la langue, ce n'est pas du LSD ! Pour éliminer le doute, il faut avaler directement le buvard (NBOMe pas actifs par voie orale).

S'informer sur les RC

Comme tu as pu le remarquer en lisant ce flyer, prendre des RC nécessite beaucoup d'informations (effets des différentes molécules, avantages/inconvénients des différents modes de consommation selon le produit, dosages, effets secondaires, etc.). Pour te renseigner sur tout cela, nous te conseillons de consulter les sites communautaires **Erowid.org (en anglais), Psychoactifs.org et Psychonaut.com (tous deux en français)**. Ces deux sites sont de remarquables plateformes d'échange entre consommateurs. Pour t'aider à mieux t'y retrouver sur ces sites voici quelques mots du vocabulaire qu'ils emploient :

- **Afterglow** : effet résiduel (sur l'humeur et la façon de penser notamment) d'un prod,
- **Bodyload** : effet de la substance sur le corps,
- **Drip** : lors d'une prise nasale, le prod et ses « restes » qui coulent du nez vers la gorge,
- **Drop/redrop** : prise/reprise d'un prod,
- **Plateau** : intensité atteinte avant la montée,
- **ROA** : Road Of Administration,
- **Set** : allant de pair avec le setting, correspond au mental/humeur au moment de la prise,
- **Setting** : environnement lors de la prise de prods
- **SNC** : système nerveux central.

[1] L'art de bien doser son RC

Alors que les produits habituels peuvent se doser à l'œil, les dosages de RC se comptent en millièmes de gramme et une erreur de dosage peut entraîner des conséquences graves... Mieux vaut donc bien te renseigner sur les dosages et investir dans une **balance précise au milligramme près**. Il faut **bien la nettoyer à l'alcool** après chaque utilisation pour éviter un cocktail de molécules !

Pour améliorer encore la précision (c'est parfois nécessaire sur des produits très actifs), tu peux faire une **dilution volumétrique**. Commencer par vérifier le poids total de la quantité de produit à diluer et la solubilité de la molécule (la plupart le sont). **Ne pas se fier au poids annoncé par le vendeur.**

1 gramme de ta substance mis dans 1 litre d'un solvant (ex : alcool à 40° ou plus type vodka) = 1 milligramme par millilitre. Il suffit alors à l'aide d'une seringue (celle à insuline qu'on trouve dans les kits+ ou en pharmacie contiennent 1ml) ou d'une éprouvette graduée, de remplir le nombre de millilitres souhaités pour obtenir le même nombre de milligrammes.

Renseigne-toi bien sur les dosages de RC que tu t'apprêtes à consommer et ne fais pas aveuglément confiance au dosage des autres : **beaucoup de facteurs entrent en compte** (poids, état physique et psychique, habitude de consommation...). Commence par **une petite quantité** et attends les effets avant d'augmenter progressivement.