

POUR AVOIR PLUS DE FUN PLUS LONGTEMPS

Kit de survie en mode party

ENREGISTRE CETTE LISTE POUR TES
PROCHAINS PARTY



AVANT (PRÉPARE-TOI)

- Prévois ton lift de retour
- Avise tes proches ou une personne de confiance de tes déplacements
- Désigne une personne qui sera responsable de la gang, ça pourrait être votre conducteur désigné ;)

TA CONSO

- Prépare ta consommation avant d'être sur place. L'acheter d'un inconnu, c'est pas fiable!
- Si tu ne connais pas tes limites, pas besoin d'une caisse de 12 à toi tout seul!
- On ne connaît pas les intentions des gens sur place, au lieu de protéger ton verre, mets ta conso dans une gourde fermée.



DANS TON SAC



- Apporte des condoms, on ne sait jamais comment la soirée peut finir!
- Apporte-toi des vêtements chauds ou de rechange. Par exemple, un avant bal dans un pic de sable termine rarement à 22:00. Tu vas voir que la nuit, ça refroidit!
- PS: Les sandales dans un pic de sable, c'est pas terrible non plus... Marcher sur de la vitre cassée, ça coupe le fun assez vite! ;)

POUR TA SANTÉ

- Assure-toi d'avoir bien mangé. Tu devrais également boire de l'eau. Consommer le ventre vide, c'est dur sur le système!
- Traîne-toi des advils ou tylenols. Un mal de tête intense, ça casse le plaisir!



TANT QU'À Y ÊTRE...

Traîne un sac avec tout tes essentiels nommés plus haut et des collations, du papier toilette, une bouteille d'eau, etc. Aucun imprévu n'aura ta peau!



DURANT LA SOIRÉE

- Garde ta consommation près de toi, on ne sait jamais ce qui pourrait y être mis!
- Reste à l'affût de ton corps. Si tu as des effets indésirables, dis-le à la personne qui t'accompagne et n'hésite pas à arrêter de consommer.
- Reste toujours avec ta gang, ne quitte pas avec des gens que tu ne connais pas.



PENSES-Y BIEN...

- Une personne qui a consommé quoi que ce soit n'est pas apte à consentir à une relation sexuelle
- Sous l'influence de substances, ce n'est pas le meilleur moment pour tenter d'impressionner tes amis. Ya des fortes chances que ça se retrouve sur les réseaux sociaux le lendemain et ça risque d'être gênant..
- Laisse ton cell de côté et vis le moment présent!

APRÈS: RETOUR SÉCURITAIRE

- Rappelle-toi ton kit de survie! Une petite bouteille d'eau, une collation, ça rendra le réveil moins difficile
- Avertis quelqu'un que tu es sur ton départ pour la maison
- Si ton plan de départ tombe à l'eau, n'accepte pas n'importe quel plan B, surtout si tu ne connais pas la personne, son état ou ses intentions.
- Consulte l'onglet plan de retour de notre site web, c'est super pertinent, je te le dis!

