



 **ÉDITO-PRESTO**
En attendant que... ..3

 **ACTUALITÉ**
Illusions à vendre4-5

 **INFO ITSS**
Herpès5
Quizz ITSS
Connaissez-vous bien vos ITSS?32

 **AU NOM DU CORPS**
Une p'tite pilule, plusieurs granules... ..6-7

 **AU NOM DU FIX**
Des flûtes ailleurs
Des 'au centre-ville8

 **AU NOM DU SAIN ESPRIT**
Dépendant, pi ça me dérange pas!9

 **TRANCHE DE VIE**
La drogue quitte, la dépendance reste
« M'aider-pendance »
(mes dépendances)11

 **DÉVORÉ TOUT CRU**
SOS Libido12-13

 **INFO-DROGUE**
Bungee baby14

 **BD**
Alexandre Martinet15
Keenan Poloncsak16
Marcello17

 **INFO DROIT**
Ugly -7-18

 **SAVAIS-TU ÇA?**
Maudite dépendance ..19

 **MON UDI FIXE**
Du nouveau à
L'Injecteur20-21-22
RCR, pas récréation!23
Compte rendu d'une
hépatite sur la rue23
Planète ADDICO24-25
Injekt se lance
et pique26

 **CRÉE-MOI**
Héroïne26
Moi, Sharkute27
Des écureuils en sevrage
dans le recyclage!28
J'ai été un cobaye29
La dépendance...30

 **édito presto**

En attendant que...



Une fois qu'on prend conscience et qu'on décide de faire des démarches pour aller en thérapie ou en detox, il faut malheureusement être persévérant et d'attaque pour réussir à traverser la multitude des étapes et embûches qui risquent de faire partie de l'aventure. Mais, reconnaître qu'on a une dépendance aux drogues est déjà une grosse part du travail.

Il y a différentes solutions possibles qui peuvent s'offrir à toi :

Si tu as suffisamment d'argent, tu peux aller dans un établissement privé. Habituellement, c'est un processus assez rapide.

Tu es sur l'aide sociale, tu as accès à différentes ressources qui peuvent t'accueillir en se remboursant les frais avec ton chèque.

Tu travailles dans un endroit où un programme de soutien aux employés est offert afin de leur permettre d'avoir accès à une thérapie ou detox par une assurance et sans perdre son emploi.

Tu peux demander une place dans un centre public de réadaptation. Ce choix est gratuit avec le régime d'assurance maladie, mais souvent c'est celui qui prend plus de temps.

Lorsqu'on se sent prêt, qu'on décide d'agir pour ne plus dépendre de notre dépendance, on n'a pas envie d'attendre car les tentations sont grandes et les anciennes habitudes nous suivent au grand galop. Malheureusement, obtenir une place en thérapie peut être un peu trop long pour plusieurs d'entre nous. Puisque nous ne sommes pas aux guides du Ministère de la santé et que nous n'avons pas le pouvoir de changer ce système, il nous reste la possibilité de te donner de bons conseils pour ne pas abandonner ta décision de *kicker out* ta dépendance.

LIMITES DE RESPONSABILITÉ :

TOUTE INFORMATION TOUCHANT LA SANTÉ GLOBALE NE PRÉTEND REMPLACER L'AVIS D'UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ. IL NE S'AGIT PAS DE CONSEILS MÉDICAUX. TOUTE DÉCISION CONCERNANT TA SANTÉ DOIT ÊTRE PRISE EN COLLABORATION AVEC UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ. TOUTE INFORMATION JURIDIQUE CONTENUE DANS CE JOURNAL NE PEUT ÊTRE INTERPRÉTÉE COMME UNE OPINION JURIDIQUE. SI TU SOUHAITES OBTENIR DES RENSEIGNEMENTS D'ORDRE JURIDIQUE TE CONCERNANT, TU DOIS À CETTE FIN CONSULTER UN AVOCAT.

1- Trouve des personnes significatives dans ton entourage pour leur parler et ventiler.

2- Tu ne dois pas être seul à faire toutes ces démarches. Il y a plusieurs professionnels de la santé qui peuvent te soutenir dans la paperasse et te faire connaître les différentes possibilités qui s'offrent à toi.

3- Il faut garder le moral, mais surtout travailler sur sa patience, et ce malgré l'urgence réelle que tu ressens.

4- Essaie de te changer les idées par des activités que tu ne faisais plus.

5- Prend garde au *Sprint* final. Essaie le plus possible de ne pas consommer plus qu'avant ta décision d'arrêter.

6- Accepte l'aide des personnes qui t'apprécient ou qui t'aiment et n'aies pas peur de leur demander de l'aide.

7- Même si tout te semble compliqué et que tu as l'impression que tout le système est contre toi (tu n'as peut-être pas tort), soit attentif et respectueux envers les personnes à qui tu vas t'adresser dans l'ensemble des étapes que tu dois franchir avant d'être admis ou évalué. Elles sont ta porte d'entrée.

Bref, tu dois prendre ton courage à deux mains et faire preuve de patience malgré les embûches que tu vas rencontrer. Donnes-toi la chance de prendre soin de toi car lorsqu'on choisit par soi-même de le faire, c'est souvent le signe d'une réussite. Donc, d'ici à ce que nous soyons nommés Ministre de la santé, prends ton mal en patience et sois fort.

Courage ! ■

Kaven et Karine,
Président et Coordonnatrice
de l'AQPSUD

MALGRÉ QUE L'INFORMATION DE CE JOURNAL SE VEUILLE LA PLUS ACTUELLE, COMPLÈTE ET EXHAUSTIVE POSSIBLE, NOUS NE POUVONS EN GARANTIR L'EXACTITUDE. DE PLUS, PLUSIEURS INFORMATIONS PROVIENNENT D'EXPÉRIENCES VÉCUES. LES ORGANISMES PARTENAIRES DE CETTE PUBLICATION N'ASSUMENT AUCUNE RESPONSABILITÉ QUANT À L'USAGE DES RENSEIGNEMENTS QUE L'ON Y RETROUVE. ILS DÉCLINENT TOUTE RESPONSABILITÉ QUANT AU CONTENU DES RÉFÉRENCES CITÉES.