

## CLÉ DE CORRECTION À L'INTENTION DU PERSONNEL ENSEIGNANT – SCÉNARIOS DE RÉDUCTION DES MÉFAITS EN PETITS GROUPES

### Scénario 1

	Continuer mes habitudes de consommation d'alcool (Jess)	Réduire ou cesser ma consommation d'alcool (Jess)
Aspects positifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un certain soulagement du stress et de la tristesse</li> <li>• Ne pas avoir à changer ses habitudes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne plus avoir à s'inquiéter de la dépendance</li> <li>• Ne plus avoir à s'inquiéter de se faire prendre</li> <li>• Plus besoin de cacher sa consommation d'alcool à sa famille</li> <li>• Peut demander de l'aide pour ses sentiments sous-jacents de tristesse et de stress</li> </ul>
 Aspects négatifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Développer une dépendance</li> <li>• S'inquiéter de développer une dépendance</li> <li>• Consommation accrue due à une tolérance accrue</li> <li>• Stress d'avoir à cacher sa consommation d'alcool</li> <li>• Se faire prendre entraînerait des tensions familiales</li> <li>• Cacher sa consommation d'alcool pourrait éloigner Jess de ses ami-es et de sa famille (isolement)</li> <li>• Son stress et sa tristesse sont cachés, donc Jess ne reçoit pas d'aide</li> <li>• Lorsque ses réserves d'alcool seront épuisées, Jess devra trouver un moyen de s'en procurer d'autre</li> <li>• Ne pas s'occuper des causes réelles du stress et de la tristesse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il pourrait être difficile d'arrêter ou de réduire la consommation</li> <li>• Sentiments de stress et de tristesse</li> <li>• Devra trouver une autre façon de composer avec le stress et la tristesse</li> <li>• Possibles symptômes physiques de sevrage</li> </ul>

## Scénario 2

De quelles façons Kenny peut-il réduire les risques associés à l'essai de la drogue? Encercler tous les éléments susceptibles d'aider.

Trouver la source la moins chère possible	Se procurer la drogue auprès d'un vendeur connu (l'ami de Mish)	Connaître l'origine et les ingrédients de la drogue
Se procurer la drogue auprès d'un vendeur anonyme (personne dans la ville voisine)	Faire d'abord des recherches sur cette drogue	L'essayer dans une fête en présence de beaucoup de monde
Demander à Mish de verser la drogue dans son verre sans que Kenny sache quand	L'essayer seul	Essayer une petite quantité la première fois
Se renseigner sur la réaction d'autres personnes à la drogue	L'essayer avec des personnes que Kenny connaît et qui sont dignes de confiance (comme Mish)	Savoir quoi faire en cas d'urgence
Essayer une grande quantité la première fois	Garder le secret	Planifier un moment pour l'essayer et le dire à quelqu'un
L'essayer en combinaison avec d'autres drogues que Kenny a déjà consommées	Ne pas l'essayer en combinaison avec d'autres drogues	Conduire chez Mish sous l'effet de la drogue
Ne pas conduire sous l'effet de la drogue	Faire de l'exercice sous l'effet de la drogue	Boire beaucoup d'eau



Pour réduire les risques associés à la consommation de drogues, vous pouvez :

- Faire des recherches sur les drogues avant de les essayer.
- Observer comment d'autres personnes agissent et se sentent sous l'effet de la drogue—mais n'oubliez pas que les gens ne réagissent pas tous de la même façon.
- Vous assurer d'être en présence de personnes dignes de confiance et qui savent quoi faire en cas d'urgence.
- Ne pas oublier de vous hydrater—buvez de l'eau avant, pendant et après.
- Connaître votre vendeur, ne pas acheter d'un-e inconnu-e et garder à l'esprit que même votre vendeur pourrait ne pas connaître l'origine et les ingrédients d'une drogue.
- Éviter de combiner différentes drogues (y compris l'alcool).
- Planifier votre consommation de drogues au lieu de consommer de manière improvisée.
- Ne pas partager pas vos seringues, vos pipes ou tout autre instrument pour la consommation de drogues. *Les élèves peuvent communiquer avec leur unité locale de santé publique pour savoir où obtenir du matériel de réduction des méfaits.*
- Ne pas conduire sous l'effet d'une drogue, quelle qu'elle soit (y compris la marijuana et l'alcool).
- Ne pas boire d'alcool lorsque vous avez l'estomac vide.

