

# PANDEMIE DU COVID-19 : RECOMMANDATION POUR LES USAGÈRES ET LES USAGERS DE DROGUES

## LAVEZ-VOUS LES MAINS



Avec du savon durant au moins 20 secondes ou avec une solution hydroalcoolique.

## NE PARTAGEZ RIEN



Ni vos joints, pipes, cigarettes, bongs, bouteilles, tubes nasaux et tout matériel d'injection (y compris eau stérilisée).

## PRÉPAREZ VOUS-MÊMES VOS SUBSTANCES



Assurez-vous de ne pas toucher l'équipement des autres ou que les autres touchent le vôtre.

## RESTEZ CHEZ VOUS



- Utilisez le téléphone en cas de besoin.
- Evitez d'emprunter les transports publics.
- Evitez les contacts non-nécessaires.

## ESSUYEZ VOS EMBALLAGES



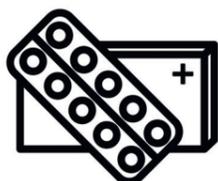
- Gardez propre votre matériel (emballages, substances, etc.).
- Utilisez des nettoyants à base d'alcool (60% au minimum).

## PRÉPAREZ-VOUS À DES CHANGEMENTS



- D'histoires de traitements
- De permanences téléphoniques
- Consultez régulièrement le site [contact-aideaddiction.ch](http://contact-aideaddiction.ch) pour plus d'informations.

## ESSAYEZ D'OBTENIR UN TRAITEMENT DE SUBSTITUTION



À cette fin, veuillez contacter Suprax:  
**032 343 60 60.**

## NE PANIQUEZ PAS



Si vous avez des symptômes (toux, fièvre, difficultés respiratoires), restez chez vous et contactez par téléphone votre médecin ou la hotline du canton de Berne : **0800 634 634.**