

# FÊTER DÉCONFINÉS

## LES SOIRÉES DÉCONFINÉES



### BARBECUE, BARS ET TUTTI QUANTI

Pour beaucoup d'entre nous, les lieux de fête sont moins ou ne sont plus accessibles : moins de concerts, de festivals et pas de boîtes de nuits. Cette baisse d'offre culturelle pousse les gens à exclusivement faire la fête en espace privé (maison, appartement...) ou sur l'espace public (centre-ville, bar...) Voici donc les essentiels d'une soirée non-officielle !

Petits conseils pour la route : *les festivals et concerts de petite envergure sont généralement maintenus, renseigne-toi sur les événements qui ont lieu autour de chez toi. Cette période est aussi l'occasion de privilégier les événements locaux voire d'être tous acteurs de l'offre culturelle.*



### FÊTE ET CONSO

Pour certains, la fête peut être l'occasion de consommer des produits psychoactifs (tabac, alcool, cannabis, MDMA, cocaïne ...). Nous rappelons que *la consommation, la possession, la vente et/ou la culture de certains produits psychoactifs sont illégales. Si tu souhaites consommer un ou des produit(s) psychoactif(s), renseigne-toi sur celui/ceux-ci, applique les conseils de Réduction des Risques (RdR) qui y sont associés et sois entouré de personnes de confiance. Bois de l'eau, attends de ressentir les effets du produit avant de reconsumer et évite de mélanger plusieurs produits psychoactifs (alcool et cannabis compris). Tu trouveras des renseignements sur les produits et les conseils de RdR associés sur des sites tel que [drogues-info-service.fr](http://drogues-info-service.fr) ou [psychoactif.org](http://psychoactif.org). N'hésite pas à consulter les flyers d'associations de RdR : Orange Bleue, TechnoPlus, Bus 31-21...*

Dans le contexte actuel, les soirées se déroulent principalement dans des espaces sans postes de secours ou stands de prévention. La solidarité est primordiale en cette période : *surveille toi, tes potes et les gens que tu croises. Au moindre signe inquiétant de surdosage, contacte les secours (15 : SAMU, 18 : pompiers, 112 : numéro d'urgence européen).*



### LES FONDAMENTAUX

En festival ou en boîte de nuit, tout ce qui doit être prévu pour une soirée est anticipé par les acteurs de l'événement (organisateur, secours, prévention etc...) En soirée privée, l'autogestion est de mise. A toi de veiller à tes besoins et à ceux des personnes avec qui tu fais la fête. Il faut prévoir les essentiels : *de l'eau, de la nourriture, des vêtements chauds, un téléphone, un endroit où dormir, être en groupe...*

La fête est un lieu de lâcher-prise, de joie et de partage. Mais le laisser-aller n'est pas synonyme d'irrespect. Respecter les autres fêtards, c'est *s'assurer de leur bien-être et/ou de leur consentement, maintenir les espaces festifs hors des conflits et trinquer avec le sourire ! (liste non-exhaustive)*

Lors d'une soirée, on est responsables collectivement de son bon déroulement. Cela implique différentes choses : *veiller les uns sur les autres, prendre soin de quelqu'un qui se sent mal, avoir un espace où les gens peuvent dormir, inciter les personnes à ne pas prendre le volant après avoir consommé... Et le degré d'implication diffère selon les types de soirées que tu fréquentes : une soirée chez des potes, un camping sauvage ou une free party ?*



### SOIRÉE VS TRANQUILLITÉ

Le lieu de la soirée et les personnes résidant autour sont importants à prendre en compte. Il est important de veiller non seulement à ne pas endommager le lieu (déchets, saleté, infractions ...) mais aussi à ne pas déranger les personnes autour (nuisances sonores ...)

En ville, on peut *aller dans les lieux festifs ouverts (bars, événements etc...), aller dans une zone isolée pour augmenter le volume sonore d'une enceinte, trier et jeter ses déchets dans une poubelle...*

En maison ou en appartement, on peut *prévenir les voisins, placer la source sonore à l'opposé des maisons voisines, isoler la pièce avec des rideaux, veiller à ne pas mettre la musique trop forte.*

## DES QUESTIONS OU BESOIN D'ÊTRE ÉCOUTÉ ?

### Des questions sur ta conso ?

Contacte-nous au 06.08.10.30.12 ou sur notre page Facebook.

Noz'ambules accueille toute question des étudiants Rennais via [nozambule@gmail.com](mailto:nozambule@gmail.com) ou sur leur page Facebook.

Renseigne-toi auprès des CAARUD, CSAPA ou CJC si tu y es/étais déjà accompagné.

### Des questions sur le COVID-19 ?

Une ligne téléphonique spécialement dédiée au COVID-19 a été mise en place :  
**0 800 130 000**

### Besoin de soutien spécifique ?

**Une écoute d'urgence au 0 805 383 922 :** En les appelant, tu bénéficieras d'un soutien psychologique. N'hésite pas, ils sont là pour répondre à tes inquiétudes.