LAISSE PAS TES POTES SEULS

RENTREZ ENSEMBLE !

NOS TIPS

AVANT

- CHARGE TON TEL
- PARTAGE TA GÉOLOC
- FAIS UN CHECK UP DE L'ÉTAT MENTAL DE TES POTES
- PROPOSE TON CANAP'
- RENSEIGNE-TOI SUR LES PRODUITS QUE TU POURRAIS CONSOMMER ET FAIS LES TESTER PAR LE DISPOSITIF TEST-IT
- PRÉVOIS TON MOYEN DE RETOUR
- SI TU LE PEUX, MONTE UNE CAGNOTTE POUR L'ÉVENTUALITÉ D'UN RETOUR UBER/TAXI
- PORTE UN ACCESSOIRE COMMUN AVEC TES POTES POUR POUVOIR VOUS RETROUVER FACILEMENT
- PENSE À MANGER AVANT DE PARTIR
- DÉSIGNE UN SAM
- DÉPOSE TON DUVET ET TON PYJAMA CHEZ TON POTE

PENDANT

- GARDE UN OEIL SUR TES POTES
- CONVENEZ D'UN POINT DE RALLIEMENT
- PRENDS LES CLEFS DE VOITURE / VÉLO DE TES POTES QUI CONSOMMENT
- SI TU CONSOMMES, VEILLE À TOUJOURS AVOIR UN POTE PRÈS DE TOI QUI TE CHECK
- N'OUBLIE PAS DE MANGER
- ASSURE-TOI QUE LES CONSENTEMENTS SOIENT RESPECTÉS
- T'ES PAS OBLIGÉ.E DE CONSOMMER SI TU NE LE SOUHAITES PAS
- PROTÈGE-TOI TOI ET TES PARTENAIRES
- N'OUBLIE PAS LES BOUCHONS D'OREILLES
- REPÈRE LES PERSONNES RESSOURCES SUR PLACE (SÉCURITÉ, POSTE DE SECOURS, RÉFÉRENT ANGELA)
- SI PENDANT LA SOIRÉE TES PLANS CHANGENT, ASSURE-TOI QU'ILS SOIENT SAFE ET PRÉVIENS TES POTES
- BOIS DE L'EAU

APRÈS

- RENTRE AVEC TES POTES
- RE-PROPOSE TON CANAP
- REGARDE LA GÉOLOC DE TES POTES ET ASSURE-TOI QUE TOUT LE MONDE SOIT BIEN RENTRÉ
- PRENDS UNE DOUCHE EN RENTRANT POUR TE RECONNECTER AVEC TON CORPS
- BOIS DE L'EAU, TU TE REMERCIERAS LE LENDEMAIN

POUR + DE TIPS, SCANNE CE QR CODE

Avec le soutien de

ESPACE SANTÉ ÉTUDIANTS
université de BORDEAUX
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité
ars Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine
cvec Contribution Vie Étudiante et de Campus