

RESTEZ EN SÉCURITÉ RÉTABLISSEZ-VOUS RESTEZ EN BONNE SANTÉ

Représentants d'OPTIONS

Où que vous en soyez dans votre parcours, le soutien de votre Représentant local d'OPTIONS est disponible.

Si vous ou un proche êtes prêt à opérer un changement lié à la consommation de substances, contactez votre Représentant local d'OPTIONS. Le soutien est disponible gratuitement pour tous les habitants du Maine.

COMMUNICATION :

Les Représentants sont à l'écoute de ce que vous voulez faire pour votre santé et votre bien-être. Ils pourraient vous aider à trouver des moyens de rester en sécurité et en bonne santé, quelle que soit votre situation en matière de consommation de substances.

CONNEXION :

Les Représentants constituent un pont vers des ressources. Ils vous mettent en relation avec le soutien, les fournitures et les services qui vous conviennent.

BIENVEILLANCE :

Les Représentants sont là pour vous et vos proches, où que vous en soyez dans votre parcours. Votre Représentant ne vous jugera pas et ne vous dira pas quoi faire.



OPTIONS
SAVE LIVES

SCANNEZ CE CODE QR



/knowyouoptionsme



J'AIME QUELQU'UN QUI CONSOMME DES SUBSTANCES.

L'approvisionnement en drogues est aujourd'hui imprévisible. Si vous ou l'un de vos proches consommez des substances, prenez des mesures pour une consommation plus sûre.

6 Conseils de Sécurité pour l'utilisation de Substances :

- ❶ Prenez contact avec le Fournisseur Local de Services de Seringues pour obtenir des fournitures stériles et d'autres ressources, de l'éducation, du soutien et des soins des plaies. Cherchez-en un près de chez vous sur **KnowYourOptions.ME/resources**.
- ❷ Prenez contact avec votre Représentant d'OPTIONS local pour un soutien et des ressources sans jugement. Voir le verso pour plus de détails.
- ❸ Si vous consommez des substances, informez-en quelqu'un ou consommez-en avec des personnes sur lesquelles vous pouvez compter en cas d'overdose accidentelle. Si vous êtes seul, utilisez la ligne d'assistance téléphonique MA Overdose Prevention (desservant le Maine), soit le (800) 972-0590. **www.massoverdosehelpline.org**.

Portez sur vous et partagez la naloxone avec

- ❹ les personnes qui vous entourent, utilisez-la et appelez le 9-1-1. Trouvez de la naloxone gratuite sur **GetMaineNaloxone.org**.

- ❺ Appelez toujours le 9-1-1. La Loi du Bon Samaritain du Maine protège toute personne en train de faire une overdose et toute personne cherchant une assistance médicale contre l'arrestation ou les poursuites judiciaires pour la plupart des délits, y compris les délits liés à la drogue. Pour en savoir plus, consultez le site **KnowYourOptions.ME/good-samaritan-law/**.

- ❻ Apprenez-en davantage sur les pratiques de consommation plus sécuritaires, comme commencer lentement, utiliser des alternatives à l'injection, se faire tester pour le fentanyl et n'utiliser qu'une seule drogue à la fois. Pour en savoir plus, consultez le site **KnowYourOptions.ME/safer-drug-practices**.

Le parcours de chacun est unique. Connaissez vos **OPTIONS** pour rester en sécurité, vous rétablir et rester en bonne santé.

KnowYourOptions.ME ou appelez le 2-1-1.

L'initiative OPTIONS (Overdose Prevention Through Intensive Outreach Naloxone and Safety) est un effort coordonné de l'Office of Behavioral Health (OBH) du Maine et d'autres agences de l'État pour améliorer la santé des habitants du Maine souffrant de troubles liés à l'utilisation de substances psychoactives. OPTIONS soutient le traitement, la réduction des risques et le rétablissement, et vise à réduire le nombre d'overdoses mortelles et non mortelles liées à la drogue.