

# QUOI FAIRE LORS D'UNE SURDOSE D'OPIÏDES

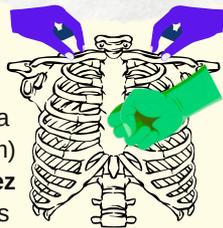
La personne semble inconsciente

**1** Tentez de la faire réagir par le bruit ou la douleur



**CRIEZ** son nom  
**PARLEZ-LUI** fort !

**Frottez** le centre de sa poitrine (sternum) avec force ou **pincez** ses trapèzes



Elle ne réagit pas

**2** **APPELEZ OU FAITES APPELER LE 911**



**Si vous êtes seul·e et sans téléphone**

- Administrez une dose de naloxone
- Faites des compressions toraciques pendant 2 min (d'une profondeur de 5-6 cm, au rythme de Staying Alive)
- Placez la personne sur le côté
- Allez appeler le 911 et suivez leurs instructions



Elle ne réagit pas

**3** Administrez une dose de naloxone

Placez la personne sur le dos. Inclinez sa tête vers l'arrière.

Déballiez la naloxone. **Ne la testez pas !** Tenez-la de cette façon.



Insérez le bout dans la narine et appuyez avec votre pouce.

Elle ne réagit pas

**4** Faites sans tarder des compressions toraciques



Faites 2 compressions par seconde de **5 cm** de profondeur

au rythme de Staying Alive

Si formé·e, commencez le RCR avec un masque barrière (2 insufflations/minute)



Si elle ne réagit pas après 3 minutes

**5** Administrez une 2e dose de naloxone dans l'autre narine

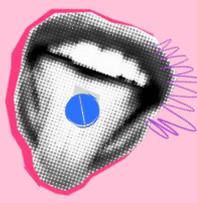
Répétez les étapes **4** et **5** et tant que la personne ne réagit pas ou jusqu'à l'arrivée de l'ambulance





Oeuvre anonyme

# LES SURDOSES DE Stimulants



Les stimulants augmentent l'activité du système nerveux central, l'état d'alerte, l'attention et l'énergie. La cocaïne, le Crystal Meth, la méthamphétamine, les amphétamines, la MDMA et bien d'autres, font parties de la classe des stimulants.

## Les signes de surconsommation / intoxication sévère de stimulants :

- Raideur des membres, contractions saccadées, spasmes et mouvements involontaires.
- Pouls rapide et irrégulier ainsi que des palpitations cardiaques.
- Sensation de chaleur, sueurs excessives et mal de tête sévère.
- Panique, paranoïa, confusion, agitation ou hallucinations.

### Quoi faire?

1. La personne va avoir besoin de soutien et de repos. Installe la personne confortablement dans un endroit tranquille et sécuritaire tout en la gardant éveillée.
2. Éloigne d'elle tout objet avec lequel elle pourrait se blesser.
3. Ne mets rien dans sa bouche et ne tente pas de l'immobiliser.
4. Encourage la à ne pas consommer davantage pour l'instant.
5. Donne à la personne de l'eau pour qu'elle reste hydratée.
6. Garde des débarbouillettes d'eau froide à ta disposition.

## Les signes d'une surdose de stimulants :

- Douleurs à la poitrine
- Convulsions
- Perte de conscience ou évanouissements courts et fréquents



### Quoi faire?

Si une personne présente ces signes, Appelle le 911.

Reste auprès de la personne et aide-la. Si le cœur de la personne s'arrête de battre, commence à effectuer la réanimation cardiorespiratoire (RCR).



## Quelques conseils :

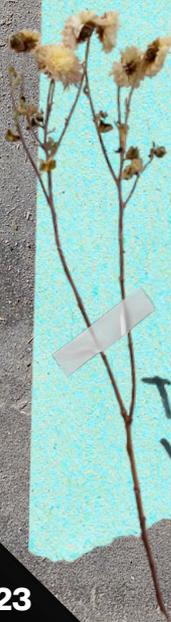
Il est important de prendre en compte que la naloxone n'a aucun effet sur les stimulants. Si il n'y a pas de signe de surdose d'opioïdes, elle n'a pas besoin d'être administrée. Cependant, il n'y a aucun danger ou de répercussions d'administrer de la naloxone lorsqu'elle n'est pas nécessaire. Donc, en cas de doute, tu peux tout de même donner la naloxone.

La consommation de stimulants lors de grandes chaleurs d'été augmente les risques de surdoses et de décès, et ce, quel que soit le mode de consommation. Pense à bien t'hydrater et commence avec de plus petites doses.

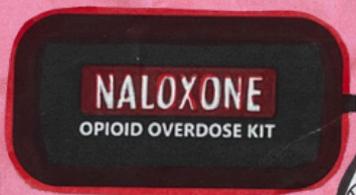
Nous devrions  
Toujours Être

20+ Quand il y  
a consommation d'opiacé  
et ne pas le faire  
en même temps pour  
être en mesure d'intervenir si l'

Survient une surdose et avoir en  
tout temps un kit visible près de  
vous. ON n'est jamais à l'abri. De

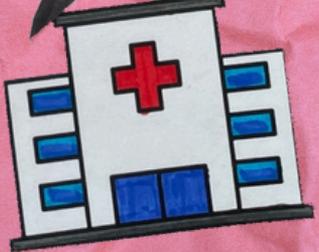


# SOYEZ PRUDENTS!



NOUS SOMMES ARRIVÉS JUSTE À TEMPS... J'AURAIT DU EN MOURIR

BONJOUR, JE SUIS MARYINKA INFIRMIÈRE. NE T'EN FAIT PAS, ÇA VA BIEN ALLER...



MT

MSF

Je Ne sort

JAMAIS

Sans mon NALOXONE

dans mon sac à  
main.

DO





protection des oreilles



veste de sauvetage



recyclage



feux de circulation



masque



distribution de matériel stérile et récupération de seringues usagées



bandages



filtre de cigarette



limite d'âge



traitements de médication



hygiène des mains



cran de sûreté d'armes à feu

# LA REDUCTION DES MEFAITS, C'EST QUOI ?



exercice



ceinture de sécurité



limite d'alcool dans le sang



gomme à la nicotine



bouchons à l'épreuve des enfants



détecteur de fumée



bandelette de détection de fentanyl



naloxone



gants



lunettes



casque



crème solaire



condoms

La réduction des méfaits, c'est une façon concrète et humaine d'aider les gens à prendre moins de risques.

Plutôt que de les juger, on les rejoint là où ils et elles sont. On leur donne un coup de main avec des outils pour limiter les conséquences négatives de leurs choix, tout en les respectant.

# La réduction des méfaits en conso de drogues

Si tu choisis de consommer, voici quelques trucs pour prévenir les surdoses, les bad trips (mauvaises expériences) et être + en sécurité :

Dormir, manger et boire de l'eau



Consommer en présence de personnes de confiance ou avertir qqn si on sera seul.e



Faire analyser sa drogue à La Baraque avant de la consommer



Espacer ses doses le plus possible



Commencer avec une faible dose, y aller doucement



Suivre son propre rythme, pas celui des autres

Si on mélange, attendre les effets avant de prendre autre chose



Planifier sa descente : où dormir, comment se rendre...



Consommer dans un site de consommation supervisée (comme La Baraque)



Avoir de la naloxone et savoir comment l'utiliser



Connaître les signes et symptômes de surdose (voir p.19)



# LA RÉDUCTION DES MÉFAITS ET LA PRÉVENTION: COMMENT ÇA SE PASSE ICI?

Données du Projet supragrégional  
d'analyse de drogues dans l'urine des  
personnes qui consomment au Québec  
(PSADUQ) - résultats du Saguenay-  
Lac-Saint-Jean, juillet 2025

35%

consomment toujours ou  
souvent en présence de  
quelqu'un·e

**ATTENTION ! DANGER !!!**  
Ça veut dire que 65 %  
consomment seul·e !!!

56%

possèdent une trousse  
de naloxone

**ATTENTION ! DANGER !!!**  
Ça veut dire que 44 %  
n'en ont pas!!!

53%

ont entendu parler  
de la Loi sur les bons  
samaritains

**N'hésitez jamais** à porter  
assistance ou à appeler les  
secours : la Loi vous protège !  
(lire p. 4)

# Qu'est-ce que les cas de décès par surdoses ont en communs ?



A4PSUD, un organisme partenaire du Service de travail de rue de Chicoutimi et qui fait le journal *L'Injecteur*, a mandaté des chercheur·ses pour analyser les rapports du coroner liés aux décès par surdose.

L'objectif : trouver des ressemblances dans les cas des personnes décédées pour prévenir d'autres décès dans le futur.

En 2019, L'équipe de la Chaire Jean-Monbourquette sur le soutien social des personnes endeuillées (Université de Montréal), a ainsi étudié tous les cas de décès par surdoses survenus en 2017.

Voici les constats les plus pertinents à partager :



**Plus de 50 %** des personnes décédées ont été trouvées par un·e proche, dont **une grande part interpelle un·e ami·e plutôt que le 911**, ce qui augmente le temps de réponse et limite les chances de survie.



Plusieurs symptômes — **ronflements, détresse respiratoire** — ont été constatés dans les jours ou les heures précédant le décès. **Ces signes, pouvant indiquer une surdose, sont souvent banalisés** ou confondus avec un état d'intoxication à l'alcool.

Les maladies chroniques, les troubles de santé mentale, les tentatives de suicide et la détresse psychologique sont surreprésentés par rapport à la population générale, portant à croire que **la prise en charge de ces problèmes n'est pas optimale**.

**Les inégalités sociales de santé** contribuent dans une certaine mesure au nombre de décès par surdose.

Pour lire l'étude complète :

<https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/4557543>

# LES SERVICES DE PRÉVENTION DES SURDOSES DU



Service de  
TRAVAIL DE RUE  
de Chicoutimi



la Baraque

## SITE DE CONSOMMATION SUPERVISÉE

C'est un lieu permettant aux consommateur·rices de drogues par :

injection     voie orale    ou     prisee (sniffée)

de venir consommer dans un milieu sécuritaire et sous l'observation d'intervenant·es formé·es.

Le site permet aussi d'offrir des services de prévention des surdoses, des références vers les services de santé, sociaux et communautaires, incluant les traitements de la dépendance.

## LA BARAQUE CONTRIBUE À :

- Réduire la morbidité et la mortalité ;
- Réduire les comportements de consommation à risque ;
- Réduire la consommation dans les lieux publics ;
- Faciliter et augmenter le recours aux services de santé et services sociaux ;
- Réduire l'impact des complications immédiates de la consommation de drogues ;
- Réduire l'incidence et l'infection des plaies d'injection ;
- Offrir un lieu sécuritaire pour la consommation de drogues.



En 2024-2025, la Baraque a accueilli 734 personnes différentes,  
dont 249 utilisateur·rices de drogues par injection.  
Plus de 2 218 interventions ont eues lieu.