

DISFRUTÁ **EL ÚLTIMO PRIMER DÍA**

CONTROLÁ TU **ENERGÍA**



CARGÁ LA BATERÍA

Si vas a consumir, empezá de a poco, hidratate y comé algo antes.



VAMOS JUNTXS, VOLVEMOS JUNTXS!

Si una persona se siente mal no la dejes sola, buscá ayuda de unx adultx.



NO MEZCLES

Bebidas alcohólicas, marihuana, energizantes, medicamentos y otras sustancias.



VAMO A CALMARNOS

Date la posibilidad de descansar.



NO ES NO

Siempre con consentimiento: pasadx o careta a lx pibx se lx respeta.



SIEMPRE CON FORRO

Si la cosa se puso 🔥 usá preservativo de principio a fin.



SIN SORPRESAS

Si no sabés qué estás consumiendo o adulteraron la sustancia, evitá consumir.

Evaluá los riesgos, pensá los cuidados y seguí disfrutando 😊



Asistencia gratuita, anónima, 24 hs, en consumos problemáticos: **141**
Ante cualquier situación de violencia de género: **144**



intercambios

@no_te_sientas_zarpado
@intercambios_ac