

# LA LOI DE L'EFFET

## QUESSÉ ÇA?

La loi de l'effet, en gros, sert à expliquer pourquoi on ressent des effets lorsqu'on consomme.

On pourrait penser que c'est juste à cause de la substance consommée, mais non!

## Pourquoi tu ressens des effets?

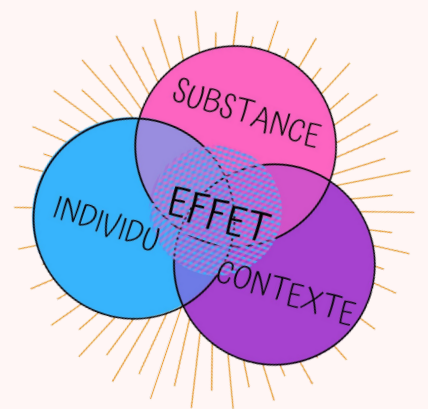
C'est sûr que toutes substances a ses propres caractéristiques: stimulante, relaxante ou perturbant les sens.

Mais pourquoi ça arrive que parfois tu feel bien, et que d'autres pas pantoute, alors que tu as pris la même chose?

## Les 3 facteurs qui causent les effets

Les effets de ta consommation vont dépendre de :

LA QUANTITÉ/QUALITÉ de la substance consommée, de TON ÉTAT physique et mental, ET du CONTEXTE dans lequel tu es.



# SUBSTANCE

- Un shot de vodka VS une bière
- Manger un muffin au pot VS fumer un joint
- Prendre 2 verres VS prendre 2 verres + d'la wax



# EFFET

- T'as 14 ans VS t'en as 35 ans
- Tes lères fois VS tu consommes régulièrement
- T'es stressé.e / fatigué.e VS t'es top shape

- Dans un party VS tout.e seule
- Pour célébrer VS pour oublier
- Le matin en te levant VS le soir chez vous



# INDIVIDU

# CONTEXTE

Okay... pis ça ?



**Bien, en comprenant mieux les effets de ta consommation, tu auras plus de chance de la prendre de manière responsable.**

**Par contre, si tu ressens des effets négatifs à ta consommation (**vomissements, agressivité, déprime, black-out, etc.**), garde en tête que ce sont des signes qui devraient te faire réfléchir à la **pertinence** de ta conso.**

**T'as des questions?  
Contacte-nous!**

418-665-3912

Ressource   
**GENESIS**