No te averguenzes de cuidarte!

Muchas personas hacen cosas por las cuales se averguenzan. Personas importantes con dinero, desde los presidentes, los reverendos, artistas de television, todos tienen algo de que avergonzarse. Pero los que se inyectan se enfrentan con *muchos mas* riesgos que toda esa gente.!

La proxima vez que uses un baño para inyectarte, date credito por hacer las cosas bien. La proxima vez que te refresques frente a un espejo, recuerdate que *¡Eres Precioso!*

ESTA ES LA REALIDAD

Debes estar muy orgulloso de cuidarte pero la mayoría de la gente aún no van ha estar de acuerdo de que te inyectes en su baño. No esperes que esten en acuerdo contigo de que te "estas cuidando". ¡OK!

Otra razón importante de usar un lavamanos es que : *puedes limpiar el desorden que hagas!* Tal vez es esto lo que te pueda garantizar en el futuro el que puedas usar el lavamanos del baño.

Este folleto es traido para ti por tus amigos en
HARM REDUCTION COALITION
NY: 212 213-6376
CA: 510 444-6969
http://www. harmreduction.org

TODO EL MUNDO merece cuidarse, Ya sean usuarios de drogas o no. Aprender a cuidarse requiere tiempo y consideración. Piensa bien en lo que quieres y en lo que haces para lograrlo.

¡PIENSA ACERCA DE COMO INYECTARTE!

Con LUZ y un LAVAMANOS tienes mejor IMPACTO!

Tal vez ya sabes esta información,
pero, ¿que crees de esto?
Leelo . Tal vez cambies de opinion
después de leerlo. .

YA SABEMOS:

La heroina, cocaina y speed son drogas ilegales. Las leyes hacen difíicil el usarlas facil y apropiadamente.

Pero cada vez que usas como es debido, estas Protegiendote y estas protegiendo a otros.

La mayoria de la gente no quiere que te inyectes en sus baños.

Pero cada vez que te inyectas en el lavamanos por tener agua y luz, lo haces saludablemente

- Te puedes lavar las manos ANTES y DESPUÉS de inyectarte.
- Agua de mas para mezclar el cantaso
- Agua de mas para enjuagar la jeringuilla, si necesitas usarla otra vez.
- *Ademas te puedes arreglar en el espejo!*

PIENSA LAVAMANOS!

SABIAS QUE...

Lavar tus puntos de inyección con agua y jabón es tan efectivo como lavarlos con alcohol. Tal vez mejor. El alcohol solo mata, *pero el agua y el jabón se llevan todo.* Los programas de intercambio de jeringuilla proveen pañitos de alcohol pues aveces no tienes un lugar donde lavarte antes de inyectarte. Pero el agua y el jabón es lo mejor.

PIENSA EN LA LUZ

Si estas cerca de un lavamanos con mucha luz, mucho mejor. El tratar de inyectarse sin adecuada luz, puede causar la perdida de cantasos, perdidas de venas, y perdida de tiempo. Si estas de prisa, escojer un lugar con luz adecuada te ahorrara tiempo.

Y cual es la onda
cual es el punto?

Existen personas que no les qusta que te inyectes. Tal vez a ti no te gusta inyectarte. Esto no cambia lo que necesitas hacer para inyectarte saludablement.

Hay personas que piensan que si sufres dejaras de inyectarte. Esto incluye:

- Que te infectes con VIH, Hepatitis, endocarditis y abscesos en las venas
- Que sufras de venas hinchadas
- Que te arresten y caigas preso
- Que sufras sobredosis
- Que mueras

Te desean todo esto por tal de que te cuides!

No tienes que estar de acuerdo!
La verdad es que tú sabes más que ellos acerca de el daño que te hacen las drogas que usas.