

Fiche-type pour chaque session de chemsex ou de conso de drogue

Date de la session : / /

Heure de début : h

Heure de fin : h

Cette session était-elle prévue parmi tes objectifs ? oui non

1. Produits consommés (G, cathinones, kétamine, poppers, viagra/cialis, boosters, cannabis, etc.)

Produit	Dose	Mode	Heure	Remarques (testé ?, inconnu ?)
---------	------	------	-------	--------------------------------

.....
...
.....
...

Petites cases à cocher :

- Produit analysé avant la session
 - Produit donné par un·e inconnu·e
 - Produit pris en injection (slam) ou autres modes de consommation ?
 - Mélange G + alcool / benzos, anti-dépresseurs, anti-douleurs (type tramadol ou autres ?) autres
-

2. Contexte de la session

- recrutement des partenaires ? grindr/scruff ? messagerie cryptée ? connaissance ? autres ?
 - Combien de temps as-tu passé sur une appli avant de rencontrer le(s) partenaire(s) ?
 - Lieu : chez moi / chez l'autre / hôtel / location Airbnb, etc.
 - Avec qui :
 - 1 personne connue / 2 personnes connues / groupe, inconnu·e-s, etc.
 - prévention sexuelle connue (Prep, Tasp, U=U ?)
-

3. Effets sur la session

- Effets positifs :
 - plus d'envie / de plaisir, plus de confiance, lien avec l'autre, etc.
- Effets négatifs :
 - perte de mémoire, black-out, G-hole, angoisse, parano, douleurs, vomissements, perte de connaissance, etc., peu de plaisir sexuel ? peu d'interactions positives ?

Risque global de la session (0–10) : / 10

- 0 = très contrôlé, 10 = très risqué (overdoses, consentement flou, inconnu·e-s, etc.).
-

4. Consentement et sécurité

- Avant de commencer, avons-nous posé :
 - limites (tell-me-stop, non-négociable)
 - vérification “on est d’accord” toutes les 15–30 min
 - arrêt possible à tout moment
 - Y a-t-il eu des situations où le consentement n’était pas clair ?
 - Oui / Non → brève note :
.....
-

5. Ce que tu aurais pu faire mieux / différemment

après le plan et si possible lorsque la descente n’est pas violente, remplis ces lignes le lendemain ou en fin de session :

- Exemples :
 - “espacer les prises de G”,
 - “ne pas mélanger G + alcool”,
 - “ne pas consommer seul·e”,
 - “ne pas accepter d’injection proposée par un·e inconnu·e”,
 - “utiliser préservatif + lubrifiant + dépistage régulier”.
-