

CANNABIS

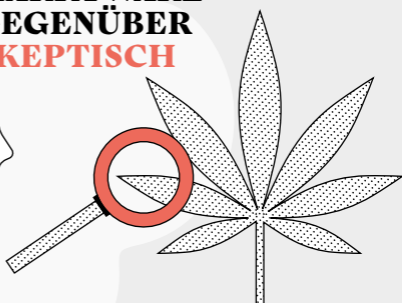
?

Wie reduziert man
die Risiken?

!

1

**SEI SCHWARZ-
MARKTWARE
GEGENÜBER
SKEPTISCH**



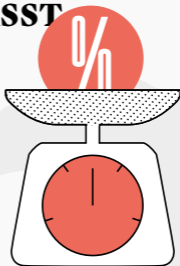
2

**DOSIERE NIEDRIG,
WENN DU DIE WARE
ODER DIE KONSUMFORM
NICHT KENNST**



3

**PROBIER AUS, OB EINE
SCHWÄCHERE
THC-DOSIS FÜR DICH
AUCH PASST**



4

**PROBIERE
KONSUMFORMEN OHNE
VERBRENNUNG AUS**

→ Vaporizer

Beim Verdampfen werden deutlich weniger toxische Begleitsubstanzen inhaliert. Zum Verdampfen gibt es tragbare und Tischgeräte.

→ Vape/E-Zigarette mit THC
Es werden entschieden weniger toxische Begleitsubstanzen inhaliert, aber Material und E-Liquids vom Schwarzmarkt unbedingt meiden!



→ orale Einnahme (essen)

Es entstehen keine toxischen Begleitsubstanzen durch Verbrennung oder Erhitzung. Konsumform ohne Inhalieren. Überdosierungsrisiko beachten.

Cannabis ist zwar die in der Schweiz am meisten konsumierte illegale Substanz, wird aber nur von einer kleinen Bevölkerungsminderheit verwendet (weniger als ein Zehntel der Bevölkerung).

Gehört man zu dieser Gruppe, lassen sich die gesundheitlichen Risiken reduzieren, indem man bestimmte Punkte beachtet.

21.08.02



Auswertung
des Projekts



SUCHT | SCHWEIZ

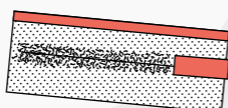
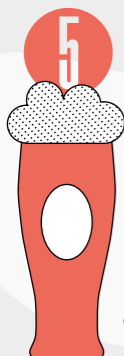
www.suchtschweiz.ch



Informationsblatt

5

VERMEIDE ES, CANNABIS ZUSAMMEN MIT ALKOHOL ODER ANDEREN SUBSTANZEN ZU KONSUMIEREN



6

LENKE KEIN FAHRZEUG UND VERSCHIEBE AKTIVITÄTEN, DIE VOLLE KONZENTRATION VERLANGEN, AUF SPÄTER

→ Inhalieren

kann die zum Lenken eines Fahrzeugs wesentlichen Funktionen während mehrerer Stunden einschränken. Die Wissenschaft erwähnt am häufigsten eine Dauer von 2 bis 4 Stunden oder gar 4 bis 6 Stunden. Es besteht immer das Risiko, dass die Wirkung noch länger anhält.

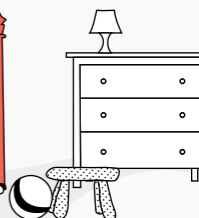
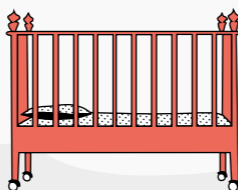
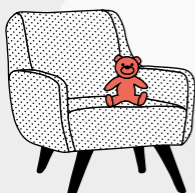
→ Einnehmen

kann die Fähigkeiten während 8 bis 12 Stunden einschränken. Es besteht immer das Risiko, dass die Wirkung noch länger anhält.



7

SCHÜTZE DEIN KIND



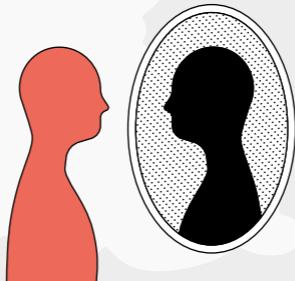
8

VERMEIDE DEN KONSUM BEI PSYCHISCHEN STÖRUNGEN UND LASS DICH BERATEN



9

STELL DEINEN KONSUM IMMER WIEDER INFRAGE



DRUG CHECKING

Gratisanalyse psychoaktiver, auf dem Schwarzmarkt besorgter Substanzen, inklusive Beratung. In verschiedenen Kantonen aktiv.

PILOTVERSUCHE

Verkaufsstellen, die legal THC-haltiges Cannabis anbieten. Die Produktion unterliegt strengen Richtlinien und man kann den THC-Gehalt des Cannabis selbst wählen. Anmeldung obligatorisch, bestimmte Kriterien müssen erfüllt sein. In verschiedenen Kantonen aktiv.

JE NACH BEDARF:

- SafeZone.ch
- Suchtindex.ch
- Stop-Cannabis.ch
- CANreduce.ch

COMBI-CHECKER.CH

Website, auf der sich überprüfen lässt, mit welchen Wirkungen beim Kombinieren von Substanzen zu rechnen ist.