

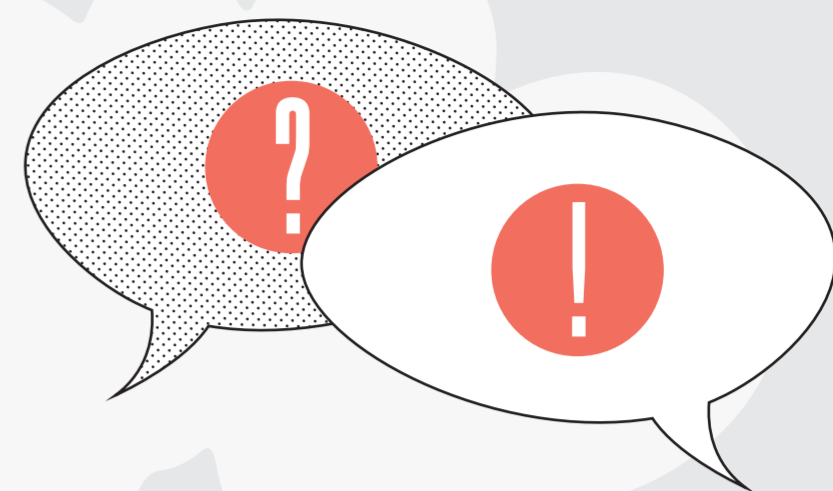
prestazione gratuita, offerta in diversi Cantoni, di analisi delle sostanze psicoattive acquistate sul mercato nero; include anche una consulenza.

punti vendita che consentono di acquistare legalmente cannabis con THC. La produzione è strettamente controllata e si ha la possibilità di scegliere tra prodotti con un diverso tasso di THC. Per partecipare a queste sperimentazioni, proposte in diversi Cantoni, occorre iscriversi e soddisfare determinati criteri

→ SafeZone.ch  
→ Indexdipendenze.ch  
→ Stop-Cannabis.ch  
→ CANreduce.ch

sito per verificare gli effetti della combinazione di diverse sostanze

## Come ridurre i rischi?



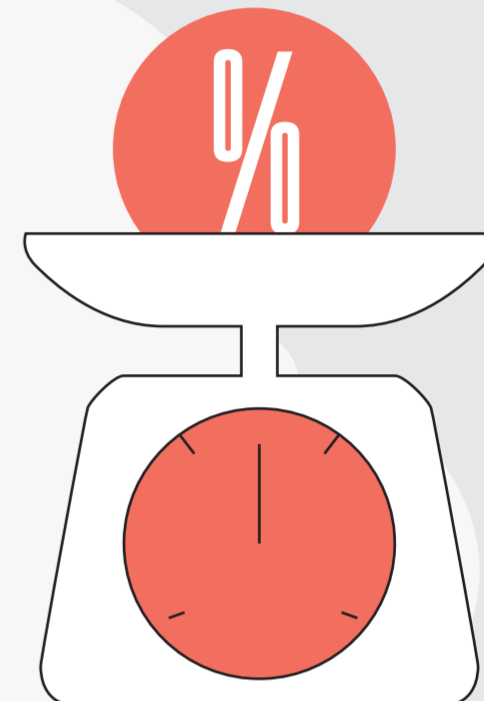
### 1 NON TI FIDARE DEI PRODOTTI VENDUTI SUL MERCATO NERO



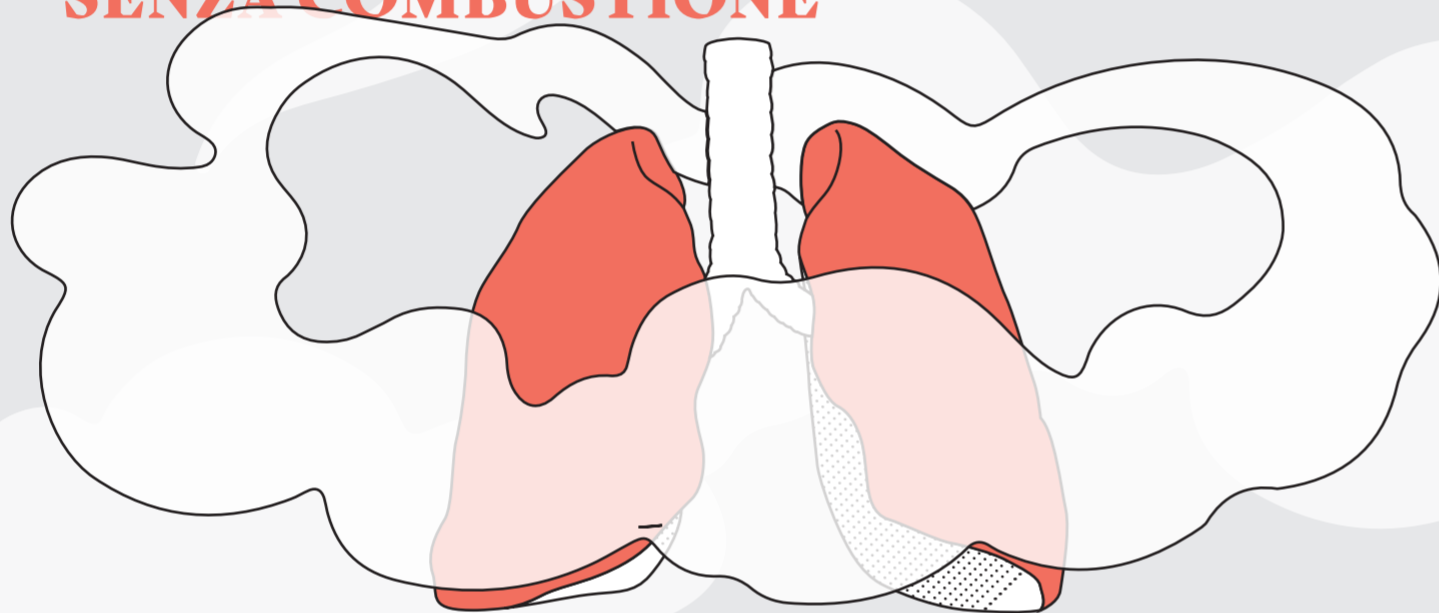
### 2 RIDUCI LA DOSE SE NON CONOSCI IL PRODOTTO O NON SAI COME CONSUMARLO



### 3 PROVA A RIDURRE IL TASSO DI THC



### 4 SPERIMENTA FORME DI CONSUMO SENZA COMBUSTIONE



→ Vaporizzatori  
riduzione significativa delle sostanze tossiche inalate. Esistono modelli portatili o da tavolo.

→ Svapo/sigarette elettroniche con THC  
riduzione significativa delle sostanze tossiche inalate. Evitare assolutamente dispositivi e liquidi venduti illegalmente!

→ Prodotti ingeriti (commestibili)  
questa forma di consumo senza inalazione evita l'esposizione alle sostanze tossiche generate dalla combustione o dal riscaldamento. Attenzione ai rischi di sovradosaggio.

### 5 EVITA DI CONSUMARE CANNABIS INSIEME AD ALCOLICI O ALTRE SOSTANZE



### 6 EVITA DI METTERTI ALLA GUIDA E SVOLGERE ATTIVITÀ PER CUI DEVI ESSERE NEL PIENO DELLE TUE FACOLTÀ

→ Inalazione  
In generale può alterare le funzioni essenziali alla guida per la durata di qualche ora. In base a studi condotti, tale periodo può durare da 2 a 4 oppure da 4 a 6 ore: l'eventualità che gli effetti durino più a lungo non può essere esclusa.

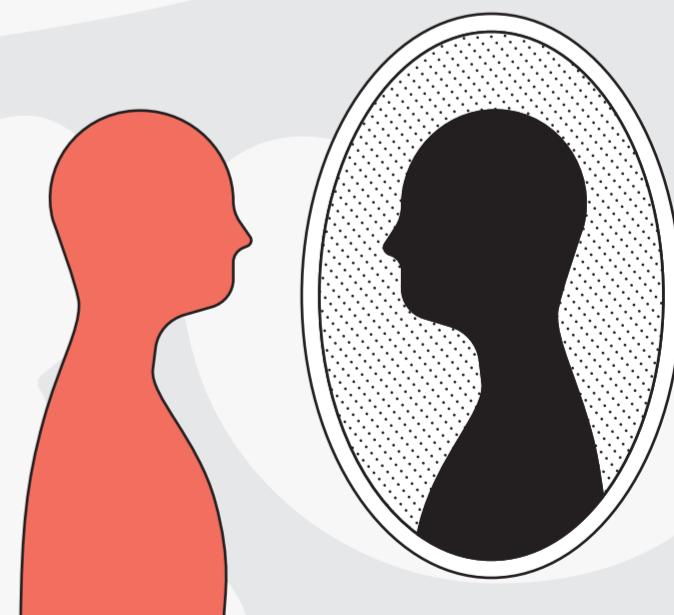
→ Ingestione  
Può causare un'alterazione delle facoltà per 8-12 ore ma, come per l'inalazione, non si può escludere che gli effetti durino più a lungo.



### 7 PROTEGGI I TUOI FIGLI



### 9 INTERROGATI REGOLARMENTE SULLE TUE ABITUDINI DI CONSUMO



### 8 IN CASO DI DISTURBI DELLA SALUTE MENTALE, ASTENERSI DAL CONSUMO E CONSULTARE IL PROPRIO MEDICO



In Svizzera, la cannabis, benché consumata soltanto dalla minoranza della popolazione (meno di una persona su dieci), costituisce la sostanza illegale maggiormente diffusa. Chi ne fa uso può ridurre i rischi per la salute prestando attenzione ad alcuni aspetti.



Dare feedback



DIPENDENZE | SVIZZERA

www.dipendenzesvizzera.ch

Foglio informativo

