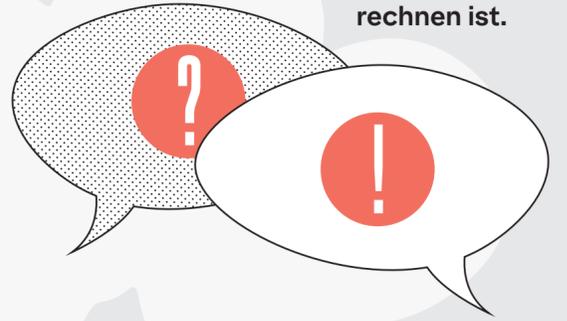


Gratisanalyse psychoaktiver, auf dem Schwarzmarkt besorgter Substanzen, inklusive Beratung. In verschiedenen Kantonen aktiv.

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.

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

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



Wie reduziert man die Risiken?

1 SEI SCHWARZMARKTWARE 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.

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

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.**

