

RISK REDUCTION

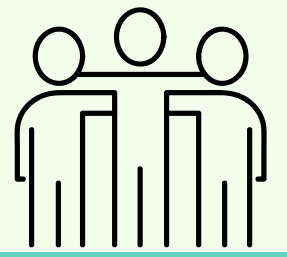
Der Konsum von Substanzen ist niemals risikofrei. Mögliche Risiken können reduziert werden, wenn Folgendes beachtet wird:

Informiere dich über die Substanzen.

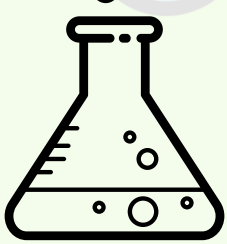


Informiere dich über die risikoärmste Art des Konsums.

Konsumiere, wenn es dir gut geht, an einem Ort, wo du dich wohl fühlst, und mit Menschen, denen du vertraust.

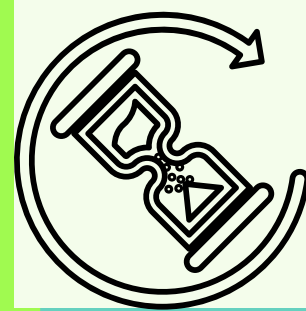


Nutze Drug Checking!



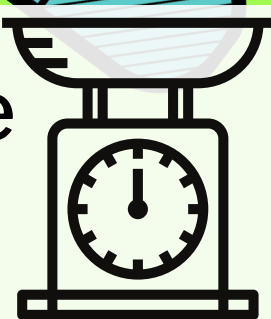
Verwende nur eigene Konsumutensilien.

Nach Konsumpausen verträgst du weniger.



Lass dir Zeit bevor du nachlegst.

Dosiere gering, um die Wirkung anzutesten.



Vermeide Mischkonsum (auch mit Alkohol).

Lege Konsumpausen ein.

Trinke ca. einen halben Liter alkoholfreie Getränke pro Stunde.



Du hast noch Fragen?
Wende dich an checkit!
Wir freuen uns auf dich!



Achtet aufeinander! Sprich mit deinen Freund*innen, wenn es einer Person nicht gut geht.



RISK REDUCTION

— SNIFFING

Um Schädigungen deiner Nase und die Übertragung von Infektionskrankheiten zu reduzieren, beachte Folgendes:

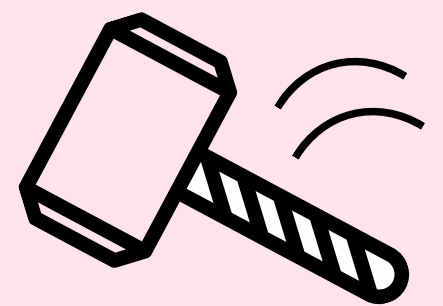


Nutze eine saubere Oberfläche als Unterlage.

Benutze keine Geldscheine zum Ziehen.

Verwende dein eigenes Ziehröhrchen.

Zerkleinere das Pulver möglichst fein.

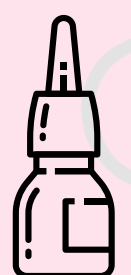


Schnäuze dich ca. 10 Minuten nach dem Konsum.

Konsumiere nicht, wenn deine Nase verletzt ist.

Lege Konsumpausen ein.

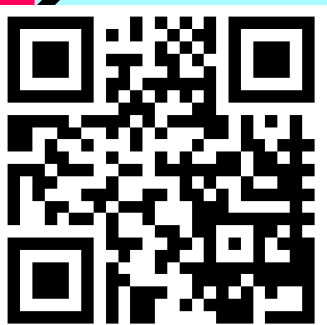
Pflege deine Nase nach dem Konsum.



Du hast noch Fragen?
Wende dich an checkit!
Wir freuen uns auf dich!



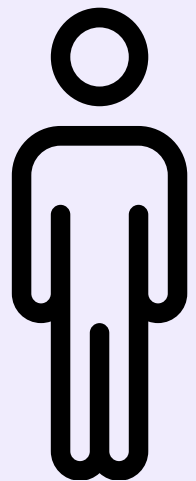
Achtet aufeinander! Sprich mit deinen Freund*innen, wenn es einer Person nicht gut geht.



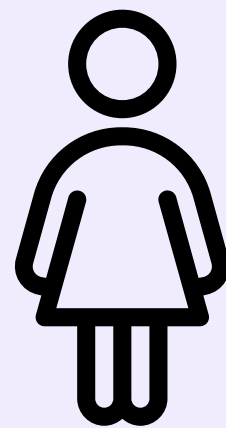
RISK REDUCTION

— ECSTASY

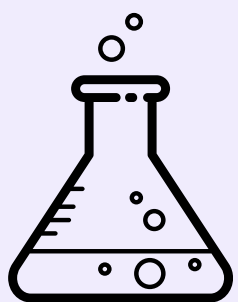
Achte auf die Dosierung.



maximal
1,5mg/kg
Körpergewicht



maximal
1,3mg/kg
Körpergewicht

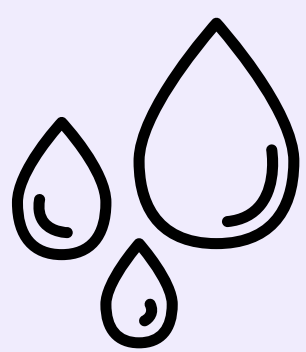
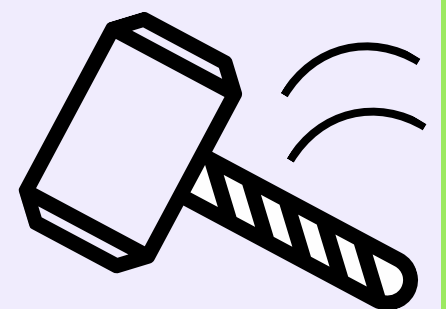


Nutze Drug
Checking.

Gleiches Logo heißt nicht
gleicher Inhalt.

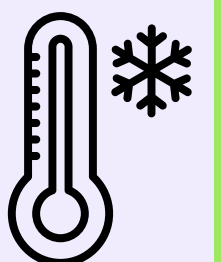
Nimm maximal 1/3 und
warte die Wirkung ab.

Manche Pillen
sind sehr fest
gepresst.
Zerkleinere sie.



Trinke ca. einen
halben Liter
alkoholfreie
Getränke pro Stunde.

Lege Tanzpausen ein,
um dich abzukühlen.



Lege Konsumpausen ein.

Achtet aufeinander!

Sprich mit deinen
Freund*innen,
wenn es einer
Person nicht gut
geht.



Du hast noch
Fragen?
Wende dich an
checkit!
Wir freuen
uns auf dich!

