

CSC HIGH SOCIETY

FRANKFURT AM MAIN

Safer-Use-Merkblatt

Konsumiere nur, wenn du „gut drauf“ bist

Konsumiere nur, wenn du in guter Verfassung bist.
Cannabis verstärkt bestehende Stimmungen – sowohl positive als auch negative.

Keine Lösung für emotionale Probleme

Cannabis löst keine Beziehungsschwierigkeiten, Ängste oder Traurigkeit.
Gefühle verschwinden nicht – es geht um bewussten Genuss, nicht Flucht.

Die richtige Dosierung

Warte auf die volle Wirkung, bevor du nachlegst.
Taste dich langsam heran – Überdosierung kann zu Kreislaufproblemen oder Unwohlsein führen.

Vermeide Mischkonsum

Kombiniere Cannabis nicht mit Alkohol oder anderen Drogen.
Die Wirkung wird sonst unberechenbar, selbst für erfahrene Konsumierende.

Kein Bedienen von Maschinen oder Fahrzeugen

Bediene keine Maschinen, wenn du high bist.
Fahre kein Auto, Fahrrad oder andere Fahrzeuge unter Cannabiseinfluss – deine Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit ist beeinträchtigt.

Kein Konsum in Schule oder Arbeit

Cannabis beeinflusst Leistungsfähigkeit und Konzentration.
Konsumiere bewusst außerhalb von Bildung und Beruf.

Alter und Gesundheit beachten

Unter 21-Jährige tragen besondere Risiken.
Konsumiere nicht, wenn du gesundheitliche Probleme wie Asthma oder Herzprobleme hast.
Im Zweifel vorher ärztlich beraten lassen.

Genuss und Pausen

Cannabis sollte nicht zur Gewohnheit werden.
Mach Pausen, wenn Konzentration oder Freude nachlässt.

Umfeld & Gesellschaft wählen

Wähle bewusst deine Umgebung – sie beeinflusst die Wirkung.
Achtet aufeinander und vermeide Alleinsein beim Konsum.

Fragen?

Kontaktiere unseren Suchtpräventionsbeauftragten jederzeit über unsere Website:

www.highsocietyffm.de