

Wissenswertes für den Konsumenten

1 Mit einem Joint kann man keine Probleme lösen. Cannabis konsumierst du zum Spaß.

2 Haschisch und Marihuana gibt es in verschiedenen Stärken. Erkundige dich diesbezüglich beim Personal des Coffeeshops. Wenn du nicht weißt, wie stark der Stoff ist, nimm dann erst einen kleinen Zug und warte einige Minuten, bevor du mit dem Rauchen fortfährst.

3 Die Kombination aus Alkohol und Cannabis kann unvorhersehbare Folgen haben. Sei vorsichtig, insbesondere wenn du noch nicht viel Erfahrung mit dem Rauchen von Cannabis hast.

4 Cannabis kann Herzklopfen, Schweißausbrüche oder Übelkeit verursachen, unangenehme jedoch ungefährliche Nebenwirkungen. Gelegentlich können auch andere Beschwerden oder Angstzustände auftreten. Gerade nicht in Panik, suche einen ruhigen Ort auf und iss oder trink etwas. Nach einer Stunde hast du das Schlimmste überstanden.

5 Cannabis beeinflusst vorübergehend das logische Denken, das Gedächtnis, die Konzentrationsfähigkeit. Lass das Kiffen deshalb bleiben, wenn du zu Schule oder Arbeit musst oder am Straßenverkehr teilnimmst.

6 Rauche nicht während der Schwangerschaft oder bei psychischen Problemen. Rauche nur, wenn du dich gut fühlst.

7 Wenn der Konsum von Haschisch oder Marihuana in deinem Alltag zur Gewohnheit geworden ist, wird es höchste Zeit, dein Verhalten zu überdenken.

- 8** Wenn du Medikamente einnimmst, solltest du zunächst einen Arzt zu Rate ziehen.
- 9** Beim Rauchen von Cannabis werden Schadstoffe wie Teer und Kohlenmonoxid freigesetzt. Es ist deshalb nicht sehr klug, den Rauch tief und lange zu inhalieren. Das ist übrigens auch nicht nötig, da die Wirkstoffe im Cannabis sehr schnell von der Lunge aufgenommen werden.
- 10** Es ist verboten um Cannabisprodukte mit in das Ausland zu nehmen!
- 11** Reagiert nicht auf Annäherungsversuche oder Provokationen von potentiellen Straßendealern. Sie können sehr aggressiv sein. Der Verkauf kleiner Cannabis-Mengen ist in den Niederlanden nur in geduldeten Coffeeshops erlaubt. Kauf daher niemals Cannabis auf der Straße, sondern ausschließlich im Coffeeshop.

Die Herkunft erkennt ihr am diesem Logo:



Für weitere Informationen siehe die ergänzende Broschüre zu diesem Produkt. Diesen Informationen sind auch unter www.drugsinfo.nl zu finden.

Für Fragen zu Haschisch und Marihuana kannst du dich an das Personal dieses Coffeeshops wenden oder zu Rate ziehen. Du kannst aber auch die Drugs Infolijn (Drogen-Infotelefon) unter 0900-1995 anrufen. (€ 0,10 pro Minute, Niederländische Sprache)

Vorliegende Broschüre wurde in Kooperation zwischen dem Coffeeshop-Sektor, dem Drogen-Beratungsbüro, der Organisation Jellinek und dem Trimbos-Institut entwickelt.