

RISK REDUCTION

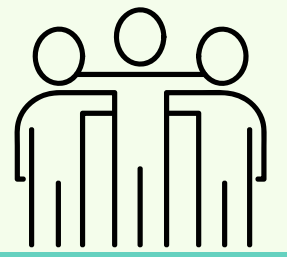
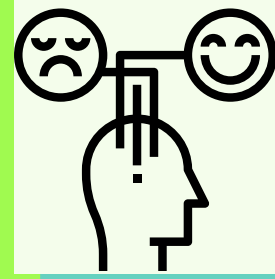
Der Konsum von Substanzen ist niemals risikofrei. Mögliche Risiken können reduziert werden, wenn Folgendes beachtet wird:

Informiere dich über die Substanzen.

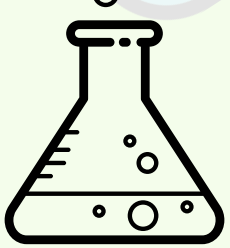


Informiere dich über die risikoärmste Art des Konsums.

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

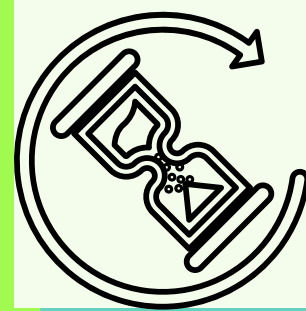


Nutze Drug Checking!



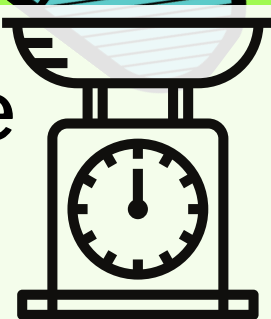
Verwende nur eigene Konsumutensilien.

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.

