

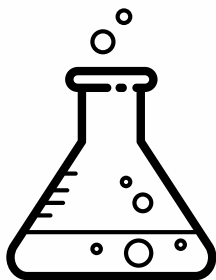
Risk Reduction

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

Informiere dich
über die
Substanzen.



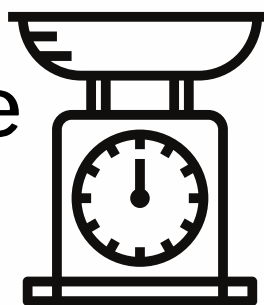
Informiere dich über die
risikoärmste Art des
Konsums.



Nutze **Drug Checking!**

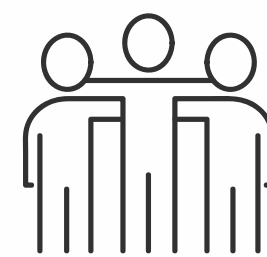
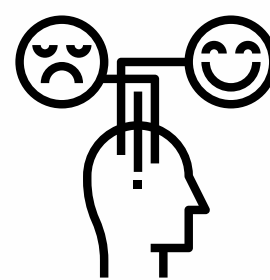
Nach Konsumpausen
verträgst du weniger.

Dosiere gering, um die
Wirkung anzutesten.

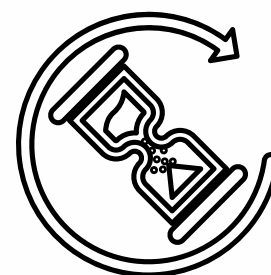


Lege Konsumpausen ein.

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



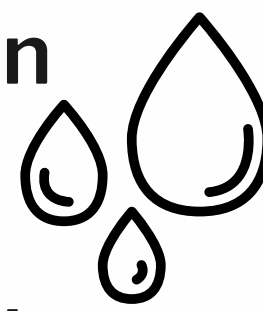
Verwende nur **eigene**
Konsumutensilien.



Lass dir **Zeit** bevor du
nachlegst.

Vermeide **Mischkonsum**
(auch mit Alkohol).

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 FreundInnen, wenn es einer
Person nicht gut geht.

