

# DRUGS & SAFER USE

Offene Kinder- und  
Jugendarbeit Region Jungfrau

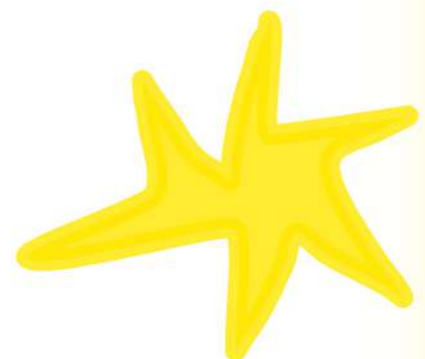
Sämtliche Informationen in dieser Broschüre sind gestützt  
auf Inhalte des Contact Nightlife und Saferparty.ch

ok  
😊  
ja

# Kein Konsum ist ohne Risiko!

Es gibt keinen Drogenkonsum ohne Risiko. Du solltest dich über Wirkungen und Risiken informieren, deine Konsummotive reflektieren, die Safer Use - Regeln beachten und dich bei Bedarf professionell beraten lassen.

Raveitsafe.ch



# SAFERPARTY.CH

---

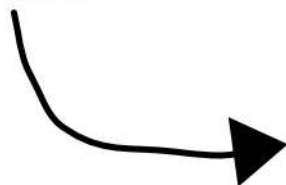
Saferparty.ch informiert neutral über psychoaktive Substanzen, Risiken des Substanzkonsums und bietet anonyme Beratungen an.

## Warnungen

Auf dem Instagram Account oder auf der Webseite werden aktuelle Warnungen von spezifischen Drogen publiziert.

z.B Hochdosierte Pillen, gestreckte Pulver, ...

Scan mich ein!



# RAVEITSAFE.CH

---

CONTACT Nightlife bietet Infos und Beratung zu psychoaktiven Substanzen an.

 <p>INFO Substanzen A - Z</p>	 <p>INFO Safer Use</p>	 <p>INFO Drug, Set, Setting</p>	 <p>INFO Gesetzliches</p>
 <p>INFO Mischkonsum</p>	 <p>WARNUNGEN Pillen &amp; Pulver</p>	 <p>DIB Drug Checking</p>	 <p>DIB Sprechstunde</p>
 <p>NIGHTLIFE Vor Ort</p>	 <p>ONLINE-BERATUNG Konsumierende</p>	 <p>BERATUNG Clubs</p>	 <p>SCHULUNGEN Fachpersonen &amp; Clubs</p>

Webseite



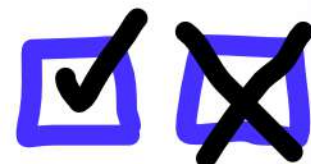
# WISSEN WAS DU EINNIMMST

Raveitsafe.ch

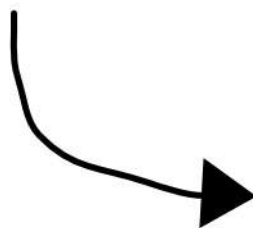
Beim Drogenkauf auf dem Schwarzmarkt gehst du ein schwer einschätzbares Risiko ein:

Du weisst nie genau, wie hoch der Wirkstoffgehalt ist und welche Stoffe tatsächlich enthalten sind. Um Menge und Inhaltsstoffe sowie gefährliche Streckmittel bestimmen zu können, braucht es eine chemische Analyse.

## Drug Checking



Bei dir kannst du deine Substanzen testen lassen, und du erfährst, was du tun kannst, um Konsumrisiken zu mindern.  
**Anonym und kostenlos.**



# MISCHKONSUM

Raveitsafe.ch

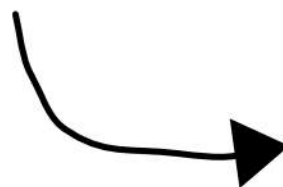
Mischkonsum erhöht die Risiken. Hier findest du einige Tipps, die du bei Mischkonsum unbedingt beachten solltest.

## Wirkung und Risiken

Die Wirkungen, die eine Kombination von zwei oder mehr Substanzen auslöst, sind schwer einzuschätzen und entsprechen in der Regel nicht der Summe beider Einzelwirkungen. Je nach Substanz potenzieren oder verstärken sich die jeweiligen Effekte, oder sie beeinflussen Körper und Psyche in verschiedene Richtungen. Beides ist für den Körper extrem belastend. Die Gefahr unangenehmer und gefährlicher Zwischenfälle erhöht sich durch Mischkonsum.

**Wie gefährlich ist der Mischkonsum von zwei bestimmten Substanzen?**

Du kannst es mit dem Combi Checker herausfinden!



# SAFER USE

Raveitsafe.ch

---

- Vermeide Mischkonsum (auch mit Alkohol).
- Weniger ist mehr: Riskante Dosierungen sind vom Körpergewicht, der Funktionsweise des Organismus sowie vom Reinheitsgrad der Substanzen abhängig. Vorsichtig dosieren!
- Teste in kleinen Mengen an und warte mindestens zwei Stunden, um die Wirkungen abschätzen zu können. Psychoaktive Substanzen brauchen unterschiedlich lange, bis sie wirken – deshalb nicht gleich nachlegen!
- Bereite eine Partynacht gut vor und konsumiere nur dann psychoaktive Substanzen, wenn du körperlich und psychisch in guter Verfassung bist.

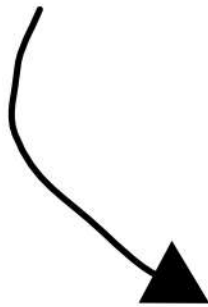
- Tanke während der Party immer wieder frische Luft und trinke ausreichend Wasser (3 dl stündlich oder mehr bei hohen Temperaturen).
- Konsumiere nie alleine und achte auf deine Freunde und Freundinnen. Bei Problemen niemanden alleine lassen und im Notfall Sanität rufen.
- Hände weg vom Steuer unter Drogen und Alkoholeinfluss!
- Plane nach Party genug Zeit zum Ausruhen und Erholen ein. Achte auf eine gesunde Ernährung mit viel Vitaminen.
- Konsum, Erwerb, Besitz und Handel der meisten Drogen sind strafbar.



# BETÄUBUNGSMITTEL- GESETZ

---

Informationen zu dem Bundesgesetz über  
Betäubungsmittel und psychoaktive  
Substanzen.



# BRAUCHST DU UNTERSTÜTZUNG?

---

Wir sind da für dich!

Gerne kannst du dich bei uns melden, wenn du reden möchtest, egal ob kleine oder grosse Sorgen. Wir stehen unter Schweigepflicht, können dir zuhören und dir wichtige Informationen geben.

## KONTAKT



[okja.regionjungfrau](https://www.instagram.com/okja.regionjungfrau)



[team@okja-regionjungfrau.ch](mailto:team@okja-regionjungfrau.ch)



[www.okja-regionjungfrau.ch](http://www.okja-regionjungfrau.ch)

# BRAUCHST DU UNTERSTÜTZUNG?

Raveitsafe.ch

---

Hast du Probleme mit deinem Konsum oder dessen Folgen: psychisch, sozial, beruflich?

Hast du Fragen zu psychoaktiven Substanzen, deren Risiken und Nebenwirkungen?

Oder sorgst du dich um eine dir nahestehende Person und möchtest eine professionelle Meinung einholen?

Schreibe Safezone.ch – online, unkompliziert und sicher. Die Online-Beratung von Raveitsafe.ch wird auf der geschützten Plattform von SafeZone.ch durchgeführt und ist kostenlos. Die gesamte Konversation ist SSL-verschlüsselt!

Hier geht es zur Online-Beratung auf SafeZone.ch!



OKJA Region Jungfrau