Arbeitsblatt

Cannabis - GELEGENTLICHER kONSUM

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  | Du konsumierst ab und zu Cannabis. Grosse Probleme siehst du darin nicht. Beantworte die ersten zwei Fragen zuerst selbstständig. Suche danach ergänzende Informationen auf feel-ok.ch: [*www.feel-ok.ch/cannabis-abundzu*](http://www.feel-ok.ch/cannabis-abundzu) |  |
|  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Wo stehst du? | 1. Was reizt dich am Kiffen?
2. Was spricht gegen das Kiffen? Nenne mindestens drei Gründe, die dir wichtig sind.Falls du nicht weiter weisst: [Was ich nicht so toll finde](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/wo_stehst_du/gelegenheitskiffende/wo_stehe_ich/nicht_so_toll_finde.cfm)
 |
|  |
| Sei clever | 1. Wer kifft, sollte die Safer-Use-Regeln kennen. Nenne mindestens drei davon, die du umsetzen wirst.Klicke auf: [www.feel-ok.ch/cannabis-seiclever](http://www.feel-ok.ch/cannabis-seiclever) und dann [Safer-Use-Regeln](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/start/sei_schlau/risiken/safer-use-regeln.cfm)
2. Wie reagierst du richtig, wenn du Zeuge eines Notfalls wirst, weil jemand zu viel gekifft hat? Klicke auf: [Notfall](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/start/sei_schlau/risiken/notfall.cfm)
3. Einige meinen, Kiffen sei sehr gefährlich, andere denken, es sei harmlos. Wie gefährlich ist Cannabis eigentlich? Begründe deine Antwort. Klicke auf: [Gefahren](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/start/sei_schlau/risiken/gefahren_minimieren.cfm)
4. Was ist die Toleranzbildung? Kann sie beim Cannabiskonsum vorkommen? Klicke auf: [Missbrauch und Abhängigkeit](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/start/sei_schlau/risiken/missbrauch_abhaengigkeit.cfm)
 |
|  |
| Verschaff dir den Überblick | 1. Wie viele Jugendliche konsumieren täglich Cannabis und wie viele haben noch nie gekifft?Klicke auf: [www.feel-ok.ch/cannabis-info](http://www.feel-ok.ch/cannabis-info) und dann [Verbreitung](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/start/infos/infos/verbreitung.cfm)
2. Nach wie viel Zeit kann man noch nachweisen, dass jemand gekifft hat? Klicke auf: [Dauer des Rausches, Nachweiszeit](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/start/infos/infos/dauer.cfm)
3. Was sagt das Gesetz über den Cannabiskonsum? Klicke auf: [Gesetz](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/start/infos/infos/gesetz.cfm)
 |
|  |
| Deine Entscheidung | 1. Willst du weniger kiffen oder ganz aufhören? Willst du weiterhin kiffen? Wo stehst du jetzt? Falls du nicht weiter weisst:[www.feel-ok.ch/cannabis-abundzu](http://www.feel-ok.ch/cannabis-abundzu) und dann[Meine Entscheidung](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/cannabis/wo_stehst_du/gelegenheitskiffende/wo_stehe_ich/meine_entscheidung.cfm)
 |
|  |