

Gesetzliches

Das musst Du wissen:

1. Kiffen von Joints mit einem THC-Gehalt von über einem Prozent ist in der Schweiz grundsätzlich für Jugendliche bis 18 Jahre strafbar.
2. Wirst Du beim Kiffen erwischt, macht die Polizei im Kanton Zürich einen Rapport an die Jugendstaatsanwaltschaft und benachrichtigt Deine Eltern.
3. Die Strafen reichen von einer schriftlichen Ermahnung (Verweis) bis hin zu einem mehrmonatigen Freiheitsentzug. In der Praxis häufig ist die Verpflichtung zur Teilnahme an einem Kurs zum Umgang mit Cannabis.
4. Bedenke, dass auch die Weitergabe von Cannabis und der Anbau in jedem Fall strafbar sind.
5. Cannabis mit weniger als einem Prozent des Wirkstoffs THC (Delta-9-Tetrahydrocannabinol) und nur mit dem Wirkstoff Cannabidiol ist legal.

Jugendlicher Konsum

Zu viel, zu stark und zu früh sind problematisch:

1. Rund 30 Prozent der Jugendlichen in der Schweiz haben Erfahrungen mit Cannabis. 70 Prozent haben noch nie Cannabis probiert.
2. Viele, die schon konsumiert haben, lassen es auch recht schnell wieder bleiben oder konsumieren nur selten.
3. Problematisch wird der Cannabis-Konsum, wenn Du über längere Zeit regelmässig kiffst oder bestimmte Dinge wie in den Ausgang gehen nur noch berauscht machst.
4. Die Cannabis-Konsumenten wurden in den letzten Jahren immer jünger. Dass Risiko, dass ein 13-jähriger Kiffer sein Hirn schädigt, ist viel höher, als bei einem 18-Jährigen.
5. Es ist immer mehr Cannabis mit sehr hohem Rauschgrad (20 Prozent THC und mehr) im Umlauf. Das kann zu problematischen Rauschzuständen führen.

Wirkung

Cannabis kann gefährlich sein:

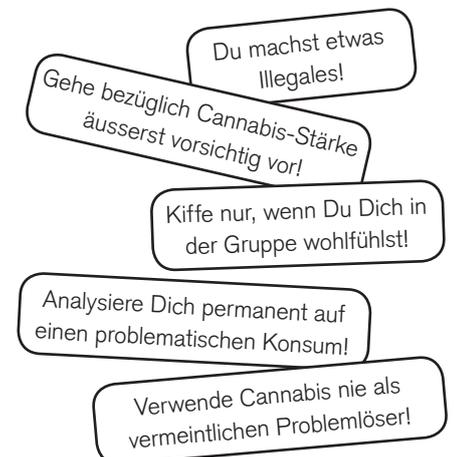
1. Der Hauptinhaltsstoff von Cannabis, das THC (Delta-9-Tetrahydrocannabinol), dockt im Gehirn an sogenannte CB1-Rezeptoren an. Diese liegen in Regionen des Gehirns, die mit Lernen und Gedächtnis, Motivation und Entscheidungsfähigkeit zu tun haben.
2. Wie ein regelmässiger Cannabis-Konsum in die Hirnentwicklung genau eingreift, wird medizinisch noch nicht im Detail verstanden. Es ist also unklar, wie gefährlich Cannabis-Konsum wirklich ist.
3. Klar ist, dass die Wirkung von Cannabis auf Dein Hirn umso stärker ist, je früher Du mit Kiffen anfängst.
4. Stellst du nach dem Kiffen oft Symptome wie Antriebslosigkeit, Gleichgültigkeit und generelles Desinteresse bei Dir fest, ist Vorsicht geboten.
5. Es ist Cannabis erhältlich, das bis zu 20 Prozent THC und mehr enthält. Die rauschhafte Wirkung bei solchem Cannabis ist extrem.
6. Der Wirkstoff Cannabidiol hat keine berauschende, sondern eine beruhigende Wirkung.
7. Das Rauchen eines Joints schadet Deiner Lunge etwa viermal so stark, wie das Rauchen einer Zigarette.

Kiffen in der Gruppe

Kiffen ist auch eine Imagefrage:

1. Dadurch dass Cannabis Deine Wahrnehmung verändert, ist das Umfeld, in dem Du konsumierst, sehr wichtig. Eine angenehme Wirkung entfaltet sich nur, wenn Du Dich wohl fühlst.
2. Die Mehrheit Deiner Kolleginnen und Kollegen kiffst nicht. Bedenke, dass Du als Cannabis-Konsumentin oder -Konsument in der Gruppe ein gewisses Image bekommst.
3. Gruppendruck als Motivation Cannabis zu konsumieren, ist in jedem Fall ein schlechter Ratgeber. Sag «Nein», wenn Du nicht möchtest, und steh dazu.
4. Nicht-Kiffer in einer Gruppe sind umso mehr zu akzeptieren, weil sie eine gesunde Haltung zu sich selbst haben.
5. Verzichte auf den Cannabis-Konsum, wenn dieser negative Gruppengefühle wie Langeweile, Stress oder Beziehungsprobleme übertünchen soll.

Cannabis birgt Risiken. Wenn Du diese eingehen willst, dann beachte:



Hintergrund

Cannabis – eine vielfältige Pflanze:

1. Cannabis (oder Hanf) nutzen Menschen seit Jahrtausenden. Neben dem Einsatz in der Medizin, wurden mit der Pflanzenfaser von Hanf beispielsweise starke Seile oder Kleider hergestellt.
2. Durch die berauschende Wirkung von THC-haltigem Cannabis wurde Anbau, Besitz und Konsum kriminalisiert und ist gemäss Schweizer Betäubungsmittelgesetz verboten.
3. Alle politischen Vorstösse in der Schweiz zur Legalisierung von Cannabis sind bisher gescheitert. Gesellschaftspolitisch wird jedoch laufend über Tolerierung und Entkriminalisierung debattiert.
4. Cannabis kann bei diversen Krankheiten in der Schweiz ärztlich verschrieben werden.
5. Nur die weibliche Pflanze enthält fast ausschliesslich den berauschenden Stoff THC. Im Harz der Cannabispflanze sind weitere über siebzig Arten von sogenannten Cannabinoiden enthalten.

Verzicht und Ausstieg

Cannabis-Konsum ist ein Risiko:

1. Cannabis kann Dein körperliches und geistiges Potenzial irreparabel schädigen. Wenn Du dieses Risiko nicht eingehen willst, verzichte gänzlich auf den Konsum.
2. Cannabis kann lethargisch machen und insbesondere in Zeiten, wo Du Dich in Schule oder Freizeit langfristig auf ein Ziel konzentrieren musst, ist vom Cannabis-Konsum abzuraten.
3. Wenn Du merkst, dass Dir Kiffen nicht gut tut, analysiere die Lebenssituationen, in welchen Du kiffst und versuche Alternativen zu finden. Beispiele: Treibe Sport, um besser zu schlafen. Denk Dir interessante Projekte für Deine Gruppe aus, um auf das Kiffen als Bekämpfung der Langeweile zu verzichten.
4. Mit regelmässigem Kiffen werden fast immer innere oder äussere Konflikte übertüncht. Solche Konflikte können aber nur nüchtern gelöst werden.



- Welche Strafen gibt es für Kiffen?**
- Was sind die Gefahren beim Kiffen?**
- Was passiert mit meinem Hirn?**
- Wann wird Kiffen problematisch?**
- Welche Ausstiegsstrategien gibt es?**
- Wie hilft die Jugendarbeit?**

Offene Jugendarbeit

Wir begleiten Dich gerne:

1. Cannabis wirkt individuell auf jede Person anders. Im Gespräch mit der Jugendarbeit kann eine Einschätzung Deiner Lebenssituation im Zusammenhang mit Deinem Cannabis-Konsum helfen.
2. Gespräche mit der Jugendarbeit sind immer vertraulich. Ohne Dein Einverständnis bleibt Dein Cannabis-Konsum geheim.
3. Die Jugendarbeit informiert Dich auch allgemein über Cannabis und mögliche negative Folgen.
4. Suche auch das Gespräch mit Jugendarbeitenden, wenn Cannabis-Konsum negative Folgen für Dich hat.
5. Die Jugendarbeit hilft Dir, indem Sie mit Dir die Situation analysiert und mit Dir zum Beispiel eine Fachstelle aufsucht.
6. Die Jugendarbeit hindert Dich nicht am Kiffen – ausser in den Jugendräumen.

mojuga
jugendarbeit bewegt

Die MOJUGA arbeitet dort, wo Jugendliche sich bewegen. Wir hören zu, fragen nach und reden mit, weil uns Jugendliche wichtig sind. Die MOJUGA ist mit Wohnmobilen und zu Fuss unterwegs, betreibt Jugendtreffs und erarbeitet mit ihrer umfangreichen Infrastruktur gemeinsam mit den Jugendlichen Projekte, Aktionen und Aktivitäten.

Sennweidstrasse 1a | 8608 Bubikon
055 244 34 35 | www.mojuga.ch