

# EIN FREUND, EIN

# GUTER FREUND

Chems  
Sex  
Party

Pass gut auf dich auf!

 ICH WEISS  
WAS ICH TU

[www.iwwit.de](http://www.iwwit.de)

## PASS GUT AUF DICH AUF:

### ACHTE AUF DICH UND DEINE FREUNDE

Mit Freunden hast du nicht nur mehr Spaß auf Partys, sondern auch mehr Sicherheit: Wenn ihr vom anderen wisst, welche Drogen er konsumiert, ab und zu mal nach einander seht und wenn einer nüchtern bleibt und im Notfall Hilfe holen kann.

„Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Beste, was es gibt auf der Welt“, heißt es in einem alten Schlager. Darin steckt viel Wahrheit. Wenn du Drogen konsumierst, solltest du jemanden an deiner Seite haben, der auf dich aufpasst. Gleiches gilt, wenn deine Freunde Drogen konsumieren und du nüchtern bleibst. Habe ein Auge auf sie und greife im Notfall ein. Trefft dazu vorab Vereinbarungen. Macht aus, wie ihr zur Party und von der Party wieder nach Hause kommt. Wenn ihr zusammen geht und einer von euch konsumiert, sollte der andere niemals alleine nach Hause gehen. Ab und an nach seinen Freunden zu sehen, kann im Notfall Leben retten. Wenn du merkst, dass es jemandem schlecht geht, leite Sofortmaßnahmen ein. Hab keine, Angst etwas falsch zu machen: Jede Hilfe ist besser als wegzuschauen. Bei ernstesten Situationen solltest du sofort den Notarzt informieren.



## TIPPS ZUM GEMEINSAMEN FEIERN

- Sprecht vorher ab, wie ihr wieder nach Hause kommt – Autofahren und Radfahren unter Drogen sind tabu. Wenn ihr mit dem Auto unterwegs seid, macht vorher aus, wer nüchtern bleibt.
- Wenn ihr Drogen konsumieren wollt, tut dies möglichst nicht alleine. Informiert die anderen, welche Drogen ihr genommen habt oder nehmen wollt.
- Informiert euch über Notfallmaßnahmen, zum Beispiel unter [www.drugscouts.de/de/lexikon/erste-hilfe](http://www.drugscouts.de/de/lexikon/erste-hilfe).
- Wenn du einen Freund auf einer Party längere Zeit nicht mehr siehst, schau nach ihm – er könnte deine Hilfe brauchen.
- Wenn es dir schlecht geht, signalisiere das deinen Freunden.
- Wenn du mitbekommst, dass es jemand anderem schlecht geht, lass ihn nicht im Stich – im Notfall erwartest ja auch du Hilfe. Bring den Betroffenen im Zweifelsfall in die Notaufnahme des nächsten Krankenhauses oder **ruf die 112 an** – das ist von jedem Telefon oder Handy kostenlos möglich, auch ohne Guthaben. Du musst am Telefon nichts von Drogen sagen, sondern kannst „Person ist nicht ansprechbar“, „Krampfanfall“ oder „Atemstillstand“ melden.



Ausführliche Infos zum Thema Drogen, Sex und Gesundheit findest du unter [iwwit.de](http://iwwit.de) oder direkt unter diesem QR-Code:

Wenn du merkst, dass dein Drogenkonsum dein Leben zu sehr beeinflusst, wende dich an eine Schwulenberatung, Suchtberatungsstelle, deinen Hausarzt oder eine Aidshilfe in deiner Nähe.



**Chems  
Sex  
Party**

**Pass gut auf dich auf –  
damit du auch weiterhin  
Spaß haben kannst!**

#### Impressum

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V. | Wilhelmstraße 138 | 10963 Berlin  
Tel.: 030/690087-0 | [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de) | [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de)

1. Auflage, 2012 | Bestellnummer: 171141

Textgrundlage: Thomas Schwarz, Tibor Harrach, Florian Winkler-Ohm

Redaktion: Matthias Kuske, Holger Sweers

Fotos: Libby Chapman/istockphoto.com, wikipedia.org, zentilia/123rf.com

Layout: Carmen Janiesch

Druck: schöne drucksachen GmbH, Bessemerstraße 76a, 12103 Berlin

Haftungsausschluss: Diese Informationen sind keine Anleitung oder Motivierung zum Drogenkonsum! Der Text wurde nach bestem Wissen und Gewissen verfasst (Stand: Juni 2012). Dennoch können Irrtümer nicht ausgeschlossen werden. Die Deutsche AIDS-Hilfe übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch irgendeine Art der Nutzung dieser Informationen entstehen.