



**AMB QUÈ ENS ESTEM LIANT?**

**Text i promoció:**

TRACA ( Lluís Cucurull) i Prevenció de Drogues de l'Alt Penedès ( Núria Puentes)

**Maquetació, disseny i Il·lustracions:**

Clara Farràs [www.delirart.org](http://www.delirart.org)

Aquest material l'heu fet vosaltres, perquè d'experts en el tema ho són tant els que hi treballen com els que hi experimenten.

Per elaborar-lo, s'ha comptat amb la participació de joves de la comarca del Garraf i de l'Alt Penedès que estan en seguiment per haver estat sancionats per consum de cànnabis a la via pública. A totes i a tots, moltes gràcies per les reflexions aportades!

## QUIN LIO!

En general la maria (les flors de la planta) sol tenir una quantitat major de THC que el haixix (la resina), per això el seu efecte acostuma a ser més potent.

El haixix acostuma a dur contaminants de la pròpia elaboració com ara restes vegetals que no col·loquen i a vegades adulterants.

Haixix, maria... o res?

“Los marrones si son malos te joden la cabeza... Me apalancan más y pueden tener más porquería”.

“De maria ahora hay de muchos tipos, algunas te aceleran y otras son más de apalancue. Yo le doy unos tirillos y valoro”.



## NO ET LIIS!

Els porros disminueixen la sensació de risc i de control...Tindries més punts de tenir un accident?

Has pensat com tornaries de festa si el que condueix va molt passat?

“Si vas fumado no hay que conducir. Es cierto que te acostumbras y parece que no afecta demasiado, pero puedes tener un descuido y no ver riesgo donde pueda haberlo”.



## AMB QUI ET LIES?

Barrejant porros i alcohol sovint tenim menys criteri a l'hora d'enrotllar-nos.

Barrejant porros i alcohol no controlem tant i ens podem oblidar del condó.

Coneixes algú a qui li hagi passat?

“Tinc un amic que molts cops es passa i després es fa olles. Jo sempre li dic: si no haguessis anat pet t'haguessis enrotllat amb aquell?”



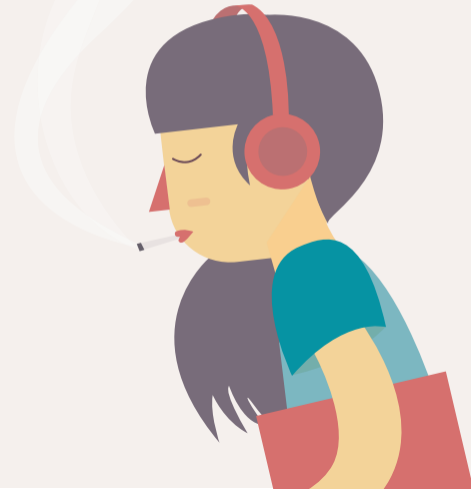
## LIADÍSSIM

¿Has dit mai allò de... el que sí que està penjat és el meu col·lega, jo controlo quan fumo?

Quan estàs a l'insti, per exemple, has pensat que quan vas fumar ni fas ni deixes fer?

“Te quedas atontado todo el día. Mucho parque, poco estudio. Ves pasar la tarde sentado sin hacer casi nada”.

“Bueno al principio todo vale, cualquier situación es buena. Con el tiempo vas puliendo el tema del fumeteo, vas valorando y buscas momentos para fumar y otros para estar despierto”.

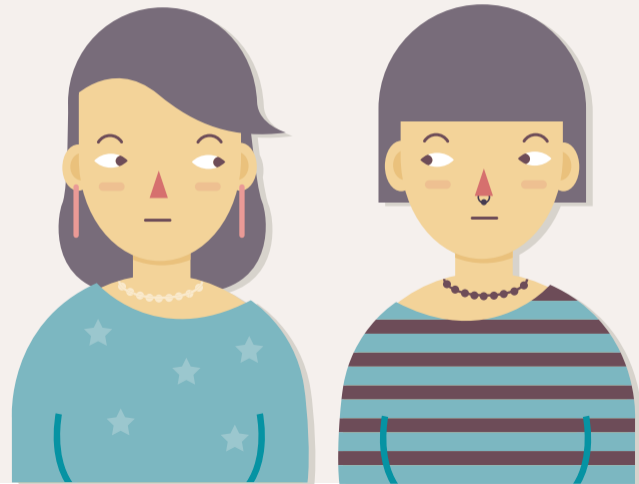


## TOTS LIEM?

Quan dius no, saps mantenir la teva decisió?  
¿Volem que siguin tolerants amb nosaltres i de vegades no ho som amb els que no van del mateix rotllo?

“No hi ha pressió per fumar... Cadascú sap lo seu. M’ho dones i jo decideixo si fumo o si rula”.

“Estar en el grup no significa fumar. Si no vols fumar i et costa estar en el grup pots canviar d’aires, moure’t amb altra gent.”



## DE LIO EN LIO

Has pensat quin tipus de consum de porros vols fer? Quan parar? Quines coses pots fer per no estar pendent tot el dia de fumar porros?

Què en penses de la resta de drogues?

“Una cosa és fumar porros i una altra és anar tot el dia fumat”.

“Eso ya es otra historia. Está claro que si fumas sabes como conseguir otras cosas, pero eso hay que pensarlo más”.





## LIOS MENTALS

El cànnabis enganxa a nivell psicològic.

Sabies que això té a veure amb els usos que en fem? El porro de bona nit, el de quan estic ratllat, el de quan no suporto el que haig de fer...

Aquell em mira, aquells estan parlant malament de mí...  
Et sona la paranoia fumeta?

“Un amigo se ponía todo loco... discutiendo, peleas... No le dejamos fumar. Tío sino te sienta, no fumes ¿No?”

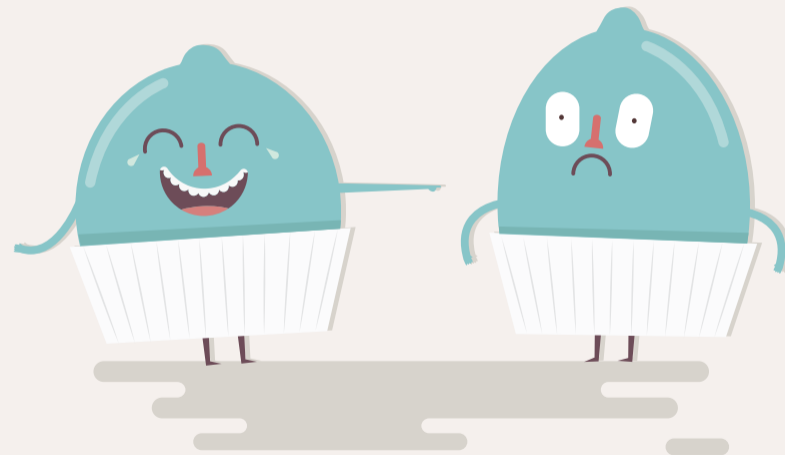


## S'ESTÀ CUINANT UN LIO

Si cuines amb cànnabis t'informes de la quantitat que has de posar?

Per què sembla que no puja i al cap d'una estona puja de cop?

“Cuando cocinas con maría el viaje puede ser más fuerte. Hay que vigilar con las cantidades que se ponen, con la gula y con el no me sube, no me sube...”



## NO LA LIEM

¿Sabies que en persones amb antecedents familiars de malalties mentals fumar porros pot fer sortir o agreujar un trastorn psicològic?

Potser és millor fer algunes activitats amb el cap clar?

“Si estás chungo de respiración, de la cabeza, embarazada... pues no hay que fumar. Tampoco si tienes que trabajar, estudiar o conducir”.



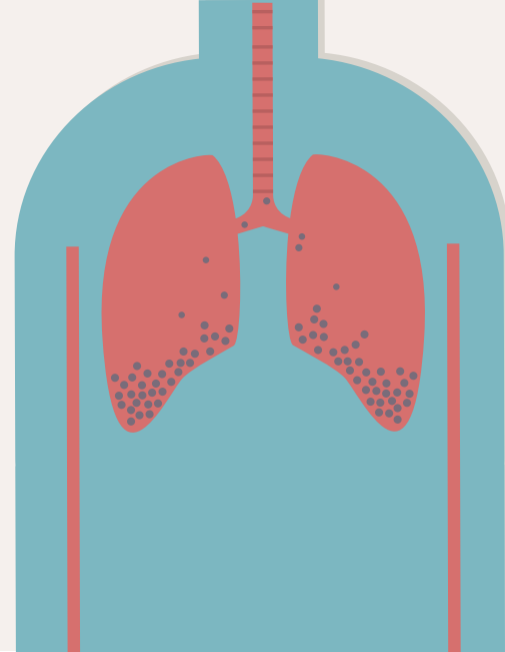
## AIXÒ LIA MOLT

¿Sabies que fer grans calades al porro o retenir el fum no fa que pugi més? El que fa és més mal als pulmons.

Coneixes quines malalties estan relacionades amb fumar?

“Com a la majoria el tabac va entrar a la meva vida amb als porros. Primer per barrejar, després per treure l'ànquia i després ... ja estàs liada”.

“Jo ric quan la gent et diu la Maria és natural. Total fumes igual... Xungo pels pulmons”.



## QUI LIA A QUI?

Per què fumem tabac si no té bon gust, deixa mal alè i fa tossir?

Coneixes algú que fumi tabac perquè va començar a fumar porros?

“Yo no quería fumar, unos amigos me dieron unos tirillos. Otro día otros tirillos... al final quería hacerme yo mis porrillos. El tabaco fue después y para calmar el ansia. No tenía porros. Ahora son porros y tabaco”.



## LIADA PARDA

Que és això d'una pàl·lida  
o *blancazo*?

Saps quan i com és més  
probable que et passi?

“Pues hay veces que no  
sienta, porque te has  
pasado fumando, porque  
no has comido, porque no  
estás fina... que te toque  
el aire un poco, lo pasas  
mal... de todo se aprende”.



## L'HE BEN LIADA

¿Sabies que legalment només poden fumar porros les persones majors d'edat al seu domicili o en una associació?

Saps quants euros són de multa? Sóc gran per fumar però després no sóc gran per pagar?

“La poli si te ve te registra, te quita los porros y te multa. En casa problemas. Si te pasa en el insti más problemas y etiqueta de fumeta que te queda”.



## PUC TENIR UN LIO

Saps què et pot passar si t'engampen amb plantes a casa?

Tu també ets dels que pensaven que plantar-ne algunes estava permès?

Plantar marihuana no és legal.

“Si plantas no tienes los riesgos de pillarla en la calle. Pero si plantas ya sabes...o fumas mucho o quieres dinero”.



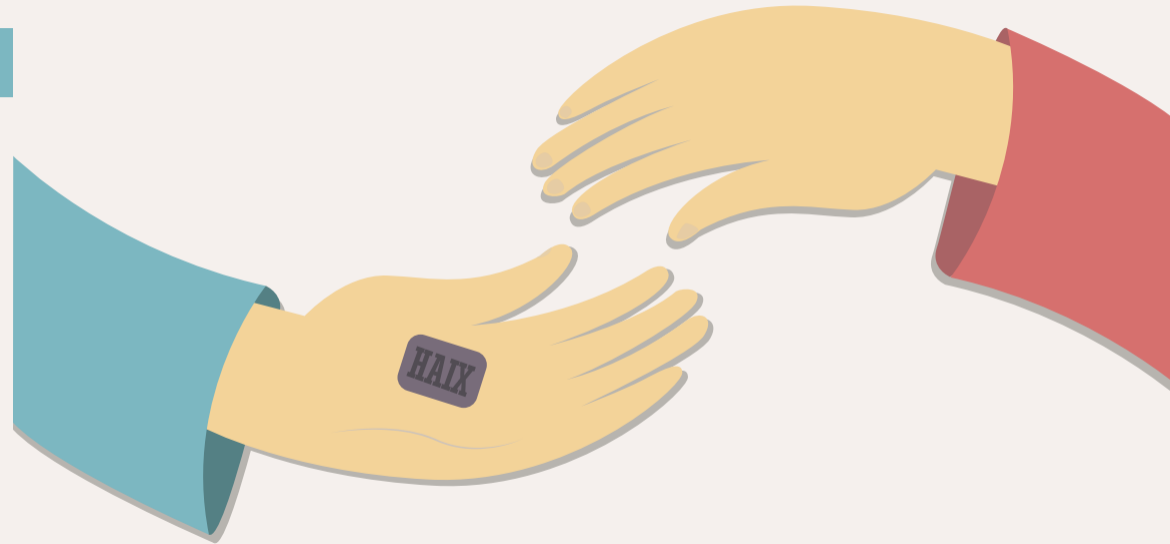


## ET POTS POSAR EN UN BON LIO

¿Sabies que, a efectes legals, que una substància passi de mà en mà és traficar? (encara que no hi hagi intercanvi econòmic).

Saps quina és la pena per fer-ho?

“Si te pillan con trapis o muchas bolsitas...marrón. Eso ya no es una multa por fumar, es otra historia”.



Si un cop llegit el fullet vols compartir alguna experiència o t'has quedat amb ganes de seguir, contacta amb nosaltres.

**TRACA (Garraf)**

traca@ccgarraf.cat

<http://tracagarraf.cat/>

679869772

**Servei de Prevenció de Drogues de l'Alt Penedès**

Mancomunitat Penedès-Garraf

Tel: 670 626 791 i 93 118 40 05

prevencio@mancomunitat.cat

Si no està en bones mans o ja l'has llegit pots passar-lo a algú que li pugui interessar.



Amb el suport



Amb la col·laboració

