



**Konopie
i młodzież:**

**Poznaj
fakty**

Konopie indyjskie (znane również jako marihuana, zioło i trawka) mogą być legalnie używane przez osoby dorosłe w stanie Nowy Jork (New York State, NYS). Skutki zażywania konopi mogą być bardziej ryzykowne dla młodzieży niż dla dorosłych. Ważne jest, aby wiedzieć, co jest legalne i jaki wpływ marihuana może mieć na zdrowie i społeczność.

Legalne używanie konopi

- Używanie konopi jest legalne dla osób dorosłych w wieku 21 lat i starszych. Można ją legalnie kupić w punktach sprzedaży licencjonowanych przez stan Nowy Jork.
- Używanie konopi w samochodzie jest nielegalne, nawet wśród pasażerów lub podczas parkowania.
 - Prowadzenie pojazdu pod wpływem konopi indyjskich jest niebezpieczne. Nie prowadź samochodu po zażyciu konopi indyjskich ani nie jedź z osobą, która używa konopi.



Często zadawane pytania

Widzę wiele miejsc, które sprzedają konopie. Czy to oznacza, że można je bezpiecznie stosować?

- Bez względu na to, czy konopie są sprzedawane legalnie, niekoniecznie są bezpieczne dla każdego i w każdej sytuacji.
- Wiele produktów z konopi sprzedawanych w nielicencjonowanych sklepach nie podlega regulacjom, więc nie można stwierdzić, co się w nich znajduje, jak silne są i czy w ogóle zawierają konopie.
- Licencjonowane punkty sprzedaży otrzymują pieczęć weryfikacyjną NYS z kodem QR do powieszenia w oknie. Pieczęć ta oznacza, że sklep może legalnie sprzedawać produkty z konopi.
- Jeśli sklep nie ma pieczęci weryfikacyjnej NYS i nie jest wymieniony na stronie **cannabis.ny.gov/dispensing-facilities**, nie jest licencjonowanym punktem sprzedaży, a sprzedawane w nim produkty nie podlegają regulacjom.
- Licencjonowane punkty sprzedaży nie mogą pokazywać konopi indyjskich w swoich witrynach sklepowych.



Co jeśli moi znajomi używają marihuany?

- Prowadź otwarte rozmowy ze znajomymi na temat:
 - Używania przez nich konopi
 - Jak bezpieczniej korzystać z konopi. Różne formy marihuany mają różne efekty, więc zacznij od niewielkiej ilości i zobacz, jak się czujesz, zanim użyjesz więcej.

- Unikaj produktów z konopi pochodzących z nielicencjonowanych sklepów
- Wiele osób nie używa konopi. Nawet jeśli inni używają konopi indyjskich, w celu uniknięcia szkodliwych skutków można ich unikać, wstrzymać się z ich używaniem lub ograniczyć bądź zaprzestać ich używania.

Co mogę zrobić, jeśli użyłem(-am) zbyt dużej ilości marihuany lub potrzebuję pomocy w ograniczeniu jej używania?

- Jeśli doświadczasz niepożądanych skutków konopi, porozmawiaj z zaufaną osobą dorosłą. Zadzwoń pod numer **911**, jeśli Ty lub ktoś inny doświadczą nagłego wypadku medycznego. Aby zapytać o skutki zażywania konopi indyjskich, zadzwoń do Centrum Zatruc NYC (NYC Poison Center) pod numer 212-764-7667.
- Ludzie czasami używają konopi indyjskich, aby radzić sobie ze stresem lub innymi zaburzeniami psychicznymi, ale istnieją zasoby, które mogą pomóc ci radzić sobie w zdrowy sposób:
 - Aby uzyskać bezpłatne, poufne porady kryzysowe, wsparcie w zakresie zdrowia psychicznego i używania substancji psychoaktywnych oraz skierowania do opieki, zadzwoń lub wyślij SMS pod numer 988 lub czatuj pod adresem **nyc.gov/988**, w dowolnym czasie.
 - Aby zarejestrować się w NYC Teenspace i zostać połączonym z terapeutą Talkspace w celu przesyłania wiadomości i wirtualnych sesji na żywo tylko dla nastolatków, odwiedź stronę **talkspace.com/nyc**.

Wpływ konopi

- Konopie mogą:
 - Mieć szkodliwy wpływ na młodych ludzi, których mózgi wciąż się rozwijają.
 - Spowolnić umysł i ciało, wpływając na pracę w szkole, udział w zajęciach sportowych i innych czynnościach, które lubisz.
 - Wywoływać depresję i stany lękowe, a u niektórych osób zwiększają ryzyko chorób takich jak schizofrenia.
 - Młodszym użytkownikom trudniej jest przestać z nich korzystać.
- Używanie niektórych form konopi indyjskich, takich jak waporyzatory lub jointy, może mieć wpływ na społeczność.
 - Podobnie jak tytoń, dym i aerozole z konopi zawierają substancje chemiczne, które mogą szkodzić innym. Unikając tych produktów, możesz chronić swoje serce, płuca i ludzi wokół siebie.
 - Waporyzatory zanieczyszczają środowisko tworzywami sztucznymi i toksycznymi bateriami.



Aby uzyskać dodatkowe informacje na temat bezpieczniejszego stosowania, skutków zdrowotnych, praw, nowojorskiego programu medycznych konopi i innych, odwiedź stronę nyc.gov/health/cannabis.

