

FAKTEN ÜBER

# CRACK

Rocks

Chunk

Roxanne

Baseball Rocks

Steine

[www.sag-nein-zu-drogen.de](http://www.sag-nein-zu-drogen.de)

## WARUM DIESES HEFT GESCHRIEBEN WURDE

Es wird viel über Drogen geredet. In der Öffentlichkeit, in der Schule, im Internet und im Fernsehen. Einige Daten sind richtig, einige sind es nicht.

Vieles von dem, was Sie über Drogen hören, kommt tatsächlich von denen, die sie verkaufen. Ehemalige Drogendealer haben gestanden, sie hätten alles gesagt, um andere dazu zu bringen, Drogen zu kaufen.

Lassen Sie sich nicht täuschen. Sie brauchen Fakten, um sich selbst vor Drogen zu schützen und um Ihren Freunden zu helfen, drogenfrei zu bleiben. Aus diesem Grund haben wir dieses Heft geschrieben – für Sie.

Ihre Meinung ist uns wichtig. Wir freuen uns, von Ihnen zu hören. Besuchen Sie uns im Internet unter **drugfreeworld.org** oder senden Sie uns eine E-Mail an **info@drugfreeworld.org**.

# Was ist Crack?

**C**rack-Kokain ist die kristalline Form von Kokain, das normalerweise in Pulverform vorkommt.\* Erhältlich ist es in kleinen Klumpen oder Kristallkörnern, deren Farbe von gelblichweiß bis blassrosa variiert.

Crack wird erhitzt und dann geraucht. Der englische Ausdruck Crack kommt daher, weil beim Verdampfen der Crack-Kristallkörner ein knackendes (von „to crack“) oder knisterndes (von „to crackle“) Geräusch entsteht.

Crack ist die stärkste Form von Kokain und daher auch die gefährlichste. Es hat einen Reinheitsgehalt zwischen 75 und 100 Prozent und ist damit weitaus stärker als herkömmliches Kokain.

So bewirkt auch das Rauchen von Crack innerhalb von Sekunden ein intensives, aber sehr kurzfristiges

Hochgefühl, das in der Regel nicht mehr als 15 Minuten anhält. Da man, wenn man es raucht, noch schneller eine Abhängigkeit entwickelt, als wenn man es schnupft, kann einen bereits das erste Rauchen von Crack abhängig machen.

Crack wird im Gegensatz zu Kokain zu so niedrigen Preisen verkauft (etwa 15 Euro die Dosis), dass sich auch Jugendliche den Erstkonsum problemlos leisten können. Durch die rasch wachsende Menge des benötigten Cracks müssen Abhängige aber schnell mehr als 500 Euro pro Tag beschaffen, um ihre Sucht zu befriedigen.



\* Für mehr Informationen über Kokain in seiner pulverisierten Form lesen Sie bitte das Heft *Fakten über Kokain*, das in derselben Reihe erschienen ist.



# So wird es in der **Drogenszene** genannt

In der Drogenszene ist Crack unter verschiedenen Namen bekannt. Einige der im deutschsprachigen Raum gebräuchlichen sind:

- Rocks
- Steine
- Roxanne
- Baseball
- Chunk



**I**ch lebte fast ein Jahr lang mit jemandem zusammen, der von Crack abhängig war. Ich liebte diesen Süchtigen von ganzem Herzen, aber schließlich konnte ich nicht mehr.

Auch ich wurde von der Polizei angehalten und durchsucht oder um 6 Uhr früh bei einer Polizeirazzia aus dem Bett gerissen. Mein Ex-Freund stahl unablässig, er konnte sich von seiner Pfeife nicht losreißen.

Meiner Meinung nach ist Crack schlimmer als Heroin. Eine einzige Pfeife kann genügen, um einen in ein Monster ohne jede Moral zu verwandeln.“ — Audrey

# Internationale Statistiken

Im Jahr 2007 wurden 5477 Angeklagte von US-Bundesgerichten im Zusammenhang mit Crackdelikten schuldig gesprochen. Über 95 % der Angeklagten hatten mit dem Dealen von Crack-Kokain zu tun.

In Europa stellt sich die Situation anders dar. Die Europäische Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht berichtet, dass der Konsum von Crack-Kokain meist auf Minderheiten großer Städte mit hoher Arbeitslosigkeit und ärmlichen Lebensverhältnissen beschränkt ist. Im Jahr 2006 berichteten 20 europäische Länder, dass sich unter den Drogenkonsumenten, die Entzugskliniken aufsuchten, nur zwei Prozent Konsumenten von Crack-Kokain befanden. Die meisten von ihnen kamen aus Großbritannien.

Nach Angaben der US-Erhebung über Drogenkonsum und Gesundheit 2007 haben mehr als 8,6 Millionen Amerikaner über 12 Jahren Crack konsumiert. 6,9 Prozent der Befragten im Alter von 18 bis 25 Jahren gaben an, innerhalb des letzten Jahres Crack genommen zu haben. Laut der US-Erhebung der Regierung zur Beurteilung der Zukunft aus dem Jahr 2007 haben 3,2 Prozent der Zwölfklassler schon einmal Crack-Kokain ausprobiert.

Bei den 178 475 Aufnahmen in Entzugskliniken in den Vereinigten Staaten im Jahr 2006 war Crack-Kokain die am meisten missbrauchte Droge. 71 Prozent aller Erstkonsumenten von Kokain wurden in dem Jahr zur Behandlung eingewiesen.



# CRACK UND VERBRECHEN



Honolulu, Hawaii



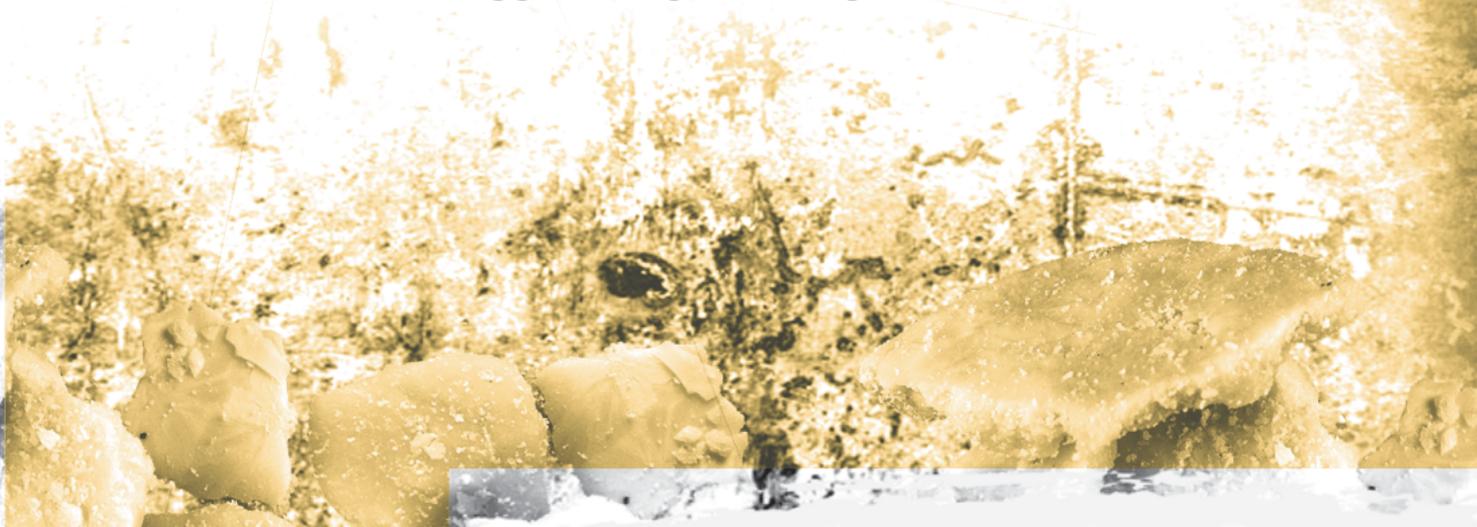
Atlanta, Georgia

**C**rack ist eine vollkommen selbstsüchtige Droge. Sie ergreift schnell Besitz von einem. Es dauert überhaupt nicht lange. Crack verursacht ein enorm heftiges Verlangen. Schließlich brauchst du es immer öfter, weil das Hochgefühl nur von kurzer Dauer ist.“ – Peter

# Warum ist Crack so Sucht erzeugend?

Von allen Drogen verursacht Crack nach Methamphetamin die größte psychologische Abhängigkeit. Es löst verschiedene biochemische Vorgänge im „Vergnügungszentrum“ des Gehirns aus und verursacht eine extrem hohe Euphorie. Hinzu kommt, dass sich eine Abhängigkeit

von psychoaktiven Substanzen viel schneller einstellt, wenn sie geraucht werden. Eine stetig zunehmende Toleranz gegenüber Crack entwickelt sich ebenfalls sehr schnell — der Konsument erlebt schon bald nicht mehr dasselbe Vergnügen bei der Einnahme der gleichen Menge Crack.





**M**eine Abhängigkeit  
von Crack kostete  
mich 2000 Dollar pro  
Woche. Ich wollte mich  
verzweifelt von seinen  
Ketten befreien ...“  
– Jennifer



# Wirkungen von Crack und Kokain

## WAS SIND DIE KURZFRISTIGEN WIRKUNGEN VON CRACK-KOKAIN

**C**rack verursacht kurzzeitige, intensive Hochgefühle, auf die sofort das Gegenteil folgt – eine spürbare Niedergeschlagenheit, Unruhe und Nervosität – und ein intensives Verlangen nach mehr Crack. Wer regelmäßig Crack oder Kokain konsumiert, isst und schläft oft nicht richtig. Es kann zu stark beschleunigtem Puls, zu Muskelkrämpfen und -zuckungen kommen. Die Droge kann bewirken, dass man Wahnvorstellungen hat, zornig oder feindselig wird oder sich ängstlich fühlt, auch dann, wenn man nicht gerade high ist.

Ungeachtet dessen, wie viel und wie oft Crack genommen wird, erhöht sich das Risiko, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden oder an Atemstillstand zu sterben.

Das Rauchen von Crack birgt noch andere gesundheitliche Risiken, denn oft wird Crack mit anderen chemischen Substanzen vermischt, die beim Verbrennen giftige Dämpfe entwickeln. Crack-Pfeifen sind meist sehr kurz, weil der Crack-Rauch schnell seine Wirkung verliert. Aus diesem Grund pressen Crack-Konsumenten auch ihre Lippen fest auf die sehr heiße Pfeife, was häufig zu aufgesprungenen Lippen mit Bläschen führt, den sogenannten „Crack-Lippen“.

**Ich konnte nur noch an Crack denken. Wenn jemand dann auch nur ein bisschen von dem Zeug hat, stürzt man sich sofort drauf. Es ist, als würde einem dem Hungertod nahen Menschen ein Laib Brot angeboten ...**

**Die Dinge spitzten sich zu, nachdem ich ein paar Wochen lang ständig geraucht hatte. Eines Tages entschied ich einfach, dass ich genug hatte – ich konnte so nicht mehr leben, dann versuchte ich mir das Leben zu nehmen.**

**Ich muss versuchen zu kämpfen ... Ich hoffe, dass meine Überlebensinstinkte siegen werden.“ – John**



**I**ch verließ die Firma als erfolgreiche Führungskraft, hatte meinen beiden Töchtern ein Hochschulstudium ermöglicht und mir meinen Ruhestand wohlverdient. Doch die Abschiedsparty in der Firma markierte den Beginn von fünf Jahren Hölle. Hier kam ich zum ersten Mal mit Crack in Berührung. Im Verlauf der nächsten fünf Jahre verlor ich mein Zuhause, meine Frau, all meine Ersparnisse, meine Gesundheit und beinahe mein Leben. Ich verbrachte auch zwei Jahre im Gefängnis.“ – William

## WAS SIND DIE LANGFRISTIGEN EFFEKTE VON CRACK-KOKAIN?

Zusätzlich zu den bekannten Risiken des Kokainkonsums kann es auch zu ernststen Problemen des Atemtraktes kommen wie Husten, Kurzatmigkeit, Lungenschäden und Lungenbluten.

Zu den Langzeitfolgen von Crack-Kokain gehören schwere Herz-, Leber- und Nierenschäden sowie eine erhöhte Anfälligkeit für Infektionskrankheiten.

Fortwährender täglicher Gebrauch verursacht Schlafstörungen und Appetitverlust. Darüber hinaus kann der Konsum von Crack-Kokain aggressives und paranoides Verhalten verursachen.

Da sich Crack auf die biochemischen Vorgänge im Gehirn auswirkt, braucht man schließlich mehr und mehr von der Droge, nur um sich „normal“ zu fühlen. Wer von Kokain oder Crack abhängig ist, verliert (wie es auch bei den meisten anderen Drogen der Fall ist) das Interesse an anderen Bereichen seines Lebens.

Wenn die Wirkung von Crack nachlässt, verursacht dies sehr schwere depressive Phasen. Im schlimmsten Fall ist die Person bereit, alles für die Droge zu tun – sie würde sogar dafür morden. Wenn es einem Abhängigen aber wirklich völlig unmöglich ist, an Crack oder Kokain heranzukommen, können ihn die Depressionen buchstäblich in den Selbstmord treiben.

# Körperliche und mentale Wirkungen

## KURZZEITWIRKUNGEN

Da Crack-Kokain geraucht wird, hat es eine viel direktere und intensivere Auswirkung als Kokain in Pulverform.

- Appetitlosigkeit
- Erhöhter Puls und Blutdruck, erhöhte Körpertemperatur
- Verengte periphere Blutgefäße
- Beschleunigte Atmung
- Erweiterte Pupillen
- Schlafstörungen
- Übelkeit
- Überreizung
- Bizarres, unberechenbares und manchmal gewalttätiges Verhalten
- Fühlbare halluzinatorische Empfindungen, wie zum Beispiel Käfer unter der Haut
- Starke Euphorie

- Angst und Verfolgungswahn
- Depressionen
- Starkes Verlangen nach Drogen
- Panikanfälle und psychotisches Verhalten
- Überdosen (selbst eine einzige Überdosis) können Krämpfe, Schlaganfälle und plötzlichen Tod zur Folge haben

## LANGZEITWIRKUNGEN

- Irreversible Schäden an Ohr- und Gehirnbloodgefäßen, hoher Blutdruck, der zu Herzinfarkten, Schlaganfällen und zum Tod führen kann
- Leber-, Nieren- und Lungenschäden
- Atembeschwerden, wenn Kokain als Crack geraucht wird
- Infektionskrankheiten und

- Abszesse, wenn Kokain gespritzt wird
- Unterernährung, Gewichtsverlust
- Starker Zahnverfall
- Halluzinatorische Wahrnehmungen und Empfindungen
- Sexuelle Funktionsstörungen, Schäden an den Fortpflanzungsorganen und Unfruchtbarkeit (sowohl bei Männern als auch bei Frauen)
- Orientierungslosigkeit, Apathie, verwirrte Erschöpfung
- ständige Gereiztheit und Stimmungsstörungen
- Zunehmend riskantes Verhalten
- Delirium oder Psychose
- Schwere Depressionen
- Gewöhnung und Abhängigkeit (sogar nach nur einmaligem Gebrauch)

# Kinder: die unschuldigsten Opfer von Crack und Kokain

**A**m tragischsten ist der Fall der Kinder, deren Mütter während der Schwangerschaft Kokain nehmen oder Crack rauchen. Laut einem Bericht von „March of Dimes“, einer gemeinnützigen Organisation zur Förderung der Gesundheit werdender Mütter und ihrer Kinder, kann Kokain während der Schwangerschaft – sowohl als Pulver wie auch in Form von Crack – verschiedene Auswirkungen auf die Gesundheit von Mutter und Kind haben. Während der ersten Monate der

Schwangerschaft steigt das Risiko einer Fehlgeburt, während es beim Kind zu Gehirnschlag, dauerhafter Schädigung des Gehirns und zum Herzinfarkt führen kann.

Die Staatliche Behörde zur Bekämpfung von Drogenmissbrauch in Amerika berichtet, dass der Konsum von Crack-Kokain während der Schwangerschaft zu erheblichen Folgeschäden in der Entwicklung des Kindes führen kann.



**Ich wurde gedrängt,  
Crack zu rauchen.  
Das war der Punkt, von  
dem an nichts mehr lief.  
Es stimmt, was über  
Crack gesagt wird: Das  
Hochgefühl beim ersten  
Mal hat man nie wieder  
... Crack ruinierte mich  
vollständig. Es hielt mich  
vollständig gefangen.**

**Crack hat mein  
Ansehen, mein  
Selbstwertgefühl und  
jeden Respekt vor mir  
selbst zerstört.“  
– Diane**

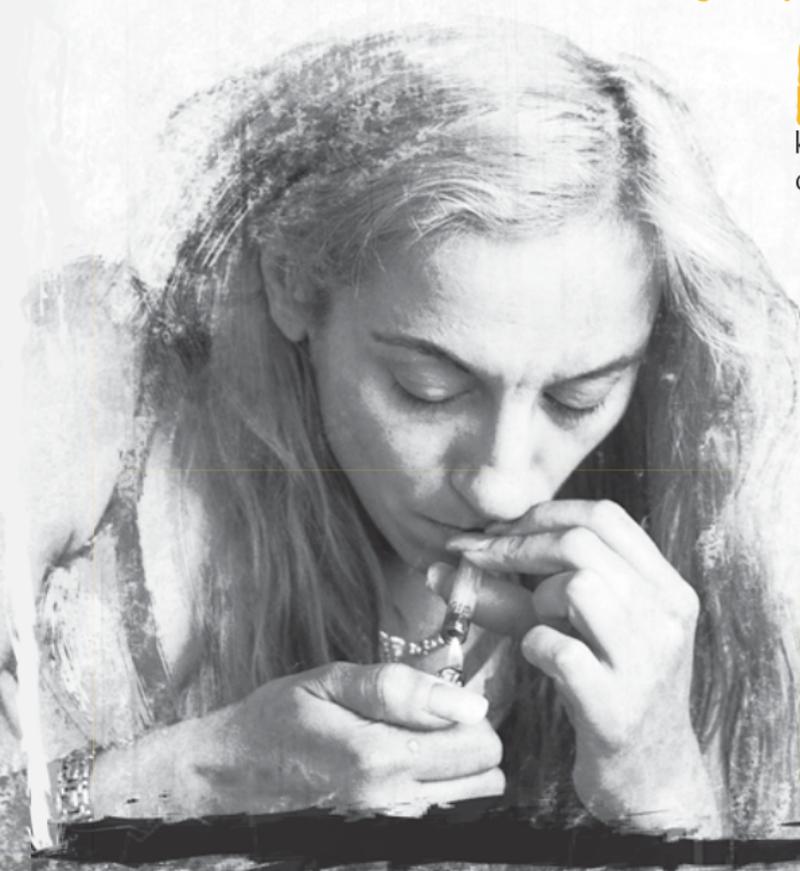
# Crack-Kokain: Ein Rückblick

**K**oka-Blätter sind schon seit 3000 Jahren als Rauschmittel bekannt. Aber Crack-Kokain – die kristalline Form von Kokain – wurde erst während des Kokain-Booms in den 70er-Jahren entwickelt. Seit Mitte der 80er-Jahre hat sich Crack immer weiter verbreitet.

Laut der US-Drogenbekämpfungsbehörde (DEA) wurde in den späten 70er-Jahren eine ungeheure Menge Kokainpulver in die Vereinigten Staaten gebracht, was den Preis der Droge um bis zu 80 % senkte. Angesichts der fallenden Preise für Kokain wandelten Drogenhändler das Pulver in „Crack“ um – eine feste Form von Kokain, die geraucht werden konnte.

Diese Form von Kokain konnte, wenn man es in kleine Stücke brach („rocks“), in kleineren

**Crack war der Traum eines jeden Dealers: Es führt zu einem sofortigen Hochgefühl und die Konsumenten werden innerhalb kürzester Zeit süchtig.**



Mengen an mehr Konsumenten verkauft werden, was den Profit erhöhte. Es war billig, leicht herzustellen, einfach zu konsumieren und dabei höchst profitabel für den Dealer.

Schon in den frühen 80er-Jahren tauchten Berichte über Crack in Los Angeles, San Diego, Houston und in der Karibik auf.

Zwischen 1984 und 1990 erreichte die Crack-Welle ihren Höhepunkt, als sie sich über die gesamten Vereinigten Staaten ausbreitete. Während dieser regelrechten „Crack-Epidemie“ stieg die Zahl der Kokainabhängigen in den USA drastisch an. 1985 war die Zahl regelmäßiger Kokainkonsumenten von 4,2 Millionen auf 5,8 Millionen angestiegen.



Ende 1986 konnte man Crack in 28 Staaten der USA und in Washington, D.C., bekommen. Schon ein Jahr später war die Droge in 46 der 50 US-Staaten erhältlich. Seitdem hat sich Crack weiter über Nord- und Südamerika, Europa und den Rest der Welt verbreitet.

Im Jahr 2002 gab es eine Crack-Epidemie in England, als die Zahl Cracksuchtiger, die um Hilfe baten, um fast 50 % anstieg. Gemäß offizieller Berichte stieg zwischen 2000 und 2006 die bei Razzien beschlagnahmte Menge Crack um 74 % an.

Der Großteil der europäischen Crackkonsumenten befindet sich in Hamburg, London und Paris. Aber Crack ist auch ein großes Problem in den französischen Überseegebieten Guadeloupe, Französisch Guayana und Martinique sowie in einigen Gegenden der Niederlande.



# Was Dealer sagen

Eine Umfrage unter Teenagern ergab, dass 55 % der Jugendlichen mit Drogen angefangen haben, weil sie sich von ihren Freunden unter Druck gesetzt fühlten. Sie wollten cool und beliebt sein. Dealer wissen das.

Sie geben sich als Freund aus und bieten mit etwas, „was sie aufbaut“, ihre „Hilfe“ an. Die Droge wird „helfen dazugehören“ oder „einen cool machen“.

Drogendealer, die vom Profit motiviert sind, den sie machen werden, werden alles sagen, um einen dazu zu bringen, ihre Drogen zu kaufen. Sie werden etwa sagen: „Probiere einfach einmal Crack aus; dann werden all deine Probleme verschwinden und alles wird in Ordnung sein.“

Es kümmert sie nicht, ob die Drogen jemandes Leben ruiniert, solange sie bezahlt werden. Sie interessieren sich lediglich für Geld. Ehemalige Dealer gaben zu, dass sie ihre Kunden als „Bauern in einem Schachspiel“ betrachteten.

Besorgen Sie sich die Fakten über Drogen. Treffen Sie Ihre eigene Entscheidung.



# Fakten über Drogen

**D**rogen sind im Grunde Gifte. Die genommene Menge bestimmt die Wirkung.

Eine kleine Menge wirkt stimulierend (macht aktiver).

Eine größere Menge wirkt sedierend (dämpfend).

Eine noch größere Menge führt zu einer Vergiftung und kann tödlich sein.

Dies gilt für jede Droge. Verschieden ist nur die für den jeweiligen Effekt nötige Menge.

Aber viele Drogen haben noch eine andere Wirkung: Sie wirken direkt auf den Verstand. Sie können die Wahrnehmungen einer Person verzerren. Als Folge davon können die eigenen Reaktionen sonderbar, unangemessen, irrational oder sogar destruktiv sein.

Drogen blockieren sämtliche Sinneswahrnehmungen – sowohl die erwünschten als auch die unerwünschten. Während sie kurzfristig Schmerzen lindern können, zerstören sie die eigenen Fähigkeiten und Aufmerksamkeit und vernebeln die Sinne.

Medikamente sind chemische Substanzen, die Vorgänge im Körper entweder beschleunigen, verlangsamen oder so verändern, dass er nach Möglichkeit besser funktioniert. Manchmal sind sie notwendig. Und doch sind sie letztlich Drogen: Sie wirken wie Stimulanzien oder Sedativa, eine Überdosis kann tödlich sein. Wenn man Medikamente nicht vorschriftsgemäß einnimmt, können sie ebenso gefährlich sein wie illegale Drogen.

**Die beste Lösung  
ist, sich die Fakten  
zu besorgen  
und gar nicht  
erst mit Drogen  
anzufangen.**



# WARUM NEHMEN MENSCHEN DROGEN?

Menschen nehmen Drogen, weil sie in ihrem Leben etwas verändern wollen.

Hier sind einige der Gründe, die junge Menschen als Grund für ihren Drogenkonsum angeben:

- um „wie die anderen“ zu sein
- um Probleme zu verdrängen oder zur Entspannung
- um der Langeweile zu entkommen
- um „erwachsen“ zu wirken
- aus Protest
- um es mal auszuprobieren

Sie glauben, Drogen sind eine Lösung für ein Problem, doch schließlich werden die Drogen selbst zum Problem.

Wie schwierig es auch scheinen mag, den eigenen Problemen ins Auge zu sehen: Die Konsequenzen des Drogenkonsums sind stets gravierender als die Probleme, die man mit ihnen zu lösen suchte. Die beste Lösung ist, sich die Fakten zu besorgen und gar nicht erst mit Drogen anzufangen.



## QUELLENVERZEICHNIS

Europäische Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht, *Die Situation des Drogenproblems in Europa, 2008*

*U.S. Drug Enforcement Agency Fact Sheet on Cocaine*

National Institute of Drug Abuse: *NIDA Info Facts: Crack and Cocaine*, April 2008

Büro der Vereinten Nationen für Drogen- und Verbrechensbekämpfung, Jahresbericht 2008

„Crack Facts and Figures“, Office of National Drug Control Policy, 2008

„Illicit Drug Use During Pregnancy“, March of Dimes

„Research Report Series — Cocaine Abuse and Addiction“, National Institute on Drug Abuse (NIDA)

„Drug and Alcohol Use and Related Matters Among

Arrestees 2003“, Zhiwei Zhang, Ph.D., National Opinion Research Center

„Cocaine use among young reaches shocking levels“, [www.thisislondon.co.uk](http://www.thisislondon.co.uk)

„Monitoring the Future, Overview of Key Findings 2007“, NIDA

Büro der Vereinten Nationen für Drogen- und Verbrechensbekämpfung, Jahresbericht 2008

DEA Jahrbuch, 1985–1990

„Crack ‘epidemic’ fuels rise in violent crime“, *The Observer*, 17. Febr. 2002

BILDQUELLENVERZEICHNIS:  
Titelseite: DEA/drugs; IFC: Corbis;  
Seite 5 und 8: DEA/drugs; Seite 12: mit freundlicher Genehmigung von Infomagination.org.

Im Rahmen des internationalen Programms Sag Nein zu Drogen, Sag Ja zum Leben sind weltweit bereits Millionen Drogenpräventionshefte wie dieses verteilt worden. Wenn neue Drogen auftauchen oder mehr Informationen über ihre Wirkungen erhältlich werden, werden diese Materialien aktualisiert oder mit weiteren Heften ergänzt.

Herausgegeben wird diese Schriftenreihe von der Foundation for a Drug-Free World, einer gemeinnützigen Organisation mit Sitz in Los Angeles, Kalifornien.

Die Foundation verfolgt das Ziel, Jugendlichen und Erwachsenen Fakten über Drogen zur Verfügung zu stellen, damit sie aus diesem Wissen heraus selbst entscheiden können, Nein zu Drogen zu sagen – und anderen helfen können, das Gleiche zu tun.

# FAKTEN, DIE SIE KENNEN MÜSSEN

Diese Broschüre ist Teil einer Reihe von Heften, um junge Menschen über die Fakten über Drogen aufzuklären. Die Hefte zeigen die Fakten über Haschisch, Alkohol, Ecstasy, Kokain, Crack, Crystal Meth und Methamphetamin, Schnüffelstoffe, Heroin, LSD und den Missbrauch rezeptpflichtiger Medikamente und bieten dem Leser die Möglichkeit, für sich selbst die Entscheidung zu treffen, ein Leben ohne Drogen zu führen.

**Für weitere Informationen oder um weitere Exemplare dieser oder anderer Broschüren dieser Reihe zu erhalten, wenden Sie sich bitte an folgende Kontaktadresse:**



Foundation for a Drug-Free World  
1626 N. Wilcox Avenue, #1297  
Los Angeles, CA 90028, USA  
+1 818 952 5260  
[www.drugfreeworld.org](http://www.drugfreeworld.org)  
[info@drugfreeworld.org](mailto:info@drugfreeworld.org)

Sag NEIN zu Drogen – Sag JA zum Leben  
Verein für Drogenprävention  
Postfach 500 126  
80971 München  
Tel.: +49(0)89-357 55 851  
E-Mail: [info@sag-nein-zu-drogen.de](mailto:info@sag-nein-zu-drogen.de)  
[www.sag-nein-zu-drogen.de](http://www.sag-nein-zu-drogen.de)

Verein Sag NEIN zu Drogen  
Postfach 42  
A-1226 Wien  
A-1226 Wien  
Tel.: +43(0)699/16247851  
E-Mail: [neinzudrogen@gmx.at](mailto:neinzudrogen@gmx.at)  
[www.sag-nein-zu-drogen.at](http://www.sag-nein-zu-drogen.at)

Verein Sag NEIN zu Drogen  
Auf Nällen 6  
CH-6206 Neuenkirch  
Tel.: +41(0)469 60 70  
E-Mail: [info@vsnd.ch](mailto:info@vsnd.ch)  
[www.sag-nein-zu-drogen.ch](http://www.sag-nein-zu-drogen.ch)