

# SAFER SNIFFING



Quello che sniffi può seccare le tue mucose nasali, sia che tu lo faccia occasionalmente che frequentemente, e può provocare delle piccole ferite.

Il rischio che corri è quello di avere danni alla mucosa o di contrarre epatiti se il materiale per lo sniffo viene condiviso.

**RIDUCI I RISCHI!**

# SAFER SNIFFING

- Non scambiare il materiale con cui sniffi.
- Evita di usare banconote, meglio materiale usa e getta o il tuo "pippotto" personale.
- Taglia la polvere il più finemente possibile.
- **Prenditi cura del tuo naso:**  
pulisci le narici e idrata le mucose.
- **Se ti brucia il naso a lungo:**  
forse è il caso di fare una pausa.
- Se senti dolore e/o sanguini spesso consulta un medico.



Comune di Bologna



La Carovana Onlus

LA CAROVANA O.N.L.U.S.

Via Pellizza da Volpedo 30 - 40139 BO

Tel. 051 494721 - Fax 051 548547

Sito- [lacarovanacoop.com](http://lacarovanacoop.com) - Email- [info@lacarovanacoop.com](mailto:info@lacarovanacoop.com)