

## Gruppenangebot RISIKO-CHECK für Jugendliche

Der RISIKO-CHECK ist für alle, die im Umgang mit Alkohol an ihre Grenzen gekommen sind. Zwischen Spaß und unberechenbarem Risiko verläuft oft nur ein schmaler Grat.

**Teste deine Risikobereitschaft, um herauszufinden, was für ein Risikotyp du bist.**

### Termine

Nach Absprache  
Tel. 0176 45 13 02 20 oder 01634123709

### Teilnehmer/innen

In Gruppen mit max. 10 Jugendlichen oder auch Einzelangebote

### Dauer

Der zeitliche Rahmen (8-12 Stunden) wird individuell vereinbart.

### Programm

- Was für ein Risikotyp bin ich?
- Infos zum Thema Alkohol und Austausch mit anderen Jugendlichen
- Den Kick mal anders erleben- Erlebnis-pädagogische Aktionen und Reflexionen
- Vor- und Nachteile von Risikosituationen
- Lernen, Grenzen zu erkennen - Verantwortung für sich und andere übernehmen

HaLT - Hart am Limit



### Anmeldung und Information

#### Leben ohne Drogen?!“ (LOD?!)

Kirsten Klehn  
Barnstorfer Weg 50, 18057 Rostock  
Tel. 0381 3779333, 0176 45 13 02 20

Internet: [www.rostock.de/halt](http://www.rostock.de/halt)

### Erlebnisorientierte Angebote

#### AWO-Sozialdienst gGmbH

Antje Werner  
Schiffbauerring 60, 18109 Rostock  
Tel. 0381 7783117

#### Gesellschaft für Gesundheit und Pädagogik mbH

Franziska Berthold  
Kuphalstr. 79-80, 18069 Rostock  
Tel. 01634123709

#### Allround Sport Gym

Christian Bürki  
Kolumbusring 61, 18106 Rostock  
Tel. 0381 2527180

**HaLT** - wird gefördert durch das Ministerium für Gesundheit und Soziales. Es wird unterstützt durch die Landeskoordinierungsstelle für Suchtvorbeugung (LAKOST) und die Polizeidirektion Rostock, Sachbereich Prävention und steht unter der Schirmherrschaft des Oberbürgermeisters der Hansestadt Rostock, Roland Methling.

**Herausgeberin:** Hansestadt Rostock, Presse- und Informationsstelle

**Redaktion:** Gesundheitsamt, Sucht- u. Psychiatriekoordinatorin, Koordination HaLT-Projekt

Dr. Antje Wrocziszewski, Tel. 0381 381-5346

**Foto:** PINAX Werbemedien, [www.pinax.net](http://www.pinax.net)

**Stand:** Mai 2010



HaLT - Hart am Limit

Gruppenangebot  
**RISIKO-CHECK**

*Riskanter Alkoholkonsum bei Jugendlichen*

Informationen für Eltern



## Hinweise für Eltern



Liebe Eltern,

wahrscheinlich sind Sie beunruhigt, weil Ihr Kind durch seinen Alkoholkonsum Anlass zur Sorge gibt. Sie fragen sich, wie es dazu kommen konnte und was Sie als Eltern tun können, damit sich Ihr Kind durch das Trinkverhalten nicht weiter schädigt.

Es gibt viele Gründe, die zu Alkoholmissbrauch führen können. Manchmal spielt Unwissenheit eine Rolle, manchmal ist es die Stimmung in der Gruppe, die eskaliert. In einigen Fällen kennen Jugendliche auf der Suche nach Risiko und dem „Kick“ ihre Grenzen nicht, manchmal scheinen Probleme übermächtig zu sein.

Wichtig ist, dass Sie mit Ihrem Kind in Ruhe darüber reden und gemeinsam versuchen zu verstehen, wie es zu solch einer Entwicklung kommen konnte.

Entscheidend ist, die Dinge jetzt nicht einfach weiterlaufen zu lassen, sondern Ihrem Kind früh Unterstützung zu geben. Deshalb haben wir das Gruppenangebot „RISIKO-CHECK“ entwickelt, bei dem Ihr Kind lernt, das eigene Risikoverhalten besser einzuschätzen und Verantwortung für sein Verhalten zu übernehmen. Dazu gehört auch, über Suchtrisiken zu informieren. Weitere Informationen zu diesem Gruppenangebot finden Sie auf der letzten Seite in dieser Broschüre. Gern kann Ihr Kind eine Freundin oder einen Freund mitbringen.

## HaLT - Hart am Limit



### Alkohol - Was Sie darüber wissen sollten

Wenn noch nicht alle Ihre Fragen beantwortet sind, dann stehen wir Ihnen gern für ein vertrauensvolles Gespräch zur Verfügung. Vieles lässt sich bereits in einem Telefonat klären.

**Alkohol** ist ein Suchtmittel und kann abhängig machen, aber Alkohol ist auch ein fester Bestandteil unserer Kultur. Der maßvolle Umgang mit Alkohol kann ein sinnvolles Erziehungsziel sein. Das heißt, das Ziel einer verantwortungsvollen Erziehung muss nicht unbedingt Abstinenz heißen.

Kinder sollen keinen Alkohol trinken.  
Je später Jugendliche beginnen Alkohol auszuprobieren, desto besser.

Wodka, Rum, Schnaps - pur oder gemixt sind für Kinder und Jugendliche besonders gefährlich. Sie enthalten Alkohol, der durch den Zucker jedoch nicht zu schmecken ist. Neue Trends im Trinkverhalten, wie z.B. aus der Flasche trinken, verleiten dazu, größere Mengen Alkohol zu trinken, die in der Wirkung für Jugendliche schwer einschätzbar sind und deshalb eine Alkoholvergiftung begünstigen.

## Orientierung und Vorbild



Regelmäßiger Alkoholkonsum stellt für Jugendliche ein hohes Suchtrisiko dar, denn bei ihnen ist die Zeit, bis sich Alkoholsucht entwickelt, sehr viel kürzer als bei Erwachsenen. Auch reagiert der jugendliche - im Wachstum befindende - Körper empfindlich auf den regelmäßigen Konsum. Alkopops, die Spirituosen (Wodka, Rum, Schnaps) enthalten, dürfen in der Öffentlichkeit nur an Jugendliche ab 18 abgegeben werden.

Wissenschaftliche Studien belegen: Eine sehr „lockere“ Haltung von Eltern kann zu allzu frühem und schädlichem Alkoholkonsum Ihrer Kinder führen. Deshalb: Setzen Sie Grenzen! Machen Sie deutlich: Moderater Alkoholkonsum bei Erwachsenen ist o.k., nicht aber bei Kindern!

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über dessen Umgang mit Alkohol und auch über mögliche Gefahren. Nehmen Sie die Meinung Ihres Kindes ernst und gleichzeitig eine klare und verbindliche Haltung ein! Offene und ehrliche Gespräche sind eine Unterstützung für Ihr Kind und geben ihm Orientierung.

**manchmal anstrengend - immer wichtig:  
ELTERN SEIN !**