

## In Berlin gibt es z.B.

- Erziehungs- und Familienberatungsstellen
- Alkohol- und Drogenberatungsstellen
- Elternkreise

die Sie kostenlos, kompetent und vertraulich unterstützen.

Auf [www.netzwerk-fruehintervention.de](http://www.netzwerk-fruehintervention.de) können Sie sich über Angebote für Ihr Kind informieren.

## Adressen, Tipps und hilfreiche Informationen erhalten Sie hier:

### Fachstelle für Suchtprävention | pad e.V.

Mainzer Straße 23 | 10247 Berlin

Fon 030 - 29 35 26 15

E-Mail [fachstelle.suchtpraevention@padev.de](mailto:fachstelle.suchtpraevention@padev.de)

Website [www.berlin-suchtpraevention.de](http://www.berlin-suchtpraevention.de)



HaLT

2. überarbeitete Auflage.

Wir danken NachHaLT Berlin und der Senatsverwaltung für Gesundheit, Umwelt und Verbraucherschutz für die freundliche Unterstützung.

# Mein Kind trinkt

# ALKOHOL

## – muss ich was tun?



## Liebe Eltern,

Alkohol ist in unserer Gesellschaft allgegenwärtig, auch im Alltag Ihres Kindes. Im Kontakt mit Gleichaltrigen probiert (fast) jeder junge Mensch irgendwann Alkohol. Wichtig für Sie zu wissen ist:

- Laut Jugendschutzgesetz dürfen Jugendliche erst ab 16 Jahren Bier, Wein und Sekt und ab 18 Jahren Spirituosen trinken. Letzteres gilt auch für Mixgetränke und sog. Alkopops, in denen Spirituosen enthalten sind.
- Da Alkohol die Gesundheit von Jugendlichen und deren Entwicklung weit mehr beeinträchtigt als die von Erwachsenen, sollten Jugendliche – wenn überhaupt – nur selten und vor allem nur sehr geringe Mengen Alkohol trinken.
- Ein früher Einstieg in den Alkoholkonsum begünstigt einen Prozess der Gewöhnung. Dies erhöht die Gefahr von Missbrauch und Abhängigkeit im weiteren Lebensverlauf.
- Auf keinen Fall sollte Alkohol getrunken werden: Vor und während der Schule, Ausbildung oder Arbeit, beim Sport, im Straßenverkehr, in der Schwangerschaft sowie bei gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten, da dies zu Wechselwirkungen führen kann.

## Geben Sie Orientierung

Ihr Kind erlebt, zu welchen Anlässen Sie und andere Erwachsene Alkohol trinken. Bitte denken Sie daran: Sie sind als Vater oder Mutter Vorbild Ihrer Kinder! 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! Solche Gespräche geben Kindern und Jugendlichen Orientierung. Lassen Sie sich nicht verunsichern: Auch wenn Ihr Kind vielleicht nicht immer begeistert reagiert, nimmt es Ihr Gesprächsangebot als Interesse und Fürsorge wahr, wohingegen Nichtansprechen auch als Desinteresse gewertet werden kann.

## Wann besteht Anlass zur Sorge?

Trinkt Ihr Kind

- obwohl es jünger als 16 bzw. 18 Jahre ist?
- regelmäßig?
- alleine?
- vor oder während der Schule / Ausbildung?

oder bemerken Sie, dass Ihr Kind häufig

- betrunken ist oder
- Ärger im Zusammenhang mit Alkohol bekommt?

... dann empfehlen wir Ihnen, sich Informationen und Rat zu holen.