

Alkoholgenuss – kann man das so sagen?

Fakten zum Konsum von Alkohol und dessen weitreichenden Folgen



LNCU.de
ID 1453
CC-BY-SA 4.0
Online abrufen

Aufgaben

- 1 Erkunden** Sie die von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) unter [Alkohol? – Kenn dein Limit!](#) angebotenen Inhalte und machen Sie sich mit den für Sie relevanten Aspekten vertraut. Wenn Sie mögen, schauen Sie sich auch die weiteren Impulse an.
- 2 Notieren** Sie Stichworte, Fragen oder Fakten, die Ihnen interessant erscheinen. Sie bestimmen, welche davon Sie mit anderen teilen möchten. Es wird in Absprache mit allen einen Ort dafür geben.

M1 Ein weites Feld mit vielen Extremen

Das Thema Alkohol betrifft (fast) jede(n) irgendwann



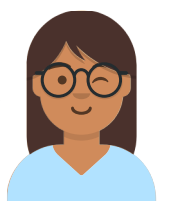
Einige der Momente, wie sie in dem Video ³ dargestellt sind, könnten wir alle schon so oder so ähnlich erlebt haben oder vielleicht auch noch erleben.

Wie will ich mich positionieren?



Wir werden uns über die Folgen von Alkoholkonsum detailliert austauschen. Dabei sollst du im geschützten Raum Gelegenheit haben, deine eigenen Fragen oder Gedanken zu äußern.

Das Thema hat so viele Facetten. Wahrscheinlich brauchst Du mehr oder weitergehende Informationen, um deine Fragen formulieren zu können oder dich persönlich zum Trinken von Alkohol zu positionieren.



Impulse und Quellen

Recherchiere unbedingt in Quellen mit wissenschaftlich fundierten Aussagen und Fakten. Starte auf jeden Fall mit dem Angebot [Alkohol? – Kenn dein Limit!](#)

⁴

Falls Du möchtest kannst Du von dort aus noch weiter gehen, z. B. mit folgenden zwei Impulsen.



Wenn alle in der Kneipe trinken, fällt es nicht leicht, die einzige Person zu sein, die darauf verzichtet.
19. April 2022

"Es gibt aber nie die Situation, dass mich Menschen nicht nach dem Grund fragen, warum ich nicht trinke."
Nora, trinkt keinen Alkohol

Von Sabine Schmitt und Ines Karschöldgen
Neue Einschätzung: Alkohol auch in Maßen ein Risiko
17.08.2024

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung hat ihre Einschätzung zu Alkohol geändert: Schon wenige Gläser pro Woche sind demnach ein Risiko. Eine Flasche Bier mit Freunden nach Feierabend, ein paar Gläser Wein am Wochenende? Bisher hatte die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) den Standpunkt vertreten, dass geringe Mengen Alkohol nicht bedenklich seien. Das gilt jetzt nicht mehr.

Aufgaben

- 3 Ermitteln** Sie mit Hilfe des [Promillerechners](#) für die drei Szenarien einen geschätzten Promillewert gegen 3 Uhr nachts. Hinweis: Für die Nutzung des Promillerechners müssen Sie ein fiktives Alter von 18 Jahren eingeben, da er nur für Erwachsene angelegt

ist. **Leiten** Sie auf Grundlage dieser Ergebnisse **ab**, inwiefern Sie als agierende Person am kommenden Morgen fahrtüchtig gewesen wären, um z. B. selbst mit einem Roller zur Schule zu fahren. **Beurteilen** Sie, ob dieses Verfahren geeignet ist, um die Fahrtüchtigkeit verlässlich zu bestimmen.

- 4 **Schätzen** Sie mit **Hilfe der Informationen**  ab, welche direkten oder langfristigen Auswirkungen der fiktive Alkoholenuss in Szenario 2 auf Sie persönlich gehabt hätte.
- 5 **Recherchieren** Sie **ausgehend von dieser Seite** , welche der Getränke ihre Freundin selbst hätte kaufen dürfen. **Begründen** Sie, ob die Eltern legal handeln.

M2 Pormille und Prozent

Eine fiktive Party

Eine Freundin feiert im kleinen Kreis in ihren 17. Geburtstag hinein. Alkohol gehört für sie unbedingt dazu. Zu ihrem Glück hat sie verständnisvolle Eltern, die für den Abend alles einkaufen.

Einige der Gäste sind 16, andere schon 17.

Du stößt kurz vor Mitternacht dazu und es herrscht super Stimmung. Gegen 3 Uhr fällt ihr ins Bett. Am nächsten Morgen geht's dann zusammen zur Schule.

Stelle dir folgende drei fiktive Szenarien vor: du trinkst zwischen 0 Uhr und 3 Uhr

- in Szenario 1 pro Stunde eine Flasche Kölsch (0,5 L),
- in Szenario 2 zu Anfang zwei Gläser Sekt (0,1 L), dann 3 Flaschen Kölsch (0,5 L) und zuletzt dann 3 Gläser Longdrinks,
- in Szenario 3 keinen Alkohol.

Am Tag der Party



Abb. 1: Fiktive Chatnachricht ⁵

Einzelnachweise

- ¹ Gregor von Borstel, 2025
- ² Ministerium für Schule und Bildung des Landes NRW, online zugänglich unter <https://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/cms/zentralabitur-gost/faecher/getfile.php?file=5594>, letzter Zugriff 17.07.20254
- ³ Alkohol? Kenn dein Limit. | „Meine Freunde“ (TV-Spot, 2015), Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung BzgA
- ⁴ veröffentlicht von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
- ⁵ Gregor von Borstel 2021