

**Tool: 03** 

# Information: Getränke mit Alkohol







03

Information: Getränke mit Alkohol



Du hast bereits Infos zum Thema Alkohol erhalten.

Jetzt lernst Du etwas über Getränke mit Alkohol.

Lies Dir nun den Text durch.

# Getränke mit Alkohol

Das Bild zeigt Getränke mit Alkohol.

Es gibt unterschiedlichen Alkohol.

Zum Beispiel:

- Bier
- Sekt
- Wein
- Cocktails
- Schnaps.

Schnaps ist hoch-prozentiger Alkohol.

Zum Beispiel Rum oder Vodka.

Sie kennen bestimmt auch noch weitere Sorten Alkohol.



Information: Getränke mit Alkohol



Hier siehst Du,

wie viel Prozent Alkohol enthalten ist:

- in einem Glas Wein
- in einem Glas Sekt
- in einer Flasche Bier



Quelle: Blaues Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg (2018)



Information: Getränke mit Alkohol



## Wie viel Alkohol ist im Getränk?

Das Bild zeigt Getränke mit Alkohol.

Unter den Gläsern steht:

So viel Alkohol ist in den Getränken enthalten.

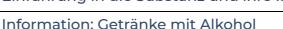
Zum Beispiel:

In einem Glas Bier sind ungefähr 13 Gramm Alkohol.



Quelle: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (2020)









Alkohol schadet der Gesundheit.

Alkohol ist immer gefährlich.

#### Am besten ist:

- Eine Frau trinkt **nicht** mehr als 1 Glas am Tag.
- Ein Mann trinkt **nicht** mehr als 2 Gläser am Tag.
- Frauen und Männer trinken **nicht** jeden Tag Alkohol.
- Kranke Menschen trinken keinen Alkohol.

Wenn eine Person jeden Tag 1 Glas Wein trinkt:

Dann hat die Person schon viel zu viel Alkohol getrunken.

#### Bitte beachte:

Das sind nur Beispiele.

Manchmal ist etwas mehr Alkohol im Getränk.

Manchmal ist etwas weniger Alkohol im Getränk.



Information: Getränke mit Alkohol



### Was ist Promille?

Promille ist die Konzentration von Alkohol im Blut.

Man sagt auch Blut-Alkohol-Konzentration.

1 Promille bedeutet:

1 Milli-Liter reiner Alkohol ist in 1 Liter Blut.

#### Bitte beachte:

Die Alkohol-Menge richtet sich

nicht nur nach der Anzahl an getrunkenen Gläsern.

Sondern:

Der reine Alkohol-Gehalt ist

bei den verschiedenen alkoholischen Getränken

unterschiedlich hoch:

- Sekt
- Wein
- Bier
- Schnaps



03

Information: Getränke mit Alkohol



#### Quelle:

Blaues Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg (2018): Alkohol trinken – sprachfreies Arbeitsmaterial. Verfügbar unter: https://besofr.blaueskreuz.ch/fileadmin/Blaues\_Kreuz/besofr/Beratung/Sucht\_und\_Migration/Sprachfreies\_Arbeitsmaterial\_inkl.\_Handhabung. pdf (zuletzt aufgerufen: 07.02.2024).

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.) (2018). Praxisleitfaden zum Einsatz des BZgA-KlarSicht-Koffers zur Tabak- und Alkoholprävention. Handbuch zum KlarSicht-Koffer zur Tabak- und Alkoholprävention – www.klarsicht.bzga.de. 8. Auflage Köln. S. 77.

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.) (2020): Alkohol ist riskant. Ein Heft in Leichter Sprache. 4. Auflage. S. 4-5.

Der Text basiert auf der Übertragung in Leichte Sprache und Prüfung von: leicht zu lesen Traundorf 25 83313 Siegsdorf

E-Mail: luxburg@leichtzulesen.org Internet: www.leichtzulesen.org

Übersetzerin: Isabella von Luxburg

Prüfer: Tanja Herold und Philipp Weirich (Zentrum Leichte Sprache Allgäu,

Kronenstraße 36, 87435 Kempten)

