

# Bevor aus Genuss Sucht wird

Die Aktion „Kenn dein Limit“ klärt im Forum über die Gefahren von übermäßigem Alkoholkonsum auf

Monique de Cleur

Blutorangencocktail mit Minze, Limettenlimonade und Ananas-Maracuja-Cocktail fanden reißenden Absatz. Wer die Bar erreicht hatte, konnte genussvoll am Strohalm ziehen – und das ganz ohne Alkohol. Die leckeren Drinks sollen Besucher auf den Geschmack ohne Promille bringen: Ganz im Sinne der Aktion „Kenn dein Limit“, die gestern im Forum eröffnet wurde.

„Täglich werden in Deutschland 24 Jugendliche alkoholisiert in Krankenhäuser eingeliefert“, sagte Udo Horwat, Sprecher der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft, zur Eröffnung. Eine Schulklasse sah sich die Gefahr genauer an: Für die Klasse 9a der Fridtjof-Nansen-Realschule war der Besuch „Teil einer Gesamtkonzeption von Suchtprävention“, so Schulpsychologe Gerd Stiepel.

Die Schüler sind engagiert bei der Sache. Besonders der Selbsttest hat es ihnen angetan. „Mal testen, wo ich so stehe“, will Nina Gierl. Ihre Erwartung schon vor dem Test:

## KENN DEIN LIMIT

### Bundesweit

„Kenn dein Limit“ ist eine bundesweite Aktionswoche, die für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol sensibilisieren will. Jeder Deutsche trinkt pro Jahr im Schnitt zehn Liter reinen Alkohol. 1,7 Millionen gelten als alkoholkrank; zehn Millionen trinken so viel, dass es ihrer Gesundheit schadet. **cle**



Alkohol trübt die Wahrnehmung: Die Brille soll zeigen, wie man unter Alkoholeinfluss sieht.

Foto: Stephan Eickershoff

„Grün“, ist sie überzeugt; also alles im grünen Bereich. „Wenn, besauf ich mich nicht so, dass ich nichts mehr mitkriege.“ Ihre Klassenkameradin Susanne Hattwig hat zwar schonmal einen über den Durst getrunken, hat aber seitdem „mehr aufgepasst. Ich merk schon, wann ich besser aufhören sollte.“

Auch wer bisher die Finger vom Alkohol gelassen hat, kann zum Beispiel mit einer Promille-Brille testen, wie die Welt nach einem zu tiefen Blick ins Glas aussieht. Schon

mit 0,8 Promille wird für Tim Schulz ein einfaches Kinderspiel zu einer echten Herausforderung. „Voll lustig“ findet er die Wirkung der Brille, möchte sie in der Realität aber lieber nicht ausprobieren: „Ich will ja nicht im Krankenhaus

landen.“

Auch wenn die Jugendlichen sich vorsichtig geben: Heike Keinert vom Suchthilfenzentrum kennt die Gefahr, die im Alkohol lauert. Besonders vor Alcopops warnt sie: „So ein kleines, cooles Fläschchen

in der Hand trinkt sich locker.“ Wer eines geleert hat, hätte vom Alkoholgehalt her ebensogut zwei hochprozentige Schnäpse kippen können. Noch bis zum Samstag klärt „Kenn dein Limit“ über solche und ähnliche Gefahren auf.