

**Im Bereich  
Suchtvorbeugung  
sind wir für Sie da:**

**Michael Hartges**

Tel.: 02162 / 9511 - 32  
m.hartges@krh-online.de

**Yella Lennartz**

Tel.: 02162 / 9511 - 30  
y.lennartz@krh-online.de

**Dietmar Lufen**

Tel.: 02162 / 9511 - 23  
d.lufen@krh-online.de

**Beate Nagel**

Tel.: 02162 / 9511 - 25  
b.nagel@krh-online.de

oder unsere Zentrale unter  
Tel.: 02162 / 9511 - 0

oder Sie wenden sich anonym  
an unsere **Mailberatung**  
unter **www.krh-online.de**

**Kontakt**

**Hauptstelle Viersen-Dülken**

Kreuzherrenstr. 17 - 19  
41751 Viersen  
Telefon: 02162 / 9511 - 0  
E-Mail: zentrale@krh-online.de  
Homepage: www.krh-online.de

**Büro Kempen**

An St. Marien 16, 47906 Kempen  
Telefon: 02152 / 8979 929

**Büro Willich**

Katharinen-Hospital  
Bahnstr. 28, 47877 Willich  
Telefon: 02154 / 8147 557

**Büro Nettetal**

Süchtelner-Str. 1, 41334 Nettetal  
Telefon: 02153 / 1217 828

oder anonym per **Mailberatung** unter  
**www.krh-online.de**

**Suchtberatung  
Kontakt-Rat-Hilfe e. V.**

**Vorsitzender:** Hans Josef Kampe  
**Stellvertreter:** Walter Pöpel, Anne Kolanus  
**Leiter:** Reiner Lennertz

Bankverbindung: Sparkasse Krefeld  
IBAN: DE20 3205 0000 0059 3301 26  
BIC: SPKRDE33

Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohl-  
fahrtsverband (DPWV)



**Kontakt-Rat-Hilfe e.V.**

**Suchtberatung  
für den Kreis  
Viersen**



**Informationen  
für Eltern**

**Umgang mit  
Alkohol  
bei Kindern und  
Jugendlichen**

## Freiheiten gewähren und Grenzen setzen

Kinder haben den Wunsch, sich auszuprobieren und Herausforderungen zu bestehen. Sie reifen durch gelungene Bewährungen. Dem Alter angemessen brauchen sie Gestaltungsspielräume, experimentieren gehört zum Erwachsen werden, aber Kinder benötigen auch Halt durch klare Grenzen, Rechte und Pflichten.

Trendsetter für den Konsum sind oft Freunde, Medien und Vorbilder. Um so wichtiger ist die Orientierung durch das Elternhaus. Eltern und der vorgelebte Umgang mit Alkohol dienen als wichtige Vorbilder!

## Suchen Sie ein offenes Gespräch

Nehmen Sie sich Zeit für ein Gespräch in ruhiger Atmosphäre. Formulieren Sie Ihre Sorgen und fragen Sie nach den Gründen. Verzichten Sie auf Diagnosen und auf Vorwürfe.

Es ist nicht leicht, den richtigen Ton zu treffen zwischen einer klaren Haltung und verbindlichen Regeln einerseits und Fürsorge und Unterstützung andererseits.

Aber auch wenn Jugendliche protestieren, Eltern, die sich kümmern sind eine größere Hilfe als Eltern, die die Dinge laufen lassen.

Wenn Sie unsicher sind:

Setzen Sie sich mit uns in Verbindung!

Die Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite.

## Fakten

- Hochprozentiger Alkohol ist nichts für Kinder und Jugendliche. Sie verschätzen sich in den Dosierungen und verlieren die Kontrolle. „Koma saufen“ kann tödlich enden.
- Kaufen Sie keine alkoholischen Mixgetränke. Die Süße maskiert den Alkoholgeschmack, den Kinder meistens nicht mögen. Alkohol wird so oft erst attraktiv!
- Regelmäßiger Alkoholkonsum unterbindet wichtige Entwicklungsschritte. Zudem entwickeln Jugendliche eine Sucht viel schneller als Erwachsene.