

### **Hauptstelle Viersen-Dülken**

Kreuzherrenstr. 17 - 19  
41751 Viersen

Telefon: 02162 / 9511 - 0 (Zentrale)  
Fax: 02162 / 9511 - 50  
zentrale@krh-online.de  
www.krh-online.de

#### **Offene Sprechstunden:**

nur in der Hauptstelle und nur für Betroffene (Angehörige erhalten Termine über die Zentrale)

Dienstag: 10.30 bis 12.00 Uhr  
Donnerstag: 17.00 bis 18.30 Uhr

#### **Büro Kempen**

An St. Marien 16  
47906 Kempen  
Telefon: 02152 / 89 79 929

#### **Büro Willich**

Katharinen-Hospital  
Bahnstr. 28  
47877 Willich  
Telefon/Fax: 02154 / 81 47 557

#### **Büro Nettetal**

Süchtelner Str. 1  
41334 Nettetal  
Telefon: 02153 / 12 17 828  
Mittwoch: 8:30 bis 17:00 Uhr

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

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

**Yella Lennartz**  
Tel.: 02162/9511-67  
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



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

## **Informationen für Eltern**



## **Umgang mit Alkohol bei Kindern und Jugendlichen**

## Anlass zur Sorge?

- ⇒ Ist Ihr Kind an fast jedem Wochenende betrunken?
- ⇒ Trinkt Ihr Kind mit 13, 14, 15 Jahren regelmäßig Alkohol?
- ⇒ Trinkt Ihr Kind vor oder während der Schule Alkohol?
- ⇒ Hatte Ihr Kind wiederholt Ärger wegen des Alkoholkonsums?
- ⇒ Trinkt Ihr Kind Alkohol, wenn es allein ist?

Nehmen Sie sich Zeit für ein Gespräch in ruhiger Atmosphäre. Formulieren Sie Ihre Sorge 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!

## Verantwortungsvoll Freiheiten gewähren!

Kinder haben den Wunsch, sich auszuprobieren und Herausforderungen zu bestehen. Sie reifen durch gelungene Bewährungsproben. Dem Alter angemessene brauchen sie Gestaltungsspielräume aber auch haltgebende Rechte und Pflichten.

Die Freiheit stößt an Grenzen, wenn Kinder sich oder anderen Schaden zufügen.



## Dem Konsum von Alkohol Grenzen setzen!

Alkohol ist eine Alltagsdroge. Kinder lernen einen angemessenen, unschädlichen und genussorientierten Konsum aber nicht von alleine. Sie benötigen klare Regeln.

Trendsetter für den Konsum sind oft die Clique und die Medien. Um so wichtiger ist die Orientierung durch das Elternhaus und der eigene Umgang der Eltern mit dem Alkohol. Eltern sind Vorbilder!

## Klare Haltungen!

- ⇒ Kinder dürfen keinen Alkohol trinken. Jugendliche (ab 14) werden neugierig, strenge Verbote steigern das Interesse. Lassen Sie aber nur „probieren“.
- ⇒ Hochprozentiger Alkohol ist nichts für Kinder und Jugendliche. Sie verschätzen sich in den Dosierungen und verlieren die Kontrolle. „Koma saufen“ kann tödlich enden.
- ⇒ Bei Atemproblemen und Bewusstlosigkeit ist sofort der Notarzt zu verständigen!
- ⇒ 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. Jugendliche entwickeln eine Sucht viel schneller als Erwachsene.

