

Name _____

Datum _____



SUCHT - ALKOHOL



Arbeitsblatt 4: Alkoholcheck und Selbstreflexion



Aufgabe 1: Mache den Alkohol Check Test auf feel-ok.at und reflektiere:

- Wie schätzt du deinen eigenen Umgang mit Alkohol ein?
- Was hast du durch den Test gelernt oder herausgefunden?



Aufgabe 2: Überlege welche Strategien es gibt, um Risiken beim Alkoholkonsum zu vermeiden. Notiere mindestens drei Vorschläge. Diskutiere diese in der Gruppe.

Aufgabe 3: Informiere dich auf feel-ok.at über die aktuellen Jugendschutzbestimmungen in Österreich zum Thema Alkohol.

- Ab welchem Alter darf man in Österreich Alkohol kaufen und konsumieren?
- Welche Unterschiede gibt es zwischen Bier, Wein und Spirituosen?



Aufgabe 4: Diskutiere in der Gruppe

- Warum gibt es Altersgrenzen für Alkohol?
- Welche Vor- und Nachteile haben diese Regelungen?



Aufgabe 5: Schreibe einen Vorsatz für dich (passend zum Ergebnis der Aufgabe 1/zum eigenen Konsum):

„In Zukunft will ich _____
_____“