

NULL ALKOHOL  
VOLL POWER



Hier geht's los! >>>



Interaktives Tafelbild

# JUGENDLICHE UND ALKOHOL

BZgA

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung

[www.null-alkohol-voll-power.de](http://www.null-alkohol-voll-power.de)  
[mitreden@null-alkohol-voll-power.de](mailto:mitreden@null-alkohol-voll-power.de)

Stand: Dezember 2022



# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

## Was ist erlaubt, was nicht?

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.

Mit **17** Tabakwaren kaufen und konsumieren.

Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco der Jugendhilfe gehen.

Mit **14** mit deinen Eltern Wein oder Bier kaufen und trinken.

Mit **15** in den Nachtclub oder eine Bar gehen.

Mit **16** mit deinen Eltern in die Spielhalle gehen.

**AUFGABE 1:** Kreuze jeweils an, was nach dem Jugendschutzgesetz (JuSchG) erlaubt (**grünes Kästchen**) und nicht erlaubt (**rotes Kästchen**) ist. Die Auflösung findest du auf der nächsten Seite.



# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

Was ist erlaubt, was nicht?

**AUFGABE 2:** Klicke auf die Haken und Kreuze, um weitere Informationen zu erhalten.

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.



Mit **17** Tabakwaren kaufen und konsumieren.



Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco der Jugendhilfe gehen.



Mit **14** mit deinen Eltern Wein oder Bier kaufen und trinken.



Mit **15** in den Nachtclub oder eine Bar gehen.



Mit **16** mit deinen Eltern in die Spielhalle gehen.





# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

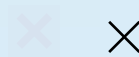
## Was ist erlaubt, was nicht?

**AUFGABE 2:** Klicke auf die Haken und Kreuze, um weitere Informationen zu erhalten.

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.



In Begleitung einer erziehungsbeauftragten Person (volljährige Person, die zeitlich begrenzt die Aufsicht übernimmt) ist es ab 14 Jahren erlaubt, auf öffentliche Tanzveranstaltungen und in Discos zu gehen.



Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco der Jugendhilfe gehen.



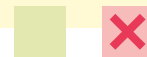
Mit **14** mit deinen Eltern Wein oder Bier kaufen und trinken.



Mit **15** in den Nachtclub oder eine Bar gehen.



Mit **16** mit deinen Eltern in die Spielhalle gehen.





# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

Was ist erlaubt, was nicht?

**AUFGABE 2:** Klicke auf die Haken und Kreuze, um weitere Informationen zu erhalten.

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.



Mit **17** Tabakwaren kaufen und konsumieren.



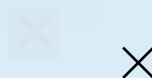
Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco der Jugendhilfe gehen.



Mit **14** mit deinen Eltern Wein oder Bier kaufen und trinken.



In Begleitung einer personensorgeberechtigten Person (in der Regel die Eltern) ist es ab 14 Jahren erlaubt, Bier, Wein und weinähnliche Getränke zu kaufen und zu konsumieren.



Mit **16** mit deinen Eltern in die Spielhalle gehen.





# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

Was ist erlaubt, was nicht?

**AUFGABE 2:** Klicke auf die Haken und Kreuze, um weitere Informationen zu erhalten.

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.



Mit **17** Tabakwaren kaufen und konsumieren.



Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco der Jugendhilfe gehen.



Mit **14** mit ~~deinen Eltern~~ Wein oder Bier kaufen und trinken.



Die Abgabe an und der Konsum von Tabakwaren durch Personen unter 18 Jahren sind verboten.

Mit **15** ~~in den~~ Nachtclub oder eine Bar gehen.



Mit **16** mit deinen Eltern in die Spielhalle gehen.





# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

Was ist erlaubt, was nicht?

**AUFGABE 2:** Klicke auf die Haken und Kreuze, um weitere Informationen zu erhalten.

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.



Mit **17** Tabakwaren kaufen und konsumieren.



Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco der Jugendhilfe gehen.



Mit **14** mit deinen Eltern Wein oder Bier kaufen und trinken.



Der Aufenthalt in Nachtbars und Nachtclubs ist unter 18 Jahren verboten.

Mit **15** in den Nachtclub oder eine Bar gehen.



Mit **16** mit deinen Eltern in die Spielhalle gehen.





# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

Was ist erlaubt, was nicht?

**AUFGABE 2:** Klicke auf die Haken und Kreuze, um weitere Informationen zu erhalten.

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.



Mit **17** Tabakwaren kaufen und konsumieren.



Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco der Jugendhilfe gehen.



Mit **14** mit deinen Eltern Wein oder Bier kaufen und trinken.



Mit **15** in den Nachtclub oder eine Bar gehen.



Die Anwesenheit von Kindern unter 14 bei öffentlichen Tanzveranstaltungen, z. B. von öffentlichen Trägern der Jugendhilfe, ist bis 22 Uhr erlaubt.







# DAS JUGENDSCHUTZGESETZ

Was ist erlaubt, was nicht?

**AUFGABE 2:** Klicke auf die Haken und Kreuze, um weitere Informationen zu erhalten.

Mit **14** in Begleitung eines Erwachsenen in eine öffentliche Disco gehen.



Mit **17** Tabakwaren kaufen und konsumieren.



Mit **13** bis 22 Uhr in die Disco oder Jugendhilfe gehen.

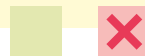
Der Besuch von Spielhallen und die Teilnahme an Glücksspielen sind unter 18 Jahren verboten.



Mit **14** mit deinen Eltern Wein oder Bier kaufen und trinken.



Mit **15** in den Nachtclub oder eine Bar gehen.



Mit **16** mit deinen Eltern in die Spielhalle gehen.





# RISIKOARMER KONSUM

Nur ein verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol schützt vor gesundheitlichen und sozialen Schädigungen. Nicht nur wie viel, sondern auch was man trinkt, bestimmt die Wirkung. Wie sieht das Risiko aus?

**AUFGABE 3:** Ergänze den Lückentext mit den aufgelisteten Begriffen. Die Begriffe kommen jeweils nur einmal im Text vor, es gibt keine Doppelungen. Die Auflösung findest du auf der nächsten Seite.

Alkoholische Getränke unterscheiden sich in ihrem .

enthält beispielsweise schon in geringer Menge eine hohe Konzentration an reinem Alkohol.

Je höher der Gehalt an reinem Alkohol in einem Getränk, desto höher auch das , sich Schaden zuzufügen.

Risikoarmer Alkoholkonsum bedeutet für Erwachsene folgendes: Maximal zwei Standardgläser für , ein Standardglas für  am Tag. Beide sollten zudem an mindestens zwei Tagen pro  vollständig auf Alkohol verzichten.

Ein Standardglas enthält ca. 10–12 Gramm reinen Alkohol, z. B. ein Glas  (0,3l, 5 Vol.-%) oder ein Glas

(0,125 l, 11 Vol.-%). Für  gilt das nicht – sie konsumieren Alkohol nie risikoarm. Ihr Organismus entwickelt sich noch und ist während dieser Phase besonders anfällig für Schädigungen.



# RISIKOARMER KONSUM

Nur ein verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol schützt vor gesundheitlichen und sozialen Schädigungen. Nicht nur wie viel, sondern auch was man trinkt, bestimmt die Wirkung. Wie sieht das Risiko aus?

**AUFGABE 4:** Klick für weitere Infos zur Wirkung von Alkohol auf Jugendliche den letzten Satz an.

Alkoholische Getränke unterscheiden sich in ihrem **Alkoholgehalt** .

**Schnaps** enthält beispielsweise schon in geringer Menge eine hohe Konzentration an reinem Alkohol.

Je höher der Gehalt an reinem Alkohol in einem Getränk, desto höher auch das **Risiko** , sich Schaden zuzufügen.

Risikoarmer Alkoholkonsum bedeutet für Erwachsene folgendes: Maximal zwei Standardgläser für **Männer** , ein Standardglas für

**Frauen** am Tag. Beide sollten zudem an mindestens zwei Tagen pro **Woche** vollständig auf Alkohol verzichten.

Ein Standardglas enthält ca. 10–12 Gramm reinen Alkohol, z. B. ein Glas **Bier** (0,3l, 5 Vol.-%) oder ein Glas **Wein**

(0,125 l, 11 Vol.-%). Für **Jugendliche** gilt das nicht – sie konsumieren Alkohol nie risikoarm. Ihr Organismus entwickelt sich

noch und ist während dieser Phase besonders anfällig für Schädigungen.



# RISIKOARMER KONSUM

Nur ein verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol schützt vor gesundheitlichen und sozialen Schädigungen. Nicht nur wie viel, sondern auch was man trinkt, bestimmt die Wirkung. Wie sieht das Risiko aus?

**AUFGABE 4:** Klick für weitere Infos zur Wirkung von Alkohol auf Jugendliche den letzten Satz an.

Alkoholische Getränke unterscheiden sich in ihrem **Alkoholgehalt**.

## Schnaps

Auch mit 18 Jahren ist das Gehirn noch nicht ausgereift – mal dauert es bis zum 20. Lebensjahr, mal länger. In der Entwicklungsphase ist es besonders anfällig für Alkoholschäden.

Je höher der Gehalt an reinem Alkohol, desto höher das **Risiko**, sich Schaden zuzufügen.

Risikoarmer Alkoholkonsum bedeutet: Erwachsene trinken: Maximal zwei Standardgläser für **Männer**, ein Standardglas für

## Frauen

Mehr Infos zu den Auswirkungen von Alkohol gibt's unter diesem Link: **Promille-Risiken**

Ein Standardglas enthält ca. 10–12 Gramm reinen Alkohol, z. B. ein Glas **Bier** (0,3l, 5 Vol.-%) oder ein Glas **Wein**

(0,125 l, 11 Vol.-%). Für **Jugendliche** gilt das nicht – sie konsumieren Alkohol nie risikoarm. Ihr Organismus entwickelt sich

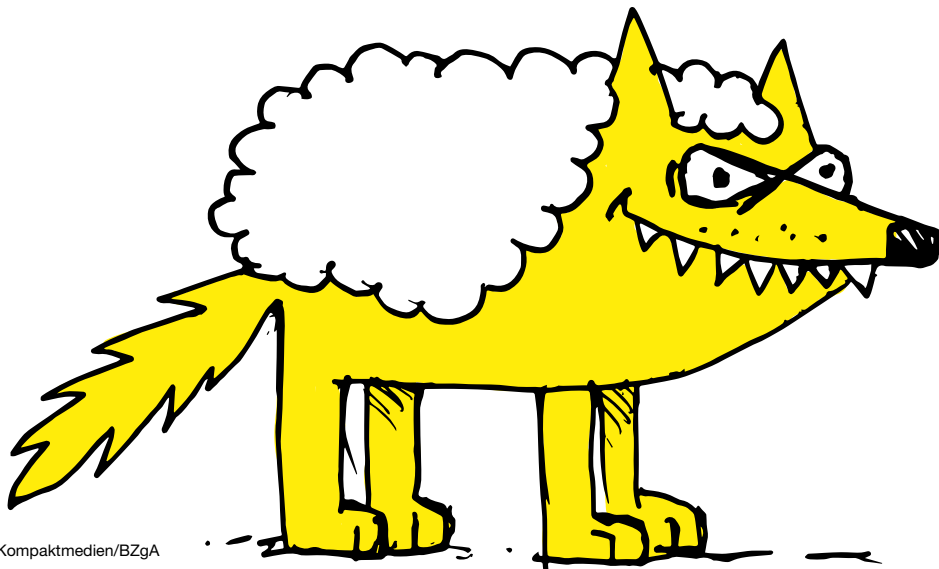
noch und ist während dieser Phase besonders anfällig für Schädigungen.





## DER WOLF IM SCHAFSPELZ

Was könnte im Zusammenhang mit Alkohol damit wohl gemeint sein?

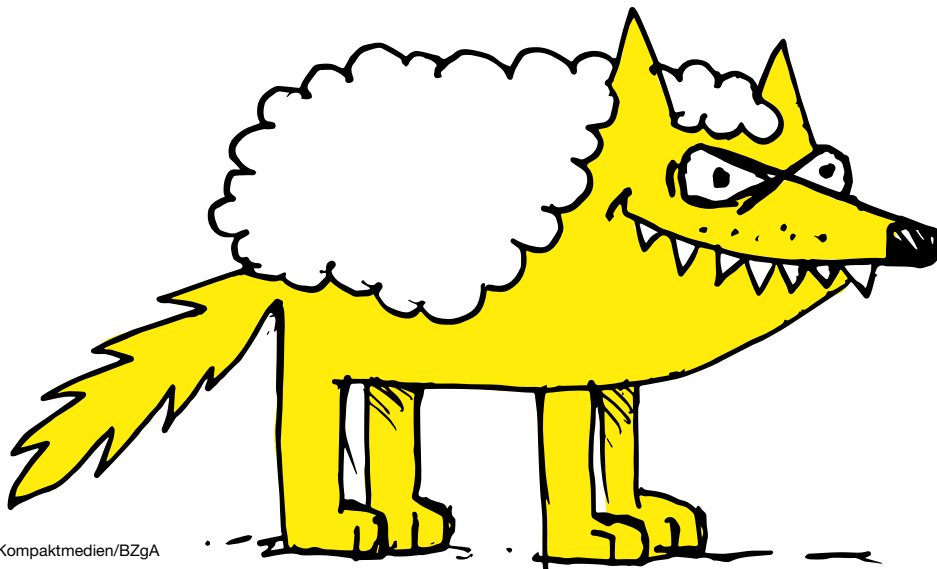


**AUFGABE 5:** Überlege dir, wofür die Karikatur stehen könnte. Denk dir einen Titel aus und schreibe ihn in das Textfeld. Einen Vorschlag findest du auf der nächsten Seite.



## DER WOLF IM SCHAFSPELZ

Was könnte im Zusammenhang mit Alkohol damit wohl gemeint sein?



**AUFGABE 6:** Klicke für weitere Infos zu alkoholischen Mixgetränken die Zeichnung an und erfahre, warum sie ein „Wolf im Schafspelz“ sind.

**Süßes Risiko:  
Mixgetränke**

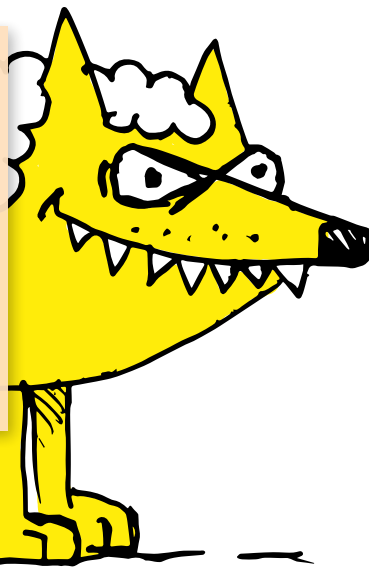


## DER WOLF IM SCHAFSPELZ

Was könnte im Zusammenhang mit Alkohol damit wohl gemeint sein?

**AUFGABE 6:** Klicke für weitere Infos zu alkoholischen Mixgetränken die Zeichnung an und erfahre, warum sie ein „Wolf im Schafspelz“ sind.

Mixgetränke wirken harmlos (wie ein Schaf), sind in der Wirkung aber gefährlich (wie ein Wolf). Der Alkoholgeschmack wird unterdrückt, und durch den Zuckergehalt geht er schnell ins Blut. Eine Flasche Mixgetränk (330 ml) enthält dieselbe Menge an reinem Alkohol wie ein Glas Schnaps (2 cl) oder sogar mehr: Hier der Link zur Tabelle [„Alkoholgehalt in Mixgetränken“](#).



**Süßes Risiko:  
Mixgetränke**