

Wie viel ist zu viel?

Alkohol ist ein Kulturgut, er prägt nicht nur das Gesellschaftsleben, sondern auch die Landschaft Niederösterreichs. Wieviel Alkohol zu viel ist, ist oftmals nicht einfach zu beantworten. Die Österreichische Dialogwoche Alkohol lädt ein, ehrlich und ohne Tabus über Alkoholkonsum zu sprechen.

Einen gesunden Lebensstil auch in Krisenzeiten aufrechtzuerhalten, ist eine Herausforderung. Gerade Alkohol wird oft als geeignetes Mittel zum Entspannen oder um dem Alltag zu entfliehen, angesehen. Die leichte Verfügbarkeit und alltägliche Präsenz erschweren den genussvollen und bewussten Umgang damit.

Zitat: "Rund 1 Million Menschen in Österreich haben ein problematisches Trinkverhalten, davon sind ca. 370.000 alkoholabhängig.", so die Suchtkoordinatorin von Niederösterreich und Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention NÖ, Frau Dr.ⁱⁿ Ursula Hörhan, MPH.

In der Woche vom 17. Mai bis 23. Mai 2021 bietet die "[Österreichische Dialogwoche Alkohol](http://www.dialogwoche-alkohol.at/)" informative Angebote für Jung und Alt. Über 50 verschiedene Online-Veranstaltungen stehen Ihnen unter <http://www.dialogwoche-alkohol.at/> kostenlos zur Verfügung, um sich über den eigenen Alkoholkonsum zu informieren und digital mit Expert*innen ins Gespräch zu kommen. Nicht nur Interessierte, sondern auch Angehörige wie auch Professionist*innen bekommen Antworten auf die Frage "Wie viel ist zu viel?".

Zitat: Landesrätin Mag.^a Christiane Teschl-Hofmeister steht klar hinter der Dialogwoche Alkohol: "Es geht nicht darum, den Alkoholkonsum per se zu problematisieren, sondern Risiken deutlich sichtbar zu machen, Wissenslücken zu schließen und einen verantwortungsvollen Umgang zu fördern."

Denn eins ist klar: Je weniger getrunken wird, umso geringer sind die negativen Auswirkungen und das Erkrankungsrisiko. Die täglichen Grenzmengen von ungefähr einem kleinen Bier (0,4l) bzw. einem Achtel Wein (0,2l) bei Frauen sowie ungefähr einem großen Bier (0,6l) bzw. einem Viertel Wein (0,3l) bei Männern sollten nicht überschritten werden.

Zitat: Herr Markus Weißensteiner, MSc, Leitung der Abteilung Suchtprävention weist auf die Empfehlung der WHO hin: "Um einer Abhängigkeit vorzubeugen sind pro Woche zumindest zwei alkoholfreie Tage einzulegen und Vollräsche zu vermeiden. Klar ist auch, während der Schwangerschaft und Stillzeit sowie im Straßenverkehr und bei der Arbeit, soll komplett auf Alkohol verzichtet werden."

Zeichen (mit Leerzeichen): 2.402

Die digitale Version dieser Presseausendung und ein passendes Foto finden Sie unter: <https://www.fachstelle.at/presse/>

KONTAKT:
Fachstelle NÖ – Öffentlichkeitsarbeit
DSPⁱⁿ Monika Seiter
3100 St. Pölten, Brunngasse 8
T 02742 / 31440-20
E-Mail: pr@fachstelle.at



CCO Jill Wellington - pixabay.com

Pressemitteilung



Über die Fachstelle NÖ:

Die Fachstelle NÖ ist ein gemeinnütziger Verein mit Sitz in St. Pölten. Mit ihren rund 100 qualifizierten Mitarbeiter*innen ist sie Drehscheibe und Kompetenzzentrum der Suchtarbeit und der Sexualpädagogik in Niederösterreich. Die Fachstelle bietet über 50 suchtpreventive Angebote für unterschiedliche Zielgruppen an – von Workshops über Vorträge und Seminare, vorort wie auch online. Auf diese Weise können Kinder und Jugendliche, Eltern, Pädagog*innen aber auch Mitarbeiter*innen von Vereinen, Betrieben, Gemeinden und sozialen Einrichtungen erreicht werden. Im Mittelpunkt stehen dabei die Themen Nikotin, Alkohol, digitale Medien, Essstörungen, Glücksspiel und Lebenskompetenzförderung, Körper, Beziehung, Gefühle, Liebe und Sexualität.

Über die Dialogwoche Alkohol:

Alle zwei Jahre lädt die [Österreichische ARGE Suchtvorbeugung](#) zum Dialog über Alkohol ein. Zum dritten Mal findet die [Österreichische Dialogwoche Alkohol](#) unter dem Motto „Wie viel ist zu viel?“ statt. Diesmal – coronabedingt – *Online Only*. Die [Fachstelle NÖ](#) übernimmt die Koordinierung der Aktionen in Niederösterreich und ist auch selbst Organisatorin von diversen Veranstaltungen.