



Informationen in Leichter Sprache

Diese Information ist aus Oktober 2023

Alkohol ist gefährlich

Neue Empfehlungen für den Umgang mit Alkohol

Diese Information ist aus Oktober 2023

Alkohol ist schädlich.

Das wissen die meisten Menschen.

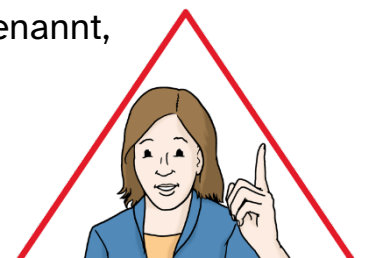
Bis jetzt war es aber so:

Fach-Leute haben gesagt,

dass eine geringe Menge an Alkohol nur wenig gefährlich ist.

Die Fach-Leute haben eine bestimmte Menge an Alkohol genannt,

die nur wenig gefährlich ist.



Deswegen haben viele Menschen gedacht:

Es ist **nicht** so schlimm,

wenn ich nur eine bestimmte Menge Alkohol trinke.

Und viele Menschen haben dann genauso viel Alkohol getrunken,
wie die Fach-Leute aufgeschrieben haben.

Inzwischen haben Fach-Leute aber festgestellt:

Auch das ist **nicht** gesund für die Menschen.

Das belegen neue Ergebnisse in der Forschung.

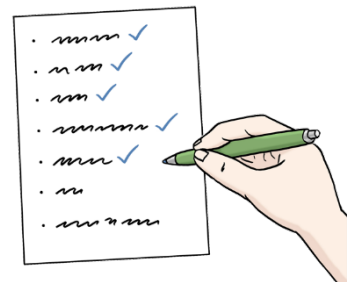
Der Verein **Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen** beschäftigt sich mit
dem Thema Sucht.

Den Namen von dem Verein kürzt man so ab: **DHS**

Die **DHS** möchte die Menschen schützen.

Damit die Menschen **nicht** süchtig werden.

Zum Beispiel vom Alkohol.



Deswegen hat die **DHS** jetzt ihre Empfehlungen nach den neuen
Forschungs-Ergebnissen für den Umgang mit Alkohol aufgeschrieben.

Damit folgt die **DHS** den neuen Erkenntnissen der Fach-Leute:

Auch wenig Alkohol ist schon gefährlich für die Gesundheit von den
Menschen.

Deswegen rät die **DHS**:

Jeder sollte weniger Alkohol trinken als er jetzt trinkt.

Am besten Sie trinken gar **keinen** Alkohol.

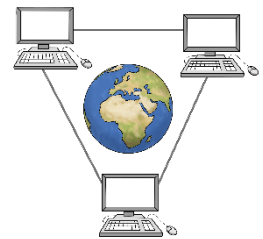
Auch wenig Alkohol kann schon zu körperlichen Krankheiten führen.

Es gibt **keine** bestimmbare Menge an Alkohol,
die für den Körper **nicht** schädlich ist.

Auf der Internet-Seite von der DHS finden Sie noch mehr Informationen

zu dem Thema

Das ist die Internet-Adresse von der DHS: www.dhs.de



Die neuen Empfehlungen von der DHS stehen auch

auf der Internet-Seite vom **Paritätischen Gesamtverband**.

Den Text finden Sie hier: [Empfehlungen für den Umgang mit Alkohol](#)

Die Texte sind aber **nicht** in Leichter Sprache geschrieben.

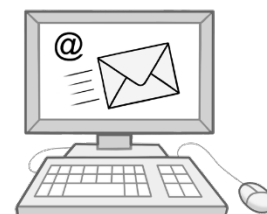
Sie möchten mehr Informationen in Leichter Sprache?
Dann können Sie die neuen Texte per E-Mail bekommen.
Das geht so:
Auf der Internet-Seite finden Sie ganz unten dieses Feld:



So verpassen Sie keine Information in Leichter Sprache

Sie können unsere Fachinfos auch als E-Mail geschickt bekommen.
Tragen Sie dafür bitte hier Ihre E-Mail-Adresse ein.
Dann schicken wir Ihnen neue Infos immer zu.

Dort können Sie Ihre E-Mail-Adresse eintragen.
Dann drücken Sie auf das Bestätigungs-Feld.
In Ihr Postfach kommt dann eine E-Mail.
Wenn Sie diese bestätigen,
bekommen Sie die neuen Texte per E-Mail zugeschickt.



Über diesen Text

Der **Paritätische** möchte,
dass jeder die Informationen gut verstehen kann.

Deswegen gibt es die Informationen in Leichter Sprache.

Dieser Text ist eine Zusammenfassung von einem längeren Text.

Das heißt: Es gibt noch mehr Informationen zu dem Thema.

Diese Informationen finden Sie auf der Internet-Seite vom

Paritätischen.

Das ist die Internet-Adresse: www.der-paritaetische.de

Die Informationen sind **nicht** in Leichter Sprache.

Die Übersetzung gehört zu einem **Projekt vom Paritätischen**

Gesamt-Verband.

Der Name von dem Projekt ist **#GleichImNetz.**

Das Projekt arbeitet dafür,

dass es im Internet mehr Informationen zu sozialen Themen gibt.

Im Text steht nur die männliche Form.

Das ist leichter zu lesen.

Gemeint sind aber immer alle Menschen.

Der **Paritätische** freut sich,

wenn viele Menschen den Text lesen.

Sie können den Text gerne an andere Menschen weitergeben.

Das **Kompetenz-Zentrum Leichte Sprache**

hat den Text im Jahr 2023 in Leichte Sprache übersetzt.

Dudweilerstraße 72

66 111 Saarbrücken

0 681 93 62 15 05

www.leicht-sprechen.de



Mitglied im Netzwerk Leichte Sprache



Die **Prüfgruppe von der reha gmbh in Saarbrücken** hat den Text geprüft.

Die Bilder sind von:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.

Der Zeichner ist Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.

Das Europäische Zeichen für Leichte Sprache:

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.

Mehr Informationen unter www.inclusion-Europe.eu/easy-to-read



Wir schreiben in dem Text nur die männliche Form.

Weil das leichter zu lesen ist.

Gemeint sind aber immer auch alle Menschen.

