



**Online-Lernsystem „Alkohol im Körper“
Lektionenvorschlag Nr. 4**

Wer reagiert wie? Individuelle Unterschiede

Erläuterungen für Lehrpersonen

Einordnung	Die Übung bezieht sich vor allem auf die Teile „Alkohol gelangt in den Körper“, „Alkohol im Gehirn“, „Wirkung auf den Körper“ und „Abbau von Alkohol“ des Lernsystems.
Ziel	Die Jugendlichen verstehen, dass Menschen unterschiedlich auf Alkohol reagieren.
Form	Wissen und Ideen im Klassenverband sammeln und besprechen.
Ablauf	<p>Im Plenum werden Merkmale gesammelt, die dazu führen, dass Alkohol bei verschiedenen Menschen unterschiedlich wirkt, resp. Merkmale, die dazu führen, dass Alkoholkonsum unterschiedlich grosse Risiken beinhaltet. Folgende Punkte sollten zur Sprache kommen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Gewicht: Bei leichten Personen wirkt Alkohol stärker als bei schweren Personen.• Geschlecht: Bei Frauen wirkt Alkohol stärker als bei Männern.• Alter: Jugendliche sind leichter und befinden sich in Entwicklung, was sie empfindlicher für Alkoholwirkungen macht. Aber nicht nur für Jugendliche gilt es, vorsichtig zu sein. Auch ältere Menschen reagieren empfindlicher auf Alkohol.• Gesundheitszustand: Kranke und Personen, die Medikamente einnehmen, sollten mit dem Arzt darüber sprechen, ob sie Alkohol konsumieren können und wenn ja, wie viel. Schwangere sollten ganz auf Alkohol verzichten.• Auch weitere Dinge können Alkoholwirkungen beeinflussen, insbesondere etwa Müdigkeit. Dies erhöht zum Beispiel im Strassenverkehr die Risiken zusätzlich.
Zeitaufwand	15 Minuten
Quellen für Ihre Vorbereitung	<ul style="list-style-type: none">• Inhalte des Lernsystems (vgl. „Einordnung“)• Reihe „Jugendliche und Alkohol“: Heft Nummer 1 Alkohol in unserer Gesellschaft – früher und heute• Reihe „Jugendliche und Alkohol“: Heft Nummer 2 Alkohol im Körper – Wirkung und Abbau• Reihe „Jugendliche und Alkohol“: Heft Nummer 4 Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung

Alle diese Hilfsmittel befinden sich auf der Website www.suchtschweiz.ch, Rubrik „Info-Materialien“.

Wir bitten Lehrpersonen, uns eine Rückmeldung zu geben, wie das Lernsystem von den Schülerinnen und Schülern aufgenommen wurde, und ob sich die Lektionenvorschläge bewährt haben. So können wir unser Angebot optimieren. Rückmeldungen können Sie uns per Mail zukommen lassen an: alkoholimkoerper@suchtschweiz.ch