



**Pressekontakt**

Maya Mezzera

031 370 70 80

[maya.mezzera@beges.ch](mailto:maya.mezzera@beges.ch)

24. November 2009, Abdruck frei

## **MEDIENMITTEILUNG**

### **AlcoTool - über 3500 Jugendliche setzen sich online mit ihrem Alkoholkonsum auseinander**

**Ein Jahr nach Aufschaltung der Website [www.alcotool.ch](http://www.alcotool.ch) der Berner Gesundheit zeigt sich, dass damit die Zielgruppe der riskant Alkohol konsumierenden Jugendlichen tatsächlich erreicht wird. Die Nutzerinnen und Nutzer der Website schätzen die Anonymität und die aufschlussreiche Auswertung. Die Mehrheit dieser Jugendlichen ist zwischen 16 und 22 Jahre alt und trinkt zu oft zu viel. Bedenklich sind insbesondere die Angaben der 14- bis 15-Jährigen. Sie zeigen einmal mehr auf, dass der Jugendschutz in unserer Gesellschaft zu wenig eingehalten wird.**

Stattlich ist die Zahl der jungen Frauen und Männer, die sich auf [www.alcotool.ch](http://www.alcotool.ch) mit ihrem Alkoholkonsum auseinander gesetzt hat. Über 3500 Personen haben den umfangreichen Test bis zur ausführlichen persönlichen Auswertung zu ihrem Konsumverhalten ausgefüllt. Gemäss ihren Angaben schauen sehr viele dieser Jugendlichen zu oft zu tief ins Glas. Entsprechend wurden 20% der männlichen und 11% der weiblichen Jugendlichen in der Auswertung aufgefordert, ihren Alkoholkonsum unbedingt zu senken. Sie weisen oft schon Anzeichen einer Alkoholabhängigkeit auf und erfahren körperliche und soziale Auswirkungen ihres Trinkens. Bei allen Altersgruppen wurde die Mehrheit der Nutzerinnen und Nutzer angeregt, ihren Konsum zu überdenken. Nur gerade 17% der männlichen und 26% der weiblichen Jugendlichen erhielten den Hinweis: «Du hast es im Griff – weiter so!»

## **Jugendschutz wird nicht eingehalten**

Ernüchternd ist die Tatsache, dass 29% der männlichen und 16% der weiblichen 14- bis 15-Jährigen, die laut Gesetz noch gar keinen Alkohol erwerben dürfen, mehrmals wöchentlich Alkohol trinken. Über die Hälfte der jungen Männer und mehr als ein Drittel der jungen Frauen geben zudem an, mehrmals pro Monat mehr als fünf Standardgläser aufs Mal zu trinken. Dies zeigt einmal mehr auf, dass die Einhaltung des Jugendschutzes von der Gesellschaft kaum getragen wird.

## **Eigener Alkoholkonsum unter der Lupe**

Knapp 300 Userinnen und User haben sich nach dem Selbsttest für das elektronische Konsumtagebuch «AlcoCheck» angemeldet. Etwas über 60 Jugendliche haben dieses umfassend genutzt und darin im Schnitt zwei Wochen lang den täglichen Alkoholkonsum festgehalten. Die intensive Auseinandersetzung mit dem eigenen Alkoholkonsum mithilfe von «AlcoCheck» deutet darauf hin, dass AlcoTool bei vielen auch eine Verhaltensänderung bewirkt.

## **«Anonym, praktisch, informativ, motivierend»**

Die Rückmeldungen zeigen, dass drei Viertel der Nutzerinnen und Nutzer die Website weiterempfehlen werden. Mehrfach gelobt wurden insbesondere die Anonymität, die aufschlussreiche Auswertung und die anschauliche Visualisierung des eigenen Konsums.

AlcoTool wurde von der Berner Gesundheit im Auftrag der kantonalen Gesundheits- und Fürsorgedirektion in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) und gemeinsam mit Jugendlichen entwickelt. Ziel von AlcoTool ist es, Jugendlichen und jungen Erwachsenen auf eine jugendgerechte Art zu ermöglichen, sich mit ihrem Alkoholkonsum auseinanderzusetzen.

Weitere Informationen erhalten Sie bei der Stiftung Berner Gesundheit, Maya Mezzera, Leiterin Prävention Projekte, 031 370 70 80, [maya.mezzera@beges.ch](mailto:maya.mezzera@beges.ch), [www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)

3314 Zeichen

### **Stiftung Berner Gesundheit – Gemeinsam für mehr Gesundheit**

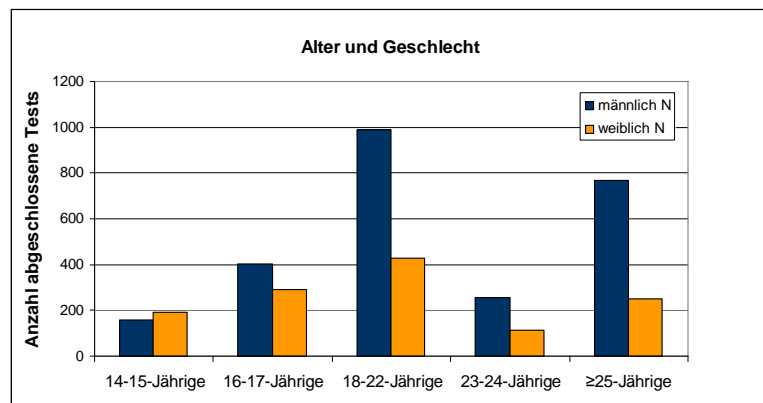
Wir engagieren uns für eine wirkungsvolle und professionelle Gesundheitsförderung im Kanton Bern. Unsere Kernaufgaben sind Suchtberatung, Prävention und Sexualpädagogik. Die Dienstleistungen erbringt unsere Stiftung im Auftrag der kantonalen Gesundheits- und Fürsorgedirektion. Wir betreiben ein aktives Qualitätsmanagement und sind QuaTheDa zertifiziert. Mit den 4 Regionalzentren in Bern, Biel, Burgdorf und Thun sowie den 17 Beratungsstützpunkten im gesamten Kanton sind wir überall in Ihrer Nähe.



## 1. Auswertung AlcoTests (Daten April 08 bis Mai 09)

### 1.1 Soziodemographische Daten

- total zu Ende geführte Tests: 3843 (69% deutsch, 31% französisch)
- 94% für sich ausgefüllt, 6% für jemand anderen ausgefüllt
- Zwei Drittel männlich, ein Drittel weiblich
- Wohnort:
  - 43% Kanton Bern
  - 48% anderer Kanton
  - 2% Deutschland
  - 1% Österreich
  - 3% Frankreich
  - 0.4% Kanada
  - 3% anderswo
- Alter: Zielgruppe erreicht: 55% 16 bis 22 Jahre alt.  
Vermutlich grosser Anteil an Erwachsenen (ca. 25%).



### 1.2 Konsumdaten

Wie oft trinkst du Alkohol?

männlich in Prozent	14-/15-Jährige	16-/17-Jährige	18- bis 22-Jährige	23-/24-Jährige	≥25-Jährige
nie	15.2	2.0	1.5	0.4	0.5
monatlich	17.7	7.7	3.4	5.5	2.0
2 bis 4 Mal im Monat	20.9	14.4	9.2	9.8	5.5
1 Mal pro Woche	17.1	23.3	15.9	11.4	9.8
2 bis 3 Mal pro Woche	13.3	42.9	49.4	45.9	40.6
4 bis 5 Mal pro Woche	1.9	5.7	12.6	15.3	17.5
täglich oder fast täglich	13.9	4.0	7.9	11.8	24.2
Anzahl	158	403	987	255	766

weiblich in Prozent	14-/15-Jährige	16-/17-Jährige	18- bis 22-Jährige	23-/24-Jährige	≥25-Jährige
nie	12.4	2.1	1.9	0.9	1.2
monatlich	35.8	11.4	10.7	8.1	5.6
2 bis 4 Mal im Monat	24.4	33.2	23.1	21.6	10.7
1 Mal pro Woche	11.4	26.3	19.6	13.5	8.7
2 bis 3 Mal pro Woche	6.2	24.6	34.3	40.5	39.7
4 bis 5 Mal pro Woche	1.0	0.7	6.5	6.3	13.9
täglich oder fast täglich	8.8	1.7	4.0	9.0	20.2
Anzahl	193	289	429	111	252



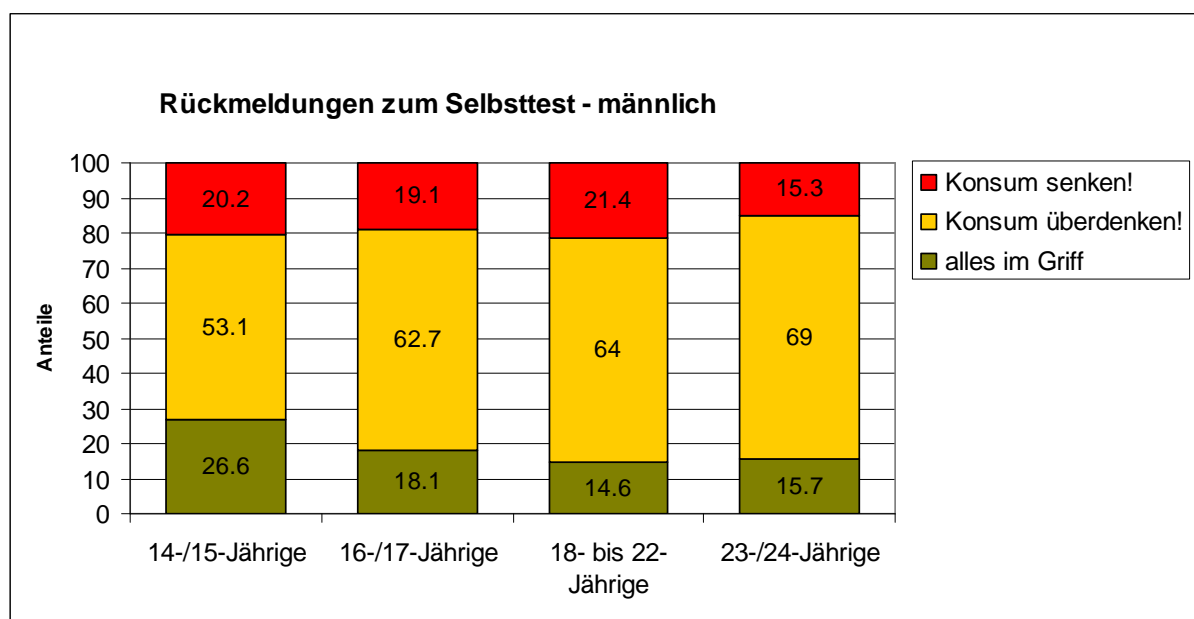
Wie oft hast du in den letzten 6 Monaten 5 (Frauen: 4) oder mehr Gläser Alkohol\* auf einmal getrunken?

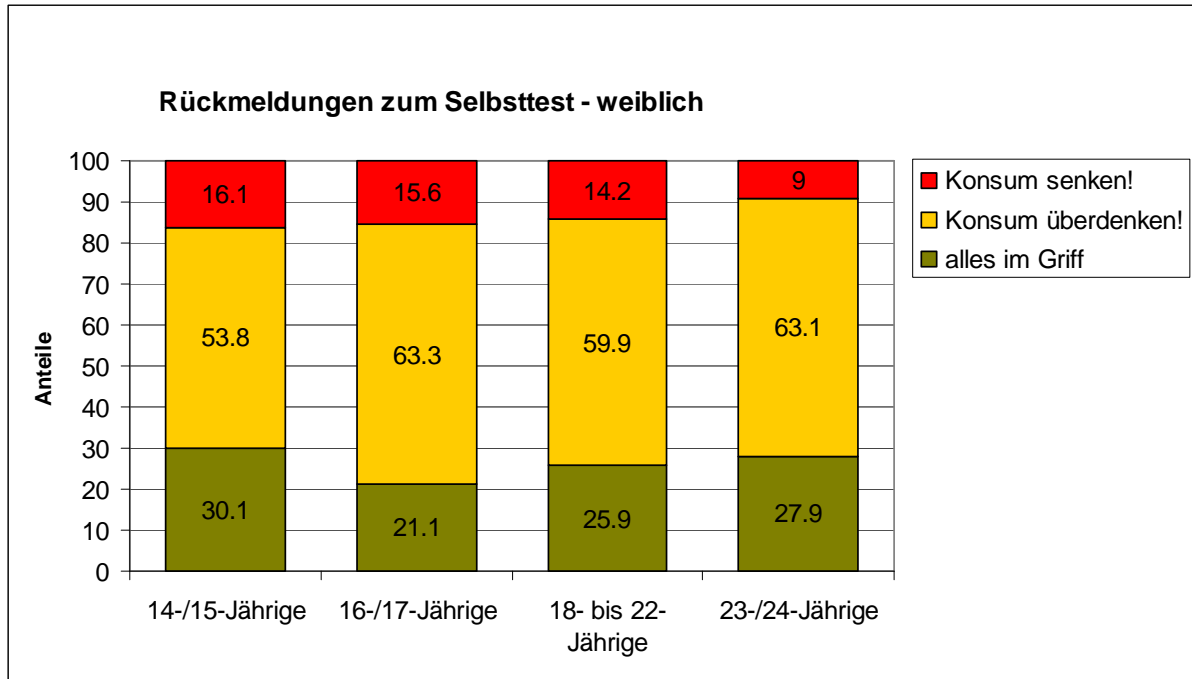
\* gemeint sind Standarddrinks, z.B. 3 dl Bier, 1 dl Wein, 1 Alcopop, 4 cl Spirituosen

männlich in Prozent	14-/15-Jährige	16-/17-Jährige	18- bis 22-Jährige	23-/24-Jährige	≥25-Jährige
Nie	17.7	10.2	4.3	4.3	8.2
monatlich	17.1	12.7	11.3	9.8	13.8
2 bis 4 Mal im Monat	12.7	17.6	13.8	15.7	15.4
1 Mal pro Woche	23.4	25.1	26.8	25.9	26.6
2 bis 3 Mal pro Woche	18.4	32.8	40.8	42.4	29.0
4 bis 5 Mal pro Woche	10.8	2.0	2.9	2.0	6.9
täglich oder fast täglich	17.7	10.2	4.3	4.3	8.2
Anzahl	158	403	987	255	766

weiblich in Prozent	14-/15-Jährige	16-/17-Jährige	18- bis 22-Jährige	23-/24-Jährige	≥25-Jährige
Nie	22.8	9.3	8.2	9.9	15.5
monatlich	21.2	18.3	21.0	25.2	11.1
2 bis 4 Mal im Monat	17.6	22.5	16.8	15.3	20.2
1 Mal pro Woche	21.2	31.1	24.7	18.0	26.2
2 bis 3 Mal pro Woche	7.8	17.0	27.3	29.7	21.8
4 bis 5 Mal pro Woche	9.3	1.7	2.1	1.8	5.2
täglich oder fast täglich	22.8	9.3	8.2	9.9	15.5
Anzahl	193	289	429	111	252

Anzeichen auf Alkoholabhängigkeit und auf körperliche und soziale Auswirkungen aufgrund des Alkoholkonsums:

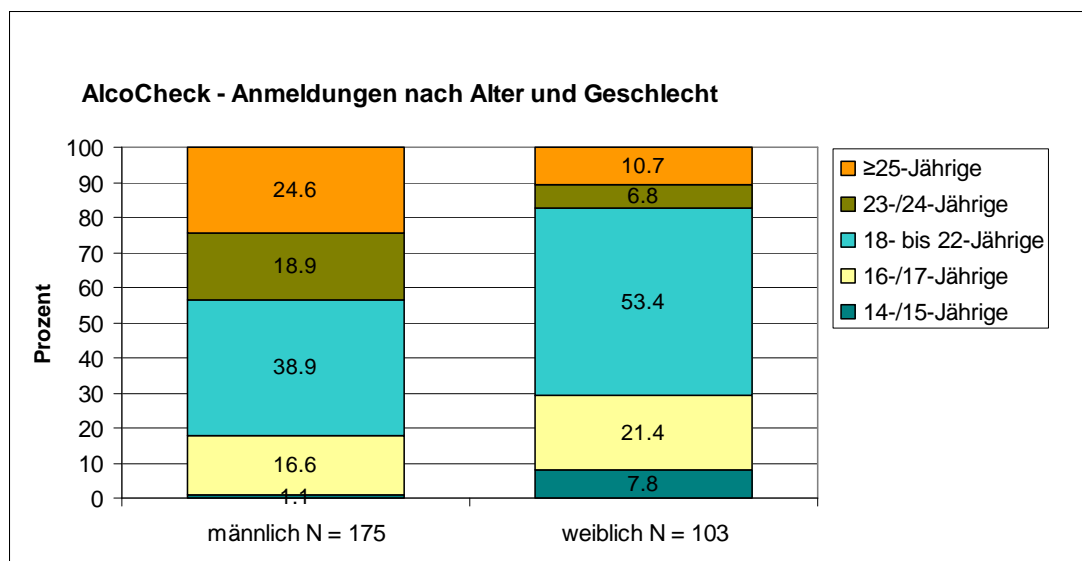




## 2. Auswertung AlcoCheck

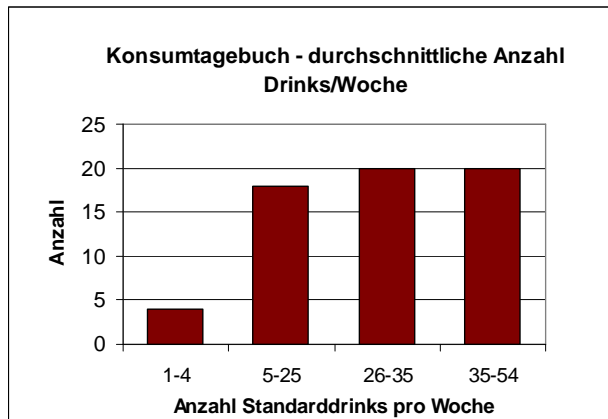
**AlcoCheck** ist ein elektronisches Trinktagebuch und dauert 30 Tage. Alle konsumierten alkoholischen Getränke werden ins «Drinktool» eingetippt. Jeweils Ende Woche erfolgt eine automatisierte Auswertung, welche Bezug nimmt zu den Angaben im Selbsttest. Um sich anzumelden, muss eine E-Mail-Adresse hinterlegt werden.

- 278 Personen haben sich für AlcoCheck angemeldet (63% männlich, 37% weiblich). Bei den männlichen Usern war die grosse Mehrheit zwischen 16 und 24 Jahre alt, ein Viertel vermutlich Erwachsene. Bei den weiblichen waren mehr als die Hälfte zwischen 18 und 22 Jahre alt. 30% waren jünger als 18 Jahre. Bei den Usern nur 18%.





- 57 (18.4%) haben das Konsumtagebuch ausgefüllt bis zur ersten Auswertung. Von diesen haben 31% eine Woche ausgefüllt, 40% zwei Wochen, 16% drei Wochen und 13% vier Wochen. Praktisch all Tagebücher sind lückenlos ausgefüllt.
- Vier Userinnen und User haben mehrere AlcoChecks hintereinander gemacht
- Von 57 Userinnen und Usern ist die Hälfte französischsprachig (viel mehr als bei den Tests).
- von den 62 Tests: durchschnittl. Anzahl Drinks/ Woche: 21 (Spektrum: von 1 bis 54)
- 8 von 57 Userinnen und Usern (14%) haben anschliessend ein AlcoLimit bis zur ersten Auswertung gemacht.



### 3. Auswertung AlcoLimit

**AlcoLimit** ist ein elektronisches Trinktagebuch, in welchem Trinkziele (Anzahl alkoholische Getränke pro Woche, Anzahl alkoholfreie Tage, etc.) gesetzt werden können. Es dauert sechs Wochen. Alle konsumierten alkoholischen Getränke werden ins «Drinktool» eingetippt. Jeweils Ende Woche erfolgt eine automatisierte Auswertung. Um sich anzumelden, muss eine E-Mail-Adresse hinterlegt werden.

- 92 Userinnen und User haben sich für AlcoLimit angemeldet (65% männlich, 35% weiblich). 40% der männlichen User waren 25 Jahre alt oder älter – vermutlich ein hoher Anteil an Erwachsener. Bei den Userinnen waren knapp 70% zwischen 18 und 22 Jahre alt.
- 19 (28%) haben Ziele formuliert und weitergemacht bis zur ersten Auswertung.
- von den 19 AlcoLimits: 13 User (7 franz., 6 deutsch). 8 haben davor schon einen AlcoCheck gemacht.



#### 4. Auswertung Feedbackbogen

Auf sämtlichen Auswertungsdokumenten erscheint ein Link zum Feedback-Bogen. Bis zum 30. Oktober 2009 haben diesen 170 Userinnen und User ausgefüllt.

AlcoTool scheint vor allem Userinnen und User, welche sich für das Konsumtagebuch und/oder für AlcoLimit angemeldet hatten angeregt zu haben, ihren Alkoholkonsum zu überdenken. 75% bejahten diese Frage. Bei denjenigen, die nur den Selbsttest ausgefüllt hatten, fiel dieser Anteil deutlich tiefer aus (44%).

