



Projekt *MyDrinkControl*

Nach der erfolgreichen Umsetzung von www.alcotool.ch für die Zielgruppe der Jugendlichen und jungen Erwachsenen, entwickelt die Berner Gesundheit im Auftrag der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern eine interaktive Website für Erwachsene zum Thema Alkoholkonsum. Die Website wird auf Deutsch und Französisch entwickelt und verfolgt die Ziele, User dazu anzuregen, ihren Alkoholkonsum kritisch zu hinterfragen und ihnen Instrumente zur Verfügung zu stellen, wie sie ihren Alkoholkonsum einschränken können. Im Vordergrund steht dabei die Hilfe zur Selbsthilfe.

Ausgangslage

Schätzungsweise 300'000 Personen in der Schweiz sind alkoholabhängig oder zumindest stark alkoholgefährdet, davon sind rund zwei Drittel Männer. Problematischer Konsum und Alkoholabhängigkeit haben vielfältige negative Auswirkungen. 2008 wurde www.alcotool.ch aufgeschaltet für Jugendliche. Diese Website wird sehr rege genutzt und es liegen viele Hinweise vor, dass eine interaktive Website wie AlcoTool auch bei Erwachsenen ein grosses Potential hat.

Projektziele

MyDrinkControl will Erwachsene auf eine niederschwellige Weise anregen, ihren Alkoholkonsum kritisch zu hinterfragen und unterstützt diejenigen, welche ihren Alkoholkonsum eine Zeitlang genauer beobachten und Trinkziele setzen möchten. Ein ausführlicher Info-Teil mit häufigen Fragen zum Thema Alkohol und weiterführenden Adressen von Fachstellen wird zur Verfügung gestellt.

Zielgruppe

AlcoTool richtet sich an die erwachsene Bevölkerung des Kantons Bern. Im Sinne der Chancengleichheit werden Massnahmen getroffen, damit *MyDrinkControl* auch für Bildungserne verständlich und ansprechend ist. Zudem sind gezielte Massnahmen geplant für die Erreichbarkeit von Personen mit Migrationshintergrund.

Aufbau der Website

MyDrinkControl besteht aus mehreren Elementen: Der **Selbsttest** liefert ein personalisiertes Feedback zu Fragen wie: Gibt es erste Hinweise, dass mein Alkoholkonsum problematisch ist? Das **elektronische Konsumtagebuch** hilft denjenigen, die ihren Alkoholkonsum über einen längeren Zeitraum beobachten möchten. Dort können verschiedene Trinkziele gesetzt werden. In den häufigen Fragen (**FAQs**) werden Informationen zum Thema Alkohol leicht verständlich und ansprechend aufbereitet. Die Website soll Smartphone-tauglich programmiert werden.

Mitwirkung der Zielgruppe

Während der Entwicklung von Gestaltung und Inhalte werden punktuell Feedbacks von Betroffenen eingeholt. Gezielt werden auch Personen mit Migrationshintergrund einbezogen.

Projektverlauf und Promotion

MyDrinkControl wird zwischen August 2011 und März 2012 entwickelt und voraussichtlich im April 2012 aufgeschaltet. Sodann beginnt die Promotion: Medienarbeit, Bekanntmachung der Website bei Hausärzten und bei ausgewählten Betrieben.

Kontakt:

Maya Mezzera, Projektleitung
Tel. 031 370 70 97 maya.mezzera@beges.ch
www.bernergesundheits.ch