

## nüchtern betrachtet

- trinkt fast jeder von uns Alkohol – kaum jemand macht sich darüber Gedanken.
- ist Alkohol der Grund, weshalb jedes Jahr immer mehr Mädchen und Jungen in Kliniken eingeliefert werden.
- will zu einem bewussten Umgang mit Alkohol anregen.
- wird für Alkohol zuviel geworben.
- hat Alkohol an Tankstellen nichts zu suchen.
- gehören Warnhinweise auf alkoholische Getränke.

„ Der Alkoholkonsum ist in Deutschland so alltäglich und allgegenwärtig, dass er kaum noch wahrgenommen wird. Die Kampagne „nüchtern betrachtet“ führt diese Allgegenwart des Alkohols durch den freiwilligen Verzicht und weitere Aktionen auf.

In Deutschland werden jedes Jahr zehn Liter reinen Alkohols pro Einwohner getrunken. Viele Menschen trinken - teilweise ohne es zu wissen - riskante Mengen an Alkohol. Eine bewusste Zeit des Verzichts hilft, den eigenen Alkoholkonsum wieder in geregelte, maßvolle Bahnen zu lenken. Hierfür ist „nüchtern betrachtet“ eine vorbildliche Aktion, die bereits in den letzten Jahren zahlreiche kreative Ideen und Beiträge hervorbrachte.

Mechthild Dyckmans, Bundesdrogenbeauftragte

Seien Sie dabei und setzen Sie ein Zeichen.

**Attraktive Preise im Gesamtwert von 3.000 € warten auf Sie.**

**Machen Sie mit. Und das im 6. Jahr!**

- Leben Sie zwischen dem 1. und 31. März 2012 ohne Alkohol. Das ist „Lohnender Verzicht!“
- Oder setzen Sie vom 1. bis 31. März 2012 ein alkoholfreies Zeichen, indem Sie eine alkoholfreie Aktion durchführen, z.B. alkoholfrei feiern, Plakate zum Thema entwerfen, Lieder oder Filme machen...

Wer bei dieser Kampagne mitmacht und uns die nebenstehende Teilnahmekarte ausgefüllt zusendet, ist zur Abschlussveranstaltung eingeladen und nimmt an der Verlosung von Preisen im Gesamtwert von 3.000 € teil. Einsendeschluss ist der 20. April 2012.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahmebedingungen unter [www.nuechtern-betrachtet-berlin.de](http://www.nuechtern-betrachtet-berlin.de)  
Nichtabgeholte Preise verfallen nach 3 Monaten.

### Bitte schon heute vormerken:

Die Preisvergabe findet während der Abschlussveranstaltung statt.

**Wann:** 1. Juni 2012, 17.00 – 20.00 Uhr  
**Wo:** Rathaus Zehlendorf  
Kirchstr. 1/3, 14163 Berlin  
*Sie sind herzlich eingeladen!*

Teilnahmekarte:

Ich bin dabei und setze ein alkoholfreies Zeichen. Ich führe zwischen dem 1. und 31. März 2012 folgende alkoholfreie Aktion mit Freunden, Familie oder im Kollegenkreis durch:

Sollten Sie Ihre Aktion ausführlicher beschreiben wollen, senden Sie uns bitte eine E-Mail an [post@nuechtern-betrachtet.de](mailto:post@nuechtern-betrachtet.de)

Ich bin dabei und setze ein alkoholfreies Zeichen. Ich lebe im gesamten Zeitraum vom 1. bis 31. März 2012 ohne Alkohol.

Wir bestätigen den Erfolg für:

Mein Zeuge ist:

Unterschrift:

Mein Zeuge ist:

Unterschrift:

alkoholfrei:  
leben blödeln lachen  
kreativ und witzig sein  
trinken musizieren bewusst genießen  
lernen tanzen feiern  
flirten mit allen sinnen genießen

### Initiatoren der Kampagne 2012:

Bezirksämter von Berlin: Friedrichshain-Kreuzberg ■ Steglitz-Zehlendorf ■ Treptow-Köpenick ■ Marzahn-Hellersdorf  
Freie Träger: Arbeiterwohlfahrt Landesverband Berlin e.V. ■ Blaues Kreuz i.D. e.V. Landesverband Berlin-Brandenburg ■ Koordination für Suchtprophylaxe in der Schule in Friedrichshain-Kreuzberg ■ Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V. ■ Stiftung SPI

### Mit freundlicher Unterstützung:

AOK Nordost - Die Gesundheitskasse ■ AWO Landesverband Berlin e. V. und AWO Kreisverbände in Berlin ■ Bionade GmbH FSD-Stiftung ■ Paritätischer Wohlfahrts-verband Berlin e. V. ■ Steckenpferd Kommunikation ■ Stiftung SPI

nüchtern betrachtet unterstützt die Berliner Jahreskampagne zur Suchtprävention.



### Schirmherrschaft:

- Jaecki Schwarz, Schauspieler
- Wolfgang Winkler, Schauspieler



*Ich bin dabei!*

### Kontakt

**Ove Fischer**      ove.fischer@ba-mh.verwalt-berlin.de  
+49 (0)30 902 93 38 53

**Jörg Meese**      joerg.meese@awoberlin.de  
+ 49 (0)30 253 89 263

**Dagmar Schütze**      berlin-brb@blaues-kreuz.de  
+49 (0)30 692 74 30 oder (0)30 363 82 87

nüchtern betrachtet – bewusst erlebt 2012

eine alkoholfreie Kampagne – machen Sie mit

... und das im 6. Jahr!

**Ich mache mit und bin dabei:**

Vor- und Zuname

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

E-Mail

Diese Angaben sind freiwillig und werden nach Ablauf der Kampagne gelöscht.

Rückantwort

nüchtern betrachtet

Blaukreuz-Zentrum  
Wrangelstraße 31

10997 Berlin

Bitte  
ausreichend  
fränkern