

Der Konsum von Alkohol ist in unserer Kultur tief verwurzelt. Der Genuss wird vielfach beworben. Alkohol ist ein Geschäft. Andererseits bekommen Menschen mit Alkohol Probleme und brauchen Hilfe. Die Kampagne will einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol fördern. Übernehmen wir Verantwortung. Alle! Politiker, Eltern, Fachleute, Erwachsene und junge Menschen! Auch du! Damit unerwünschte Nebenwirkungen und Langzeitschäden so klein wie möglich bleiben.  
Trinken mit Maß!

Il consumo di alcol è profondamente radicato nella nostra cultura e viene promosso in molteplici maniere. All'alcol sono legati grandi interessi economici, ma esso può creare problemi alle persone che diventano poi bisognose di aiuto. La campagna vuole promuovere un rapporto consapevole con l'alcol ed una assunzione di responsabilità per tutti: politici, genitori, professionisti del settore, adulti e ragazzi. Anche per te! Affinché gli effetti indesiderati ed i danni a lungo termine restino i minori possibili.  
Bere responsabile!



Luis Agostini Koch

## zu viel ist zu viel

Schon Paracelsus sagte „dass die Menge das Gift macht“. Alkoholische Getränke gehören für einen Großteil der Südtiroler Bevölkerung zum Lebensstil. Man feiert, unterhält sich und prostet sich zu. Ein maß- und genussvoller Konsum von alkoholischen Getränken bringt bei gesunden Menschen relativ geringe Risiken mit sich. Allerdings wird auch manchmal viel oder gar zu viel getrunken. Alkohol ist an und für sich giftig für den menschlichen Organismus. Er beeinträchtigt die Sinne und kann bei übermäßigem Konsum die Gesundheit schädigen. Diese Kampagne wirbt für einen maßvollen Umgang mit alkoholischen Getränken, damit – ganz nach Paracelsus – zuviel nicht zuviel wird.

### Troppo è troppo

Già Paracelso disse che “la dose fa il veleno”. Per una gran parte della popolazione altoatesina le bevande alcoliche fanno parte dello stile di vita. Si festeggia, ci si diverte e si brinda. Un consumo di bevande alcoliche moderato/responsabile e piacevole, comporta relativamente pochi rischi nelle persone sane. Tuttavia a volte si beve tanto o addirittura troppo. L'alcol di per sé è nocivo per l'organismo umano. Esso pregiudica i sensi e può danneggiare la salute se consumato in maniera eccessiva. Questa campagna vuol promuovere un uso responsabile di bevande alcoliche affinché – come diceva Paracelso – il troppo non sia troppo.



Monica Trettel Attrice

Anche noi nel nostro territorio viviamo in una società moderna e consumistica. Le merci vengono reclamizzate, tutto pare fattibile, ottenibile e sembra di avere solo vantaggi. Il rovescio della medaglia non viene mai esibito nella pubblicità dei prodotti. Anche la pubblicità dell'alcol si avvale di questa strategia: infatti fa vedere che quando si consumano determinate bevande alcoliche si è particolarmente rilassati, si hanno buone probabilità di conoscere qualcuno, ci si sente più in gamba in confronto agli altri... Logico, mostrando i lati negativi di un prodotto non si acquisisce nessun cliente. L'alcol comporta pericoli per sé stessi e per altri, può danneggiare notevolmente la salute e può portare a dipendenza. Questo non si trova nella pubblicità. Non lasciarti trascinare!

### Lass dich nicht hinreißen!

Auch wir leben in unserem Land in einer modernen Konsumgesellschaft. Waren werden angepriesen, alles scheint machbar, erhältlich und hat scheinbar nur Vorteile. Die Kehrseite der Medaille wird von der Produktwerbung nie gezeigt. Auch die Alkoholwerbung schließt sich dieser Strategie an. Wenn man bestimmte alkoholische Getränke konsumiert, ist man besonders relaxt, hat man besonders gute Chancen, jemanden kennen zu lernen, ist man cooler als die anderen... Logisch, mit den negativen Seiten eines Produktes gewinnt man keine Kunden. Alkohol bringt Gefahren für einen selbst und andere mit sich, kann die Gesundheit massiv schädigen und kann süchtig machen. Das findet man in der Werbung nicht. Lass dich nicht hinreißen!

# non farti trascinare

# ich bin dabei io ci sto

„Ich bin dabei“ sagt man in der Regel, wenn man von etwas begeistert oder überzeugt ist. Es bedeutet, dass andere etwas vormachen und man dem Beispiel folgen will. Nicht selten gibt dabei auch die Gruppe den Ton an. Wenn es um den Konsum von alkoholischen Getränken geht, sollte man überlegen, wo man dabei sein will, denn die Vorbilder sind zahlreich und gehen von der Angeberei mit der eigenen Trinkfestigkeit bis zu einem maß- und genussvollen Konsum. Jeder kann sich überlegen, wo er dabei sein will – die Kampagne will Vorbild sein für einen maß- und genussvollen Umgang mit Alkohol. Sei dabei!

„Io ci sto“ si dice di solito quando si è entusiasti oppure convinti di una cosa. Significa che altri fanno una cosa e io sono disposto a seguirne l'esempio. Non raramente anche il gruppo detta legge. Quando si tratta del consumo di bevande alcoliche si dovrebbe riflettere fin dove si vuole „starci“ perché i modelli sono parecchi e vanno dal vantarsi della propria capacità di bere tanto, fino ad un consumo moderato/responsabile e piacevole. Ognuno può ragionare a che cosa partecipare. La campagna vuole essere modello di esempio per un uso di alcol moderato/responsabile e piacevole. Stacci anche tu!



**Renate Gamper** *Chefin einer Dachdeckerfirma*

# Alkohol und Arbeit geht nicht

Es ist noch gar nicht so lange her, da wurden manche alkoholische Getränke als gute Durstlöscher gesehen. Ein Kasten Bier auf der Baustelle oder Wein als Standardangebot in den Betriebsmensen waren eine Selbstverständlichkeit. Mittlerweile ist allerdings das Bewusstsein gestiegen, dass alkoholische Getränke die Wahrnehmung und die Denkleistung beeinträchtigen können und damit sowohl Leistungsfähigkeit senken wie auch Gefahren am Arbeitsplatz erzeugen können. Wer schwere Maschinen lenkt oder sich gefährlichen Situationen – wie etwa auf einem Rohbau eines Hauses – aussetzt, kann im alkoholisierten Zustand eine Gefahr für sich und andere darstellen. Überall, wo geistige und körperliche Fitness Voraussetzung ist, sollte auf Alkohol verzichtet werden: im Straßenverkehr, beim Sport, in der Schule und bei der Arbeit.

## **Alcol e lavoro non stanno bene insieme**

Non è trascorso molto tempo da quando certe bevande alcoliche sono state viste come dei buoni dissetanti. Una cassa di birra in cantiere o il vino come rifornimento standard nelle mense aziendali era cosa ovvia. Ormai è aumentata la consapevolezza che le bevande alcoliche possono pregiudicare la percezione e la capacità di ragionare e quindi diminuire il rendimento e generare altri pericoli sul luogo di lavoro. Chi guida macchine pesanti o si espone a situazioni pericolose – come per esempio trovarsi in stato di ebbrezza sull'impalcatura di una casa da ristrutturare – può essere un pericolo per sé stesso e per altri. Sempre quando è necessario che la mente e il fisico siano al massimo delle loro prestazioni, bisognerebbe rinunciare ad assumere alcol: alla guida, durante lo sport, a scuola ed al lavoro.



**Paolo Izzo** *Operatore culturale giovanile*

Nella nostra vita prendiamo tante decisioni valutandone i vantaggi e gli svantaggi. Tuttavia talvolta adottiamo degli atteggiamenti che danno l'impressione che i vantaggi prevalgano e che gli svantaggi siano solo di breve durata. Il consumo di bevande alcoliche può, di fatto, comportare determinati effetti desiderati: piacere, buon umore, agio, rilassamento. Ma con l'aumento della quantità di alcol bevuto aumentano anche i pericoli per la propria salute e per quella degli altri: intossicazioni, ebbrezza alla guida, disinibizione e, non ultimo, perdita del controllo possono compromettere la vita. Usa la testa!

## **Gebrauch deinen Verstand!**

In unserem Leben treffen wir viele Entscheidungen, bei denen wir die Vorteile gegen die Nachteile abwägen. Manchmal kommt es allerdings zu Verhaltensweisen, wo der Eindruck entsteht, die Vorteile überwiegen und die Nachteile sind nur von kurzer Dauer. Der Konsum von alkoholischen Getränken kann durchaus bestimmte erwünschte Effekte erzielen: Genuss, gute Stimmung, Gemütlichkeit, Entspannung. Doch mit der zunehmenden Menge des getrunkenen Alkohols steigen auch die Gefahren hinsichtlich der eigenen Gesundheit und der anderer Menschen: Vergiftungen, Trunkenheit im Straßenverkehr und nicht zuletzt die Enthemmung bis zum Kontrollverlust können Leben gefährden. Gebrauch deinen Verstand!

# usa la testa

