

Sucht und Drogen

Abhängig oder süchtig sein bedeutet, dass jemand ein großes Verlangen nach einer bestimmten Substanz hat, den Konsum nicht mehr kontrollieren kann und deswegen auch andere Dinge vernachlässigt. Ein Zeichen von Abhängigkeit kann sein, dass der Konsum trotz gesundheitlicher Schäden fortgesetzt wird. Zum Beispiel, wenn Personen weiterrauen, obwohl sie wissen, wie schädlich es für die Gesundheit ist oder bereits gesundheitliche Schäden haben.

Wonach kann man süchtig werden?

Man unterscheidet zwischen substanzbezogenen Suchtformen (z.B. Drogen) und Suchtformen mit denen bestimmte Verhaltensweisen in Verbindung stehen.

Bei stoffgebundenen Süchten kann es sich um eine Abhängigkeit von legalen/ oder illegalen Substanzen handeln sowie auch um bestimmte Lebensmittel z.B. Kaffee, Energydrinks, Zucker etc.

Stoffungebundene Süchte verlangen nach bestimmten Verhaltensweisen z.B. Glücksspiele, Computerspiele, Wetten, Konsum von sozialen Medien, Essstörungen, Kaufsucht etc.

Falls du gerade bemerkt hast, dass du eventuell an einer Sucht leiden könntest oder dich das Thema psychische Gesundheit interessiert, gibt es die Infobroschüre „[Wie geht es DIR?](#)“ mit geprüften Informationen von der Österreichischen Jugendinfo. Du findest die Broschüre auf unserer Website www.infoeck.at, wo es auch die Möglichkeit gibt, sie gratis zu bestellen.

Legale Substanzen:

Rauchen

Nikotin ist eines der weitverbreitetsten Suchtmittel weltweit. Zigaretten können sehr schnell süchtig machen, bei einigen Jugendlichen schon innerhalb weniger Wochen. Aber wie weiß man, ob man süchtig ist? Die meisten Menschen rauchen, weil sich ihr Körper an die Zigaretten gewöhnt hat und sie einen starken Drang verspüren, zu rauchen.

Auf feel-ok.at findest du eine einfache Methode und wichtige Fragen, woran du feststellen kannst, ob du süchtig bist oder nicht, zudem findest du dort auch interessante Infos über Rauchen und Sucht sowie Tests, Quizze und Videos.

Rauchstopp

Jugendinfo – Familieninfo – SeniorInneninfo

InfoEck der Generationen | Bozner Platz 5, 6020 Innsbruck | 0800 800 508 | info@infoeck.at

InfoEck der Generationen Imst | Johannesplatz 6-8, 6460 Imst | 05412 66 500 | oberland@infoeck.at

InfoEck – Jugendinfo Wörgl | Christian-Plattner-Straße 8, 6300 Wörgl | 0664 88 742 308 | woergl@infoeck.at

Um mit dem Rauchen aufzuhören gibt es einige Möglichkeiten, doch manchmal ist es nicht so einfach wie man denkt. Mit guter Vorbereitung, klaren Gründen und der richtigen Unterstützung eventuell auch mit professioneller Hilfe fällt das Ganze dann schon leichter. Auf rauchfrei.at findest du viele hilfreiche Tipps um mit dem Rauchen aufzuhören, zudem gibt es dort auch die Möglichkeit sich telefonische und kostenlose professionelle Beratung von Gesundheitspsychologen zu holen.

Tabak

Kann in verschiedenen Formen konsumiert werden, z.B. als skandinavischer Snus oder als indonesische Nelkenzigarette. Allerdings gilt es zu beachten, egal in welcher Form der Konsum von Tabakprodukten stattfindet er bleibt gesundheitsschädlich.

Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren dürfen Tabak und deren Erzeugnisse nicht erwerben oder in der Öffentlichkeit konsumieren. Zudem dürfen auch Wasserpfeifen, E-Shishas, elektronische Zigaretten sowie die dafür verwendeten Tabake, Melasse Mischungen und Liquids zur Verbrennung bzw. zur Verdampfung nicht erworben oder in der Öffentlichkeit konsumiert werden.

Zigaretten

Zigaretten enthalten mehr als 600 verschiedene Zusatzstoffe wobei einige bei hohen Temperaturen giftige Substanzen bilden, die krebserzeugend und gesundheitsschädlich sein können.

Tabakerhitzer

Sind relativ neue Produkte bei denen der Tabak elektrisch erhitzt wird, um Dampf zu produzieren. Es fehlen derzeit noch Langzeit-Studien, dennoch deuten bisherige Untersuchungen darauf hin, dass sie weniger Schadstoffe enthalten als Zigaretten.

Zigarren und Zigarillos

Zu den weiteren Tabakprodukten zählen unter anderem Zigarren und Zigarillos, dabei wird der Rauch nicht eingeatmet, sondern bleibt im Mundraum. Das kann zur Folge haben, dass dort bösartige Wucherungen auftreten können, zudem enthalten Zigarren oder Zigarillos ebenfalls Nikotin und können daher süchtig machen.

Pfeifen

Beim Pfeife rauchen ist es ähnlich wie beim Zigarren rauchen, da der Rauch ebenfalls mehrere Sekunden im Mund verbleibt. Zudem kann es auch zur Bildung von Tumoren an Lippen und Zungenspitze kommen. Des Weiteren verbinden sich die krebserregenden Stoffe mit dem Speichel und werden über die Mundschleimhaut aufgenommen, das kann dazu führen, dass Geschwüre im Verdauungssystem oder in der Blase entstehen.

E-Zigaretten und E-Shishas

Dabei handelt es sich um elektronische Geräte die eine nikotinhaltige Flüssigkeit (Liquid) verdampfen und zum Einatmen bereitstellen. Derzeit ist noch nicht genau bekannt wie gesundheitsschädlich das Dampfen ist. Kurzzeitige Auswirkungen können Entzündungsreaktionen in den Bronchien sein zudem kommt dazu, dass E-Zigaretten nicht reguliert sind und es bei ihnen keine Qualitätskontrollen gibt.

Wasserpfeifen

Sind nicht harmloser als normale Zigaretten, im Gegenteil kann es sogar gefährlicher sein, da beim Wasserpfeifen rauchen eine höhere Menge an Nikotin aufgenommen wird. Die Inhaltstoffe im Rauch sind zwar ähnlich, aber die Konzentration der Substanzen ist teilweise deutlich höher.

Nikotinbeutel

Oder auch Nikotinpouches sind kleine nikotinhaltige Beutel, die man im Mund unter die Ober- oder Unterlippe oder in die Backettasche schiebt. Sie sind die legale Alternative zu skandinavischen Snus. Das Nikotin gelangt dann über die Mundschleimhaut in den Blutkreislauf und so in das Gehirn. Der Nikotinspiegel im Blut steigt dabei ziemlich schnell an, teilweise höher als beim Konsum von Zigaretten oder E-Zigaretten. Zudem kommt dazu, dass der Nikotingehalt von Produkt zu Produkt sehr unterschiedlich sein kann. In den Nikotinbeuteln ist kein Tabak enthalten, sie sind mit Pflanzenfasern gefüllt die mit Nikotin versetzt werden und z.B. nach Minze oder Frucht schmecken. Folgen des Konsums können Entzündungen der Mundschleimhaut sowie Nikotinabhängigkeit sein zudem kommt es zu Entzugerscheinungen, wenn der Nachschub länger ausbleibt. Entzugssymptome können Unruhe, Gereiztheit, Unkonzentriertheit etc. sein. Beim Erstkonsum kann es zudem zu einer Überdosierung sowie zu einer Nikotinvergiftung kommen, welche von Symptomen wie Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen oder noch schlimmer bis zu schweren Vergiftungserscheinungen wie etwa Atemprobleme oder Kreislaufkollaps führen kann. *Vorsicht:* Seit März 2023 sind der Konsum und der Erwerb von Nikotinbeuteln für unter 18-Jährige verboten.

Skandinavischer Snus

Skandinavischer Snus oder auch Mundtabak (Bezeichnung in Skandinavien) sind Nikotinbeutel mit Tabak, der mit Salzen versetzt wurde und ähnlich wie die Nikotinbeutel hinter der Oberlippe gehalten wird. Die Salze im Tabak halten ihn feucht und rauhen gleichzeitig die Mundschleimhaut auf, damit der Wirkstoff direkt vom Blutkreislauf aufgenommen werden kann. Das hat zur Folge, dass vom Körper mehr Nikotin aufgenommen wird als beim Rauchen und dementsprechend die Wirkung stärker ist. **Laut europäischen Tabakrichtlinien ist Snus in der gesamten EU mit Ausnahme von Schweden verboten.**

Jugendinfo – Familieninfo – SeniorInneninfo

InfoEck der Generationen | Bozner Platz 5, 6020 Innsbruck | 0800 800 508 | info@infoeck.at

InfoEck der Generationen Imst | Johannesplatz 6-8, 6460 Imst | 05412 66 500 | oberland@infoeck.at

InfoEck – Jugendinfo Wörgl | Christian-Plattner-Straße 8, 6300 Wörgl | 0664 88 742 308 | woergl@infoeck.at

Schnupftabak

Bei Schnupftabak oder auch Snuff handelt es sich um eine Mischung aus mehreren Sorten Tabak, der durch die Nase eingesaugt und über die vorderen Nasenschleimhäute aufgenommen wird. Ähnlich wie bei einem Nikotinbeutel gibt es Schnupftabak in verschiedenen Geschmacksrichtungen. Der Konsum von Snuff kann Mund- und Bauspeicheldrüsenkrebs verursachen.

Alkohol

Alkohol ist eine Alltagsdroge die von viele Menschen konsumiert wird, aber auch die Ursache von Krankheiten, Sucht und Unfällen sein kann. Der Konsum von Alkohol ist sehr zwiespältig, da der Genuss und die Gefahr sehr nahe beieinanderliegen. Die Folgen von übermäßigen Alkoholkonsum können ganz unterschiedlich sein, sie können im körperlichen, psychischen und sozialen Bereich liegen. Körperlich kann Alkohol fast jedes Organ im Körper schädigen, nachweislich gibt es mehr als 60 Krankheiten die mit Alkoholkonsum verknüpft sind z.B. Tumore, Probleme mit dem Herz-Kreislauf-, Verdauungs-, Immun- und Nervensystem, oder auch psychiatrische Folgen wie etwa Alkoholabhängigkeit etc.

Laut Tiroler Jugendschutzgesetz dürfen Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren keine alkoholischen Getränke erwerben oder in der Öffentlichkeit konsumieren. Das Weiter dürfen Jugendliche zwischen 16 und 18 Jahren gebrannte alkoholische Getränke und Mischungen die diese enthalten nicht konsumieren oder erwerben.

Schlaf -und Beruhigungsmittel

Sind Arzneimittel die auf die Psyche wirken, es handelt sich hierbei vor allem um Benzodiazepine und ähnliche Stoffe, die chemisch aufgebauten Wirkstoffe werden oft als Entspannungs- und Beruhigungsmittel (Tranquilizer) oder als Schlafmittel (Hypnotika) eingesetzt. Sie werden meistens zur Behandlung von Spannungs-, Erregungs- und Angstzuständen, Schlafstörungen und bei muskulären Verspannungen eingesetzt, dabei kann es allerdings zu unerwünschten Nebenwirkungen kommen wie. z.B. Kopfschmerzen, Trägheit, Schwindelgefühl etc. Zudem besteht noch die Gefahr einer Abhängigkeit, die meistens dort entsteht, wenn eine längere Einnahme des Medikaments nötig ist. Ein Medikamentenmissbrauch liegt dann vor, wenn eine höhere Dosis als verordnet oder ein Konsum über längere Zeit als nötig konsumiert wird, das kann zur Folge eine Medikamentenabhängigkeit mit Entzugssymptomen zur Folge haben. Die Auswirkungen auf den Körper sind bei kurzfristigem und dosiertem Gebrauch relativ gering, bei höherer Dosierung sowie bei langfristiger Einnahme kann sich dies aber schnell ändern. Bei höherer Dosierung kann es z.B. zu Gedächtnisstörungen, verminderter Aufmerksamkeit oder zu Beeinträchtigungen der Gefühlsebenen kommen, des Weiteren steigt die Gefahr von Unfällen und Stürzen. Bei Langzeiteinnahmen kann es wiederum zu emotionalem Desinteresse, Gereiztheit, schnellerer Erschöpfbarkeit etc. führen.

Illegale Substanzen

Amphetamine

Sind psychoaktiven Substanzen, welche eine anregende und aufputschende Wirkung haben. Sie sind chemisch aufgebaute Stoffe, die den körpereigenen Hormonen Adrenalin und Noradrenalin sehr ähnlich sind. Methamphetamin ist ein ähnlicher Wirkstoff hat jedoch eine stärkere und längere Wirkung. Die Wirkung und die Wirkungsdauer sind von Dosierung, Konsumhäufigkeit und Umfeld von Person zu Person unterschiedlich. Nach dem Abbau der Amphetamine im Körper braucht das Gehirn Tage bis Wochen bis das Gleichgewicht der Neurotransmitter wiederhergestellt ist, währenddessen kann sich die Wirkung ins Gegenteilige umschlagen. Mögliche Langzeitfolgen: psychische Abhängigkeit, Aggressionen, Depressionen, ständige Unruhe, Schlafstörungen, starke Ängstlichkeit und Psychosen (z.B. Verfolgungswahn). Zudem gibt es wissenschaftliche Hinweise darauf, dass die Substanz Veränderungen und Schädigungen am Gehirn vornimmt. Dazu kommt noch, dass man unter Einfluss der Substanz, den Körper vernachlässigt und es so auch zu körperlichen Veränderungen kommt (wie z.B. Mangelerscheinungen).

Cannabis

Ist die lateinische Bezeichnung für den indischen Hanf, der das berauschende THC enthält. Cannabis wird geraucht in Form von Haschisch (gepresstes Harz von der Blüte) oder Marihuana (getrocknete Blüte und Blätter). Die berauschende Wirkung hängt von vielen Faktoren ab: Konsumart, Dosis und Umgebung. Cannabis wirkt meist anregend wobei es zu einem späteren Zustand entspannend und einschläfernd wirkt. Generell gilt, dass psychoaktive Substanzen die bestehende Stimmung verstärken. Der Konsum von Cannabis führt zu Stimmungs- und Wahrnehmungsveränderungen (Empfindlichkeit für Musik, Licht und Farben ist höher), Reaktionszeitverlangsamung und Konzentrationsstörungen. Bei Menschen mit einer Veranlagung für Schizophrenie kann der Konsum von Cannabis den Ausbruch der Krankheit beschleunigen, zudem kann der Konsum zu psychischer Abhängigkeit führen. Langzeitfolgen nach hohem Konsum: Verminderung der Aufmerksamkeit, Konzentrations- Gedächtnisprobleme und verminderte Lernfähigkeit. Bei Jugendlichen kann der Konsum zur Beeinträchtigung von Entwicklungsprozessen führen und verdeckte psychische Probleme aktivieren. Verminderte Lungenfunktion und höhere Anfälligkeit für Atemwegserkrankungen können Folgen von einigen Jahren von Cannabiskonsum sein.

Ecstasy

Ist eine psychoaktive Substanz die Gefühle, Emotionen verstärkt und die Wahrnehmung beeinflusst. Ecstasy bewirkt vor allem eine vermehrte Freisetzung der Neurotransmitter Serotonin, Noradrenalin und in geringerem Maße Dopamin. Auswirkungen auf den Körper sind Verringerung des Hungergefühls, Durstgefühls, erhöhte Aufmerksamkeit/Wachheit, Erhöhung der Körpertemperatur und des Blutdruckes, sowie einer Verstärkung

glückhafter Gefühle. Wenn die Wirkung nach einigen Stunden abnimmt, kann sich das Rad drehen und ins Gegenteil kehren: Müdigkeit, Erschöpfung, Verwirrung sowie Traurigkeit und depressive Verstimmungen können auftreten. Das Gehirn braucht bis zu vier Wochen um seinen, normalen Serotonin-Spiegel wiederaufzubauen. Mögliche Langzeitfolgen könnten unter anderem eine Veränderung des Serotonin-Systems im Gehirn sein sowie Unsicherheit, Ängstlichkeit, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen, Erschöpfung und länger anhaltende depressive Phasen. Zudem kann es noch zu einer psychischen Abhängigkeit kommen.

Heroin

Ist ein halbsynthetisches Opiat, Opiate werden aus der Opiumpflanze (Schlafmohn) gewonnen das wiederum im Labor mit Essigsäureanhydrid aufgekocht wird. Heroin hat dieselbe Wirkung wie Morphin nur in einem stärkeren Ausmaß. Die Substanz wirkt Schmerz/Angst hemmend, hebt die Stimmung und steigert das Wohlbefinden. Zudem reduziert sie Atembeschwerden sowie Hustenreiz und Durchfall. Nach der Einnahme kommt es direkt zu dem so genannten Flash, danach stellt sich ein beruhigender Zustand ein. Eine durchschnittliche Dosis hat eine Wirkungsdauer von ca. 5-8 Stunden, allerdings flacht die Wirkung nach der Einnahme direkt auf die Hälfte ab. Beim unhygienischen Spritzen von Heroin kann es zu Infektionen kommen wie z.B. Blutvergiftungen, Abszesse oder aber auch zu schwereren Krankheiten wie z.B. HIV, oder Hepatitis. Beim Rauchen kann es zu Schädigungen von Atemwegen, Lungen und Nasenschleimhäuten führen. Des Weiteren kann es bei einer Überdosis zu einem allergischen Schock oder zum Tod führen.

Kokain

Wird aus den Blättern des Kokastrauches gewonnen, der Hauptwirkstoff ist dabei das pflanzliche Kokain-Hydrochlorid mit einem Wirkstoffanteil von bis zu 95%. Kokain kann geschnupft, gespritzt oder gegessen werden, nach chemischen Veränderungen kann es auch geraucht werden dabei ist es unter den Namen „Crack oder Freebase“ bekannt. Beim Spritzen und Rauchen tritt die Wirkung schneller und stärker ein, daher ist die Gefahr auch größer schneller abhängig zu werden. Die Folge daraus kann ein Zwang sein, der verlangt, dass man öfters konsumiert. Beim Konsum von kleinen und mittleren Dosen hängt die psychische Wirkung stark von der individuellen Erwartung, Stimmung und äußeren Einflüssen ab. Die Wirkung von Kokain ist körperlich sowie psychisch aufputschend, weitere psychische Wirkungen sind: Glücksgefühle, Steigerung des Antriebs/der Lust/der Potenz sowie der Kontaktfreudigkeit. Auf körperlicher Ebene steigt der Blutzuckerspiegel, die Körpertemperatur, die Herzfrequenz und der Blutdruck, der Körper stellt sich dabei auf Aktivität ein. Zudem wird das Hunger- und Durstgefühl gesenkt. Bei einer starken Dosis kann es zu Halluzinationen kommen, wobei auch Psychosen möglich sind die dann auch zu paranoiden Erlebnissen führen können wie etwa Verfolgungswahn oder Angstzustände. Beim Abflachen der Wirkung kommt es zu einem gefühlsmäßigen Tief,

Jugendinfo – Familieninfo – SeniorInneninfo

InfoEck der Generationen | Bozner Platz 5, 6020 Innsbruck | 0800 800 508 | info@infoeck.at

InfoEck der Generationen Imst | Johannesplatz 6-8, 6460 Imst | 05412 66 500 | oberland@infoeck.at

InfoEck – Jugendinfo Wörgl | Christian-Plattner-Straße 8, 6300 Wörgl | 0664 88 742 308 | woergl@infoeck.at

wobei es zu Symptomen wie etwa: Schlaflosigkeit, vermindertes Interesse an Nahrung und Sexualität sowie Depressionen und suizidale Tendenzen kommt. Langzeitfolgen: Veränderung der Psyche, Ruhelosigkeit, Reizbarkeit, Gewalttätigkeit, unbegründete Angstzustände und Verwirrtheit. Folgeschäden des Körpers: höhere Gefahr von Infektionen, körperlicher Abbau, Intelligenzminderung, Konzentrationsprobleme und eingeschränkte Merk- und Lernfähigkeit. Des Weiteren kann es bei einer Überdosis zu einem allergischen Schock oder zum Tod führen.

Für weitere Informationen zum Thema Sucht sowie legale/illegale Substanzen findest du hier eine Liste:

<p>Feel-ok.at www.feel-ok.at</p>	<p>Bietet dir auch weitere interessante Infos über Rauchen und Sucht sowie Tests, Quiz und Videos</p>
<p>Alkohol? Kenn dein Limit www.kenn-dein-limit.info</p>	<p>Liefert Tipps, Tests und Infos rund um das Thema Alkohol</p>
<p>Anonyme Alkoholiker www.anonyme-alkoholiker.at</p>	<p>Selbsthilfeorganisation für anonyme Alkoholikerinnen und Alkoholiker in Deutschland, Österreich, Schweiz und Südtirol</p>
<p>Drugcom.de www.drugcom.de</p>	<p>Infos über Drogen, Wissenstests, Drogenlexikon, Selbsttest und vieles mehr</p>
<p>It's up 2u www.it'sup2u.at</p>	<p>Infomaterialien zu Alkohol, Drogen, Rauchen und dem Suchtmittelgesetz</p>
<p>Info Dealer www.praevention.at</p>	<p>Ist das Internetportal des Instituts Suchtprävention. Hier findest du Infos zu den Themen Alkohol, Nikotin, Cannabis und diverse Substanzen, sowie andere Abhängigkeiten, wie z.B. Onlinesucht und Glücksspielsucht.</p>
<p>Kontakt+co www.kontaktco.at/</p>	<p>Tiroler Fachstelle für Suchtprävention</p>
<p>Null Alkohol, voll Power www.null-alkohol-voll-power.de</p>	<p>Infos zu Alkohol und seiner Wirkung</p>

Jugendinfo – Familieninfo – SeniorInneninfo

InfoEck der Generationen | Bozner Platz 5, 6020 Innsbruck | 0800 800 508 | info@infoeck.at

InfoEck der Generationen Imst | Johannesplatz 6-8, 6460 Imst | 05412 66 500 | oberland@infoeck.at

InfoEck – Jugendinfo Wörgl | Christian-Plattner-Straße 8, 6300 Wörgl | 0664 88 742 308 | woergl@infoeck.at

<p>Rat auf Draht www.rataufdraht.at/themenubersicht/sucht</p>	<p>Der Notruf für Kinder und Jugendliche Rat auf Draht hat auf seiner Website Informationen und viele Tipps rund um das Thema Sucht. Zusätzlich zu Telefonberatung bietet Rat auf Draht auch Online und Chat Beratung an</p>
<p>Rauchfrei www.rauch-frei.info</p>	<p>Informationen über Wirkungen, Risiken und gesundheitliche Folgeschäden des Rauchens. Auf der Seite kannst du Selbsttests und Quizes machen und die persönlichen Geschichten über das Rauchen und Nichtrauchen von anderen jungen Menschen lesen.</p>
<p>Rauchfrei rauchfrei.at</p>	<p>Liefert viele interessante Infos zum Thema Rauchen, Tabakindustrie und -produkte, Gerüchte & Wahrheit rund ums Rauchen sowie Tipps und Tricks zum Rauchstopp</p>
<p>Suchtvorbeugung suchtvorbeugung.net</p>	<p>Infos über Cannabis, Tabak, Glücksspiele und Sportwetten sowie Alkohol.</p>
<p>Jugendschutz www.oesterreich.gv.at</p>	<p>Auszug des Jugendschutzgesetzes. Wobei es von Bundesland zu Bundesland zu kleinen Abweichungen innerhalb des Jugendschutzgesetzes kommen kann.</p>
<p>Rechtsinformationssystem des Bundes www.ris.bka.gv.at</p>	<p>Auszug des Jugendschutzgesetzes für Tirol.</p>

Jugendinfo – Familieninfo – SeniorInneninfo

InfoEck der Generationen | Bozner Platz 5, 6020 Innsbruck | 0800 800 508 | info@infoeck.at

InfoEck der Generationen Imst | Johannesplatz 6-8, 6460 Imst | 05412 66 500 | oberland@infoeck.at

InfoEck – Jugendinfo Wörgl | Christian-Plattner-Straße 8, 6300 Wörgl | 0664 88 742 308 | woergl@infoeck.at

<p>InfoEck www.infoeck.at</p>	<p>Kurze grafische Darstellung des Jugendschutzes</p> <div style="background-color: #2c3e50; color: white; padding: 5px;"> <p>#jugendschutz</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #2c3e50; color: white;"></th> <th style="background-color: #f1c40f; color: white;">unter 14 J.*</th> <th style="background-color: #f1c40f; color: white;">14-16 J.</th> <th style="background-color: #f1c40f; color: white;">16-18 J.</th> <th style="background-color: #f1c40f; color: white;">ab 18 J.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="5" style="background-color: #2c3e50; color: white;">AUSGEHEN</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #2c3e50; color: white;">bis 23 Uhr (OÖ: 22 Uhr)</td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> </tr> <tr> <td style="background-color: #2c3e50; color: white;">bis 1 Uhr (OÖ: 24 Uhr)</td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> </tr> <tr> <td style="background-color: #2c3e50; color: white;">ohne Begrenzung</td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> </tr> <tr> <td colspan="5" style="background-color: #2c3e50; color: white;">ALKOHOL</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #2c3e50; color: white;">gebrannt (Alkopops, Schnaps, ...)</td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> </tr> <tr> <td style="background-color: #2c3e50; color: white;">nicht gebrannt (Bier, Wein)</td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> </tr> <tr> <td colspan="5" style="background-color: #2c3e50; color: white;">RAUCHEN</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #2c3e50; color: white;">(E-Zigaretten, Shishas, ...)</td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #e74c3c; color: white;"></td> <td style="background-color: #27ae60; color: white;"></td> </tr> </tbody> </table> <p style="font-size: small; margin-top: 5px;"> Achtung: Deine Erziehungsberechtigten können innerhalb der gesetzlichen Bestimmungen kürzere Ausgehzeiten festlegen! Mehr Infos: www.jugendportal.at <small>* In Salzburg gilt diese Bestimmung für 12- bis 14-Jährige, Kinder unter 12 Jahren dürfen bis 21 Uhr alleine unterwegs sein.</small> </p> </div>		unter 14 J.*	14-16 J.	16-18 J.	ab 18 J.	AUSGEHEN					bis 23 Uhr (OÖ: 22 Uhr)					bis 1 Uhr (OÖ: 24 Uhr)					ohne Begrenzung					ALKOHOL					gebrannt (Alkopops, Schnaps, ...)					nicht gebrannt (Bier, Wein)					RAUCHEN					(E-Zigaretten, Shishas, ...)				
	unter 14 J.*	14-16 J.	16-18 J.	ab 18 J.																																															
AUSGEHEN																																																			
bis 23 Uhr (OÖ: 22 Uhr)																																																			
bis 1 Uhr (OÖ: 24 Uhr)																																																			
ohne Begrenzung																																																			
ALKOHOL																																																			
gebrannt (Alkopops, Schnaps, ...)																																																			
nicht gebrannt (Bier, Wein)																																																			
RAUCHEN																																																			
(E-Zigaretten, Shishas, ...)																																																			

Du brauchst Hilfe und/oder Unterstützung?

Wenn du Hilfe und Unterstützung benötigst, kannst du dich an untenstehende Beratungsstellen wenden.

<p>Ambulante Suchtprävention www.isd.or.at</p>	<p>Kostenlose und anonyme Beratung für Jugendliche der Innsbrucker Sozialen Dienste (ISD)</p>
<p>Drogenambulanz psychiatrie.tirol-kliniken.at</p>	<p>Psychologische Beratung und Sozialberatung der Universitätsklinik Innsbruck</p>
<p>Drogenarbeit Z6 www.drogenarbeitz6.at</p>	<p>Anonyme, vertrauliche und kostenlose Beratung und Information zu Drogen, Alkohol und Sucht, sowie Drogen Checks und Partyarbeit. Beratung vor Ort, telefonisch oder online.</p>
<p>Verein Suchtberatung Tirol www.suchthilfe.tirol</p>	<p>Kostenlose Beratung für Abhängigkeitserkrankte oder -gefährdete und ihre Angehörigen bei Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit, Nikotin- und Spielsucht.</p>

www.infoeck.at

Die Informationen wurden von den MitarbeiterInnen des InfoEck eingeholt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Qualität des Angebotes kann keine Gewähr übernommen werden. Die Auflistung erfolgt ohne Wertung und Empfehlung. Die Informationen stehen unter der Creative Commons Lizenz „Namensnennung“. Impressum: Verein Generationen und Gesellschaft, Bozner Platz 5, 6020 Innsbruck, ZVR 399 463 751

Stand: Mai 2023/nr