



HALT

Deine Mini-Alkohol-Übersicht

Mehr Informationen unter:
www.null-alkohol-voll-power.de

| Wie viel ist drin? | Alkoholgehalt | reiner Alkohol |
|-------------------------------|----------------|----------------|
| Bier (0,5 l) | ca. 5,0 Vol.-% | ca. 20 g |
| Biermixgetränk (0,33 l) | ca. 2,5 Vol.-% | ca. 6,6 g |
| Alkopops-Mixgetränk (0,275 l) | ca. 5,0 Vol.-% | ca. 11 g |
| Wein (0,25 l = ein Schoppen) | ca. 11 Vol.-% | ca. 22 g |
| Wein, Sekt (0,1 l) | ca. 11 Vol.-% | ca. 9,0 g |
| doppelter Schnaps (4 cl) | ca. 35 Vol.-% | ca. 12 g |

Berechnung der BAK (Blut-Alkohol-Konzentration) mit der Widmark-Formel. **Aber Vorsicht:** diese Formel kann uns nur einen **groben Annäherungswert** liefern und den BAK nur **schätzen** lassen!

Für Frauen:



Getrunkene Menge
reiner Alkohol in Gramm

 $\text{Körpergewicht in kg} \times 0,6$
= BAK
(Blut-Alkohol-Konzentration)

Für Männer:



Getrunkene Menge
reiner Alkohol in Gramm

 $\text{Körpergewicht in kg} \times 0,7$
= BAK
(Blut-Alkohol-Konzentration)

Übrigens: Der Körper baut pro Stunde ca. 0,13 (bei Frauen) und 0,15 (bei Männern) Promille Alkohol ab.

**Infos & Kontakt: Tel.: 09721 / 55 461 (LRA SW),
FreD 09721 55 459 oder 09721 51 7859 (Stadt SW)**