



# Das Beste für mein Kind?

Jede Schwangere wünscht sich ein gesundes Kind. Die meisten werdenden Mütter verzichten deshalb auf Zigaretten und achten auf gesunde Ernährung. Alkohol gilt oft als harmlos - zu Unrecht. Wie viel Alkohol welche Schäden verursacht, lässt sich nicht vorher sagen. Denn jeder Mensch, auch das ungeborene Kind, hat eine ganz individuelle Alkoholverträglichkeit. Verzichte deshalb auf Alkohol - deinem Kind zuliebe. Sicher ist sicher.

Vorbilder wirken und verändern. Beginne bei dir selbst - Vorbild mit mehr Spaß und Maß.  
Infos unter: [www.gesundesleben.at](http://www.gesundesleben.at)