

# ABSOLUT *förälder*



**En föräldrautbildning som ger  
föräldrar kunskap om frågor  
som rör barn/unga och alkohol**

# **Tonåringars alkoholdrickande får ofta oönskade konsekvenser som påverkar deras framtid**

Det finns tydliga samband mellan

- tidig alkoholdebut
- rökning
- alkoholrelaterade problem såsom misshandel, oönskad sex, övergrepp, trafikskador och skolproblem
- framtida hög alkoholkonsumtion
- narkotikamissbruk

**Föräldrar är de viktigaste förebilderna och deras inställning är avgörande för barnens alkoholvanor**



## **Absolut Förälder....**

- vänder sig till ALLA föräldrar i årskurs 6-9, med två lektioner i åk 6, en i åk 7 samt kortare uppföljningar vid läsårstart i åk 8 och 9
  - berör frågor kring unga/alkohol och föräldraskap
  - ger viktig och användbar fakta
  - är baserad på forskning och aktuell statistik
  - ger möjlighet till diskussion och reflektion
- 

### **Så här tycker föräldrar som deltagit:**

- tydligt budskap
- mycket bra diskussioner, inga pekpinningar
- bra med både fakta och praktiska övningar
- bra information, mycket tänkvärt
- måste tänka mer på att man är en förebild
- ger argument för framtiden
- bra att få höra hur andra föräldrar tycker

# Fem tips till dig som är förälder:

1. Tala med dina barn om alkohol och droger. Gör klart vilka regler som gäller. Barn och ungdomar vill ha entydiga regler
2. Säg NEJ – tala om att ungdomar under 18 år inte ska befatta sig med tobak, alkohol och andra droger överhuvudtaget
3. Bjud inte barnen på alkohol hemma. De barn som blir bjudna på alkohol av sina föräldrar, dricker mer och blir oftare berusade än andra barn
4. Ta för vana att fråga din tonåring vem hon/han ska vara med, vad de ska göra, var de ska vara samt när och hur hon/han kommer hem
5. Det händer oftare än man tror att äldre syskon köper ut alkohol till sina minderåriga syskon och deras kamrater. Tala om detta hemma



Absolut Förälder  
Social Omsorg/Kultur o Utbildning  
271 80 Ystad  
Telefon 0411-577 888  
e-post: [foraldranutbildning@ystad.se](mailto:foraldranutbildning@ystad.se)  
[www.ystad.se/absolutforalder](http://www.ystad.se/absolutforalder)