

Känner du oro över att din tonåring använder alkohol?

Den här broschyren handlar om alkohol och syftar till att ge information och stöd för hur du hjälper din tonåring.

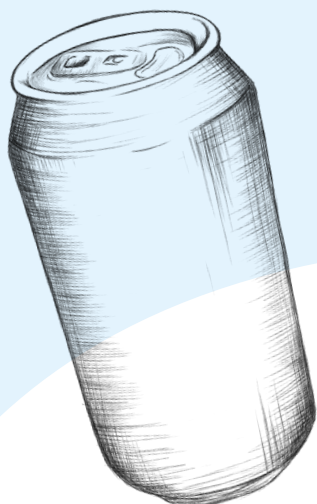
Alkohol är ett gift som skadar hjärnan. Unga personers hjärnor är känsliga för påverkan, eftersom hjärnan utvecklas ända fram till 25-årsåldern.

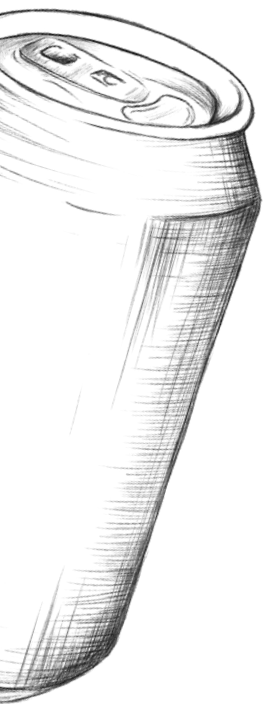
Alkohol är giftigt för kroppen och kan orsaka olika skador och sjukdomar. Alkohol har även en berusande effekt och påverkar omdömet hos den som dricker.

Ungdomar uppger själva att de råkar ut för problem i större utsträckning när de dricker än när de inte gör det. Det kan exempelvis handla om gräl, våld, olyckor, oönskat sex, köra på fyllan eller åka med en berusad förare.

Fakta

- På Systembolaget ska du vara 20 år för att få köpa alkohol.
- På restaurang ska du vara 18 år för att få bli serverad alkohol.
- I butik gäller 18 år vid försäljning av folköl.
- Den som säljer eller köper ut alkohol till en minderårig kan straffas med böter eller fängelse.





Vad kan jag göra som förälder?

Försök prata om allt möjligt i vardagen. På så sätt blir det naturligt att också prata om svårare saker, som till exempel alkohol, narkotika eller sex. Ställ frågor och lyssna. En nära relation har en skyddande effekt.

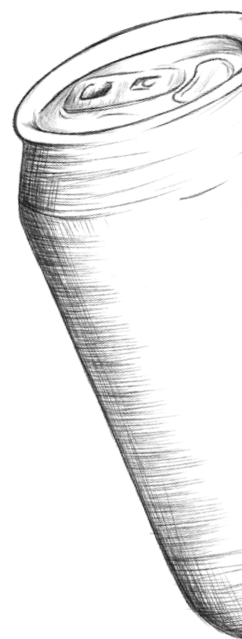
- Var tydlig! Barn behöver veta vad som gäller och vad som förväntas.
- Prata med andra föräldrar för att få stöd och kom överens om gemensamma förhållningsregler.
- Köp inte ut och bjud inte dina ungdomar på alkohol.



Bra att veta

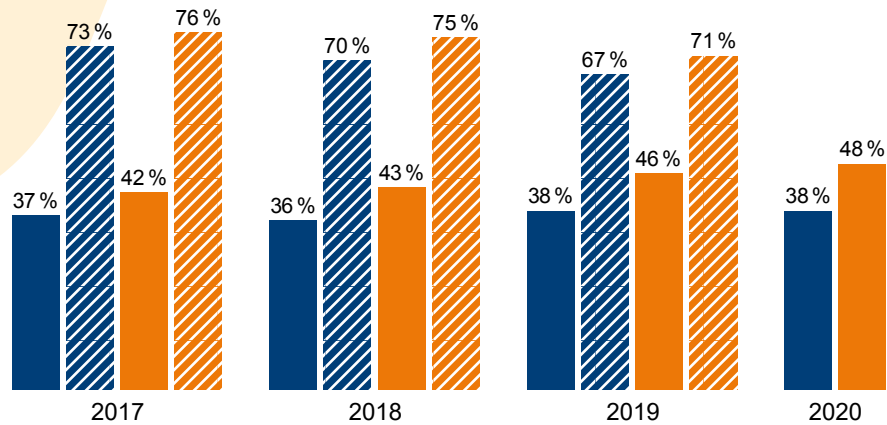
Alla ungdomar dricker inte alkohol. Många ungdomar väljer att avstå helt. Majoriteten av de som går i årskurs nio har inte druckit alkohol.

Det är en myt att föräldrar kan avdramatisera alkohol genom att bjuda på alkohol. Tvärtom visar undersökningar att ungdomar som blir bjudna på alkohol av sina föräldrar dricker mer alkohol än de som inte får alkohol av sina föräldrar. Enligt undersökningarna tycker också de flesta ungdomar att det är fel att föräldrar köper ut alkohol till sina barn.



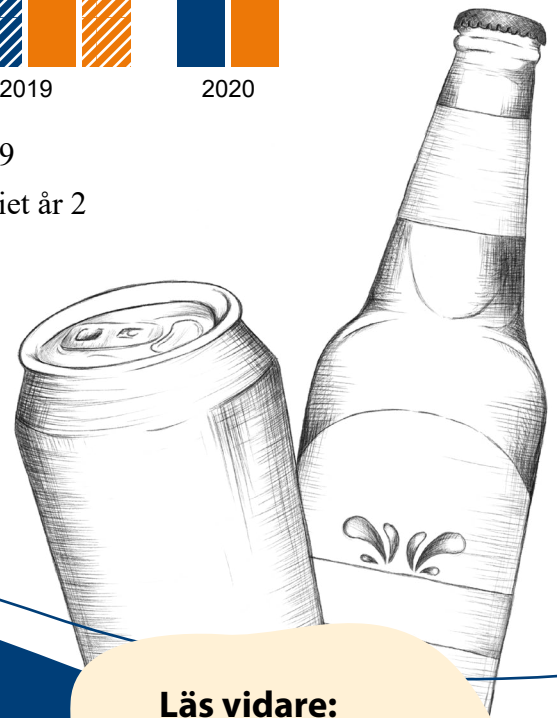
Statistik

Andelen elever i årskurs 9 och gymnasiet som har druckit alkohol minst en gång de senaste 12 månaderna:



- Pojkar, årskurs 9
- Flickor, årskurs 9
- ▨ Pojkar, gymnasiet år 2
- ▨ Flickor, gymnasiet år 2

Skolelevers drogvanor, CAN 2020



Läs vidare:

[Tonårsparlören](#)

[Alkoholhjälpen.se](#)

[Youmo.se](#)

[1177.se](#)

Vem kan du vända dig till om du har frågor eller vill ha hjälp och stöd?

Kontakta elevhälsan på ditt barns skola, din hälso-central eller socialtjänsten i kommunen.