



## Nyhetsbrev om drogförebyggande arbete

*Till dig som är förälder eller annan viktig vuxen i Vimmerby kommun, februari 2024*

*Syftet med nyhetsbrevet är att informera och stötta dig i arbetet att hindra våra barn och unga från att börja använda tobak, alkohol eller andra droger. Du kommer att få information om vad som händer i kommunen med omnejd, intressanta fakta och tips om forskning m.m.*

### **Unga dricker mindre men vad händer sen?**

I en studie har 56 ungdomar med olika bakgrund i Sverige följts sedan de gick högstadiet/gymnasiet och i fem år framåt. 192 intervjuer har gjorts som handlat om deras alkoholkonsumtion i förhållande till fritid, hälsa, normer, intressen, situationer och meningsskapande.

I de första intervjuerna framgick det att de unga tog 18-årsgränsen för alkoholdrickande på allvar och många fick inte dricka för sina föräldrar. De förknippade drickande med negativa händelser, kaotiska hemmafester, langare och både psykiska och fysiska besvär. Det fanns också en rädsla för att andra skulle se dem i situationer som de inte ville visa upp via sociala medier.

När de blev äldre fick de en mer nyanserad bild av alkoholdrickande och det sågs som mer säkert. Föräldrarna ändrade också beteende och bjöd ibland hemma efter att de fyllt 18.

Ungdomarna upplevde att det förväntades av dem att de skulle dricka vid exempelvis after work och på studentpubar men att deras drickande var både kontrollerat och ansvarsfullt. De var fortfarande medvetna om risker och förde resonemang kring för- och



nackdelar innan de bestämde sig för att dricka.

- En slutsats kan vara att alkohol inte betyder så mycket för dem, den bara finns, berättar Josefin Månsson, en av forskarna.

Andra slutsatser av studien var att de som i tidiga ungdomsår varit nyktra började dricka när alkohol förväntades, samtidigt som de som drack anpassade sig till måttlighetens ideal.

Källa: [Alkohol & Narkotikas tidskrift](#)

## **Nytt om cannabis**

Isabella Gripe som är utredare på CAN har forskat på tre aktuella frågor om ungas cannabisanvändning som det fanns behov att få svar på. Här följer en sammanfattning av vad Forskningen kom fram till:

### **Har alkohol ersatts av cannabis?**

Nej, alkoholkonsumtionen bland unga har minskat men användningen av cannabis har legat stabil under samma tid. Det fanns inga tecken i forskningen på att ungdomar ersatt alkohol med cannabis.

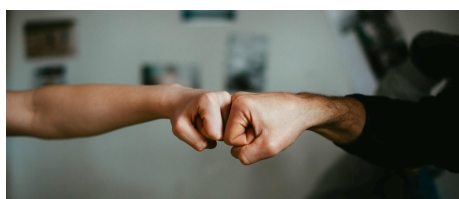
### **Finns det socioekonomiska skillnader i användning?**

Ja, unga som hade föräldrar som saknade högskoleutbildning hade en större risk att använda cannabis flera gånger. Det hade också unga som gick på ett yrkes- eller introduktionsprogram på gymnasiet. Men forskningen visade även att bland unga som hade föräldrar med högskoleutbildning så hade fler testat cannabis någon gång i livet.

### **Hänger cannabisanvändning och psykisk ohälsa ihop?**

Ja, forskningen visade att det fanns ett samband mellan användning av cannabis i ung ålder och ökad risk för psykisk ohälsa. Sambandet har setts även i andra undersökningar men Gripe konstaterar att det behövs mer forskning på området.

Källa: [CAN \(Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning\)](#)



## **Föräldrapeppen**

Digitala föräldracaféer byter namn till Föräldrapeppen! Tema och datum för Föräldrapeppen 2024 är:

**19/2** - Från brunt och ute till vitt, fräscht och inne - Om de nya nikotin- och tobaksprodukterna

**18/3** - Trygga barn

**29/4** - När spelandet tar över - Hur skyddar vi våra barn och unga från spel om pengar?

Läs mer i mailutskickets bifogade dokument och på [vimmerby.se/föräldrapeppen](http://vimmerby.se/föräldrapeppen)

## **Nyfiken och lyhörd – hur kommunicerar man med sin tonåring?**

Att kommunicera med tonåringar kan vara en utmaning för föräldrar. Samtidigt som de rullar med ögonen, kan föräldrars frågor, regler och uppmuntran till samtal vara precis det ungdomar behöver för att göra kloka val i livet.

På ett gratis webinarium berättar Sabina Kapetanovic om vikten av föräldrabarnkommunikation både för ungas substansbruk och för bibehållande av ett tryggt band mellan föräldrar och barn under tonåren.



**Arrangör:** Narkotikapolitiskt center och studieförbundet NBV

**Datum:** 21 mars

**Tid:** 15:00-16:00

[Anmälan och länk](#)

## **Om du har funderingar eller känner oro**

Föräldraskapet är både utmanande och härligt och det kan vara skönt att få dela med sig av sina tankar, funderingar och om man känner oro kring något. Vänner och familj kan ofta fungera stöttande men det finns också andra vägar att gå för att få råd och stöd. Ingen fråga är för stor eller för liten.

### **I kommunen kan du ta kontakt med:**

Familjeteamets råd och stöd: 010-356 94 67

Beroendeenhetens råd och stöd: 010-356 94 78

### **Nationella stödlinjer:**

BRIS vuxentelefon: 077-150 50 50

Minds föräldralinje: 020-85 20 00  
Alkohollinjen: 020-84 44 48  
Droghjälpen: 020-91 91 91  
Stödlinjen för spelare och anhöriga: 020-81 91 00

## Det här händer i Vimmerby (med omnejd)

### Sportlovet v. 8

Bifogat i mailutskicket kan du hitta Sportlovsprogrammet för hela kommunen!

### Fabrikens öppettider under Sportlovet:


Måndag: 12.00-20.00	Elever på högstadiet och gymnasiet
Tisdag: 12.00-17.00	Elever på mellanstadiet
Onsdag: 12.00-20.00	Elever på högstadiet och gymnasiet
Torsdag: Stängt	Skidresa till Dackestupet
Fredag: 12.00-22.00	Elever på högstadiet och gymnasiet

### Fabrikens ordinarie öppettider:

Måndag: 14.00-20.00	Elever på högstadiet och gymnasiet
Tisdag: 14.00-17.00	Elever på mellanstadiet
Onsdag: 14.00-20.00	Elever på högstadiet och gymnasiet
Torsdag: 14.00-20.00	Elever på högstadiet och gymnasiet
fredag: 14.00-22.00	Elever på högstadiet och gymnasiet

## Kommunens drogförebyggande arbete

I mars väntar genomförandet av årets drogvaneundersökning bland åttorna. Eleverna får fylla i enkäten på skoltid, den är anonym och de kommer att bland annat få svara på frågor om deras användning, attityd och tillgång till alkohol, tobak/nikotin, doping, narkotika och spel.

Under en förmiddag i januari fanns beroendeenheten, folkhälsoenheten, tobakstillsynen och Tobaksfri utmaning från regionen på plats i cafeterian på Vimmerby gymnasium för att prata nikotin med eleverna. Det var en lyckad dag med både diskussioner och ca 40 elever som gick tipspromenad! Kan du de rätta svaren? 

### 1. Vad är sant om vitt snus?

1. Nikotinhalten är ofta starkare/högre i vitt snus än i brunt snus
- X. Vitt snus är tobaksfritt
2. Vitt snus är en hälsosam produkt

**2. Vi vet ännu inte hur de nya nikotinprodukterna påverkar hälsan på lång sikt men det kommer hela tiden ny forskning som kan ge oss bättre svar. I en forskningsstudie från i höstas såg man likheter mellan Vaping och cigarettökning. Vilka var dessa?**

- 1. Att båda minskade blodcirkulationen och ökade risken för blodpropp. Vilket i sin tur ökar risken för stroke och hjärtinfarkt.
- X. Att båda innehöll lika mycket tobak
- 2. Att nikotinberoendet från Vaping och cigarettökning kan avväxlas med hjälp av vitt snus.

**3. Vilka två komponenter behöver tas bort för att bli kvitt ett nikotinberoende?**

- 1. Nikotinet och relationen med nikotinanvändande vänner
- X. Nikotinet och stillasittandet
- 2. Nikotinet och beteendet som förknippas med nikotinintaget (dra in något i lungorna, hålla vape/cigg i handen, ha något under läppen etc).

**4. Lagen om tobaksfria nikotinprodukter säger att nikotinprodukter inte får marknadsföras till personer under...**

- 1. 15 år
- X. 18 år
- 2. 25 år

**5. Vilken typ av marknadsföring använder nikotinindustrin inte?**

- 1. Uppriktighet och genuin välvilja
- X. Spännande smaker som tilltalar barn och unga
- 2. Reklam via förebilder kända bland barn och unga.

Rätt svar: 1:1, 2:1, 3:2, 4:2 och 5:1

**Vill du få nyhetsbrevet direkt till din mail?**

Anmäl din mailadress till kommunens ANDTS-samordnare Anja Persson på [anja.persson@vimmerby.se](mailto:anja.persson@vimmerby.se)