



Vimmerby  
kommun

*Utvecklingsavdelningen  
Drogförebyggande arbete*



---

*Barn upp till 18 år ska skyddas mot all användning av droger*

*Artikel 33 i Barnkonventionen*

---

## **Nyhetsbrev nr 4, 2019**

---

Till dig som är förälder i Vimmerby kommun

---

## Nyhetsbrev till dig som är förälder i Vimmerby kommun

Syftet 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 få information om vad som händer i kommunen med omnejd, intressanta fakta och information om forskning m.m. Nyhetsbrevet kommer via e-post några gånger per termin och läggs också ut på kommunens hemsida: [www.vimmerby.se/folkhalsa](http://www.vimmerby.se/folkhalsa)  
Gå vidare till nyhetsbrev. Där hittar du även gamla brev.

---

### Unga motiveras att avstå från tobaksanvändning av hållbarhetsskäl

A non smoking generation gav i början av 2019 ut en rapport med namnet ”Det är bara barn som börjar använda tobak”. Namnet på rapporten bygger på att åtta av tio tobaksanvändare börjar under sin tonårstid. Risken för att börja använda tobak är därmed hög under en kort period i livet och att de som inte använt tobak innan de fyllt 20 kommer troligtvis aldrig att börja.

I rapporten hade ungdomar svarat på vad som motiverade dem till att inte börja använda tobak. 52 procent svarade att barnarbetet inom tobaksindustrin fick dem att avstå. 45 procent svarade att de avstod på grund av tobakens dåliga inverkan på miljön.

Tobaksindustrin motverkar minst tolv av FN:s 17 globala hållbarhetsmål.



Några exempel som framkom i en undersökning om tobakens miljöpåverkan från 2018 var att cigarettfilter innehåller 7000 miljögifter som hamnar i marken och haven. Ett annat exempel är att rök som sitter kvar i damm, kläder och tapeter också påverkar hälsan, så kallad tredjehands rökning. Tobaksodlingar finns även främst i länder som har vattenbrist och för att producera en cigarett krävs 3,7 liter vatten vilket blir 27 kubikmeter vatten om året för en rökare som röker ett paket cigaretter om dagen.  
Källor: [www.tobaksfakta.se](http://www.tobaksfakta.se), [www.nonsmoking.se](http://www.nonsmoking.se) Se även A non smoking generations film ”Du bestämmer själv” på Youtube.

---

### Svarta marknaden kvarstår trots legalisering av cannabis

Ett av argumenten som ofta används i debatten om legalisering av cannabis är att en legalisering skulle utrota den svarta

marknaden. I både Kanada och delstaten Colorado, som legaliserat användning av Cannabis, är fortfarande den svarta marknaden stor.

I Kanada är 79 procent av cannabismarknaden fortfarande illegal. I Colorado har polisen upptäckt att kriminella lockas till delstaten då det är enklare att låtsas odla legal cannabis där. Mord, inbrott och utpressning är några av konsekvenserna av illegal cannabisodling.

Källa:

[www.accentmagasin.se](http://www.accentmagasin.se)

---

### Alkohol och sex bland unga vuxna.

IQ har gett ut en rapport som berör alkohol, sex och relationer bland unga vuxna i åldern 18-25 år. I rapporten förklarar IQ att kombinationen alkohol och sex inte alltid är dåligt men eftersom alkohol försämrar omdömet så gäller det även när det kommer till sex.

63 procent anger att de har glömt skydda sig när de varit påverkade av alkohol. Alkohol ses av folkhälsomyndigheten som en faktor som ökar risken för sexuellt överförbara sjukdomar och oönskade graviditeter.

Ungefär var tredje som haft sex när de varit påverkade har ångrat det dagen efter. I Vimmerbys dorgvaneundersökning i år två på gymnasiet uppger cirka 17 procent, av de ungdomar som druckit alkohol, att de haft sex de ångrat dagen efter.

Vidare visar IQ:s rapport att 60 procent av kvinnorna blivit trakasserad och att av de som trakasserar är 59 procent berusade män.

Källa: [www.iq.se](http://www.iq.se)

## Drogförebyggande arbete i Vimmerby kommun

”En kväll för ditt barn” slog väl ut med cirka 175 föräldrar. Här följer tips till dig som har en datorspelande ungdom från föreläsaren Oskar Foldevi på Reconnect:

### Sätt dig in i spelandet.

Bekräfta att spelandet är ett intresse och något som är viktigt för spelaren.

**Försök förstå vilka behov spelande** fyller och sök efter alternativ/komplement i det fall spelandet är överdrivet omfattande.

**Bygg på relationen.** Ha konfliktfri tid, låt t ex middagarna vara fria från tjat och ifrågasättande. Bekräfta spelaren, beröm och uppmuntra när den gör något bra.

**Diskutera kring ett smart spelande.** Vad är spelarens motivation till att förändra beteendet? Förbättra situationen hemma, slippa bråk?

**Välj ett bra tillfälle för att prata om problemen.** Låt samtalen som handlar om problemet vara fokuserade till t ex ett tillfälle i veckan.

**Vilka är de viktiga speltimmarna för spelaren?** Finns det några timmar framför skärmen som är mindre viktiga?

**Finns det möjlighet att använda olika platser i hemmet** för att hålla isär spelandet från andra aktiviteter som läsläsning? Kan spelandet/ datoranvändandet ske från ett gemensamt utrymme för att minska icke överenskommet spelande?

## Bra med någon/ några spelfria dagar.

**Ta hjälp** av någon professionell eller någon närstående som kan vara med och underlätta samtalet. Finns det någon som spelaren har förtroende för?

## Det här händer i Vimmerby (med omnejd)

### Fabriken

#### Öppettider

Måndag	13-21
Tisdag	13-21
Onsdag	13-21
Torsdag	13-21
Fredag	13-23

Fabrikens ungdomsverksamhet är riktad till högstadie- och gymnasieungdomar. Fram till kl 16:00 får även mellanstadieelever vara där.



Detta nyhetsbrev skickas med ditt samtycke till dig. Ansvarig för utskicket är Kommunstyrelsen i Vimmerby kommun. Vill du ta tillbaka ditt samtycke vänligen mejla avsändare av detta nyhetsbrev och säg att du vill bli bortplockad från sändlistan. Läs mer hur vi hanterar personuppgifter inom Vimmerby kommun

[www.vimmerby.se/dataskydd](http://www.vimmerby.se/dataskydd)