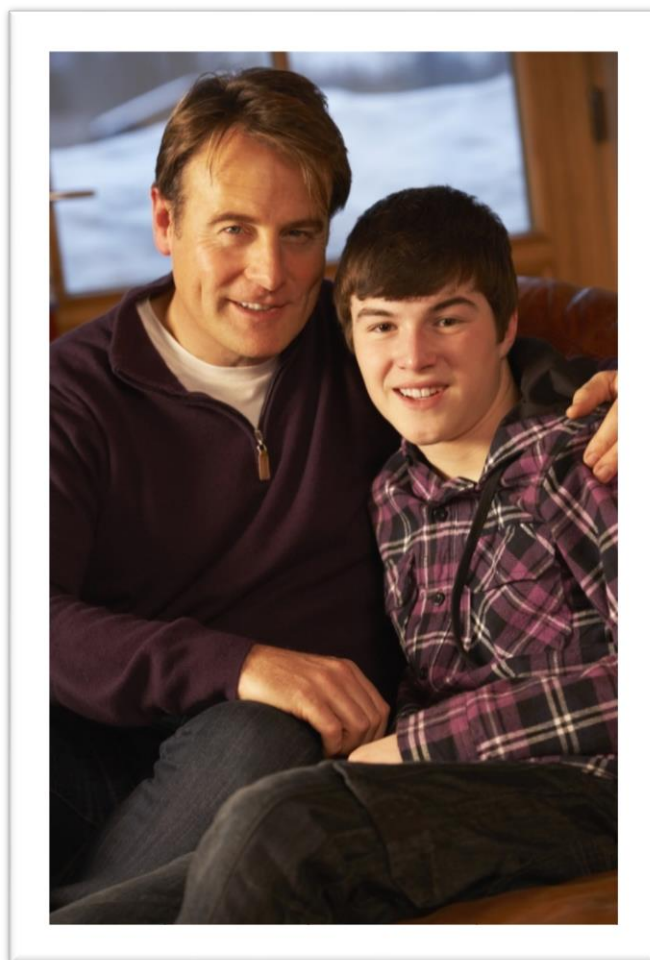




Vimmerby  
kommun

*Kommunstyrelseförvaltningen*  
*Drogförebyggande*



## **Nyhetsbrev nr 3, 2018**

---

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.

---

### Ungdomar vill inte att föräldrar köper ut alkohol till dem.

Cirka 85 procent av föräldrarna tror att det är vanligt att ungdomar dricker i samband med skolavslutningen. Bland ungdomarna själva är det 65 procent som tror att alkohol är vanligt förekommande bland unga under avslutningskväll.

En vidare undersökning bland unga visar även att 90 procent tycker att det är bra att föräldrar inte köper ut alkohol till dem, 87 procent vill att föräldrar ska hjälpa dem att hitta bra argument till att tacka nej och de flesta anser också att föräldrar är de bäst lämpade att prata med om alkohol.

Som vuxen/förälder/vårdnadshavare har du stor möjlighet att påverka ditt barns drickande mer än du tror. Inför skolavslutningen har vi därför skickat ut ett brev till alla vårdnadshavare till barn på

högstadiet i kommunen som innehåller bra tips. Här nedan följer några tips som är hämtade från IQ och vill du läsa mer kan du göra det på [www.tonarsparloren.se](http://www.tonarsparloren.se) eller [www.tankom.se](http://www.tankom.se)



**Visa att du bryr dig**  
Prata med din tonåring om skolavslutningen, vad de ska göra, vilka de ska träffa, var de ska vara. Berätta hur du ser på alkohol, tider och så vidare.

**Bjud inte på alkohol och köp inte ut**  
Forskning visar att tonåringar som bjuds på alkohol hemma börjar dricka tidigare och de dricker också mer. Om du som förälder köper ut alkohol till ditt barn "visar" du att det är okej att de dricker. Risken att ditt barn råkar illa ut ökar också.

**Hjälp till att säga nej**  
Som förälder är det viktigt att ge ditt barn bra argument. Berätta att det är helt okej att säga nej, även när alla andra säger ja.

### Håll kontakten

Det är bra att bestämma en tid under kvällen då ni kan höras av på telefon. Det är även bra att som förälder finnas tillgänglig om något skulle hända.

### Kom överens med andra föräldrar

Prata med andra föräldrar om hur de ser på alkohol, vilka tider som gäller för deras barn etcetera.

Ta gärna en tur på stan under skolavslutningskvällen och Källängsfestivalen för att bidra till vuxennärvaro och trygghet!

---

### Nikotinfria E-cigarettor – en direkt hälsofara

E-cigarettor kan köpas med eller utan nikotin. Nikotin är oerhört giftigt för kroppen och beroendeframkallande

och därför lanseras nikotinfria E-cigarett som ett ”giftfritt alternativ”. Det görs för närvarande många studier kring e-cigaretters påverkan på kroppen.

Goteborgs universitet har gjort en sammanställning av tidigare studier om E-cigarett där de såg att flera studier visade att ämnena i smaksättning (e-vätskan) gjorde större skada än nikotinet. Det finns för närvarande 7000 olika smaksättningar som till exempel bubbel gum, donuts och cookie dough.

Vi vet än så länge för lite om hur den kemiska reaktion som sker när de olika ämnena i e-vätskan hettas upp, påverkar kroppen. Sammanställningen av studierna visar dock att de kemiska reaktionerna leder till celledöd som påverkar kognitiva funktioner, minne och inlärning i hjärnan.

Förutom e-vätskans hälsofarliga påverkan på kroppen, med eller utan nikotin, visar studierna även på att E-cigarett är en inkörsport till vanlig rökning bland unga. E-cigarett marknadsförs också som ett sätt att sluta röka men än så länge finns det inga studier som visar att

det är en effektiv metod. Däremot visar många studier att e-cigarett bidrar till ett ökat nikotinberoende. Som förälder kan det också vara bra att veta att sedan årsskiftet är det 18-årsgräns på att köpa E-cigarett och tillbehör i Sverige.

Källa: svt.se och

---

### **Det här händer i Vimmerby (med omnejd)**

#### **Café Källängen**

Under sommarlovet har Fabriken stängt men har istället verksamhet i Källängsparken.

Öppettider:

Måndag:	Stängt
Tisdag:	15-21
Onsdag:	15-21
Torsdag:	15-21
Fredag:	15-21

Till café Källängen är alla välkomna oavsett ålder. Vi erbjuder olika utomhusaktiviteter hela sommaren och allt är kostnadsfritt. Caféet tar dock en liten slant för fiket. Gå in och gilla Café Källängen på Facebook för att ha koll på evenemang och temaveckor!

Vill du inte längre ha nyhetsbrevet sänt till dig ber vi dig meddela detta till ansvarig utgivare:

Anja Persson  
Ungdomspedagog och  
ANDT-samordnare

[anja.persson@vimmerby.se](mailto:anja.persson@vimmerby.se)

0492-76 94 53