

## Kan vi hjälpas åt inför valborg?

Verksamheter i kommunen, polisen och Systembolaget har en sak gemensamt: Vi vill skydda unga från att konsumera alkohol och råka illa ut. Under valborg dricker många tonåringar alkohol för första gången.

Unga hjärnor är känsligare för alkohol än vuxna hjärnor, eftersom hjärnan utvecklas upp till 25 års ålder.

## Ibland är ett nej det finaste du kan ge

Några kommer troligen be äldre kompisar, syskon eller dig som förälder att köpa ut. Vanligaste langaren är äldre pojk- eller flickvänner, äldre kompisar eller kompisars äldre syskon. De flesta som köper ut gör det av omtanke, för att vara schyssta eller av oro för att den som frågar annars skulle köpa från okända vuxna och råka illa ut. Det är förståeligt, men fakta talar emot. Varannan tonåring skulle avstå från att skaffa alkohol om de inte fick den från någon de känner. Även om det kan vara jobbigt att säga nej, är det värt det. För varje år som alkoholdebuten skjuts upp minskar risken för framtida alkoholproblem\*.

## Du som förälder kan göra mycket!

I Tonårsparlören får du fakta, tips och råd om allt från hur tonåringar dricker till hur du kan göra om tonåringen kommer hem full. På sajten Full Koll kan du läsa mer om tonåringar, alkohol och andra droger.

<https://www.iq.se/tonarsparloren>

<https://www.fullkoll.nu>

## Ta hjälp av andra föräldrar!

Berusade tonåringar kan råka illa ut, till exempel ökar risken att bli utsatt för brott eller råka ut för en olycka. Oftast är personen som begår brottet berusad, och i hälften av fallen även offret. Prata med din tonåring - vad är planerna för kvällen? Håll kontakt och kolla att allt står rätt till. Var tillgänglig och beredd att kunna hämta om någonting skulle hända. Samarbeta gärna med kompisarnas föräldrar så att ni är fler som har koll. Tillsammans kan vi förebygga olyckor och brott.

## Var får de tag på alkoholen?

Alkoholen är mer lättillgänglig än någonsin. Via sociala medier kan ungdomar enkelt göra beställningar som levereras till bestämd plats. Ha koll på om din tonåring börjar be om eller gör av med ovanligt mycket pengar, eller om hen swishar till mobilnummer som du inte känner igen. Om du vet att tonåringen har druckit alkohol eller varit på fest där andra har druckit - fråga hur de fick tag på alkoholen eller hur ungdomar i kommunen brukar få tag på alkohol. Tipsa gärna polisen på 112 vid pågående brott, 114 14 eller via tipsformulär på polisens webbsida (länk), <https://polisen.se/om-polisen/kontakt/tipsa-polisen/>

### Åldersgränserna för alkohol i Sverige är:

Du måste ha fyllt 18 år för att få köpa alkohol på restauranger och i affärer.

Du måste ha fyllt 20 år för att få köpa alkohol på Systembolaget.

Det är förbjudet att köpa ut eller sälja alkohol till någon som inte har fyllt 20 år.

\*Källa: Undersökning "Vem kan man lita på" CAN, Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, 2023