

Time kommune, 14.06.24

Barn blir påverka før du blir det

Det nærmar seg sommar og ferie, og for barna betyr det fridagar, kanskje ein ferietur og late sommarkveldar saman med familien. Men dette er òg ei tid der enkelte ønskjer å kose seg litt ekstra med noko godt i glaset. Hugs då at barna ofte blir påverka av alkohol før dei vaksne blir det.



Time kommune er ein Av-og-til-kommune. Sidan 2023 har vi jobba saman med Av-og-til for å førebyggje og redusere alkoholskadar og gjere kvardagen tryggare for alle. Derfor ønskjer vi å komme med ei oppfordring til alle vaksne: Tenk over korleis du bruker alkohol saman med barn i sommar. Det kan vere vanskeleg å oppdage når det går frå å vere triveleg til å bli ubehageleg for barna.

Her er seks råd om alkoholbruk rundt barn i sommar

- Drikk null, eitt eller maks to glas når du er saman med barn.
- Ha flest dagar utan alkohol – sjølv om du har fri.
- Bli einig med andre vaksne om nokre reglar for alkoholbruk når det er barn til stades.
- Det blir kjekkare for både deg og barna når du er i god form neste dag.
- Ver spesielt bevisst dersom de skal reise bort – barn kan ha eit ekstra behov for trygge vaksne i eit framandt miljø.
- Hugs at barn blir påverka før du blir det.

Vi ønskjer dykk alle ein god og trygg sommar!

Vennleg helsing

Ragnhild Hobberstad
Av-og-til-koordinator i Time kommune

Ragnhild Kaski,
Generalsekretær i Av-og-til