

Digital kaffeprat 12.09.

Agenda for denne digitale kaffepraten

- informasjon om nye ressurser og ny kampanje på foreldre, ungdom og alkohol, som nå er like rundt hjørnet! (Eli og Marte)
- Siste nytt fra Av-og-til (Marte)

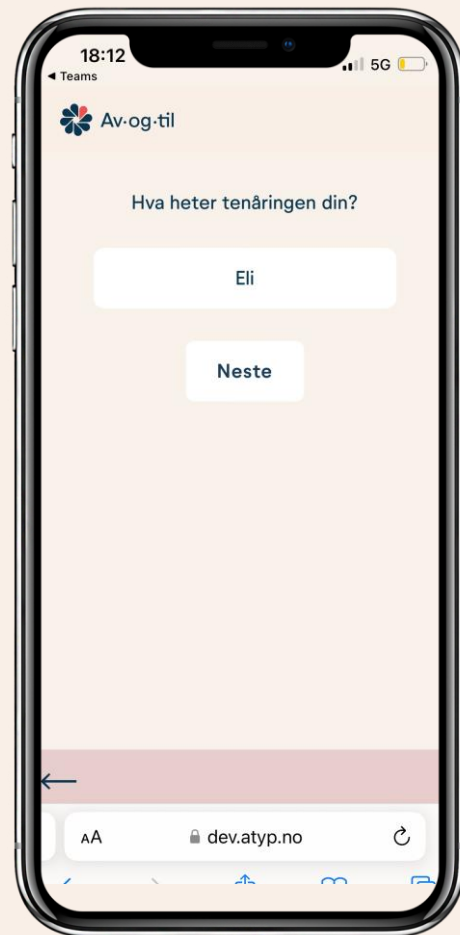


Ungdom og alkohol



A man with long hair tied back and a beard, wearing a blue polo shirt and khaki pants, sits on the left. A young boy with curly hair, wearing a beige zip-up sweater and blue jeans, sits on the right. They are both looking towards each other. The background is a brick wall.

SAMSNACKA





Ressurser og materiell

Vær samsnakka

Et foredrag om ungdom og alkohol

Navn Navnesen, Sted dato



På foreldremøtene er temaet..

Om ungdom og alkohol

- Hvordan drikker ungdom i 2024?
- Hvorfor drikker ungdom?
- Hvorfor bør vi «bry oss» om ungdomsdrikking?

Om rollen som tenåringsforelder

- Råd og tips til foreldre – uansett om tenåringen har testet alkohol eller ikke (eller om forelderens er litt usikker).
- Inkluderer også samsnakka – og oppfordring om å ta testen med sin ungdom.
- Og mye er ganske gjenkjennbart, selv om det er i ny drakt!

Nå ut bredt lokalt:

- Poster til sosiale medier
- Leserinnlegg i lokalavisen (felles)
- Always on-annonser på facebook (Av-og-til)
- Mulighet for digitale foreldremøter m/Av-og-til

Nå helt frem til den enkelte:

- Digital ranselpost – til hvilke kanaler?
- Invitasjon til foreldremøte
- Foredrag med manus (to moduler)
- Folder
- Plakater (to varianter)
- Rollups (to varianter)
- Fortsatt også: drops m/quiz, penner, kaffekopper

Rådene gjennomgående i alt materiell

Fem råd til tenåringsforeldre



Vær samsnakka med ungdommen om alkohol.

Snakk sammen med ungdommen din om alkohol, om hva som skjer med kroppen når man drikker, hvilke risikofylte situasjoner man havne i, og hvilke regler dere har hjemme. Slik skaper du også rom for ungdommen din til å stille spørsmål og fortelle deg om sine tanker og erfaringer med alkohol.



Ha tydelige regler.

Ikke vær redd for å ha regler for tenåringsen. Det er mye omsorg i å sette grenser. Snakk sammen om regler for blant annet alkohol, innetider og festing, og konsekvenser dersom reglene dere har snakket om brytes.



Vær samsnakka også med andre foreldre.

Bli kjent med andre foreldre. Snakk om hva som gjelder for ungdommene i deres klasse eller nærmiljø, og vær rådgivere og støttespillere for hverandre.



Vær tilgjengelig for ungdommen dersom noe skjer.

Gjør ungdommen din trygg på at det alltid går an å komme til deg, og at det er viktig å ringe om noe skulle skje med dem eller deres venner. Ta alltid telefonen når tenåringsen din ringer, selv om det er midt på natten.



Tenk over hvordan du er som rollemodell.

Ungdom ser opp til foreldrene sine, også når det kommer til alkohol. Bruk alkoveit, og ha et bevisst forhold til hvor ofte og hvor mye du drikker.

Fem råd til alle tenåringsforeldre



- ♥ Vær samsnakka med ungdommen om alkohol.
- ♥ Ha tydelige regler.
- ♥ Vær samsnakka med andre foreldre.
- ♥ Vær tilgjengelig for ungdommen dersom noe skjer.
- ♥ Tenk over hvordan du er som rollemodell.

Få tips og råd om hvordan du blir samsnakka med ungdommen om alkohol, og informasjon om ungdomsdriking her!



avogtil.no/samsnakka



Av-og-til

Vær samsnakka med ungdommen om alkohol

Få tips og råd om hvordan du blir samsnakka med ungdommen om alkohol, og informasjon om ungdomsdriking her!



avogtil.no/samsnakka



Av-og-til

Spørsmål & svar

- Hvem er målgruppa i samsnakka?
Foreldre v/ungdomsskolen (+ 7.kl)
- Når er ting klart til å tas i bruk i kommunene?
Kan bestilles/lastes ned neste uke
- Kan det gamle materialet benyttes?
Helst ikke. Unngå «kjipe foreldre»-termen.

Tenåringer med kjipe foreldre drikker mindre alkohol

Ungdom som vokser opp i familier med klare regler om alkohol drikker mindre og mer forsiktig.



Vi vil gjerne høre fra dere!

Ungdom som målgruppe:

Undervisningsopplegg for ungdomsskolen:

- Etterspurt av Av-og-til-kommunene
- Tilgjengelig for alle hos Elevkanalen
- Tre deler med videoer, spørsmål og oppgaver – samt lærerressurser

- Tiktok: Alko101

Om alkohol -Av og til

Alle Kapitler

Kapitler

Hva er alkohol? #1

1,5 i promille #2

Hvorfor drikker du ikke? #3

Annet nytt fra Av-og-til

Nytt på tema helse og tema barn

- Div. nettartikler på tema **helse og alkohol** med målgruppen **60+** er på plass på avogtil.no, og brosjyrematerialet blir oppdatert i høst.
- Annonsering lokalt på **infoskjermene på legekontorer** senere i høst.
- Vi jobber i høst med **oversettelse av brosjyremateriell på tema barn**: ukrainsk, russisk, polsk, litauisk og engelsk.



Takk!

Kontaktperson:

Marte Sletten

E-postadresse: marte@avogtil.no

Lik oss på Facebook: [@avogtil](https://www.facebook.com/avogtil)

Følg oss på Instagram: [@avogtil.no](https://www.instagram.com/avogtil)