



## Hej alla tonårsföräldrar och vårdnadshavare!

*Vem läser ens dessa brev som ni  
skickar ut?*

*Jag tror dessutom att många föräldrar  
inte har så bra koll.*

*/ Gymnasieelev*

Vi som skickar dessa brev håller tummarna att just du faktiskt läser detta. Ett brev med välment uppmaning om ett sunt föräldraskap kanske inte gör synlig skillnad. Men ni föräldrar som faktiskt hört av er, frågat om råd, nattvandrat och framförallt dagligen bryr er om era ungdomar – *ni gör skillnad!*

Vi är ett år rikare på många erfarenheter, både positiva erfarenheter såsom vår förmåga att ställa om och i många fall ändå kunna hitta meningsfulla aktiviteter och vara sociala med varandra. Men också tråkiga såsom vad pandemin fört med sig i form av sjukdom, förluster av nära och kära och hur våra ungdomar har påverkats av nedstängda aktiviteter och distansundervisning. Många av restriktionerna har påverkat våra barn och unga med stora negativa konsekvenser, vi frågade kommunens åttondeklassare och deras svar kan du läsa om [här](#).

### Äntligen är våren här!

Många ungdomar samlas ute när det blir varmare. Många av de planerade evenemangen ställs in vilket ger möjlighet till spontana arrangemang och fester.

Snart är det **Valborg – se mer information på nästa sida!**

Skadegörelsen ökar på skolor runt om i kommunen på kvällar och helger. Även om ni låter ert barn vara utomhus tillsammans med vänner utan er närvaro är ni ansvariga för vad de hittar på. Det kan vara så att ni kan komma att bli skyldiga att betala skadestånd. Grupptrycket kan ibland vara svårt för barnen att hantera. Se alltid till att vara kontaktbar och komma om det behövs.

Rekommendationerna från Folkhälsomyndigheten uppmanar oss alla till fortsatt försiktighet och social distansering, **därför uppmanar vi dig som förälder att vara extra uppmärksam och nyfiken var din tonåring befinner sig och hur hen mår**. Vi behöver **fler vuxna aktörer ute**, på de ställen där våra ungdomar befinner sig på kvällar och helger, t.ex. på skolgårdar, lekplatser och vid bryggan i Åhus. Ta gärna kontakt med andra föräldrar och vid behov:

Mottagningsteamet på Socialtjänsten **044-13 26 00** (kontorstid)

Sociala jouren **044- 200 400** (Kvällar, nätter, helger),

Besök gärna Fältgruppens facebook på *Tonårsföräldrar i Kristianstad* för info samt för att se när de är i tjänst, eller ring **044-136079**

Maria Skåne Nordost **044-13 29 29**

Vänd →

## Ny nationell strategi för ANDTS

### (Alkohol, narkotika, doping, tobak och spel om pengar)

I juni fattar riksdagen beslut om en ny strategi gällande ANDTS. Antal ungdomar som brukar tobak och dricker alkohol minskar men bruket av narkotika ökar. De flesta ungdomar provar aldrig narkotika men en del provar och råkar illa ut. Strategin ska underlätta arbetet med att begränsa tillgängligheten och minska skador och beroende.

Maria Skåne Nordost träffar många ungdomar som tycker att det är upp till var och en om en ska använda narkotika. De träffar också föräldrar som inte tänker på att mediciner är högvaluta vid berusning. Mediciner som Lyrica och Tramadol, Bensodiazepiner (lugnande tabletter t.ex. Xanor) samt medicin för ADHD är särskilt vanliga. Förvara därför mediciner under uppsikt.

## Valborg

Du som anordnar en valborgsmässoeld är ansvarig för hela brasan och det är du eller den person som du utsett som måste vara på plats tills elden har brunnit ut och släckts helt och hållet. Kolla aktuella väderförhållanden och eventuella eldningsförbud. Lämna aldrig elden utan tillsyn.

Valborg är en högtid då **många dricker alkohol för första gången**. Tillsammans med Systembolaget och Länsstyrelsen ber vi er *tänka om* innan ni förser unga med alkohol!

Schyssta  
föräldrar  
köper inte ut.

Prata med din  
tonåring om  
alkohol.

På tänkoms.se får du fakta och tips om tecken och alkohol.



www.tankom.se  
Länsstyrelsen i samarbete med  
Regionens föräldrar

- Hjälp din ungdom att säga nej! För många ungdomar kan det vara svårt att säga nej till alkohol när andra dricker
  - Visa din ungdom att du finns där! Oavsett vad som händer ungdomen så finns du där som förälder, håll dig själv nykter så att du kan hämta hem din ungdom om det skulle behövas
  - Köp inte ut! Det är olagligt att langa, dvs att förse minderåriga med alkohol. Barn som får alkohol hemifrån tenderar att dricka mer än andra.
  - Gå gärna en runda i området där ungdomar brukar finnas
- vuxennärvaro sänder trygghets signaler, ha kontakt med din ungdom under kvällen som hen är ute
- Ha koll på ditt eget barskåp!
- Du som vuxen bär ansvar för att din alkohol inte kommer i orätta händer
- Var nyfiken - vem ska hen umgås med, vart ska de vara, när är tiden för hemgång satt? Ta hjälp av andra föräldrar.

**Tillsammans blir det lättare att skapa en trygg miljö för ungdomarna!**

Vi önskar er föräldrar en härlig vår!

Polisen, Räddningstjänsten, Skydd & Säkerhet, Fältgruppen, Maria Skåne Nordost  
Lokala Drog- och brottsförebyggande Rådet