



## Nyhetsbrev om drogförebyggande arbete

*Till dig som är förälder eller annan viktig vuxen i Vimmerby kommun, april 2024*

*Syftet med nyhetsbrevet 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 att få information om vad som händer i kommunen med omnejd, intressanta fakta och tips om forskning m.m.*

### **Ny forskning om alkoholens påverkan på den unga hjärnan**

I en ny forskningsrapport framkom det ny kunskap om hur drickande i tidig ålder påverkar ungas hjärnor. Eftersom ungas hjärnor är under utveckling är de också extra känsliga för alkoholpåverkan. Alkohol i ung ålder kan förändra strukturer i hjärnan och skapa bestående kognitiv\* försämring. Det mest uppmärksammade resultatet var att tonåringar som dricker alkohol ökar risken för att drabbas av demens senare i livet.

Även beroende studerades och där såg forskarna att 15 procent av de som utvecklar ett alkoholberoende gjorde det innan de fyllde 18 år. Och 47 procent gjorde det innan de fyllt 21 år. Alkoholdrickande har också samband med ökad risk för självmord och depression.

Alkohol leder även till ökad aggressivitet, minskad empati och förmåga att tolka ansikts- och röstuttryck, vilket i sin tur ökar risken för misshandel, våldtäkter med mera.

\*Kognition innebär hjärnans förmåga att hantera information. Nedsatt kognitiv förmåga kan t.ex. vara att få svårt att fokusera och ta till sig information.



Källa: [Accent magasin](#)

## En trygg uppväxt utan nikotin, alkohol och lustgas

Utredningen "En trygg uppväxt utan nikotin, alkohol och lustgas" har lämnats till socialministern Jakob Forssmed. Utredningen gav förslag på olika åtgärder som till exempel ett totalförbud av försäljning av lustgas i berusningssyfte. Andra förslag var att införa maxhalt av nikotin i alla sorters snus och nikotinfri skoltid på grund- och gymnasieskolor.



En nikotinfri skoltid innebär förbud mot användning av nikotin under skoltid inklusive raster. Nikotinfri skoltid är en åtgärd för att skydda elever från nikotin när de är i skolan. Nio av tio unga anger kompisars påverkan och viljan att passa in som största anledningen

till att börja snusa och röka. Med en nikotinfri skoltid sker inte dessa riskfaktorer i skolan och det blir också lättare för de som börjat att sluta när inte vännerna runt en använder nikotin.

Här kan du få veta mer om nikotinprodukter och dess skadeverkningar:

[En kunskapssammanställning om e-cigarettor och nikotinsnus](#)

[Filmer om e-cigarettor och vitt snus på 1177](#)

[A non smoking generations FAQ om nikotin](#)

Källa: [Accent magasin](#), [tobaksfakta.se](#) och [A non smoking generation](#)



## Föräldrapeppen

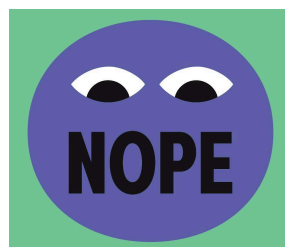
Missa inte årets sista föräldrapepp den 29/4 som handlar om hur vi kan skydda barn och unga från spel om pengar. Vi kommer bland annat att prata om tecken och risker och journalisten Simon Henriksson delar

med sig av sina erfarenheter av ett tidigare spelberoende.

Läs mer i mailutskickets bifogade dokument och på [vimmerby.se/föräldrapeppen](http://vimmerby.se/föräldrapeppen)

## Full koll på instagram

Nu kan du få föräldrarepp från Full koll direkt i ditt instagramflöde. Gå in och följ "fullkoll.nu"!



## Drogvaneundersökningen åk 8

I mars deltog 90 procent av kommunens åttor i drogvaneundersökningen. Rapporten är ännu inte färdig men några av siffrorna visar att:

- Rökningen har minskat
- Snus och vapeing har ökat något
- Alkoholdrickandet har inte förändrats
- Färre får röka, snusa och dricka för sina föräldrar än 2022

## Om du har funderingar eller känner oro

Föräldraskapet är både utmanande och härligt och det kan vara skönt att få dela med sig av sina tankar, funderingar och om man känner oro kring något. Vänner och familj kan ofta fungera stöttande men det finns också andra vägar att gå för att få råd och stöd. Ingen fråga är för stor eller för liten.

### I kommunen kan du ta kontakt med:

Familjeteamets råd och stöd: 010-356 94 67

Beroendeenhetens råd och stöd: 010-356 94 78

### Nationella stödlinjer:

BRIS vuxentelefon: 077-150 50 50

Minds föräldralinje: 020-85 20 00

Alkohollinjen: 020-84 44 48

Droghjälpen: 020-91 91 91

Stödlinjen för spelare och anhöriga: 020-81 91 00

## Det här händer i Vimmerby (med omnejd)

### Fabrikens öppettider under maj:

Måndag: 14.00-20.00      Elever på högstadiet och gymnasiet

Tisdag: 14.00-17.00      Elever på mellanstadiet

Onsdag: 14.00-20.00      Elever på högstadiet och gymnasiet

Torsdag: 14.00-20.00      Elever på högstadiet och gymnasiet

fredag: 14.00-22.00      Elever på högstadiet och gymnasiet

### Fabrikens öppettider under v. 24 - 27 (10 juni - 5 juli)

Måndag: 10:00-16:00      Elever på högstadiet och gymnasiet

Tisdag: 10:00-16:00            Elever på mellanstadiet  
Onsdag: 12.00-20.00        Elever på högstadiet och gymnasiet  
Torsdag: 10:00-16:00        Elever på högstadiet och gymnasiet  
fredag: 10:00-16:00        Elever på högstadiet och gymnasiet **(Obs!**  
**Stängt fredagen den 14 juni på grund av Lisebergsresan)**

### **Kommunens drogprebyggande arbete**

Förutom droganeundersökningen i mars har vi skickat ut lite föräldrainformation inför Frökens snusks konsert på Kharma tidigare i april. Vi har även genomfört två av tre Föräldrapeppar där den ena handlade om Nikotinprodukter och lagar kring dem och andra handlade om trygga relationer med sitt barn som kan fungera som en skyddsfaktor mot bland annat bruk av ANDTS.

Anja Persson går på föräldraledighet och mailutskicken kommer under en period att skickas ut av hennes vikarie Martina Berggren. Nästa nyhetsbrev kommer lagom till skolavslutning och sommarlovet!

### **Vill du få nyhetsbrevet direkt till din mail?**

Anmäl din mailadress till kommunens vikarierande ANDTS-samordnare Martina Berggren på [martina.berggren@vimmerby.se](mailto:martina.berggren@vimmerby.se)