

Færder kommune, juni 2022

Hvor mange glass tåler barnet ditt?

Barn trives best med voksne som oppfører seg som de pleier, også når det er sommer og ferie. Derfor oppfordrer vi alle voksne til å tenke over egen alkoholbruk når dere er sammen med barn i sommer.



Færder kommune er en Av-og-til-kommune, og jobber sammen med Av-og-til for å forebygge og redusere alkoholskader og gjøre hverdagen tryggere for alle.

Sommerferien er årets høydepunkt for barna, og minnene fra disse ukene er noe de vil ha med seg for resten av livet. Samtidig er det om sommeren at vi nordmenn kjøper mest alkohol. Barn blir ekstra sårbare for endringer hos voksne når de er borte fra sine trygge rammer, for eksempel hvis dere er i et selskap i et fremmed hus eller på ferie hjemmefra. Ta med deg rådene under, så blir sommerferien enda hyggeligere for både store og små.

Gode råd om barn og alkohol:

- Drikk null, ett eller maks to glass når du er sammen med barn.
- Husk at barn merker at du har drukket tidligere enn du tror.
- Ha flest dager uten alkohol, selv om du har fri.
- Bli enig med andre voksne dere er sammen med om hva som er greit og ikke med barn til stede.
- Unngå å drikke på en måte som går ut over morgendagens planer med barna.
- Vær spesielt bevisst om dere skal reise bort – barn kan ha et ekstra behov for trygge voksne i et fremmed miljø.

Vi ønsker dere alle en god og trygg sommer!

Med vennlig hilsen

Irmelin Skjold
Av-og-til-koordinator i Færder kommune

Ragnhild Kaski
Generalsekretær i Av-og-til