

# ALKOHOL

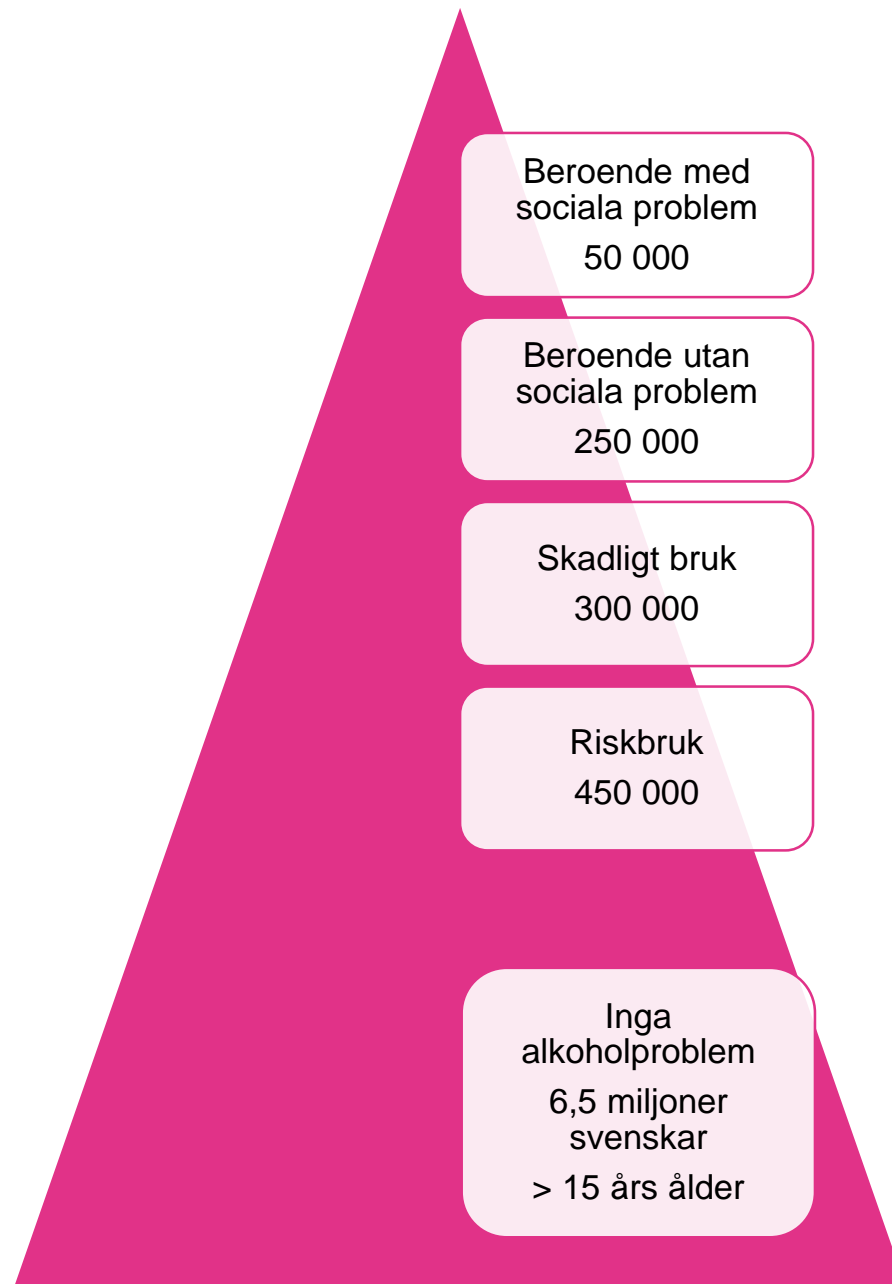
ATT PRATA OM ALKOHOL MED UNGA

# MIN FÖRHOPPNING ÄR ATT NI GÅR HÄRIFRÅN MED...

- ❖ Utökad kunskap
- ❖ Användbara verktyg

Alla behöver förhålla sig till alkohol!

# SVERIGE

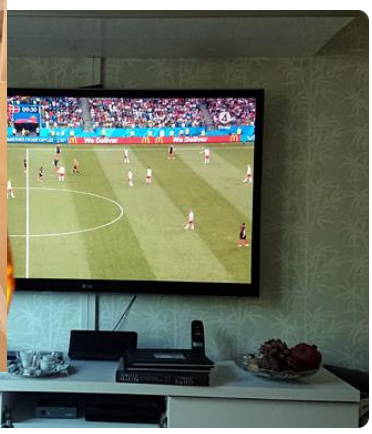


# ALKOHOL

För- och nackdelar



förvä  
få



# BELÖNINGSSYSTEMET

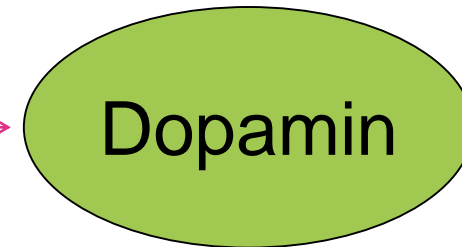
- för vår överlevnad



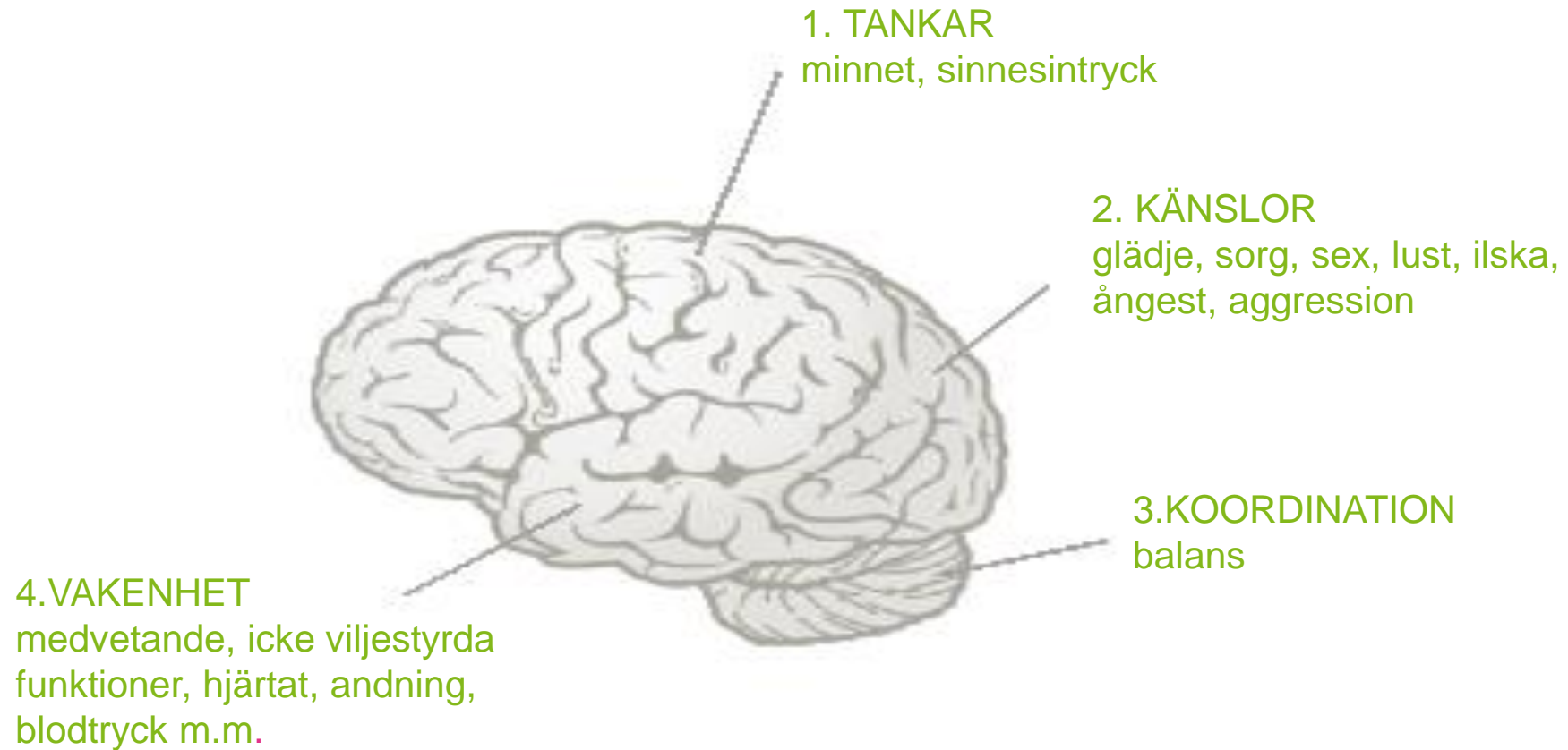
# BELÖNINGSSYSTEMET



0 - 0,55  
promille

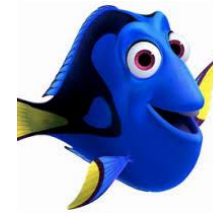


# ALKOHOLENS PÅVERKAN

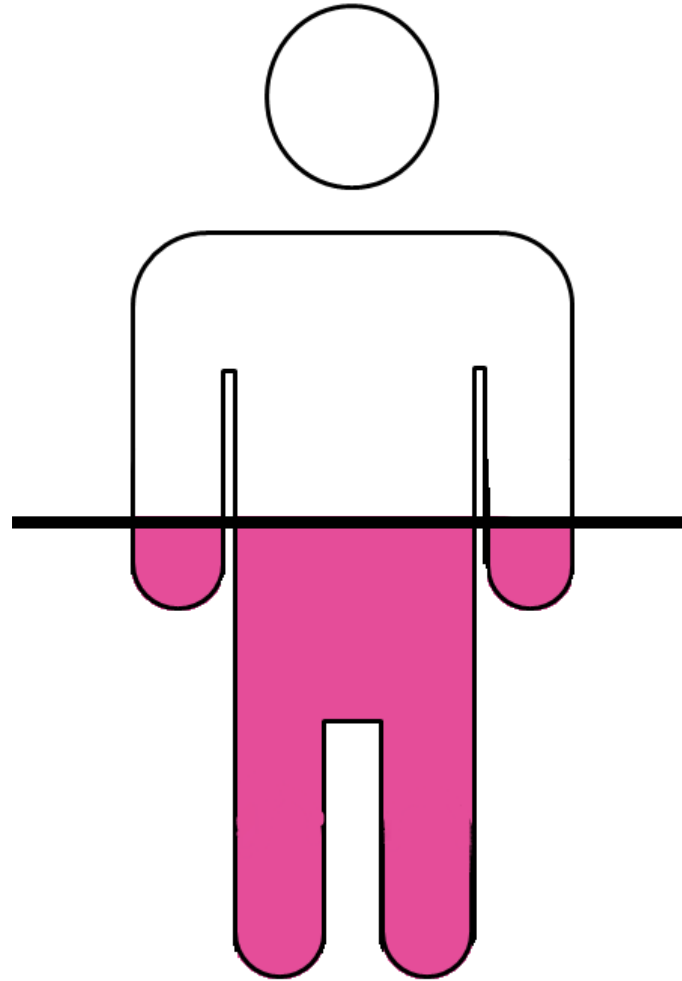




# ÅNGEST EFTER FESTEN



# ARV





## DITT BÄSTA TIPS

**ALLA HAR ETT VAL!**

# PRATA OM ALKOHOL

- [Prata Om Alkohol – Populärt skolmaterial som ger resultat](#)
- [Grundmetoden – Prata Om Alkohol](#)

# FILM: ”Malins berättelse”

- [Filmer och diskussionsfrågor – Prata Om Alkohol](#)

Tjejerna gör vissa val under kvällens gång.

- Hur skulle du kunna hjälpa tjejerna att reflektera över sina val?
- På vilket sätt skulle dessa reflektioner kunna vara hjälpsamma för dem?

# BRA TIPS!

- Varannan vatten / alkoholfritt.
- Beställ 2:or istället för 4:or.
- Drick alkoholfritt efter ett visst klockslag.
- Ät mat.
- Ta det lugnt på förfesten.
- Hetsa aldrig varandra att dricka!

**FRÅGOR?**



# TACK FÖR MIG

Lina Engsbråten

Primärvårdens hälsoenhet

Tfn: 0470-592298

[lina.Engsbraten@kronoberg.se](mailto:lina.Engsbraten@kronoberg.se)



**REGION  
KRONOBERG**