

Ungdomsrådets alko-tips til ungdomsforeldre -

Som gjør det tryggere å være både ungdom og foreldre.

- Behold oversikten:** Ikke tro at din ungdom aldri gjør noe galt. Før eller siden vil alle ungdommer prøve seg. Det er helt naturlig, og en del av det å vokse opp. Ikke reis bort uten å alliere deg med andre voksne som stikker innom og griper inn om noe kommer ut av kontroll. Skal ungdommen din overnatte hos en venn? Kontakt vennens foreldre for å sjekke om dette stemmer. En ungdom som går hjem fra fest, kan komme ut for mye rart. Ikke vær kjip på kjøringa.
- Stå på krava:** «Alle de andre» har som regel ikke fått lov til noe som helst. Du vet uansett at dette ikke er en god unnskyldning. Sett grenser, og vis at du mener alvor. Det er trygt å ha foreldre som bryr seg.
- Gjør avtaler:** Alt som er moro har en slutt. Er ungdommen din på fest, gjør en avtale med ungdommen om når festen er over. Er festen i regi av din husstand, gjør en avtale om når du kommer hjem – og hold den! Om ungdommen din ikke kommer hjem i tide, kan noe utrivelig ha skjedd. Ha telefonnummeret til ungdommen din sine venner lagra.
- Du er et forbilde:** Er du borte hele natta, er det lett å ta etter. Ditt eget alkoholforbruk kan speile seg i ungdommen din.
- Begrense tilgangen:** Ikke kjøp alkohol til ungdommen din. Ungdommen drikker både det du kjøper og en del mer. Låser du ned alkoholen når du er borte, er flaska like hel og ikke fylt på når du kommer hjem.