



Z otroki se iskreno
pogovarjajte o tvegane
pitju

V Evropi popijemo dvakrat več alkohola kot v drugih delih sveta, tvegano pitje alkohola je še vedno najpogostejši vzrok za smrt mladih med 15. in 29. letom starosti, je zapisal nekdanji minister za zdravje Tomaž Gantar v publikaciji Alkohol v Sloveniji, ki jo je izdal Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ).

Mladi in alkoholizem

Čprav alkohol sodi med droge in njegova pretirana uporaba vpliva na naše zdravje, je v naši družbi še vedno lahko dostopen. Srečamo ga povsod, je običajen del družabnega vedenja, spremlja skoraj vsak družabni dogodek, ne le praznovanje, brez njega večinoma ne mine nobena športna tekma. Podatki kažejo, da slovenski mladostniki že zgodaj začnejo uživati alkoholne pijače, vse pogostejše je tvegano opijanje z alkoholom.

Zato je Združenje distributerjev in proizvajalcev alkoholnih pijač finančno podprlo strokovnjake za vzgojo Familylab Slovenija, ki so zasnovali program Trezno o alkoholu, s katerim želijo mlade spodbujati k odgovorni drži do alkohola, jim pomagati prepoznati tvegane situacije in pravilno poskrbeti zase.

Vzgajati je treba zgodaj

Pri Familylabu so se odločili, da program Trezno o alkoholu namenijo učencem zadnjih treh razredov osnovnih šol, saj je po podatkih NIJZ približno štiri petine slovenskih 15-letnikov že poskusilo alkoholne pijače. »Približno dve petini se jih z alkoholom sreča že pred 13. letom starosti. Najpogosteje spijejo svojo prvo alkoholno pijačo do svojega desetega leta starosti, največkrat v domačem okolju,« opozarja Ivana Gradišnik, vodja Familylaba. »Približno vsak sedmi 15-letnik pije alkoholne pijače vsaj enkrat na teden in skoraj tretjina teh je že bila opita vsaj dvakrat v življenju. Vsekakor jih je torej smiselno doseči, še preden začnejo uživati alkohol, saj je pomembno, da ga poskusijo čim pozneje in da se, kolikor je mogoče, ognejo opijanju.« Prav prezgodnji začetek uživanja alkohola in tvegano vedenje, ki nastane med uživanjem alkohola v prezgodnji starostni dobi, pogosto vodita tudi v odvisnost v odrasli dobi. Strokovnjaki iz Familylaba verjamejo, da so starši in učitelji tisti, ki lahko dovolj zgodaj otrokom privzgojijo odgovoren odnos do uživanja alkohola. »Otrokom je treba pomagati, da se naučijo prepoznati tvegane situacije, spodbujati razvoj njihove osebne odgovornosti in samospoštovanja,« verjame Gradišnikova. Starši morajo najprej razumeti svojega otroka, njegove razloge, ki se skrivajo za najstnikim vedenjem, hkrati naj mu tudi poskušajo ponuditi vse odgovore in vedno biti v oporo.

To so tudi glavni cilji programa Trezno o alkoholu, ki je doživel dober odziv že ob prvi izvedbi v šolskem letu 2015/2016, nadaljeval pa se je lani in letošnje šolsko leto. V progra-



IVANA GRADIŠNIK

”
Otrokom je treba pomagati, da se naučijo prepoznati tvegane situacije, spodbujati razvoj njihove osebne odgovornosti in samospoštovanja.

IVANA
GRADIŠNIK,
Familylab

■ Pri Familylabu so se odločili, da PROGRAM TREZNO O ALKOHOLU namenijo učencem zadnjih treh razredov osnovnih šol, saj je po podatkih NIJZ približno štiri petine slovenskih 15-letnikov že poskusilo alkoholne pijače.

mu učenci sodelujejo v izkustvenih delavnicah, staršem in učiteljem pa strokovnjaki Familylaba Slovenija dajo nekaj informacij in koristnih nasvetov, kako se z najstniki pogovarjati o alkoholu. Na ljubljanski pediatrični kliniki vsako leto sprejmejo več kot sto hospitaliziranih otrok zaradi zastrupitve z alkoholom, pred leti so sprejeli celo devetletnico. Mladi pogosto poskusijo alkohol, ker želijo preizkušati novosti, so pod vplivom in pritiskom vrstnikov ali se tako počutijo bolj odrasle. Pijejo, da bi se opili, ker se tako sprostitjo, so bolj pogumni in samozavestni, pozabijo na težave v šoli in lažje sklepajo nova poznanstva, ugotavljajo v knjižici Alkohol v Sloveniji. Opozarjajo tudi na privlačne reklamne oglase o alkoholnih pijačah, preprost nakup alkohola, nizko ceno brezalkoholnih pijač in širšo družbeno sprejemljivost pitja alkoholnih pijač.

