

# في بعض الأوقات تكون كلمة "لا" أجمل هدية على الإطلاق

ينتظر العديد من المراهقين إجازة الصيف أو التخرج من المدرسة بفارغ الصبر. وعندما نتحد معاً، سنكون قادرين على حمايتهم من الوقوع في فخ الكحول والمخدرات، وسنتمكن من غبعاد الأذى عنهم.

بعضهم سيطلب من الأصدقاء الأكبر سناً أو من إخوانهم أو حتى أهاليهم أن يشتروا لهم بعض المشروبات الكحولية. وإن أغلب الأشخاص الذين يشترون الكحول إنما يفعلون ذلك لأنهم يحاولون أن يكونوا لطفاء أو لأنهم قلقون من أن يشتريه المراهق من شخص غير معروف.

من أين يحصل الشباب على الكحول والمخدرات الأخرى؟ من السهل طلب الكحول والمخدرات عبر وسائل التواصل الاجتماعي. انتبه لتصرفات المراهق الذي قد يطلب فجأة مبالغ أكبر من المال أو ينفق أكثر من المعتاد، أو إذا بدأ في إرسال طلبات تبادل إلى أرقام هواتف لا تعرفها.

يمكن لكل من الأم والأب إحداث فرق كبير! يزداد خطر التعرض لحادث أو الوقوع ضحية لجريمة عند شرب الكحول. ولذلك فإن دور الأهل يمكنهم من القيام بالكثير لحماية المراهق. على سبيل المثال

- تحدث إلى المراهق. اسأله عن خططه للمساء.
- استمر في متابعته والتأكد من أن كل شيء على ما يرام معه.
- اجعل نفسك متاحاً معظم الوقت وكن مستعداً لاصطحابه إذا حدث شيء ما.
- تحدث إلى والدي أصدقاء ابنك/ابنتك المراهق وتعاونوا في مراقبة الوضع العام.

تحتوي المواقع الإلكترونية [www.fullkoll.nu](http://www.fullkoll.nu) و [Teenagers and alcohol - advice](http://Teenagers and alcohol - advice)

على حقائق ونصائح وإرشادات حول أشياء مثل أكثر خمسة عقاقير شيوفاً أو ما يمكنك فعله إذا عاد مراهقك إلى المنزل تحت تأثيرها. [for parents | Systembolaget](http://for parents | Systembolaget)

هل تعلم أن نصف الشباب سيمتنعون عن الشرب إذا لم يقدم لهم الكحول شخص يعرفونه؟

أدمغة الشباب أكثر عرضة للتفاعل مع الكحول والمخدرات الأخرى من البالغين لأن الدماغ يستمر في التطور حتى سن 25 عاماً.

معاً يمكننا منع الحوادث والجرائم!



\*المصدر: استطلاع "من تثق به"، المجلس السويدي للمعلومات حول الكحول والمخدرات الأخرى، 2023