



Vil du være med å støtte opp om godt alkovett i idrettsklubben, i trafikken, på sjøen, på sosiale møteplasser, på arbeidsplassen, eller på arenaer der barn og unge ferdes? Ta kontakt!



Av-og-til-koordinator
Karen Asheim
SLT-koordinator
karen.margrete.t.asheim@sola.kommune.no
971 29 057



Godt alkovett i Sola kommune

Sola er en Av-og-til-kommune

Det betyr at vi samarbeider med Av-og-til om alkoholforebygging for bedre folkehelse og trygge oppvekstmiljø. Målet er å forebygge skader og ulemper som følge av alkoholbruk blant innbyggere i kommunen vår.

Sammen med Av-og-til setter vi søkelyset mot situasjoner der det er ekstra viktig å bruke alkovett. Som når du er gravid eller er sammen med barn og unge, når du kjører bil eller båt, i idretten og på arbeidsplassen – eller når livet er vanskelig. Alkovett handler om å skape en bevisst holdning til om man skal drikke, og når man skal stoppe.

I sola er vi opptatt av å synliggjøre dette arbeidet, og tilrettelegge for samtaler rundt alkovett på ulike arenaer. På den måten ønsker vi å bidra til å bryte tabu, og skape refleksjon rundt bruk av alkohol blant våre innbyggere.



Fornuftig bruk av alkohol handler om å kjenne egne grenser, og være oppmerksom på hvordan alkohol påvirker oss og de rundt. La oss løfte glasset med fornuft og glede – samtidig som vi tar vare på hverandre.

Janne Stangeland Rege
Ordfører i Sola kommune

Visste du at ...

- 90.000 barn har en mamma eller pappa som drikker for mye? Alkohol rammer ikke bare dem som drikker, men også pårørende.
- Alkohol øker risikoen for mer enn 200 sykdommer? Blant dem er flere typer kreft, hjerteproblemer, demens, angst og depresjon.
- Foreldrenes synspunkt er viktigere enn venners når ungdom skal velge når de skal debutere med alkohol, og hvor mye de skal drikke?
- Idretten er et fristed for mange barn, der de kan slippe å tenke på hvordan de har det hjemme?