

TEATER BORDERLINE

DEN STØRSTE DRØM '10 rigtige'

**HVOR MEGET VED DU OM ALKOHOL
OG VOKSNE DER DRIKKER FOR
MEGET?**

Kan du få 10 RIGTIGE?

Sæt X ved ja eller nej.



I Danmark har vi nogle sundhedsregler, fordi det er vigtigt, at vi passer godt på os selv og hinanden, så vi ikke blive syge. Når det handler om alkohol, er der nogle regler for, hvor meget man som voksen må drikke på en uge.

Voksne kvinder må drikke 7 genstande om uge. Det vil sige 7 øl eller 7 glas vin.

Voksne mænd må drikke 14 genstande om uge – 14 øl eller 14 glas vin.

1. SPØRGSMÅL: Er det godt, hvis en voksen mand eller kvinde drikker 20 øl på en uge?

Ja, så bliver de voksne i så godt humør.

Nej. Det er alt for meget og kan skade helbredet.

SÆT X

JA__

NEJ__

2. SPØRGSMÅL: Må børn godt drikke alkohol?

Ja, det må de godt. De må bare ikke drikke for meget, før de skal op i skole næste dag.

Nej. Børn må ikke drikke alkohol.

SÆT X

JA__

NEJ__

3. SPØRGSMÅL: Er det usundt at drikke et glas vin eller en øl til maden en gang imellem, når man er voksen?

Ja, al alkohol er farligt lige meget, hvor lidt man drikker.

Nej, hvis man er voksen, kan et glas vin eller en øl en gang imellem ikke skade.

SÆT X

JA__

NEJ__

Afhængighed er, når der er noget man ikke kan undvære i sin hverdag, når der er noget man bare **MÅ HAVE**. Man kan blive afhængig af forskellige ting, fx alkohol, cigaretter og stoffer.

4. SPØRGSMÅL: Hvis voksne ikke kan undvære at drikke vin eller øl eller andet alkohol hver dag, betyder det så, at man drikker for meget?

Nej, man er bare tørstig

Ja, man er ved at blive – eller er allerede - afhængig af alkohol.

SÆT X

JA___

NEJ___

5. SPØRGSMÅL: Kan man få hjælp, hvis ens mor eller far drikker for meget?

Nej, det må børnene klare selv.

Ja, man kan få hjælp mange steder.

SÆT X

JA___

NEJ___

6. SPØRGSMÅL: Er det vigtigt at tale med nogen, hvis ens mor eller far drikker for meget?

Nej, det er bedst, at det er en hemmelighed.

Ja. Det er meget vigtigt at tale med nogle.

SÆT X

JA___

NEJ___

7. SPØRGSMÅL: Er det rigtigt, at over 100.000 børn i Danmark vokser op i et hjem, hvor en af deres forældre drikker for meget?

Nej, det er alt for højt et tal.

Ja, det er rigtigt.

SÆT X

JA___

NEJ___

8. SPØRGSMÅL: Er det pinligt og flovt at fortælle det til andre, hvis ens mor og far drikker for meget?

Ja, meget og man skal helst ikke fortælle det til nogen.

Nej, det er ikke pinligt eller flovt – tværtimod. Og det er godt at fortælle det til en voksen man er tryk ved.

SÆT X

JA___

NEJ___

9. SPØRGSMÅL: Er det i orden, at man som barn bliver ked af det, hvis ens far eller mor drikker meget derhjemme eller ude i byen?

Ja, det er helt i orden og helt normalt.

Nej, det er ikke i orden at blive ked af det, man skal bare tage sig sammen.

SÆT X

JA ___

NEJ ___

10. SPØRGSMÅL: Hvis ens forældre drikker for meget, kan de så få hjælp til at holde op med at drikke?

Nej, der er ikke nogen der gider at hjælpe, så de voksne kommer i fængsel og børnene på børnehjem.

Ja, ens forældre kan godt få hjælp, og der er mange dygtige mennesker, der gerne vil hjælpe dem.

SÆT X

JA ___

NEJ ___

HVIS DIN MOR ELLER FAR DRIKKER FOR MEGET - HER kan du få hjælp.

PÅ DIN SKOLE – tal med en lærer eller en pædagog eller en anden, du har tillid til.

Tag en ven med, hvis det er svært.

BØRNETELEFONEN – RING eller SMS 116111

Eller CHAT ELLER SKRIV ET BREV TIL BØRNETELEFONEN

<https://bornetelefonen.dk/>



DR ULTRA **BØRNEPORTALEN**

<https://www.dr.dk/ultra/ultranyt/faa-hjaelp-hvis-mor-eller-far-drikker#!/>

