

Beste ouders/verzorgers,

Carnaval staat voor de deur en dat is één van de momenten waarop kinderen hun eerste glas alcohol drinken. Gemiddeld is een kind na dat eerste glas binnen anderhalf jaar voor het eerst dronken. Er is behoorlijk veel bewijs dat het drinken van alcohol slecht is voor het puberbrein. Bovendien geldt dat jongeren onder de 18 jaar, die alcohol bij zich hebben, strafbaar zijn en een boete kunnen krijgen.

Wat doet alcohol met het puberbrein?

Pubers die drinken hebben minder controle over hun gedrag en belanden eerder in vervelende situaties zoals ongelukken, vechtpartijen en ongewenste seks. Zeker met Carnaval, als grote groepen mensen staan te hossen en bijna iedereen een slok op heeft, kan een puber makkelijk in de problemen komen. Daar komt bij dat Carnaval in de winter is als het koud is. Alcohol vergroot de kans op onderkoeling en als je door de drank toch al niet stevig op je benen staat, is de kans om onderuit te gaan een stuk groter.

Wat kunt u doen?

U wilt toch ook dat uw kind met een gezond stel hersens opgroeit? Hoe kunt u er dan voor zorgen dat uw puber zich ook tijdens Carnaval aan de NIX18 afspraak houdt (tot 18 jaar geen alcohol drinken)?

Home

Wat doet jouw kind?

Wat zijn de gevolgen?

Wat kun je doen?

- Tips van jongeren
- **Tips voor een goed gesprek**
- Stel regels
- Afspraken met andere ouders
- Mijn kind drinkt al

Kijk eens op www.uwkindenalcohol.nl

Het is belangrijk dat u regels stelt. Op de website kunt u lezen welke regels het beste werken. Vraag ook eens aan andere ouders welke afspraken zij hebben gemaakt met hun kind. Bent u nieuwsgierig naar wat jongeren er zelf van vinden om met hun ouders over alcohol te praten? Bekijk dan de filmpjes op de website met **Tips van jongeren**. Praten

met je kind over alcohol is niet altijd gemakkelijk. **Tips voor een goed gesprek** kunnen u hierbij helpen.

Enkele tips voor Carnaval

- Spreek van te voren af dat uw kind tijdens het Carnaval niet drinkt.
- Maak ook met de volwassenen met wie u op stap gaat de afspraak dat zij uw kind geen alcohol aanbieden.
- Ook geen scheutje alcohol in de frisdrank van uw kind.
- Blijkt dat uw kind toch gedronken heeft, bespreek dit dan de volgende dag op een rustig moment. Geef duidelijk aan dat u niet wilt dat uw kind drinkt

Het kan ook zijn dat uw kind al wel eens alcohol drinkt. Welke afspraken kunt u dan nog maken? Ook daarover kunt u informatie vinden op de website.

Wij wensen u een alcoholvrije Carnaval met uw kind!