



Slimību profilakses un kontroles centrs

Informācija medijiem

02.11.2015.

Uzsāk diskusiju ciklu vecākiem

„Pusaudzis un alkohols – kā runāt, atbalstīt, palīdzēt?”

Lai veicinātu vecāku informētību un attieksmes maiņu par alkohola lietošanu nepilngadīgo vidū, kļiedējot mītus un sniedzot praktiskus padomus, kā runāt ar pusaudzi par alkohola lietošanu, Kuldīgā, Valkā, Aizkrauklē, Rīgā un Balvos notiks diskusiju cikls vecākiem „Pusaudzis un alkohols – kā runāt, atbalstīt, palīdzēt?”

„Vecākiem ir svarīgi jau laicīgi runāt par alkohola lietošanas problēmām ar saviem bērniem,” ir pārliecināta **AIJA PELNE**, Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) Atkarības slimību riska analīzes nodaļas vadītāja.

Diskusijas vadīs un ar vecākiem diskutēs nozares vadošie speciālisti – narkoloģe Inga Landsmane un atkarību psiholoģe Kristīne Mozerte – , un to laikā vecākiem būs iespēja:

- iepazīties ar informāciju, kāpēc alkohola lietošana pusaudžu vidū ir aktuāla problēma un kā tā ietekmē jauniešu attīstību;
- saņemt praktiskus speciālistu ieteikumus, kā veidot sarunu ar pusaudžiem par alkohola lietošanas jautājumiem;
- uzzināt, kā atpazīt pazīmes, kas liecina – pusaudzīm radušās problēmas ar alkohola lietošanu;
- dalīties pieredzē un saņemt individuālu speciālistu konsultāciju.

INGA LANDSMANE, Rīgas psihiatrijas un narkoloģijas centra Ambulatori konsultatīvās nodaļas vadītāja: „Lai ģimenē saglabātu veselīgas un saprotošas attiecības, vecākiem ir jābūt sagatavotiem pusaudžu vecuma krīzēm, tajā skaitā eksperimentiem ar atkarību izraisošo vielu lietošanu, mācoties nezaudēt saikni ar bērnu!”

KRISTĪNE MOZERTE, atkarību psihologs, Latvijas Atkarību psihologu asociācija: „Alkohols un cigaretes ir pirmās apreibinošās vielas, kuras tiek izmēģinātas vēl pirms citām apreibinošām vielām. Visbiežāk šo vielu lietošana ir saistīta tieši ar jaunieša pašvērtējumu un viņa attiecībām ar vienaudžiem, viņa pašsajūtu ģimenes sistēmā, attiecībām ar vecākiem. Alkohola lietošana un smēķēšana ir viens no veidiem, kā tiek provocēti vecāki. Bieži tā izpaužas pusaudžu centieni piesaistīt vecāku uzmanību. Alkohola lietošanas radītās sekas ir saistītas ar bērnu un pusaudžu drošības saglabāšanas un nostiprināšanas jautājumiem. Vecākiem ir jābūt zinošiem un informētiem par atkarību izraisošām vielām un to lietošanas riskiem, lai

iedrošinātu viņus runāt par šīm tēmām.”

Diskusiju cikls tiek rīkots informatīvās kampaņas „Lai būtu skaidrs!” ietvaros, un diskusijas notiks:

- **Kuldīgā** – 4.novembrī Kuldīgas novada Bērnu un jauniešu centrā, 1905.gada ielā 10, sākums plkst.17:30;
- **Valkā** – 10.novembrī Bērnu un jauniešu centrā „Mice”, Semināra ielā 27, sākums plkst.17:30;
- **Aizkrauklē** – 19.novembrī Aizkraukles novada ģimnāzijā, Lāčplēša ielā 21, sākums plkst.17:30;
- **Rīgā** – 24.novembrī Birojnīcā, Dzirnavu ielā 84 – k2, sākums plkst.17:30;
- **Balvos** – 25.novembrī Balvu Valsts ģimnāzijā, Dārza ielā 27, sākums plkst.17:30.

Lai pieteiktos pasākumiem, aicinām zvanīt 67625339 vai rakstīt bps@bps.lv. Papildus informāciju aicinām skatīt www.skaidrs.lv.

Kāpēc aktuāli?

Alkohola lietošana ir viens no galvenajiem riska faktoriem, kas saistīts ar nepilngadīgo traumatismu, pašnāvībām, vardarbību un citām problēmām. Līdz šim veiktie SPKC pētījumi liecina, ka regulāra alkohola lietošanas pieredze (40 un vairāk reizes dzīves laikā) ir aptuveni katram trešajam (35%) 15–16 gadus vecam nepilngadīgajam un dzīves laikā vismaz vienu reizi piedzērušies 65% 15–16 gadus veci nepilngadīgie. Lai mazinātu alkohola lietošanu un pieejamību nepilngadīgo vidū, kopš septembra Veselības ministrija un Slimību profilakses un kontroles centrs (SPKC) realizē informatīvo kampaņu „Lai būtu skaidrs!”, kuras mērķis ir pakāpeniski mainīt sabiedrības attieksmi par alkohola lietošanu nepilngadīgo vidū un bērnu/pusaudžu alkohola lietošanu padarīt par sabiedrībā nepieņemamu uzvedību, kā arī aktualizēt jautājumus par alkohola samērā vieglo pieejamību tirdzniecības vietās un pieaugušo lomu šajā procesā.

Anete Jansone

Komunikācijas nodaļas sabiedrisko attiecību speciāliste

Slimību profilakses un kontroles centrs

tālr. 67387668;27802228; prese@spkc.gov.lv

PR- 78/2015