



Brosjyren er hentet fra Forebyggende rusmiddelarbeid i helsestasjonen, og utarbeidet av Helsesøster Helga Melkeraaen v/Stjørdal helsestasjon.

Tilrettelagt av helsesøster Carolina V. Vargas, Fyllingsdalen

SMÅBARN OG ALKOHOL



**Du er ditt barns første
og viktigste lærer!**

VI VET:

- At småbarn kan bli utrygge og engstelige når foreldre er påvirket av alkohol fordi de voksne oppfører seg annerledes.
- At barnet ikke ”kjenner igjen” mor eller far.
Det er forvirrende og kan skape angst hos barnet.
- At barn lærer hele tiden av det de opplever. De lærer mest av det vi gjør, ikke av det vi sier.

SOM FORELDRE MÅ VI TENKE GJENNOM:

- Har mine drikkevaner innvirkning på barna og mitt forhold til dem?
- Hvordan kan jeg som mor/far hindre at mine barn tar skade av min bruk av alkohol?
- Ville det være annerledes hvis barna fikk velge?