

Buorre ráde nuoraj
ja alkohola birra
dunji gut la æjgát
lågenanjagágij

DÅN LA
ÁJNNASAMOS!





DANEN BIERRI LÄGENANJAGÁ- GIJN ALKOHOLA BIRRA SÁHKADIT

Moatten guoradallamin li mánájs ja nuorajs gatjádallam mij la ájnnasamos mij guoská alkoholadnui. Manen muhtema juhkagáhti gá li 14 jagága madi iehtjádij vuorddi desik sjaddi 18 jagága? Dábálasj la ájádallat dát la rádnaj duogen. Ajtu vuosedi guoradallama jut æjgáda li ájnnasamos vájkudussan mij guoská alkoholaj.

Nav vuorbálattja lip mij æjgáda! Miján la ållu sierralágásj vejulasjvuhta mijá mánájt vájkudit ja riekta guovlluj das-salit. Valla dav soajttá álkkep javllat gá dahkat.



4

MANEN LÄGENANJAGÁGA JUHKI?

Nuoras vargga álessjattugij

Gå lávkki nuorravuodas álessjattugij de vuojno ja ielemuohke rievddá. Dát málssom merkaj muhtem lágásj ieredimev æjgádijs ja identitehta ásadibme vargga álessjattugin. Moaddása li njunjága alkoholav gæhttjalit ja adni dav luondulasj lávkken álessjattukiellema guovlluj.

Aktijuohta

Muhtem lågenanjagága soajttá dábddi nákkov juhkcat danen gå «divna iehtjáda» dav dahki. Moaddása alkoholav juhki váj sosiálalattjat dákkipiduvvi ja váj bessi oassen muhtem aktijuodas. Lågenanjagága li njunjága alkoholaj ja juhki festan danen gå sihti rádnaj suohtastallat.

Vájkudusá

Mij nuorajn dáhpáduvvá gå juhká la aj ájnas jus ja manen lågenanjagák boahtte bále juhká. Jus lågenanjagák dábddá ietjas ienep viesso, suohtas ja sosiála gå ávddála, de dat soajttá vájkudit alkoholadnuij. Sæmmi láhkáj muhtem nuora alkoholav stressabinneddjen jali jaskadussan juhki. Soajttá siján li gássjelisvuoda jali juorruli binnep gå li juhkam.

5

TRENDA – NÁVTI LÄGENANJAGÁGA UDDNI JUHKI

Vuojnnet udnásj nuora juhki binnep gå ávddála, ja mañebut juhkagáhti. Dat la buorre ådås. Jegadi aj æjgádijt ienebut gå muh tema mijájs æjgátbuolan dagájma. Vájku buorránime la, de li ájn moadda hájes dáhpádusá tjanáduvvam nuoraj juhkamij. Ij la navti jut lägenanjagága Vuonan li hæjttám juhkamis. Lägenanjagága ælla alkoholaj hárjjánam ja navti li sierraláhkáj várnnahisá gå juhki. Danen la ájnas jut mij æjgáda lägenanjagágijn alkohola birra ságastip. Duosta tjielgas njuolgadusájt mierredit alkoholano gáktuj.

RISIKO JA VÁRNNAHISVUOHTA – NUORA JA ALKOHOLA

Juhkam mijá vuojñjanav vájkkut. Dat sjaddá gitta állip 25 jage. Alkohola máhttá nievres láhkáj dasi vájkkudit. Gå juhká de ij sæmmi buoragit bувte mierredit ja soajttá vuorbedibmen sjaddá. Lägenanjagák soajttá láhppá rájájt mij guoská majt sihtá iehtjasij ja iehtjádílda dahkat.

Dan duogen mav lägenanjagák juhká, man jáhtelit ja man ednagav juhká, de ietjas várnnahis dilláj biedjá juhkama diehti.



- Gájka lágásj sárme lassáni gå juhká.
- Guhti juhká álkkebut tsábbmadaláduvvá jali iesj tsábbmá.
- Sexa majt mañjela sáñart dáhpáduvvá ienebut gå la juhkam.
- Gåvvit ja gåvviduvvat aktan gåvåj juohkem sosiála mediajn váni jæsskomis la álkkep gå la juhkam.
- Jus ilá juhká de soajttá oadtu blackut ja hæhttum pumm-piduvvat.
- Åbbålattjat la ienep várnnahis ja nievrep láhkáj mierret gå la jugestam.

GOASSA VUOSTASJ BÁLE SÁGAS?

Ij la goassak ilá árrat mánájn ságastit juhkama birra. Jus álu la luondulattjat duv mánájn sáhkada alkohola birra, de dunnuj goappátjiða sjaddá álkkep. Jus rabás láhkáj ságastalá de ietjat mánnáj diededa dát la juoga man birra la ållu årnigis sáhkadit.

GATJÁLVISÁ MA MÁHTTI BOAHTET – LA GUS GÁRVES?

Gatjálvisá alkohola birra bâhti. Dagá vissásin jut mánná jur dunji ietjas gatjálvisáj boahtá. Vejulasjvuhta jut dat dáhpáduvvá lassán jus la gárvedam, sáddnáv subtsasta ja jus i dåssju sáhkada, valla aj gulldala.



I dárbaha juohkka gatjálvisáv buktet vásstedit, valla galga rahtjat váj dán la dat gesi mánná ietjas gatjálvisáj boahtá.



MUHTEM DÁBÁLASJ GATJÁLVISÁ JA OAJVVADUSÁ GÁKTU DAJT VÁSSTEDIT

Mánájn ja nuorajn soajtti moadda gatjálvisá alkohola birra. Dáhkki sáddnáv javllat váni ietjas nuorravuoda vásádusájt alkoholajn giehttöt. Álu máná gatjádi állu ietjá ássjít gó majt jáhká. Ájnas la mujttet dán la bagádalle ienep gó subtsastalle.

La gus dán gárramin læhkám?

Majt dán ájádalá dat merkaj liehket gárramin? Muhttijn lav juhkam nav ednagav váj lidjiv mājdåstuvvam tjuodtjelij bieje. Dat ij lim nav hávsske.

Manen jugá dán ja ietjá állessjattuga?

Jugáv danen gó lijkuv májsstáj ja danen gó alkohola máhhttá oadtjot mijájt állessjattugijt vuojñadalátjít ja buorren dábddát. Valla máhhti aj liehket ietjá ja buorep vuoge gáktu dábddát ietjas buorren ja vuojñadit. Ihkap mij állessjattuga dárbahip oajvvadusájt dán ássjen. Gávnnuji moadda buorre ássje juhkamijn, valla aj moadda nievrep ássje. Duola degu de ij la alkohola vuogas rubmahijda ma ájn li sjaddamin, danen galggá liehket 18 jage ávddål juhkagohtá. Majt dán ájádalá dan birra jut állessjattuga juhki?

Gåktu dåbddu vuollagin liehket?

Soajttá dåbddu vehi gærssulime ja jus la buorre mielan, de soajttá juohkka ássje vehi suohtasabbo. Valla jus la håjen de ihkap ájn ienep hådjána. Alkohola la degu stuoredimglássa mijá dåbdojda. Gå jugá de soajttá rájájt rassti ja dagá juoijddáv majt ietján illim dahkat. Jus ilá gárramin sjatta de ihkap mājdåstuvá tjuodtjelij bieje. De ihkap sáñarda majt la dakhkam jali javllam.

Goassa vuostasj bále juhki?

Vehi njunjástaláv manen dáv sidá diehtet. Dálla gå lav ållessjattuk de usjudaláv dalloj lidjiv ilá nuorran, ja luluj vuohkasabbo vuorddet.

MIERREDA TJIELGAS NJUOLGADUSÁJT

Tjielggasit galga javllat i dåhkkida mánná juhká ávddål la dævddám 18 jage. Gå la tjielggasit javllam de la binnep vejulasjvuhta jut nuora njuolgadusájt dådji. Nuora agev sjaddi rájájt gæhttjalit, valla sæmmi båttå dåbiddi ietjasa jasska gå li rájá. Sæmmi láhkáj máhti aj duv «ándagissan» adnet gå e alkoholav lágeda. «Iv, iv sidá juhkat danen gå de æjgádij hæhttuv rijddalit». Nuorravuhta la ájgge edna iehpesihkarvuodajn ja de soajttá vuogas «gássjelis» æjgádij gesi máhttá skulldit.



ALE MÁNNÁJ ALKOHOLAV VATTE

Akta dajs nannusamos jáhtojs mij gávnuu, la dat jut la sluogas lågenanjagága mañen alkoholav sijdas rádjat gå galggi fæsstaj,

danen gå dalloj «diedá gájt majt juhki». Nuora gudi bessi síjdan májsstet jali æjgáda dákki kidi jut juhki, ienep ja ábaj álggon ietjasa ludtjusasj rádnaj.

LIEGE LAHKUSIN GÅ DUV DÁRBAJ

Vássteda agev telefávnåv gå duv lágenan jagák riñngu - vájku la gassko ijá. Vuogas jus la tjielgos váj máhtá vuodjet viedtjat duv mánáv jus la festan lähkám.

VUOJNA TJÁVVIJN – DÂN LA ÁJNNASAMOS

Soajttá hásstalussan gå dujna li diehtemvájnogis lágenan-jagága goaden, valla mij æjgáda hættup duosstat tjielggá rájájt biedjat. Æjgádin liehket ij la makkárik bivnosgilpos. Jus rájájt bieja de vuosedá dunji máhtá luohedit. Dân la æjgát, ij akta ber makkir ráddna.

Mujte ienemusájda merkaj nuorravuoda ájgge gjinnam liehket, musihkka, hávsskes vásádusá ja mujto iellemájge nalluj. Miján li máná dåssju luojkan, ja hæhkkat li álgus jáhtäm. Vájku jage jáhtelit ålláni, de la dujna sierralágásj vejulasjvuhta liehket ájnas sijá iellemín madi sämmi rábe vuolen árrobihtit.

Girjásj la dagádum Alek Ruossas aktan alkojiermmeorganisasjávnájn AV-OG-TIL ja dan vuodon la www.kjipeforeldre.no. Varresvuodadirektoráhtas doarjoduvvam.





GIERES LÄGENANJAGÁGA ÆJGÁT

Dutkam vuoset familjajn majn li tjielgas njuolgadusá alko-hola gáktuj, juhká lägenanjagák binnek ja ienep várrorisát. Danen la buorre ráde lägenanjagágij ságastit alkohola birra ja tjielgas njuolgadusájt mierredit. Dán girjátjin oattjo rádijt gáktu dáv praktihkalattjat dahkat. Vuoj dav vuogas bargov dujna la æjgádin lägenanjagágij - bessat duv mánáv tjuovvolit iesjrádasjvuoda gæjno nanna.

Lägenanjagák duv dárbaj.

Dån la ájnnasamos!



Blå Kors Norge
Storgata 38 – 0182 Oslo
Tlf: 22 03 27 40
post@blakors.no
www.blakors.no

@blakors/#blakors

facebook.com/blakorsnorge

@blakors