

DET ER IKKE NOK AT BEKYMRE SIG!

SIG HVAD DU SER!

DET VÆRSTE DU KAN GØRE - ER IKKE AT GØRE NOGET!

DET ER NEMT OG GRATIS AT FÅ HJÆLP!

DET KAN VÆRE SVÆRT, MEN DET ER NØDVENDIGT AT BEDE OM HJÆLPEN!

OMSORGSSVIGT I FORHOLD TIL BØRN ER ENHVER BORGERS ANSVAR!

Er du bekymret for én i din omgangs-kreds, en kollega eller familie, så sig det åbent til vedkommende, eller tag kontakt til

- Nøgleperson i kommunen
- Behandlingscenteret
- Praktiserende læge
- Psykiatri og misbrugsområdet

Det er bevist, at 40 % af de mennesker, der får en sådan henvendelse, nedsætter deres forbrug af alkohol.

Husk ved bekymring:

Hvad kan jeg eller vi gøre selv?
Hvad skal jeg eller vi have hjælp til?
Hvor skal andre tage over?

Vidste du at:

Sundhedsstyrelsen anbefaler:

Max. 14 genstande om ugen for kvinder og max. 21 genstande om ugen for mænd.

Aldrig mere end 5 genstande pr. lejlighed.

Gravide skal ikke drikke alkohol.

Én genstand svarer til 1 alm. øl, 12 cl. vin eller 4 cl. spiritus.

En kvinde på 60 kg. får en promille på ca. 0,36 af at drikke én genstand, og er ca. 2 timer om at forbrænde én genstand.

En mand på 80 kg. får en promille på ca. 0,22 af at drikke én genstand, og er ca. 1. time om at forbrænde én genstand.

Aldersgrænsen for køb af alkohol i butikker er 16 år og 18 år på restaurationer.

Jo tidligere alkoholdebut man har, jo større er risikoen for, at man senere afprøver stoffer eller udvikler et alkoholmisbrug.

De unges alkoholforbrug påvirkes i positiv retning af forældrene som rollemodeller og regler fra forældrene.

Ældre tåler mindre alkohol end andre voksne, og oplever lettere skader og ulykker som følge af alkohol.

Alkohol er medvirkende årsag til en lang række sygdomme. Visse kræftformer er fx direkte relateret til alkoholindtagelse.



ALKOHOLPOLITIK og praksis i ÆRØ KOMMUNE

I Ærø kommune har politikerne vedtaget en alkoholhandleplan for at skabe mulighed for et sundere liv og mere hensigtsmæssig omgang med alkohol.

Der er dermed nedskrevet en klar målsætning og iværksat en målrettet indsats for at opnå størst mulig fokus på området.

En tværfaglig styregruppe i kommunen har ansvaret for gennemførelsen af planen. Denne styregruppe fungerer som "tovholdere" i 3 netværksgrupper af uddannede nøglepersoner indenfor alle fagområder i kommunen.

1 gruppe på børne- og skoleområdet.

2 grupper på voksenområderne.

TILBUD i kommunen

Du kan altid henvende dig til kommunen, hvis du er bekymret for nogen eller har brug for hjælp og støtte. Nedenfor er en række nyttige kontaktoplysninger

Behandlingcenter Svendborg

Gratis hjælp i form af medicinsk behandling, individuelle samtaleforløb, familiesamtaler, telebehandling samt rådgivning. **Kontakt:** Tlf. 62 23 66 66

Psykatri og misbrugsområdet Ærø

Kontakt: 63 52 55 07

Børnesagsbehandlingen

Støtte til børn og familier, underretning ved mistanke om omsorgssvigt

Kontakt: Tlf. 63 52 50 44

Familiekonsulent: Tlf. 63 52 50 20

Børnekonsulent Steffen Christensen -
stch@odense.dk

tidsbestilling: 63 52 50 20

Åben anonym rådgivning

For børn, unge og forældre. Mandage kl. 13 - 15.30

Kontakt: Tlf. 63 52 50 00

Støttegruppe for børn

Mulighed for at tale med andre i samme situation, for børn i familier med alkoholproblemer

Kontakt: Tlf. 63 52 50 20

Støttegruppe for kvinder

For kvinder med alkoholrelaterede problemer, netværksdannelse med andre i sammen situation

Kontakt: Tlf. 63 52 55 07

SKP-ordning (Støttekontaktperson)

Hjælp til de mest isolerede og udsatte alkoholmisbrugere. Alle kan henvende sig anonymt med en bekymring om et medlemme, der ikke kan tage vare på sig selv.

Kontakt: Tlf. 23 41 09 57 eller 30 50 51 78

Uddannede nøglepersoner

Alle kommunens arbejdspladser har uddannede nøglepersoner med særlig viden om signaler på alkoholproblemer og hvordan man tager fat på samtalen om alkohol.

Kontakt: Ledere på kommunens arbejdspladser kan henvise til nøglepersoner

Andre tilbud:

Praktiserende læge

For medicinsk behandling eller rådgivning om behandlingsmuligheder

Anonyme alkoholikere

Kontakt: Tlf. 70 10 12 24

Den blå linie (anonym rådgivning)

Kontakt: Tlf. 70 10 01 30

Alkoholstyregruppen på Ærø

Koordinerer tiltag og indsatser på alkoholområdet, rådgiver om støtte og hjælpemuligheder

Kontakt:

Jette Bernsen Tlf. 63 52 55 07

Nanna Svends Tlf. 20 10 64 16

Vera Thestrup Hansen Tlf. 63 52 50 20

Jytte Thornfelt Tlf. 63 52 55 41

Tom Jensen Tlf. 51 77 91 07

Else Marie Østergaard Tlf. 30 50 51 79

Karen Jette Andersen

Nicolai Gamsbøl-Havmand

Anders Johansson

Ærø's alkoholhandleplaner

Hovedindholdet i Ærø's handleplaner omkring alkohol er følgende:

BØRN

Vi vil

- Højne opmærksomheden
- Forebygge omsorgssvigt
- Opnå tidlig indsats/hjælp
- Støtte og yde omsorg til børn i familier med alkoholproblemer

UNGE

Vi vil

- Udsætte unges alkoholdebut
- Mindske unges alkoholforbrug
- Have holdningsændring blandt unge på baggrund af klare voksenholdninger
- Sikre alkoholfrie alternativer

VOKSNE

Vi vil

- Opnå en sundere omgang med alkohol
- Have alkoholfri arbejdspladser
- Få flere i behandlingstilbud
- Yde hjælp og støtte
- Opløse tabu om alkoholproblemer