



Forsíðumyndin er af bjórstafla hjá verzlun ÁTVR í Kringlunni, en bjórneysla nú hefur aldrei mælst meiri hér á landi. (Mynd: Odd Stefán).

# 1. töl. 8. árg. 2005

# ÁHRIF

af vettvangi vímuefnamála

T Í M A R I T Í Þ

Ritstjóri og ábm.: Árni Einarsson  
Útlit/umbrot: Guðni R. Björnsson

Ritstjórn: Aldís Yngvadóttir,  
Pétur Þorsteinsson, Sigurður R. Jónmundsson,  
Halldór Árnason og Guðni R. Björnsson

frae@forvarnir.is

Aðsetur: Brautarholti 4a, 105 Reykjavík  
Sími: 511 1588. Fax: 511 1589

Ljósmyndir: Ýmsir Forsíða: Odd Stefán

Prentun: Prentmet Upplag: 3000

Greinar sem birtar eru undir nafni eru á ábyrgð höfundna.

Annað efni er á ábyrgð tímaritsins.

Eftirprentanir leyfilegar sé heimildar getið.

Ú T G E F A N D U R



Fræðslumiðstöð í fíknivörnum FRÆ

Brautarholti 4a, 105 Reykjavík  
Sími 511 1588 frae@forvarnir.is

www.forvarnir.is



ÍUT-forvarnasamtök

Brautarholti 4a, 105 Reykjavík  
Sími 511 1588 iut@forvarnir.is

www.edru.is

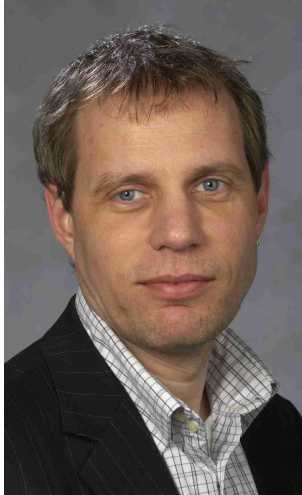


BRAUTIN - bindindisfélag okumanna

Brautarholti 4a, 105 Reykjavík  
Sími 588 9070 Fax 511 1589

www.brautin.is

R I T N E F N D



Rafn Jónsson,  
verkefnastjóri áfengis- og  
vímuvarna hjá Lýðheilsustöð

## Heildrænt forvarnastarf skilar árangri

um erfitt og hvað þá ungu fólki sem er að reyna takast á við allt þetta að, auk þess að vera að takast á við sjálft sig og allt það sem því fylgir að þroskast sem einstaklingur. Áfengi hefur löngum verið notað sem undankomuleið erfiðleika og leiðinda sem þessu geta fylgt eða til að „létta sér lífið“ og „gera sér glaðan dag“ í lok erfiðrar vinnuviku. En til eru fleiri og mun betri leiðir til að létta sér lífið og tilveruna sem þar að auki eru oftast mun vænlegri til árangurs en neysla áfengis og vímuefna. Einn liður í forvarnastarfi er að beina athygli unga fólksins sterkar og betur að þessum leiðum. En eins og samfélagið breytist og þróast þarf forvarnastarfið einnig að breytast og þróast. Það dugur t.d. ekki að einblína eina göngu á einstaka, sértæka áhættuþætti heldur þarf að huga að forvarnastarfi í víðara samhengi en oft áður.

Þegar óskað var eftir því að ég skrifaði inn- gangssorð í tímaritið *Áhrif* var auðvelt að verða við þeirri ósk. Ekkert er sjálfsagðara en að leggja málefnið lítið og í leiðinni að vekja athygli á þeim árangri sem náðst hefur í forvarnarmálum þegar mið er tekið af niðurstöðum kannana um neyslu unglunga í efri bekkjum grunnskólanna.

Dregið hefur úr neyslu áfengis og reykingum. En einmitt af þeim sökum að árangur hefur náðst er ástæða til að hvetja fólk áfram til dáða. Alls ekki má slá söku við enda er forvarnastarf vinna sem stöðugt þarf að viðhalda. Stöðugt þarf að endurmeta og skoða nýjar leiðir í starfinu til að viðhalda þeim árangri sem náðst hefur og til að takast á við nýjar áskoranir. Við lifum í samfélagi stöðugra breytinga, áreitiss, hraða og þurfum þess vegna oft að leita leiða til að ná tökum á sjálfum okkur og aðstæðunum. Þetta getur reynst fullorðn-

Hreyfing, mataræði, vinna, menntun, íþróttar- og tómsfundalíf hefur víðtækt forvarnagildi á mörgum sviðum, m.a. á neyslu áfengis og/eða vímuefna. Ég tel því að heildrænt forvarnastarf sé vænleg þróun í forvarnastarfi. Enn mikilvægara tel ég þó vera að forvarnastarf sé samvinna, því aðeins á þann hátt náum við að viðhalda þeim árangri sem náðst hefur og samvinna er jafnframt forsenda þess að enn betri árangur náist í framtíðinni.

Hugsun forvarnastarfið heildrænt, gefum okkur góðan tíma fyrir börnin og hlustum á þau.



Pétur



Aldís



Árni



Sigurður Rúnar

ÁHRIF  
TÍMARIT

AF  
VETTvangi  
VÍMUvarna



Halldór



Guðni