



# Du spelar fortfarande roll som förälder!

Ditt nej till cannabis påverkar din tonåring.

# Det du tycker spelar fortfarande roll!

**Den här broschyren är till för dig som har en tonåring i gymnasieålder. I den åldern är många alltmer självständiga, fokuserade på fritid och vänner. Men glöm inte att du som förälder fortfarande spelar roll!**

Troligen har du hört talas om hasch och marijuana – gemensamt kallas det cannabis. Cannabis förekommer betydligt oftare bland gymnasieelever än på högstadiet. Det betyder inte att alla testar cannabis, de flesta ungdomar i Stockholm gör det aldrig.

En viktig anledning till att ungdomar avstår från cannabis är att deras föräldrar förväntar sig det. Därför spelar du en viktig roll. Kom ihåg att din dotter eller son faktiskt tar intryck av vad du som förälder säger – även om det inte alltid känns så.

## Några tips:

- Prata med din tonåring om cannabis, visa att du bryr dig om.
- Var tydlig med att cannabis är olagligt och farligt – skapa normer.
- Ha en tydlig restriktiv hållning också till alkohol och tobak.
- Prata gärna med andra föräldrar.
- Läs på om cannabis och hur du kan upptäcka det.
- Uppmärksammar du förändringar hos din tonåring och blir orolig, kontakta Mini Maria Stockholm, Framtid Stockholm eller din stadsdelsförvaltning.



**Källa:** Stockholmsenkäten åk 2 gymnasiet 2014.

## Värt att veta om cannabis

Cannabis är namnet på en grupp hampaväxter som hasch, marijuana och hascholja framställs av.

I växterna finns ämnet THC som ger upphov till ruset. Ett långvarigt cannabismissbruk kan påverka kroppen – och framför allt hjärnan – på många sätt.

Marijuana är grönt och liknar torkat, hackat gräs. Hasch säljs ofta i små bitar, som är allt från ljusbruna till svarta i färg. Oftast röks båda drogerna, i handrullade cigaretter eller i pipa. Röken luktar sött.

En person som rökt cannabis kan bli avslappnad, pratsam och skratta mycket eller bli sömning och tyst. Även ångest, olust, panik-känslor och förföljelsemani förekommer. Förhöjd puls, muntorrhet, röda ögon och ökad hunger kan också vara tecken – men det är svårt att se att någon är påverkad.

Spice kallas preparat som är konstgjort framställda för att likna cannabis. De röks blandade med örter och/eller tobak. Många av ämnena som Spice kan innehålla är narkotikaklassade och därmed olagliga.

Cannabis är olagligt i Sverige, både att sälja, köpa, inneha och använda.

**Källor:** [drugsmart.com](http://drugsmart.com) (CAN, Centralförbundet för alkohol- och narkotika-upplysning), [cannabishjalpen.se](http://cannabishjalpen.se), [folkhalsomyndigheten.se](http://folkhalsomyndigheten.se)

# Lär dig mer på [stockholm.se/nejtillcannabis](https://stockholm.se/nejtillcannabis)

På Stockholms stads kampanjsida hittar du länkar till mer information om cannabis. Att söka information är en bra början. Då är det lättare att bemöta argument som din tonåring kan ha fått från kompisar, filmer, musik eller internet.

## Kontakt vid oro och funderingar

Mini Maria Stockholm, Framtid Stockholm

**08-508 43 710** – rådgivning och tidsbokning under kontorstid.

Maria ungdoms akutmottagning

**08-123 47 410** – akuta situationer, dygnet runt.

” Man vill ju inte göra  
mamma och pappa  
besvikna. ”

Sagt av ungdom i fokusgrupp.

يمكنك أن تجد هذه المعلومات على الموقع [stockholm.se/nejtillcannabis](https://stockholm.se/nejtillcannabis)

You can find this information at [stockholm.se/nejtillcannabis](https://stockholm.se/nejtillcannabis)

Warbixintan waxaad ka heli kartaan bogga internetka

[stockholm.se/nejtillcannabis](https://stockholm.se/nejtillcannabis)

አስተውሎ/ሊ(ረክ/ክዩ):- እዚ ሓበሬታ ኣብዚ ሰዓብ ዝመጽእ ናይ ድክረገጽ (ኢንተርኔት) ኣድራሻ ፡  
ማለት [stockholm.se/nejtillcannabis](https://stockholm.se/nejtillcannabis) ክትረኽቡ/ብዮ ትክእል/ሊ. ::

**[stockholm.se/nejtillcannabis](https://stockholm.se/nejtillcannabis)**