

Góð skemmtun er örugg og ofbeldislaus

Sumarið er að bresta á með viðburðum og samkomum
Mikilvægt er að huga að því hvernig megi
tryggja góða skemmtun í sumar

Nokkur atriði fyrir foreldra og forsjáraðila

Engar skemmtanir á vegum skólanna á sumrin: Það hefur borið við á sumrin að ungmenni skipuleggi ýmis konar skemmtanir, án eftirlits fullorðinna. Foreldrar og nemar hafa stundum talið að slíkar skemmtanir séu á vegum skólanna. Skemmtanir sem auglýstar eru á þessum tíma eru ekki á vegum skólanna sjálfra, enda flestir lokaðir yfir sumarið. Ef til þessara skemmtana er boðað verður enginn fullorðinn þar til að sinna gæslu, hluti barnanna kann að vera undir áhrifum áfengis eða annarra vímuefna og hætta er á að slíkir viðburðir geti endað illa.

Opinská samskipti: Ef ungmenni hafa í hyggju að fara á viðburði eða skemmtanir þarf að tala saman um áform og áætlanir.

Áfengi og önnur vímuefni: Ræðið um hættur sem fylgja [neyslu áfengis og annarra vímuefna](#). Leggið áherslu á lagalegar afleiðingar, heilsufarslega áhættu og möguleika á skertri dómgreind sem getur leitt til hættulegra aðstæðna. Ef foreldrar eru með skýra afstöðu um að börnin þeirra eigi ekki að drekka áfengi er líklegra að þau fari eftir því.

Persónulegt öryggi: Ef ungmenni hafa í hyggju að fara á skemmtanir er nauðsynlegt að vita hvar þau eru, með hverjum og hvernig þau ætla að komast þangað og heim aftur, til að auka öryggi þeirra og hjálpa ykkur að styðja við þau. Leggið áherslu á að halda hópinn og passa upp á hvert annað. Minnið á [að skilja drykki aldrei eftir eftirlitslausa](#) og taka ekki við drykk frá ókunnugum. Gætið þess að þau hafi áætlun um neyðartilvik, þar með talið að vita hverja á að hafa samband við og hvar á að leita aðstoðar.

Samþykki og mörk: Ræðið við ungmenni um mikilvægi samþykkis og að koma vel fram við hvert annað. Gangið úr skugga um að þau skilji hvað það þýðir að virka mörk annarra. [Hér má finna æfingu um hvað eigi að gera þegar maður verður vitni að ofbeldi.](#)

Öryggi á viðburðum: Ef ætlunin er að fara á viðburði, samkomur eða hátíðir í sumar er nauðsynlegt að tala um hvernig megi sem best huga að öryggi eins og að halda hópinn, ákveða stað til að hittast ef þau tynast, kynna sér útgönguleiðir eða hvar megi nálgast gæslu og lögreglu.

Hvetjið þá til að hafa símann fullhlaðinn, [vera með 112 appið í símanum](#),
[nýta netspjall 112](#) eða [hringja í 112 í neyð](#).

Með ósk um öruggt og ánægjulegt sumar



Stjórnarráð Íslands
Dómsmálaráðuneytið



LÖGREGLAN

Enjoy yourselves and get home safe

Summer is approaching with events and gatherings. It's important to consider how youngsters can enjoy themselves safely.

To Parents and Guardians of Youth

No School-Sponsored Summer Events: Please note that during the summer, there are no official school-sponsored events. However, organized activities involving youth sometimes occur without adult supervision. Parents and youngsters may mistakenly think these events are school-sanctioned, but they are not. Most of these activities are independent and not overseen by the schools. If such events are announced, there won't be any responsible adults present to ensure safety. Some children might be under the influence of alcohol or other substances, and there's a risk that these events could end badly.

Open Communication: If your children plan to attend events or gatherings, it's essential to discuss their intentions and plans openly.

Awareness of Risks Related to Alcohol and Other Substances: When discussing plans for events or gatherings, emphasize the importance of understanding the risks associated with alcohol and other substances. It matters that parents or guardians encourage their children to be cautious and make informed decisions.

Personal Safety: If young people plan to attend events, it is essential to know where they are, with whom, and how they intend to get there and back home to increase their safety and help you support them. Emphasize staying together as a group and looking out for each other. Remind them never to leave drinks unattended and not to accept drinks from strangers. Ensure they have an emergency plan, including knowing whom to contact and where to seek help.

Consent and Boundaries: Talk to your children about boundaries and the significance of mutual consent. Ensure they understand the importance of respecting others' personal boundaries.

Safety at Events: If your children plan to attend events, gatherings, or festivals this summer, discuss safety measures. This includes staying together, designating meeting points if they get separated, knowing exit routes, and identifying nearby security or police personnel. [Do you know what to do if you witness violence?](#)

Encourage them to keep their phones charged, [have the 112 emergency app installed](#), [use the 112 online chat](#), or [call 112](#) in case of emergencies.

Wishing everyone a safe and enjoyable summer!



Stjórnarráð Íslands
Dómsmálaráðuneytið



LÖGREGLAN