

# Vanhempien ohjenuora

1. Kysy nuoresi kuulumisia, ole kiinnostunut hänestä, hänen asioistaan ja kaverisuhteistaan. Kysy, mitä hän puuhaa, missä liikkuu ja kenen kanssa.

2. Tue nuoren koulunkäyntiä. On ok kysellä läksyistä ja valmistautua yhdessä kokeisiin.

3. Sopikaa kotiintuloajoista ja pitäkää niistä kiinni yhdessä. Sopivat kotiintuloajat:

alakoululaiselle arkisin on viimeistään 20.00, ja viikonloppuisin viimeistään 21.00

yläkoululaiselle arkisin viimeistään 21.00, ja viikonloppuisin viimeistään klo 22.00

4. Poikkea vaikka iltalenkillä siellä, missä nuoret oleilevat. Näe ja puutu tarvittaessa.

5. Huolehdi, ettei nuori saa päihteitä kotoa.

6. Muista oma esimerkkisi. Suojele nuorta näkemästä kontrolloimatonta päihteiden käyttöä.

7. Jos tuntuu, ettet pärjää arjessa nuoresi kanssa, hae apua ajoissa.