

# Samvera

## a) Hvað mynduð þið vilja gera oftar með fjölskyldunni?

- Tala meira saman
- Borða saman kvöldmat
- Spila á spil
- Fara í ferðalög
- Hanga heima
- Hjólaferðalag
- Íþróttir
- Fara á snjósleða
- Horfa á mynd eða fara í bío
- Fara í útilegu
- Hafa kósíkvöld
- Hitta aðrar fjölskyldur og vini
- Fara í leiki
- Skreppa í sund
- Fara út í göngutúra
- Kíkja í keilu
- Dansa
- Syngja
- Fara til útlanda

## b) Afhverju ætti fjölskyldan að verja sem mestum tíma saman?

- Því það er mikilvægasta forvörnin
- Því að fjölskyldan þarf að mynda tengsl
- Foreldrar og systkini geta hjálpað manni með næstum allt
- Til að minnka líkur á að krakkar fari að drekka, dópa eða reykja
- Til að halda uppi samskiptum
- Til að þekkjast sem best
- Því að það er gott fyrir alla
- Til að fólk í fjölskyldunni einangrist ekki
- Því að traust er svo mikilvægt

## c) Hvað getið þið sjálf gert til að vera meira með fjölskyldunni?

- Minnka tölvunotkun
- Tala saman um hvað okkur langar til að gera skemmtilegt
- Halda fjölskyldufundi
- Biðja foreldra og systkin um að vera með sér
- Plana eitthvað saman – því það er svo gaman
- Vera meira heima og þá ekki í tölvu
- Vera jákvæð

# Íþróttta- og æskulýðsstarf

## a) Hverjar telur þú helstu ástæður þess að krakkar taki þátt í skipulögðu æskulýðs- og íþróttastarfi?

- Góður félagsskapur
- Skemmtun
- Til að öðlast meira sjálfstraust
- Forvarnir
- Til að halda sér heilbrigðum og í formi
- Taka þátt – vera með
- Hitta fólk
- Eignast vini

## b) Hvernig íþróttta- og æskulýðsstarf mynduð þið vilja sjá þar sem fjölskyldan gæti tekið þátt saman?

- Sameina meira börn og fullorðna í skipulögðum íþróttatímum
- Fá foreldra í félagsmiðstöðina
- Skátastarf
- Keila
- Rat- og þrautaleikir
- Hópefli
- Útileikir
- Dans
- Skautaiðkun
- Spilakvöld
- Bíó

## c) Er eitthvað sérstakt sem hefur vakið athygli þína í tengslum við íþróttta- og æskulýðsstarf undanfarið? Hvað þá?

- Krakkar eru alltof mikið í tölvu
- Meiri fjölbreytni í íþróttastarfi
- Of lítið úrval af íþróttum
- Meiri fjölbreytni í félagsmiðstöð

# Hvert ár skiptir máli!

## a) Hvað græðir þú á því að drekka ekki áfengi á unglingsárunum?

- Líkami og sál þroskast eðlilega
- Betra og heilbrigðara líf
- Betri og bjartari framtíð
- Fleiri heimafrumur – meiri gáfur
- Betri lifur

## b) Hvaða stuðningur er bestur til að byrja ekki að drekka á unglingsárunum?

- Stuðningur foreldra og fjölskyldu
- Góður vinahópur
- Að foreldrar tali við börnin sín
- Æskulýðsstarf sem bannar áfengi og eiturylf
- Íþróttir
- Stuðningur frá íþróttabjálfurum
- Tómsundur
- Fyrirlestrar og forvarnir
- Góðir kennarar

## c) Hvaðan kemur þrýstingur á unglunga til að hefja áfengisneyslu?

- Frá vinum og jafnöldrum sem hafa prófað áfengis- eða eiturylfjaneyslu
- Eldri unglungum
- Samfélaginu
- Frá dópistum og dópsölum