



Drogfri-aktivitetsbank

Aktiviteter

- Debatt i olika former av alkohol- och drogfrågor
- Tipsrunda där deltagarna får svara på frågor gällande alkohol och droger
- Skattjakt där en får ledtrådar som leder en till problem som skall lösas (problemen är relaterade till droger och alkohol)
- Orientering där en har en karta som leder till olika kontroller, men istället för traditionella kontroller är det alkohol- och drogrelaterade problem som skall lösas
- Frågesport med alkohol- och drogfrågor
- Ha ett event för ungdomar utanför nykterhetsrörelsen där det serveras alkoholfria drinkar, delar ut recept samt diskuterar hur en kan "festa" utan alkohol
- Reflektera och diskutera kring varför folk väljer att konsumera alkohol, droger och tobak
- Sprida vårt nyktra budskap i samhället, exempelvis genom nattaffischering, skriva med krita på gatan, hänga upp lakan med text och liknande
- Teater där det i grupper spelas upp alkohol-/drogrelaterade scenarier där publiken ska påpeka hur de tycker personerna i teatern hanterade problemet och sedan få ändra det för att det skall lösas på ett så bra sätt som möjligt
- Karaktärsdebatt med två personer, en i rollen som nykterist och en annan med ett alkohol-/drogmissbruk (eller en nära relation till alkohol/droger). Dessa ska använda sig av både karaktärsbyggande och känslolargument i debatten för att kunna leva sig in i personen och se det hela från dennes perspektiv
- Perspektivsövning, den som håller i aktiviteten berättar om sin (påhittade) historia med alkohol. De som tittar får ställa frågor till personen och förklara hur denne hade kunnat ta andra beslut för att inte få de problem denne haft
- Poängjakt som liknar en lång organisationstävling, involverar exempelvis ölköpskontroll, nattaffischering, alkoholfri provning och alkoholfri bar
- Jeopardy. Deltagarna är indelade i lag, dessa turas om om att välja ett ämne och kommer då få olika svar på frågor inom detta ämne, deras uppgift är att komma på vilken fråga som svaret tillhör. När alla ämnen och frågor gått igenom skall det ske en auktion där lagen använder de poäng de samlat ihop för att köpa olika alkoholfria förtäringar som de ska använda i en drinktävling
- Diskutera om varför alkoholproblem kan uppstå och hur en kan hantera och förebygga dess
- Diskutera möjliga anledningar till att folk dricker

Nykter SCOUT



- Utföra en aktiv handling mot det bakomliggande alkoholproblemet, ni kan exempelvis gå ut och prata med människor om varför ni valt att vara nyktra och försöka inspirera dessa till att göra detsamma
- Testa glasögon som ”simulerar” känslan av att vara full och försök utföra enkla handlingar (<http://drunkbusters.com/drunk-busters-goggles/>)
- Synas mer i allmänheten, så folk förstår vad vi faktiskt gör, exempelvis genom att stå på stan och prata om vår verksamhet och vårt budskap
- Lyssna på/anordna en föreläsning med någon som haft tidigare alkohol-/drogproblem
- Ölköpskontroll
- Synas på sociala medier genom att exempelvis starta en hashtag
- Kolla på en dokumentär om missbruk
- Arrangera eller delta i ett event/arrangemang där människor träffas från olika kulturer och diskuterar alkoholfrågan
- Fråga personer som konsumerar alkohol om varför de väljer att göra det
- Fråga personer om deras åsikter angående drog-, tobak- och alkoholkonsumtion på allmän plats
- En fortsättning på systembolagets kampanj som hade syftet att en skulle gissa åldern på en person där aktiviteten går ut på att göra samma sak. Detta för att leva sig in i sitsen hos en person som jobbar i kassan på Systembolaget. Diskutera hur det hade känts om exempelvis en person kommer in med barn i vardera hand och skall köpa starksprit. Tips är att använda kahoot eller liknande för ”frågesportsdelen” (<http://www.systembolagetkampanj.se/gissaalder/>)
- Fråga folk: Varför dricker inte du? För att komma in djupare på anledningen och meningen med vad vi gör
- Sätt in er i olika alkoholrelaterade scenarior där ni tittar på scenariot från olika perspektiv. Exempelvis hur barnen ser på att sin mamma dricker sig onykter. Hur det är att se sin partner komma hem full efter en utekväll. Att ha en släkting/nära vän med ett alkohol-/drogmissbruk Att se sina barn börja dricka innan de är myndiga, och liknande situationer. Diskutera hur det skulle kännas och hur en kan hantera situationen
- Titta på filmer/filmsnuttar där olika alkoholklipp är inblandade och diskutera hur exempelvis hur barn kan ta till sig det och hur det påverkar
- Skriv en låt lik Daniel Nordbergs och IOGT-NTOs ”Tack för att ni dricker”
- Konstruera en Vit jul-aktivitet (<http://www.vitjul.se/engagera-dig/>)