



Projekt »Sporočilo v steklenici – www.nalijem.si«

Katedra za družinsko medicino, Medicinska fakulteta, Univerza v Ljubljani

Zavod za razvoj družinske medicine

Akcija 40 dni brez alkohola že veliko let spodbuja vse nas k razmisleku o problematiki pitja alkohola, k solidarnosti z vsemi, ki tako ali drugače trpijo zaradi alkohola in k zmanjšanju pitja.

Tudi naš projekt »www.nalijem.si« ima podobne cilje, zato z veseljem že vsa leta podpiramo ta projekt, ki letos nosi pomembno sporočilo že v svojem naslovom »Mlad, vesel in pogumen«. Vsi deležniki v družbi bi se morali potruditi, da bi mladi lahko brez alkohola preživljali svojo mladost veseli in da bi se pogumno soočali z izzivi, ki jim jih ga prinaša življenje. Človek ne potrebuje alkohola, da bi bil vesel, da bi mu dajal lažni občutek poguma ali moči. Vse to lahko najde v sebi, v druženju in dobrih odnosih z ljudmi, v zabavi, igranju, delu in tudi v sanjarjenju in počitku. Zato spodbujajmo mlade, da se zamislijo in prepoznajo z opazovanjem posledic pitja alkohola pri soljudeh, da alkohol daje hitro minljive in lažne občutke ter da jih pitje alkohola lahko zavira v njihovi poti skozi življenje.

Nekoliko manj mladi ljudje, ki pijejo alkohol na tvegan ali škodljiv način ali so zasvojeni z njim, pa se lahko vprašajo, ali lahko živijo brez alkohola vsaj 40 dni in ob tem ne občutijo, da jim nekaj manjka. Še posebno dober rezultat takšnega razmisleka po teh 40 dneh brez alkohola pa bo, če bo tisti, ki misli, da kljub vsemu na vsak način mora piti alkohol, vsaj upošteval meje manj tveganega pitja alkohola.

Prim.izr.prof.dr. Marko Kolšek, dr.med.