Polisen

Kungsbacka

NYHETSBREV
JUNI 2026

Hallå förälder!

Ett nyhetsbrev från Kungsbacka kommun och Polisen i Kungsbacka

I detta nyhetsbrev får du som förälder bland annat kunskap om aktuella ämnen som våra barn möter och annat som ger dig stöd i din föräldraroll. Brevet går ut till vårdnadshavare med barn i grundskolor i Kungsbacka kommun. Längst ner i brevet hittar du hur du kommer i kontakt med oss.

Att vara förälder innebär både glädje och utmaningar. Att växa upp medför förändringar och nya situationer. Som förälder finns det mycket du kan göra för att stötta ditt barn i dessa förändringar och det finns stöd att få i föräldraskapet. Tillsammans kan vi skapa en trygg och positiv väg framåt!

Vi är oroliga och vill göra dig uppmärksam på… ☹

Digital gängkriminalitet: Viktigt att veta är att alla barn och unga med mobiltelefon är utsatta i den digitala miljön. Kriminella utnyttjar barn och unga via mobiltelefonen för att begå brott i det dolda, och som förälder kan du spela en avgörande roll genom att uppmärksamma tidiga varningssignaler. Ta del av Digitala varningssignaler vuxna.

Elsparkcyklar: Läs Informationspaket för elsparkcykelföräldrar | ntf.se och se hur du som vårdnadshavare **ansvarar** för ditt barns eller ungdoms användande av elsparkcykel. Det är **allvarligt och oroande** att flera fall uppmärksammats där elsparkcyklar kör i hög hastighet framför mopedbilar och bussar, vilket skapar riskfyllda situationer och oro för olyckor. Särskilt problematiskt är att många barn och unga använder elsparkcyklar som **inte är lagliga** för deras ålder. Som vårdnadshavare ansvarar du för att ditt barn eller ungdom använder elsparkcykeln på ett lagligt och säkert sätt.

Skadegörelse: Den senaste tiden har det rapporterats att barn och unga ägnar sig åt skadegörelse, som att välta soptunnor, busringa och förstöra dörrar. Det skapar otrygghet och riskerar att förvärras om det inte fångas upp. Genom tydliga gränser och närvaro kan vi förebygga problemen.

Tipsa polisen om du ser oroväckande beteende på 114 14 eller via Polismyndigheten. Tillsammans skapar vi ett tryggare samhälle.

Kungsbacka kommun och Polisen i Kungsbacka

Kontakt: klara.larsson2@kungsbacka.se eller jenny.sjostrom@polisen.se

Sommaraktiviteter i Kungsbacka

På skolavslutningsdagen den 12 juni arrangeras, Beats in the hall | Kungsbacka kommun som är kostnadsfritt för unga mellan 13 och 20 år. Här hittar du alla lokala aktiviteter som anordnas för barn och unga under sommaren: Lovaktiviteter| Kungsbacka kommun. Under vecka 25–26 och 30–33 kommer Sommarkulturskolan hålla i gratisaktiviteter för barn och unga från 7 år. Testa K-pop, lego, konst, cirkus, dans och animation! Sommarkulturskolan: Lovaktiviteter | Kungsbacka kommun.
Ta del av 60 tips på roliga sommaraktiviteter för barn: 60-aktiviteter.

Detta bör du som vuxen känna till om vape

Vape - mer än bara ånga är en informativ folder för dig som förälder. Den ger dig koll på vad vaping innebär, kort och långsiktiga skador, samt varför det är viktigt att känna till. Vi vill uppmärksamma dig på att det även kan förekomma vapes som innehåller cannabis, vilket gör det viktigt att prata om dessa produkter med ditt barn/ungdom och riskerna kring dem. Samtalsmaterial för föräldrar som vill prata med sitt barn om tobak och nikotin - Lagar för alla barns framtid.

När vardagen tar sommarlov

Snart är sommarlovet här, en tid med frihet och lata dagar. Samtidigt behöver många barn och unga ta mer eget ansvar, särskilt när de är hemma själva, vilket blir enklare med ett genomtänkt föräldraskap.

- **Var tydlig och sätt gränser.** Barn och unga vill veta vad som gäller och vad som förväntas.
- **Kroka gärna arm med andra föräldrar** i barnets eller ungdomens umgängeskrets, tillsammans är vuxna starka. När ni som föräldrar har liknande regler och förväntningar blir det lättare för barn och unga att förstå vad som gäller och hantera press från omgivningen. Samtidigt skapar det en skönare och tryggare sommar för alla.
- **Sommarlov betyder ofta mer tid online**. Försök vara nära även på nätet. Fråga vad ditt barn eller ungdom gör på nätet, visa intresse och prata om vad som är lagom och schysst. Att ha en gemensam plan för skärmtid behöver inte vara något krångligt, det viktiga är att ni pratar om det och gör det tillsammans. Undvik skärmberoende I Om gaming och spel #TDU
- **Ställ frågor och lyssna.** En nära relation har en skyddande effekt. Prata gärna om känslor med ditt barn eller ungdom. Om du är orolig, berätta varför du är det. Försök prata om allt möjligt i vardagen. På så sätt blir det naturligt att också prata om svårare saker, som till exempel alkohol, narkotika, relationer och nakenbilder. Anpassa dig till när barnet vill prata - är det när det är dags att sova, i bilen eller annan tid och plats?

Kungsbacka kommun och Polisen i Kungsbacka

Kontakt: klara.larsson2@kungsbacka.se eller jenny.sjostrom@polisen.se

- **Hjälpa ditt barn eller din ungdom att våga säga nej.** När vuxna inte alltid finns i närheten kan det bli extra svårt att säga nej. Där kan du som förälder fungera som en ”ursäkt/skydd”. Många barn och unga känner sig tryggare om de kan säga ”Jag får inte vara ute sent för mina föräldrar” eller ”Farmor har de här reglerna när jag är hos henne.” Det ger en enkel väg ur situationer som inte känns bra. Här kan du läsa mer om Grupptryck på Bris hemsida.
- **Uppmuntra ditt barn eller ungdom att avsätta en stund varje dag för en enkel uppgift**, till exempel att plocka undan skor, hämta posten eller ta ut soporna. Att bidra i hemmet stärker känslan av ansvar, delaktighet och att vara behövd. Det kan också ge struktur åt dagen, vilket är särskilt viktigt under sommarlovet när rutiner lätt försvinner. Anpassa uppgifterna efter barnets eller ungdomens ålder och mognad, och ge tydliga instruktioner så att de blir lätta att genomföra.

Vill lättare lösa konflikter och förstå ditt barn? Kolla då in föräldrakursen Komet som är helt gratis för dig som har barn mellan 3-18 år.

Sommartips på poddar för föräldrar

Vill du hänga med i snacket om droger och ungas livsstil?
Få nya perspektiv med podden Alkohol & Narkotika– här får du koll på aktuella trender, olika typer av droger och en djupare förståelse för problematiken.

För dig som är förälder och vill ha fler verktyg i vardagen:
Lyssna på Föräldrakollen – en podd där experter delar insikter, råd och tankar kring föräldrarollen.

Kunskap och stöd till dig som vårdnadshavare och viktig vuxen

- Läs om olika droger på kommunens hemsida: kungsbacka.se
- Bläddra i Polisens föräldraskola om droger: polisen.se
- Varningstecken om rekrytering Gängsnacket: polisen.se
- #Tryggdigitaluppväxt, om utsatthet på nätet: kungsbacka.se
- Film om de vanligaste drogerna som unga möter: Film - Full koll

Kom ihåg att du är en förebild. Ditt barn gör som du gör.

Och lyssnar på dig – även när det inte alltid verkar så.

Vem kan du vända dig till om du har frågor eller vill ha hjälp och stöd?

Kontakta elevhälsan på ditt barns skola, eller rådfråga socialtjänsten i kommunen som stöttar människor som har frågor och problem som exempelvis alkohol, spel eller andra droger samt deras anhöriga.

Läs mer på kommunens hemsida: **Förälder i Kungsbacka | Kungsbacka kommun**

Kungsbacka kommun och Polisen i Kungsbacka

Kontakt: klara.larsson2@kungsbacka.se eller jenny.sjostrom@polisen.se