

Tìotal: Feise (+drogaichean + deoch-làidir)

Ìre: ÀRD

Ceanglan CfE

A thaobh a' Churraicealam airson Sàr mhathas tha an ìre seo a' leudachadh agus a' cur ris na chaidh ionnsachadh aig a' Cheathramh Ìre.



Eòlasan/Builean	Slatan-tomhais
<p>Tha mi a' faighinn sgilean airson co-dhùnaidhean a dhèanamh mu dhàimhean agus dol-a-mach ghnèitheasach. 'S urrainn dhomh iad sin a chur gu feum ann an suidheachaidhean dùbhlach no doirbh. HWB 4-46c</p> <p>Tha mi a' beachdachadh air mar a bheir mo bheachdan, chreideas, luachan is moraltachd buaidh air mo chodhùnaidhean mu chàirdeas, dhàimhean is dhol-a-mach ghnèitheasach. HWB 4-46</p> <p>A' cleachdadh na dh'ionnsaich mi, 's urrainn dhomh codhùnaidhean is roghainnean fiosraichte a dhèanamh a tha ag adhartachadh is a' dìon mo shlàinte is mo shunnd ghnèitheasach fhìn agus dhaoine eile. HWB 4-47b</p> <p>Tha mi mothachail air gum feumar spèis a thoirt do shaorsa agus do chrìochan pearsanta dhaoine agus 's urrainn dhomh aithneachadh agus freagairt nan rudan a tha daoine a' cur an cèill tro chainnt agus ann an dòighean eile seach cainnt. HWB 4-45b</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A' sealltainn nan sgilean a tha a dhìth airson seasamh an aghaidh ghnàth-ìomhaighean sna meadhanan, a' gabhail a-steach nam meadhanan sòisealta, mar eisimpleir misneachd, breithneachadh. • A' tuigsinn nan còraichean agus nan dleastanasan a tha nam pàirt de fheise shàbhailte agus thlachdmhor. • A' dèanamh sgaradh eadar cumhachd agus mì-fheum cumhachd ann an dàimhean, mar eisimpleir, spèis, earbsa, fòirneadh, aonta.

Amasan Ionnsachaidh

- Gun tuig daoine òga ròl agus buaidh deoch-làidir agus drogaichean ann an dàimhean agus air roghainnean agus eòlas air feise.
- Gum mèraich daoine òga air an dol-a-mach aca ri daoine eile.

Slatan-tomhais Soirbheachaidh

- 'S urrainn dhomh bruidhinn air mo shàbhailteachd agus mo shunnd ann an dàimhean.
- 'S urrainn dhomh bruidhinn air a' bhuidhean a th' aig drogaichean agus deoch-làidir air dàimhean.
- Tha fios agam ciamar a gheibh mi fiosrachadh, cuideachadh no taic ma tha e a dhìth orm.

Goireasan-taic

- Slaighdean PowerPoint
- Farpais cheist Ceart/Ceàrr
- Dè a' bhuidhean a th' aig drogaichean agus deoch-làidir air dàimhean? Cairtean deasbaid
- Ugly Truth images slides (source: <https://alcoholtruthproject.wordpress.com/images/>)
- Alcohol Truth: Film <https://vimeo.com/144344497> (faid 1 mhion. 26)

Ma tha sibh an dùil làrach-lìn mar YouTube a chleachdadh, cuiribh a' bhidio air dòigh ro-làimh, dèanaibh cinnteach gur e am film ceart a th' ann agus leumaibh seachad air na sanasan.

NÒTA: Bidh daoine òga an sàs ann an ionnsachadh eile a bhios a' dèanamh sgrùdadh air deoch-làidir agus drogaichean. Tha an seisean seo a' cur fòcas sa mhòr-chuid air deoch-làidir agus a' bhuidh air giùlan agus roghainnean a thaobh dhàimhean eadar-phearsanta agus feise. Faodaidh an tidsear/neach-foghlaim cothroman a chleachdadh gus deasbad a leudachadh gu drogaichean eile far a bheil sin iomchaidh, no faodaidh daoine òga sin a dhèanamh iad fhèin. Bheir an seisean cuideachd cothrom beachdachadh air aonta – cùis ris a bheilear a' dèiligeadh nas mionaidiche ann an gnìomhan eile aig an Treas/Ceathramh agus Àrd Ìre. Tha an slaighd mu dheireadh san taisbeanadh PowerPoint a' stiùireadh dhaoine òga gu fiosrachadh, cuideachadh agus taic. Feuch gun cuir ribh ùine seachad air an seo.

Obair

1. Tòisich an leasan mar seo: San t-seisean seo tha cothrom agaibh smaoinichadh air mar a bhios roghainnean a bhios daoine a' dèanamh a thaobh deoch-làidir a' toirt buaidh air na roghainnean no na h-eòlasan aca air feise agus dàimhean. Dèan soileir dha na daoine' òga ma thig sìon am bàrr a tha a' toirt orra smaoinichadh gu bheil iad airson bruidhinn ri cuideigin, gum bi fiosrachadh air an deireadh air far am faighear taic.
2. **Ceart no Ceàrr.** Mar thoiseach-tòiseachaidh tha ceisteachan againn mu dheoch-làidir agus feise, iarr air na doian' òga obrachadh ann an dithisean, thoir dhaibh duilleag pàipeir air an sgrìobh iad na freagairtean aca no bruidhnibh air gach puing agus dèanaibh bhòtadh mar a tha sibh a' dol air adhart. Cleachd am PowerPoint airson na ceistean a chur tè mu seach. Mar a chì sibh às dèidh ceist 10, tha na h-earrannan gu lèir Ceart. Seall an slaighd leis na h-earrannan gu lèir air (tha an teacs a gu math beag ach tha na stòran ann, 's dòcha gum biodh e feumail seo a phriontadh ro-làimh?) agus iarr freagairtean, rudan a chuir iognadh orra, rudan a bha a' chlann cinnteach às.
3. Thoir a-steach a' bhun-bheachd **firinn ghrànda**. Cleachd/leugh an slaighd, mìnich gu bheil na Fiosan Fìor san fharpais cheist nam firinnean grànda, èist ri beachdan sam bith air a' bhun-bheachd 'firinn ghrànda'.

'S e rud fìor a th' ann am **firinn ghrànda** a dh'fheumas tu a chluinntinn, ach nach eil thu ag iarraidh eòlas air ann an dòigh bhon nach e deagh naidheachd a th' ann.

4. **Postairean Firinnean Grànda.** Inns gun do choimhead grunn dhaoine' òga ann an sgoil Albannach air cuid de na firinnean grànda seo mu dheoch-làidir. Rinn iad na postairean seo mu aon de na firinnean grànda san fharpais cheist: Tha a bhith ag òl deoch-làidir mar dheugaire ga dhèanamh nas coltaiche gum bi iad an sàs ann am feise gun dìon. *'Drinking as a teenager increases the likelihood of having unprotected sex'*. Faighnich dha na daoine' òga dè am beachdan air na postairean mar dhòigh air innse do dhaoine' òga mun fhiosrachadh?
<https://alcoholtruthproject.wordpress.com/images/> Faigh fios-air-ais agus seall am film goirid de dhaoine' òga a' bruidhinn mu na postairean aca: film <https://vimeo.com/144344497> (1 mhion. 26)
5. Mar fhios luath (airson smuaintean no beachdan) seall an fhìrinn ghrànda seo air an slaighd:

Tha gnìomhachas na deoch-làidir a' cosg còrr 's £800 gach bliadhna san RA air margaidheachd agus sanasachd air deoch-làidir – agus tha tòrr dheth ag amas air inbhich òga.

6. **Dè a' bhuidheann a th' aig deoch-làidir agus drogaichean air feise agus dàimhean?** Mìnich gu bheil thu airson tuilleadh còmhraidh a dhèanamh ris na daoine òga air mar a bheir deoch-làidir no drogaichean eile buaidh air dàimhean. Airson seo a dhèanamh, mìnich gun do bhruidhinn daoine' òga ann an sgrùdadh bho chionn ghoirid ann an Alba air a h-uile seòrsa rud co-cheangailte ri feise agus dàimhean. Bha seo a' gabhail a-steach beachdachadh air deoch-làidir agus drogaichean. Thoir a-steach an seata de 5 cairtean (air am priontadh ro-làimh, seata airson gach buidheann beag) air gach cairt tha cuspair eadar-dhealaichte agus cunntasan air beachdan agus eòlasan nan daoine' òga. Iarr air na daoine' òga còmhraidh a dhèanamh sa bhuidheann beag aca mu gach fear.
7. **Till an clas/buidheann air ais còmhla, cleachd an SLAIGHD leis na cuspairean air fad air an liostadh.** Brosnaich beagan fios-air-ais, cuspair mu seach no iarr air daoine' òga a dhol chun a'

chuspair anns an robh ùidh aca. A bharrachd air a' chuspair, dè bha iad a' smaoinichadh mu bheachdan nan daoine' òga.

- Bhruidhinn daoine' òga mu bhith a' cleachdadh deoch-làidir agus drogaichean airson faireachdainn nas misneachaile agus gus faireachdainn saor
- Bhruidhinn daoine' òga mu dheoch-làidir agus aithreachas
- Bhruidhinn daoine' òga mu dheoch-làidir agus drogaichean ag adhbhrachadh thrioblaidean ann an dàimhean
- Bhruidhinn daoine' òga mu bhith a' gabhail riosgan.
- Bhruidhinn daoine' òga mu fhòirneart fheiseil.

8. Airson crìochnachadh, cuiribh seachad ùine a' dol tron t-slaighd air a bheil cuid de na h-àiteachan air-loidhne a tha nan deagh stòran fiosrachaidh agus taic mu dhàimhean, deoch-làidir agus drogaichean. Cuir seachad ùine ag aideachadh nach deach mòran deasbaid a dhèanamh mu dhrogaichean ach gum faod daoine òga fiosrachadh, comhairle agus taic a shireadh bho àite sam bith a tha air a chomharrachadh air an t-slaighd.

Beachdan eile

Ma tha ùidh aig daoine' òga agus ag iarraidh còmhraidh, deasbad no rannsachadh a dhèanamh air na cùisean seo, tha beachd an seo bho luchd-rannsachaidh air a' chuspair airson ùidh a bhrosnachadh:

- Tha an t-Ollamh Mark Bellis air cunntas a thoirt air a' cheangal eadar deoch-làidir, cleachdadh dhrogaichean agus giùlan fheiseil dhaoin' òga ag ràdh gu bheil e mar chonnadh airson cruaidh-chàs slàinte feise.
- Tha Oifis na Dùthcha san RA ag ràdh “Tha deoch-làidir na phàirt chudromach de fhòirneart fheiseil”

Tha na beachdan sa ghnìomh seo air an togail bho rannsachadh a rinneadh ann an Taobh Tatha, le tuilleadh fiosrachaidh an seo: <https://makeitgoodtayside.org>

Notaichean Tidsair

