

Nukkon - Nummenpakan koulun vanhempainyhdistyksen kannanotto oppilaiden energiajuomien käyttöön koulussa

Nummenpakan koulun vanhempainyhdistys

ENERGIAJUOMIEN KÄYTTÖ KOULUSSA

Nummenpakan koulussa Aurajoen yksikössä on havaittu energiajuomien käyttöä kouluaikana. Energiajuomien käyttö aiheuttaa oppilaille levottomuutta ja keskittymisvaikeuksia. Osa oppilaista aloittaa päivänsä energiajuomalla ja mahdollisesti myös korvaa lounaansa sillä.

Vanhempainyhdistys Nukko haluaa kannustaa nuoria terveellisiin elämäntapoihin, joihin eivät energiajuomat eivätkä muutkaan keinotekoiset piristeet tai päihdyttävät aineet kuulu. Siksi vanhempainyhdistys suosittelee energiajuomien käytöstä luopumista kouluaikana ja ehdottaa, että kunkin luokan vanhemmat keskustelevat asiasta keskenään ja pohtivat miten energiajuomien käyttöön tulisi suhtautua ja puuttua.

Vanhempainyhdistys tai koulun henkilöstö ei voi kieltää energiajuomien käyttöä, mutta nuorten vanhemmilla on tähän oikeus ja mahdollisuus. Yhdessä sovituilla menettelytavoilla voimme puuttua energiajuomien käyttöön sekä minimoida juomien käytön ja haittavaikutukset.

Elintarviketurvallisuusvirasto Eviran sivulla on kattavasti tietoa energiajuomista:

[Energiajuomat - Ruokavirasto](#)

[Ovatko energiajuomat turvallisia? - Ruokavirasto](#)

[Usein kysyttyä energiajuomista - Ruokavirasto](#)

"Energiajuomien haitallisin ainesosa on kofeiini. Se voi aiheuttaa jo pieninä määrinä kofeiinille herkille henkilöille sydämentykytystä, vapinaa, hermostuneisuutta ja verenpaineen nousua sekä lapsille ja nuorille kiihtyneisyyttä, ahdistuneisuutta, jännittyneisyyttä ja unettomuutta. Kofeiinin haittavaikutuksiin kuuluu myös sen riippuvuutta aiheuttava vaikutus."

Nummenpakan koulun vanhempainyhdistys Nukko ry:n puolesta

puheenjohtaja Sanna Myllymäki

Julkaistu Wilma-tiedotteena 31.10.2016