

# FACIT – Sfi-kurs C och D

## Sid 3. Alkohol i Sverige



### LÄS: SANT ELLER FALSKT

| Sätt ett kryss i rätt ruta (sant eller falskt).  | SANT                                | FALSKT                              |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. I Sverige säljs starköl, vin och sprit i mataffärer   |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 2. Systembolaget ägs av den svenska staten   | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 3. Systembolagets uppdrag är att sälja så mycket öl, vin och sprit som möjligt                   |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 4. Du måste vara minst 20 år för att handla alkohol på Systembolaget                             | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 5. Om du är 20 år och har legitimation så får du handla alkohol till någon som är yngre än 20 år |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |

## Sid 4. Så påverkas vi av alkohol



### SKRIV: MATCHA RÄTT ORD MED RÄTT PÅSTÅENDE

Fyll i lucktexten genom att placera rätt ord i luckan: *beroende, risk, kalorier, relationen*

- Öl, vin och sprit innehåller många kalorier och har därför en påverkan på en persons vikt.
- Alkohol kan skapa ett beroende.
- Om en person är beroende av alkohol kan det påverka relationen med andra.
- Unga hjärnor har större risk att skadas av alkohol än vuxna hjärnor.



### FILM: VI BRYR OSS

Gå in på [systembolaget.se/sfi-film](http://systembolaget.se/sfi-film) och titta på filmen. Fyll sedan i lucktexten genom att placera rätt ord i luckan: *hälsa, vision, barn, indirekt, omsorg, samhället*

Vår vision är ett samhälle där alkoholdrycker njuts med omsorg om hälsan så att ingen tar skada. Den innebär i grunden en omtanke om allas hälsa, både den fysiska och den psykiska. Vi bryr oss och vi vet att alkohol kan vara en njutning men att alkohol också kan skada, både direkt och indirekt. Därför finns vi till för alla i Sverige. Både den som handlar hos oss men också deras barn, familj, vänner och samhället runt omkring.

## Sid 7. Alkohol och träning



### FILM: HUR PÅVERKAS STYRKETRÄNING AV ALKOHOL?

Gå in på [systembolaget.se/sfi-film](http://systembolaget.se/sfi-film) och titta på filmen. Kryssa sedan för rätt svar:

- a) Förmågan att bygga muskler försämras av alkohol
- b) Förmågan att bygga muskler förbättras av alkohol
- c) Alkohol gör att du inte kan bygga muskler
  
- a) Testosteron är dåligt för våra muskler
- b) När vi dricker alkohol sänks våra hormonnivåer
- c) Hormoner har ingen påverkan på vår förmåga att bygga muskler
  
- a) Om man styrketränar ska man för bästa träningsresultat undvika att dricka alkohol
- b) Om man styrketränar påverkas man inte av alkohol
- c) Det är farligt att styrketränar dagen efter att man druckit alkohol

## Sid 9. Sverige förr i tiden. Så föddes Systembolaget.



### DISKUTERA

Svara på frågorna i par.

1. Vad händer när spriten kommer till Sverige?  
Svar: *Människor börjar dricka mycket alkohol.*
2. Vad försöker kung Gustav III att göra?  
Svar: *Han försöker göra så att bara staten får sälja alkohol.*
3. Varför börjar människor dricka mer på 1800-talet?  
Svar: *Det blir billigare att tillverka sprit.*
4. Varför vill gruvägarna att arbetarna ska dricka mindre?  
Svar: *För att gruvarbetarna inte kan jobba på grund av sjukdomar och olyckor. För att de förlorar pengar när gruvarbetarna inte kan jobba.*
5. Vad använder gruvägarna pengarna från försäljningen av alkohol till?  
Svar: *De förbättrar de sociala förhållandena för gruvarbetarna.*

## Sid 10. Högtider i Sverige



### FILM: SVERIGE I TOPP VAD GÄLLER DRICKANDE

Gå in på [systembolaget.se/sfi-film](http://systembolaget.se/sfi-film) och titta på filmen. Svara på frågorna.

1. I Sverige dricker vi mindre alkohol än några av våra grannländer. Vilka länder nämns i filmen?  
Svar: *Tyskland, Finland och Danmark*
2. För hur många år sedan minskade konsumtionen av alkohol kraftigt i Sverige?  
Svar: *Hundra år sedan*
3. I vilken världsdel dricker man mest alkohol enligt filmen?  
Svar: *Europa*