

¡HABLA CON TUS HIJOS! **PREVENIR ES VIVIR**

Está en tus manos evitarlo



Cómo reconocer si mi hijo se pasa:

- ▶ ¿Tu hij@ suele estar muy cansad@ el día después de salir de marcha?
- ▶ ¿Tiene falta de apetito y problemas digestivos (vómitos, diarrea, ...)?
- ▶ ¿Tiene dolor de cabeza el día siguiente de haber salido?
- ▶ ¿Bebe mucho agua esa misma mañana?
- ▶ ¿A veces tiene mareos?
- ▶ ¿Ha sufrido un cambio de carácter y/o actitud significativo?
- ▶ ¿Ha disminuido su interés por otras actividades?
- ▶ ¿Se ha vuelto más introvertido en el ámbito familiar? ¿no confía en vosotros?
- ▶ ¿Responde con evasivas?





- ▶ ¿Suele llegar muy tarde a casa?
- ▶ ¿Tiene varias faltas de asistencia a clase sin justificar?
- ▶ ¿Tiene problemas con los estudios?
- ▶ ¿Centra todo su interés en el fin de semana sin importarle otro tipo de actividades?
- ▶ ¿Han aumentado sus gastos económicos de una forma significativa?
- ▶ ¿Ha cambiado de amigos últimamente?
- ▶ ¿Tiene relación con gente conflictiva?
- ▶ ¿Le has visto en varias ocasiones pasado de copas?

NORMATIVA MUNICIPAL ASOCIADA AL CONSUMO DE ALCOHOL

Está prohibido el consumo de alcohol a menores de 18 años. La multa por el incumplimiento de la normativa puede llegar a 750€.



Está prohibido suministrar y/o distribuir bebidas alcohólicas a menores de edad sin ánimo de lucro, en este caso la multa puede llegar a 1500€.



Está prohibido vender o dispensar bebidas alcohólicas a menores de edad. Aquí la multa puede alcanzar los 3000€.



Los destrozos que se produzcan en el entorno urbano tienen multas que van desde los 750€ a los 3000€.



Existen, asimismo, sanciones por la emisión de ruidos que molesten a los vecinos.



ANTE LA EVIDENCIA DE CONSUMO...

**Pide consejo al médico de familia,
o a un centro especializado.
Habrá cosas que puedes hacer
y otras que no convenga que hagas.**

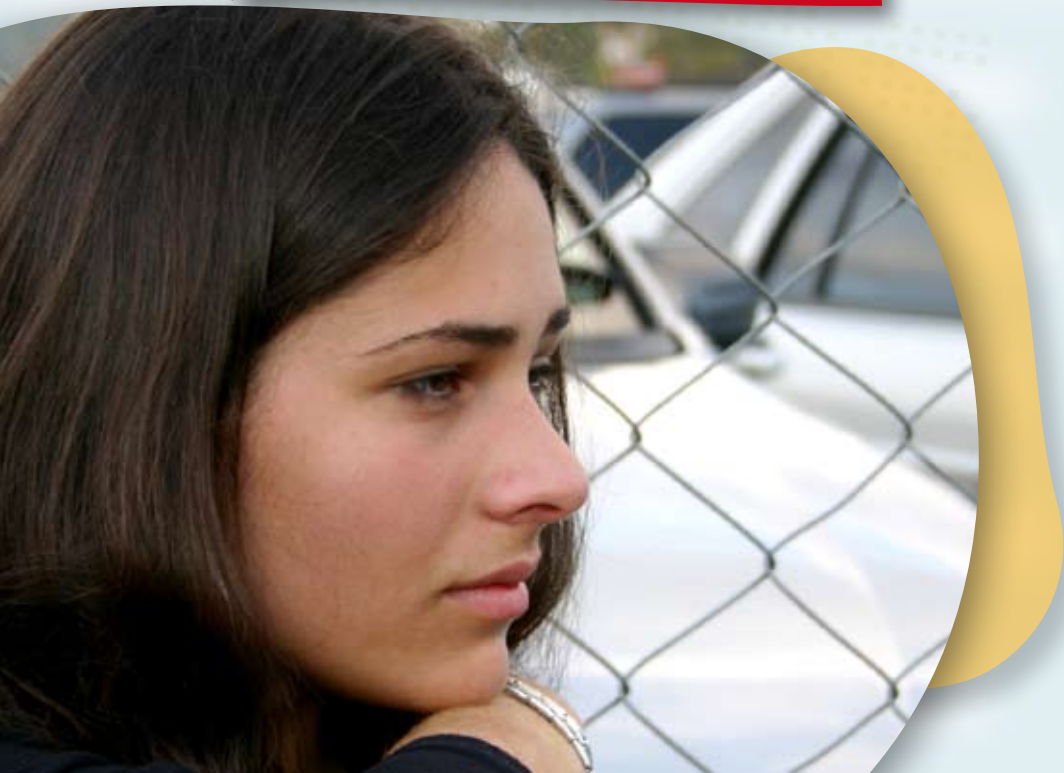
- ▶ Dialoga y analiza las circunstancias que le llevaron al consumo.
- ▶ Mantén el autocontrol emocional. (No te desesperes).
- ▶ Ofrécele ayuda, pues ve en ti la persona adecuada a quien recurrir.
- ▶ Muéstrole afecto por lo que es, independientemente de lo que haga.
- ▶ Intenta dedicarle más tiempo y prestarle más atención.
- ▶ Intenta entender que estás ante una persona que tiene problemas, y no “ante un problema”.



PUEDES REFLEXIONAR SOBRE PARA

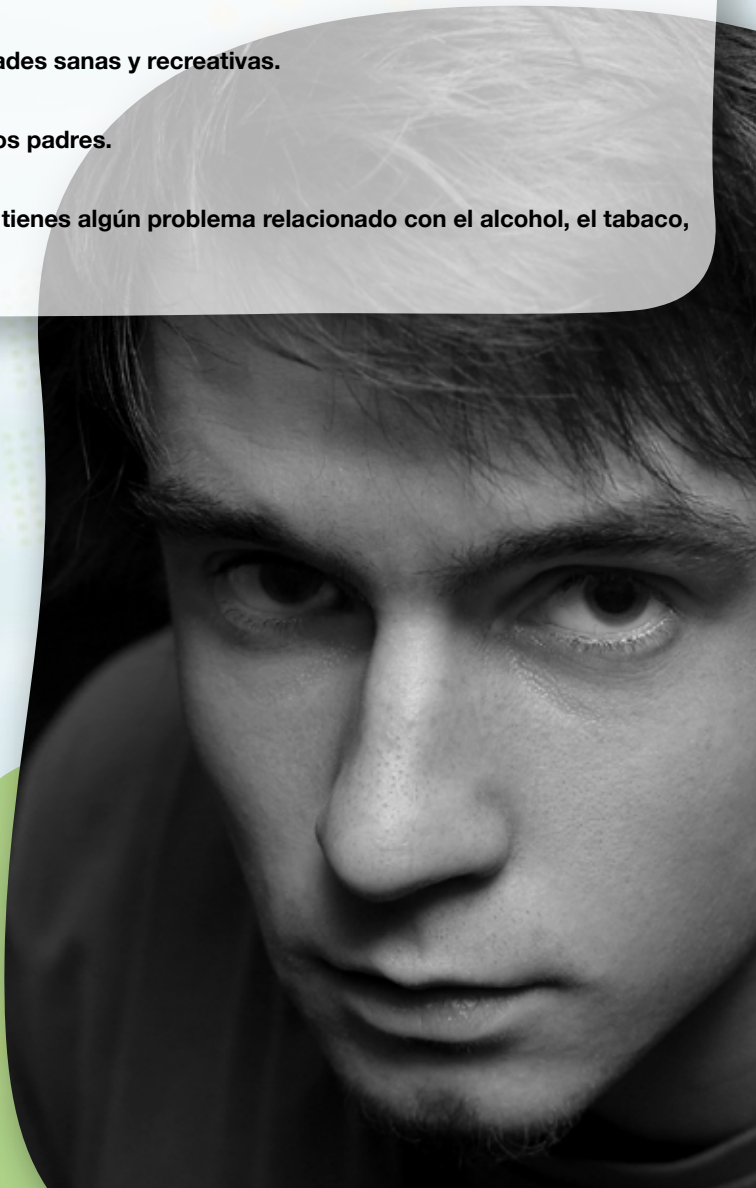
- 1 ▼ Es bueno que hables con tus hij@s acerca del tabaco, el alcohol, y demás drogas.
- 2 ▼ Escucha realmente a tus hij@s.
- 3 ▼ Ayuda a tus hij@s a sentirse bien consigo mismo.
- 4 ▼ Es muy importante que les ayudes a desarrollar valores firmes y adecuados.
- 5 ▼ Trata de ser un buen ejemplo para ellos:

**“Los hijos no hacen lo que uno dice,
sino lo que uno hace”**



LAS POSIBLES CONSECUENCIAS EVITARLO

- 6 ▼ **Es muy importante ayudar a tu hijo a afrontar la presión de los compañeros.**
- 7 ▼ **Establece normas dentro del núcleo familiar sobre las drogas.**
- 8 ▼ **Fomenta actividades sanas y recreativas.**
- 9 ▼ **Reúnete con otros padres.**
- 10 ▼ **Solicita ayuda si tienes algún problema relacionado con el alcohol, el tabaco, o demás drogas.**





¡¡RESPONSABILÍZATE!!