

SI HI HA UN CONSUM...

No parlem amb nosaltres si estem col·locats. Espereu al dia següent i buscareu el moment apropiat. No aneu a sac!

Eviteu fer de detectius.

Parlem directament amb nosaltres. Escoltant la nostra versió i intenteu ajudar-nos.

Podríeu dir-nos que penseu del que ha passat, evitant les prohibicions de amb qui hem d'anar i amb qui no.

Actueu amb serenitat. No dramatitzeu ni crideu. Millor ser positius i buscar solucions enlloc d'enfonsar-nos més.

Ajudeu-nos a pensar, però sense imposar.

Informe-vos d'on podem anar, i quins professionals ens poden ajudar si ho necessitem.

CAL ESTAR ALERTA SI...

Noteu canvis d'humor.

Disminució del rendiment acadèmic.

Canvi d'amics.

Canvi d'interessos.

Variació en els hàbits alimentaris i en la son.

Més despesa de diners.

PERÒ TAMBÉ TINGUEU PRESENT QUE TOT POT SER PRODUCTE DE LA MATEIXA ADOLESCÈNCIA



Ajuntament de
Malgrat de Mar

Han col·laborat:



Corporació de Salut
del Maresme i la Selva

ESCOLA SANT PERE CHANEL

Núria Esther Rojas López
Yolanda Martínez Raja

PARE

DROGUES

INFORMA'T PARLAN'S ENTEN-NOS

MARE

PENSEU QUE...

Quan comencem a sortir de festa, si volem, ho tenim tot al nostre abast, i és molt fàcil aconseguir drogues.

Els joves d'avui dia som cada cop més "avançats" en el consum de drogues, el sexe... TOT VA MÉS DE PRESSA!!!

No sempre una droga et pot portar a d'altres més fortes, depèn de la persona i de l'ambient.

CONSUMIM DROGUES...

Per curiositat.

Per aparentar el que no som. Per ser més grans, més guays i més rebels.

Perquè està de moda...

PARLAR DE DROGUES AMB VOSALTRES ÉS DIFÍCIL PERQUÈ....

Tenim edats molt diferents i no ens entenem.

La vida ha canviat molt des que vosaltres éreu joves. Teniu una informació desfasada fins al punt de posar dintre del mateix sac un porro i la coca, per exemple.

Si sabeu que hem provat alguna cosa segurament ens direu coses com "no m'ho esperava de tu" "quina decepció". Això només servirà per fer-nos sentir culpables i per trencar la comunicació, no evitarà que tornem a consumir drogues.

PER PARLAR DE DROGUES A CASA...

Hauríem de tenir bona comunicació en tots els temes, no només en el de les drogues.

Seria més fàcil si no insistissiu tant.

Ja sabeu que si ens dieu que NO ho farem igualment, però si n'hem parlat a casa podem anar més alertes.

PERQUÈ US FÉSSIM CAS HAURÍEU DE...

Estar disposats a escoltar la resposta que sigui.

Parlar bé amb calma i tranquil·litat, sense crits i sense posar cara d'assassins. El to de la veu i la mirada són importants.

No anar del que no sou (passar d'un pare exigent i normatiu a un molt enrotllat).

Tenir en compte que "acció" igual a "castig" no serveix de res.

Potenciar les coses que tenim i que fem bé.

US PODRIA AJUDAR...

Utilitzar una anècdota, una història, una notícia a la TV, una pel·li, alguna cosa que ens pugui convèncer...

ENS PODRÍEU DONAR MISSATGES D'AQUESTA MENA

Si les proves pots parlar amb mi.

T'ho pots passar igual o millor sense prendre'n cap.

No vull que provis les drogues, però si ho vols fer no ho podré evitar. Si ho fas controla, no et passis.

Cal pensar-s'ho bé abans de provar-les. Al principi tu controles i al final et controlen elles a tu.

SI VOLEU MÉS INFORMACIÓ:

CAP

Av. Costa Brava s/n - Malgrat de Mar
Tel: 93 761 95 00

Centre de Salut Mental Infantil i Juvenil (CSMIJ)

C/ Anselm Clavé, 101 - Calella
Tel 93 769 36 93

Corporació de Salut del Maresme i la Selva Hospital Sant Jaume de Calella

Unitat d'Atenció a les Drogodependències
C/ Sant Jaume 209-2017 - Calella
Tel: 93 769 02 01 ext 2044

* A partir de 18 anys