

PADRES DE FAMILIA Y CUIDADORES

Nos **INVOLUCRAMOS**

en el cuidado de nuestros hijos
para que no caigan en las drogas
y tengan salud mental, vida sana y exitosa.

HOGAR SEGURO Y HOGAR AMOROSO

1. SUPERVISAMOS LOS CONTENIDOS DE TELEVISION, INTERNET Y CELULAR.

- Vemos televisión juntos.
- Conversamos sobre lo bueno y lo malo que ven en la tele.
- Hablamos sobre los riesgos del internet y celulares
- Controlamos el tiempo que dedican a estar conectados
- Conocemos las redes con las que tienen contactos.

2. RESOLVEMOS LOS CONFLICTOS SIN MALTRATO

- Conversamos sobre los problemas
- Hablamos siempre. No evadimos los temas
- Buscamos Ayuda de otras personas.
- Escuchamos a nuestros hijos
- Tenemos reglas claras de disciplina
- No imponemos la decisión de los adultos
- No utilizamos agresiones verbales ni físicas

3. PRESTAMOS ATENCION A SU ESTUDIO

- Revisamos periódicamente sus cuadernos
- Apoyamos en sus trabajos y tareas
- Asistimos a reuniones de padres de familia
- Felicitamos y celebramos sus buenos resultados académicos
- Dialogamos sobre el incumplimiento de logros y tareas
- Conocemos sus debilidades y fortalezas
- Supervisamos su entrada y salida del colegio o escuela

4. GARANTIZAMOS QUE ESTEN ACOMPAÑADOS

- Estamos pendientes del horario de llegada a casa
- Garantizamos que estén bien acompañados
- Cuando no tienen compañía cuidamos que estén en sitios seguros
- Compartimos con nuestros hijos actividades en los horarios no académicos
- Encargamos el cuidado también a familiares de confianza.

5. ESTAMOS SIEMPRE DISPUESTOS A AYUDARLES

- Les pedimos que siempre acudan primero a nosotros por cualquier problema o duda
- Creamos espacios de encuentros con la familia para que busquen otras ayudas
- Hablamos con la familia para que estén pendientes de ayudarles
- Observamos cuando están preocupados y les ofrecemos ayuda.

6. CONVERSAMOS VARIOS DIAS DE LA SEMANA

- Todos los días saludamos y nos despedimos con cariño
- Todos los días les preguntamos cómo se sienten
- Varios días a la semana les preguntamos si tienen algún problema
- Varios días a la semana compartimos charlas amenas durante las comidas y antes de acostarnos.
- Varios días a la semana jugamos y disfrutamos espacios de tiempo libre

7. SUPERVISAMOS LOS HORARIOS DE LLEGADA EN LA NOCHE

- Acordamos los permisos para salir de casa en horarios no escolares
- Supervisamos los horarios autorizados para la llegada en horarios no escolares.
- Acordamos con autoridad los horarios de llegada en la noche
- Acordamos y autorizamos las salidas a actividades no escolares y de fines de semana.

8. CONOCEMOS LOS AMIGOS DE NUESTROS HIJOS

- Conocemos los amigos más cercanos de nuestros hijos
- Conocemos las familias de los amigos de nuestros hijos
- Compartimos con los amigos de nuestros hijos
- Asistimos a reuniones con los amigos de nuestros hijos
- Dialogamos con los amigos de nuestros hijos.

9. SIEMPRE SABEMOS A DONDE VAN NUESTROS HIJOS

- Acordamos que nos digan a donde van cuando salen de casa
- Confirmamos que visiten lugares seguros
- Confirmamos que se reúnan con personas responsables y dignas
- Conocemos con quienes se reúnen y que hacen los fines de semana

10. CONOCEMOS SOBRE EL CONSUMO DE DROGAS

- Preguntamos si han consumido o probado alguna Droga ilícita
- Hablamos sobre el consumo de drogas
- Sabemos qué clase de drogas consumen nuestros hijos
- Le hacemos saber que los observamos, analizamos y que estamos pendientes de si consume alguno droga.

11. CERO TOLERANCIA DE LAS MADRES O CUIDADORAS POR CONSUMO DE ALCOHOL Y OTRAS DROGAS EN MENORES.

- Las madres y cuidadoras les hacemos saber a los menores que no toleramos que lleguen borrachos o que están consumiendo alguna sustancia psicoactiva o drogas.
- Como madres o cuidadoras reaccionamos con firmeza frente a un posible consumo de alcohol o drogas de los menores.
- Damos ejemplo de no abusar del consumo de alcohol
- No usamos ni abusamos del consumo de alcohol y otras drogas delante de los menores.

12. CERO TOLERANCIA DE PADRES O CUIDADORES POR CONSUMO DE ALCOHOL Y OTRAS DROGAS EN MENORES

- Los padres o cuidadores les hacemos saber a los menores que no toleramos que lleguen borrachos o que están consumiendo alguna sustancia psicoactiva o drogas.
- Como padres o cuidadores reaccionamos con firmeza frente a un posible consumo de alcohol o drogas de los menores.
- Damos ejemplo de no abusar del consumo de alcohol
- No usamos ni abusamos del consumo de alcohol y otras drogas delante de los menores.

SE ENTREGA RULETA EN MEDIO FISICO