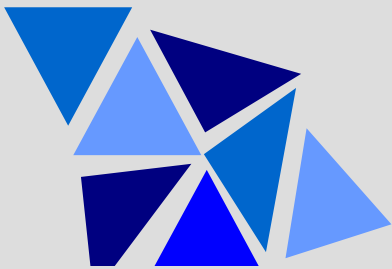


B oletín municipal
I nformativo de
D rogo dependencias y
A dicciones Nº 1





PARA REFLEXIONAR UN POCO: APRENDIENDO A CARGAR PAQUETES

“Se os olvidó, enseñarme a llevar paquetes”

Papá, ¿cuándo se contó conmigo en casa? ¿Cuándo tuve que recoger a mis hermanos del colegio? ¿Cuándo tuve que lavar el coche los domingos y arreglar el jardín, recoger las hojas y sacar al perro?

Mamá, ¿por qué me dejabas sin ir a comprar leche cuando yo me negaba?. ¡Se te olvidó ser firme y mandarme, mamá! Más fácil que otros hicieran bien las cosas y sin riesgos, ¿por qué no se arriesgaron a dejarme llevar un paquete? Se les olvidó enseñarme a ser hombre. Y a los 18 años se me caen de las manos. A mí también me da vergüenza. Fíjate que en la Universidad nombraron a Roberto delegado del grupo. Dicen que tiene responsabilidad. A Juan lo nombraron coordinador de la excursión del profesor de Historia. Y recibe las cuotas y da los avisos. Pero Roberto desde pequeño lava el coche de su casa y arregla el jardín, y Juan recoge a sus hermanas aunque llueva o tenga mucha flojera.

Se te olvidó, papá, enseñarme desde chico a cargar paquetes y llevarlos aunque llueva, o tuviera flojera, o me enfadara y les dijera que eran injustos. Se te olvidó contar conmigo. No quisiste arriesgar ni un poco. No me diste confianza gradualmente. No me fuiste dejando paquetes a la medida de mis 5, 9, ó 12 años. Y mi voluntad se quedó raquítica con tantos pretextos, al sentirme yo un niño que no debía hacer nada. Por favor, papá y mamá, enseñen a mi hermano de 8 años a llevar paquetes número 8, y a mi hermana, de 9 años, sus paquetes de 9. Y no tendrán que decirles: “Eres un niño y un irresponsable con 18 años encima”. Y llegará el momento en que sepan llevar paquetes número 25 y 40. Dicen que son paquetes: la vida, la familia, las relaciones con los demás, el colegio, el trabajo y la profesión. Y hay tantos paquetes tirados en la calle...

No se olviden, de entrenar a mis hermanos. Y no es tarea fácil, no es sólo asunto de cargar paquetes, sino saberlos llevar bien, con cuidado, amor y responsabilidad. Para que no haya tantos paquetes tirados en la calle. Porque aun sin entrenamiento tendrán que cargar sus paquetes del número 20, 30 y 50.”

Adaptación del Art. Publicado en el siguiente enlace: <http://www.aguasvivas.cl/revistas/14/10.htm>



PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGODEPENDENCIAS Y ADICCIONES DE ANDUJAR: PROGRAMA CIUDAD ANTE LAS DROGAS

Llevamos cerca de 15 años, que el programa Ciudad ante las Drogas, está presente en nuestro municipio.

¿QUÉ HACEMOS?

CIUDAD ANTE LAS DROGAS, es un programa de prevención comunitaria de drogodependencias y adicciones. Las actividades desarrolladas van dirigidas a los ámbitos educativo, comunitario, familiar y laboral.

¿DÓNDE ESTAMOS?

Nuestra sede se encuentra en la Concejalía de Familia, Salud y Servicios Sociales, sita en c/ La Feria, s/n. Puedes acudir personalmente o localizarnos de las siguientes formas:

Tlf. 953 51 18 65

Correo: ssociales@andujar.es

TRABAJAMOS CON:

- Niños
- Adolescentes
- Jóvenes
- Adultos
- Familias
- Empresas
- Colegios
- Institutos
- Escuela Taller

**QUEREMOS CONTAR
CONTIGO
¡ LLÁMANOS !**

¿QUÉ HACEMOS?

Nuestro objetivo principal es la prevención del consumo de sustancias y sus consecuencias todos los niveles.

Las actividades que llevamos a cabo son las siguientes:

- **Escuelas de Padres y Madres en centros de Educación Primaria del municipio.** *(Si te interesa que acudamos a tu colegio ponte en contacto con nosotros)*



NUESTROS OBJETIVOS

- Estimular la implicación y la participación de la población.
- Contribuir a la disminución del riesgo que supone el consumo problemático de drogas.
- Incidir en colectivos con especiales situaciones de riesgo.
- Trabajar con familias.

- **Campañas de Sensibilización :**
 - Día Mundial sin Tabaco
 - Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas
 - Día Mundial sin Alcohol
- **Campañas de reducción del riesgo por consumo de Alcohol:**
 - Campaña en la Romería de la Virgen de la Cabeza
 - Campaña en Feria
- **Estudios sobre la situación actual de consumo en nuestro municipio, que dirija nuestras actuaciones eficazmente.**
- **Talleres de Prevención con menores en riesgo.**
- **Talleres de Prevención con jóvenes**
- **Uso de las nuevas tecnologías para difundir información de interés.**
- **Asesoramiento individualizado en materia de drogodependencias y adicciones.** Resolvemos tus dudas y te orientamos.
- **Información y derivación a recursos específicos que te ayudarán.**
- **Coordinación con otras entidades, asociaciones y colectivos de la comunidad, para trabajar conjuntamente en materia de drogodependencia y adicciones...**



EDUCAR VALORES EN FAMILIA

La educación de los niños es una de las tareas más importantes que podemos realizar pero, precisamente, también es aquella para la que menos nos preparamos. Casi todos aprendemos a ser padres por el método de "formación en el puesto de trabajo" y siguiendo el ejemplo que nos dieron nuestros propios padres.

Hoy en día, la extensión del uso del alcohol y de otras drogas somete a nuestros hijos, familias y comunidades a una presión que era desconocida hace 30 o 40 años. Sinceramente, somos muchos los que necesitamos ayuda para enfrentarnos a esa temible amenaza a la salud y el bienestar de nuestros hijos. Por fortuna, también tenemos más información acerca de lo que funciona para prevenir que éstos tomen drogas.

Como padres, podemos utilizar ese progreso en beneficio de nuestra familia. Para ello debemos: mantener una relación fuerte y de amor con nuestros hijos, enseñar a diferenciar entre lo bueno y lo malo, establecer normas de conducta y obligar a cumplirlas, conocer todo lo relativo al alcohol y otras drogas y escuchar realmente a nuestros hijos.

La enseñanza de los valores

Cada familia tiene unas expectativas de conducta que vienen determinadas por los principios y los estándares. Les damos el nombre de **VALORES**. Con mucha frecuencia son éstos los que ayudan a nuestros hijos a decidir que no tomarán alcohol ni otras drogas. Los valores sociales, familiares y religiosos son los que dan a los jóvenes los motivos para decir "no" y los que les ayudan a mantener su decisión.

Probablemente ya conocerá esto y, seguramente, ya lo habrá puesto en práctica en su casa. Sin embargo, no está de más examinar nuestras acciones como padres. Por ello te presentamos algunas maneras de ayudarte a aclarar los valores familiares:

- **Comunicar los valores abiertamente.**

HABLAR SOBRE LA RAZÓN DE LA IMPORTANCIA DE VALORES COMO LA HONESTIDAD, LA CONFIANZA EN UNO MISMO Y LA RESPONSABILIDAD, ASÍ COMO DE LA UTILIDAD QUE TIENEN PARA AYUDAR A TUS HIJOS A TOMAR DECISIONES CORRECTAS.

- **Es imprescindible que los progenitores se muestren siempre de acuerdo delante del hijo sobre las normas y los valores.**

LOS NIÑOS, POR MUY PEQUEÑOS QUE SEAN, DETECTAN LAS SUTILEZAS Y LAS CONTRADICCIONES DE LOS ADULTOS.

- **Enseña a tus hijos a tolerar la frustración**

VIVIMOS EN UNA ÉPOCA CARACTERIZADA POR LA ABUNDANCIA Y LA INMEDIATEZ, POR LO QUE ESTAMOS MENOS ENTRENADOS EN SABER ESPERAR, NOS CUESTA RENUNCIAR A ALGO QUE NOS GUSTA. MUCHOS PADRES CREEN QUE HARÁN MÁS FELICES A SUS HIJOS DÁNDOLES SIEMPRE TODO LO QUE DESEAN. ESTO ES UN ERROR, YA QUE A LO LARGO DE LA VIDA APARECERÁN MUCHAS SITUACIONES FRUSTRANTES Y, ENTONCES, NO SABRÁN CÓMO AFRONTARLAS.

- **Reconoce cómo afectan sus acciones al desarrollo de los valores de sus hijos.**

CONSIDERA QUE CON SUS ACTITUDES Y ACTOS PUEDES ESTAR CONFORMANDO LA DECISIÓN DE TUS HIJOS DE TOMAR, O NO, ALCOHOL Y OTRAS DROGAS.

Lo anterior no significa que, si acostumbras a beber un poco de vino en la comida, o a tomar ocasionalmente una cerveza, debas dejar de hacerlo. Los niños pueden entender y aceptar que hay diferencias entre lo que pueden hacer los adultos legal y responsablemente, y lo que resulta apropiado y legal para ellos.

Sin embargo, **debes mantener esa distinción con toda claridad.** A este respecto, tus hijos **NO** deben intervenir en absoluto: **NO** deben prepararte la copa ni traerte la cerveza. Y por muy inofensivo que parezca, **NO** permitas que prueben unos sorbitos.

- **Asegúrate de que tus hijos entienden los valores de tu familia.**

RECUERDA QUE LOS NIÑOS CAPTAN RÁPIDAMENTE LAS SEÑALES QUE EMITEN LOS PADRES EN SUS ACTOS, EN EL SENTIDO DE QUE NO SIEMPRE ESTÁ MAL SALTARSE LOS DEBERES DESAGRADABLES O SER DESHONESTO.

- **Observa si existe contradicción entre lo que dices y lo que haces**

PUEDES COMPROBAR SI TUS HIJOS OS ENTIENDEN HABLANDO DE SITUACIONES COMUNES DURANTE LA COMIDA; POR EJEMPLO, PLANTEA LA SIGUIENTE PREGUNTA: "¿QUÉ HARÍAS SI A UN DESCONOCIDO SE LE CAE UN BILLETE DEL BOLSILLO?"



EL ESTABLECIMIENTO DE NORMAS Y SU CUMPLIMIENTO, CONTRA EL USO DEL ALCOHOL Y LAS DROGAS

Como padres, es nuestra responsabilidad establecer las normas que nuestros hijos han de seguir. Por lo que se refiere al uso del alcohol y de otras drogas, hay que establecer normas estrictas para proteger el bienestar de los hijos.

Sin embargo, el establecimiento de las normas sólo es la mitad de la tarea. Debemos estar dispuestos a que se cumpla el castigo por el incumplimiento de las normas. Cuando establezcas normas:

SÉ PRECISO

Explica la razón de cada norma. Diles a tus hijos lo que son las normas y la conducta que se espera de ellos. Analiza las consecuencias del incumplimiento de las normas: cuál será el castigo, cómo se realizará, durante cuánto tiempo y lo que se supone que se persigue con el castigo.

SÉ COHERENTE

Debe quedar claro que la norma de no tomar alcohol ni drogas es la misma en todo momento y situación: en su casa, en la de un amigo, en cualquier lugar, en definitiva, donde se encuentre.

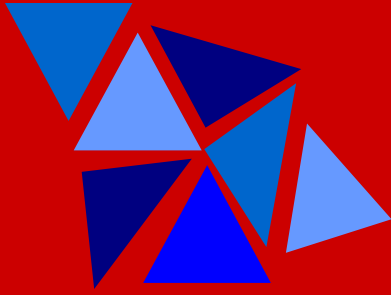
SÉ RAZONABLE

No agregue nuevas consecuencias de las que no había hablado antes del incumplimiento de las normas. Hay que evitar las amenazas poco realistas, como "tu padre te matará cuando llegue a casa". Lo que se debe hacer es reaccionar con calma y hacer que se cumpla el castigo que el hijo espera recibir por haber incumplido la norma.

Fuente: [A Parent's Guide to Prevention, U.S. Department of Education](#)

<http://www.lasdrogas.info/index.php?op=Padres&link=Educar>





EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ANDÚJAR
CONCEJALÍA DE FAMILIA, SALUD
Y SERVICIOS SOCIALES

RECURSOS ESPECÍFICOS DE
DROGODEPENDENCIAS Y ADICCIONES DEL
MUNICIPIO DE ANDÚJAR

AYUNTAMIENTO DE ANDÚJAR

PROGRAMA CIUDAD ANTE LAS DROGAS

c/ La Feria, s/n.....953 51 18 65

CENTRO DE DÍA DE INSERCIÓN SOCIOLABORAL DE
DROGODEPENDENCIAS Y ADICCIONES "EL OLIVO"

c/ Río Genil, s/n.....953 50 78 52

Correo: ssociales@andujar.es

DIPUTACIÓN DE JAÉN

CENTRO COMARCAL DE DROGODEPENDENCIAS DE ANDÚJAR

Centro de Salud B.....951 51 02 94

Correo: ccdandujar@promojaen.es

ASOCIACIONES

ANDÚJAR CONTRA LA DROGA

Avda. América, s/n.....953 51 09

32

Correo: acd_orienta@yahoo.es

ASOCIACIÓN DE ALCOHOLICOS REHABILITADOS (ARI)

Avda. Blas Infante, s/n.....953 51 92 36

Correo: asociacionari@hotmail.com

VOLVER A VIVIR

Centro de Iniciativas Sociales.

Avda. Blas Infante, s/n.....953 51 92 36