

Dňa **26.6. 2015** si pripomíname  
**medzinárodný deň proti  
zneužívaniu drog a nezákonnému  
obchodovaniu s nimi.** Pri tejto  
príležitosti sme sa rozhodli pre Vás  
pripraviť niekoľko krokov, **ako  
pomôcť svojmu dieťaťu povedať  
nie alkoholu a drogám**

1. **Získajte si dôveru dieťa a počúvajte ho.** Potom bude s vami hovoriť otvorene aj o prípadných problémoch.
2. **Získajte spoľahlivé informácie o alkohole a drogách.** Ak bude dieťa nejakú drogu obhajovať, ponúknite mu protiargumenty.
3. **Podporujte sebavedomie dieťaťa.** Dieťa chváľte, ak kritizujete, kritizujte správanie nie osobnosť. Dávajte dieťaťu najavo, že ho máte radi.

4. **Predchádzajte nude.** Mali by ste mať prehľad, kde dieťa je, čo robí, a uvažovať o jeho dennom programe a o tom, ako tráviť **voľný čas**.
5. **Vytvorte zdravé rodinné pravidlá.**
6. **Buďte pre deti pozitívnym modelom.** Myslite na svoje **zdravie** a svoju telesnú a duševnú kondíciu, rozvíjajte svoje záujmy. Význam pri výchove majú aj určité morálne a etické zásady rodičov.
7. **Pomôžte dieťaťu čeliť tlaku nevhodnej spoločnosti a nájsť mu vhodnú spoločnosť.** Dieťa by malo vedieť, že v určitých situáciách má právo a dokonca povinnosť nesúhlasiť so svojimi kamarátmi.

8. **Spolupracujte v rámci rodiny.**
9. **Spolupracujte s ďalšími dospelými.** K nim patria učitelia, susedia a rodičia priateľov vášho dieťaťa. Môžete sa navzájom informovať a pomáhať si pri výchove.
10. **Dokážte rozpoznať problémy s návykovými látkami u detí.** Čím skôr problém rozoznate a čím skôr ho začnete riešiť, tým lepšie. Informácie o účinkoch návykových látok Vám poskytnú odborníci ako sú lekári, pedagógovia, psychológovia a sociálni pracovníci.

Autor : MUDr. **Karel Nešpor**, CSc.  
Zdroj : časopis ČISTÝ DEŇ



[www.unipolnizka.sk/ajprek.sk](http://www.unipolnizka.sk/ajprek.sk)

Pre Vaše deti sme pripravili prednášku na tému **Prevencia sociálno patologických javov , úrazov a závislostí**, ktorá sa uskutočnila dňa 24.06.2015 v Špeciálnej Základnej škole za prítomnosti náčelníka MSP Ing. Jána Fedora a Mgr. Zuzany Majchútovej. Všetkým zúčastneným ďakujeme a tešíme sa na ďalšie stretnutie.



**Pozývame Vás . . .**

. . . na brigádu, ktorá sa uskutoční dňa **02.07.2015** na Mládežníckej ulici, kde v súčinnosti s TS Brezno vyčistíme okolie bytového domu.

**Tešíme sa na Vašu účasť a spoluprácu!**



# **Tereňáčik**

## **Jún 2015**

