

## MCYAF i Policja rozpoczynają kampanię: "Rodzice którzy organizują tracą najwięcej"

Policja z Des Plaines, Park Ridge i Niles rozpocznie w maju na czas przed zakończeniem roku szkolnego kampanię: "Rodzice którzy organizują tracą najwięcej" Coroczna kampania jest częścią krajowej akcji zniechęcającej rodziców do urządzania przyjęć dla dzieci gdzie podaje się alcohol osobom poniżej 21go roku. Zwróćcie uwagę na banery i przypomnienia w mieście na temat zakazu podawania alkoholu nieletnim.



"Chcemy żeby nasze dzieci były bezpieczne," powiedział szef policji Des Plaines Jim Prandini. "Mamy nadzieję, że rodzice rozumieją, że picie alkoholu przez nieletnich nie powinno być tradycją i

podawanie alkoholu nieletnim nie jest ani modne ani akceptowalne. Jest także niezdrowe, niebezpieczne i zabronione przez prawo. Mózg nastolatka nie jest w pełni rozwinięty dlatego alkohol wpływa inaczej na jego organism i podejmowanie decyzji w porównaniu do dorosłych. Wszyscy chcemy również uniknąć prowadzenia samochodu pod wpływem alkoholu. Zabieranie kluczy nie jest idealnym rozwiązaniem. Ograniczanie dostępu do alkoholu jest prawidłowym rozwiązaniem," dodał Prandini.

Aby zapobiegać picciu alkoholu przez nieletnich, radzi rodzicom aby nie organizowali przyjęć z alkoholem oraz nie pozwalali ich dzieciom uczestniczyć w takich imprezach. I jeśli to możliwe, zabezpieczyć dostęp do alkoholu w domu.

"Zachęcamy również do konsultowania się z innymi rodzicami w celu upewnienia się, że przyjęcie jest bezalkoholowe." oświadczył Prandini.

Zgodnie z ankietą przeprowadzoną przez Illinois Youth Survey, młodzież w Maine Township, przyznaje że do największych źródeł dostarczania alkoholu należą znajomi(16%); rodzeństwo, rodzic, lub osoba

obca lub inni dorośli za ich zgodą (13%), lub bez wiedzy innej dorosłej osoby.

W stanie Illinois zabronione jest świadome podawanie alkoholu nieletnim (poniżej 21-go roku życia) przez rodziców lub opiekunów. Dodatkowo, rodzice mogą ponieść konsekwencje za podanie alkoholu osobie poniżej 21-go roku życia, jeśli osoba ta ulegnie wypadkowi, zrani kogoś innego lub zniszczy czyją własność.

Jeżeli jesteś świadkiem spożywania alkoholu przez nieletnich, powinieneś powiadomić policję pod numer:



### Co na obiad?

S c h a b o w y z ziemniakami? Sałatka? Łazanki? Jeśli przy stole rozmawiasz z dziećmi, jest to bardzo dobry pomysł. Nie jesteś jedyny.

Przykładowo, średnio w tygodniu, 72% uczniów pierwszego roku w Maine Township High School i 65% uczniów ostatniego roku jedzą wspólnie z rodzicami obiad, trzy lub więcej razy w tygodniu. Oprócz jedzenia, przy obiedzie równie istotna jest rozmowa.

W artykule zamieszczonym w Chicago Tribune, w sierpniu 2010 profesor socjologii, Bradford Wilcox z University of Virginia mówi: "Badania wskazują na związek rodzinnych obiadów z poprawą zachowania u dzieci, zawierającą poprawą ocen, mniejszą szansą myśli samobójczych, i unikaniu alkoholu, narkotyków i papierosów".

Czas poświęcony rodzinie może być tym co dziś podasz na obiad.

<sup>2</sup> Source: 2010 Illinois Youth Survey, N=5048



**MCYAF: Margaret Polovchak, Director**  
2720 S. River Rd. Suite 128, Des Plaines, IL 60018  
(847) 858-7090  
margaret@mcyaf.com

Newsletter paid for by MCYAF through a grant from ONDCP, SAMHSA, IL Dept of Human Services and/or Park Ridge Rotary

**Maine Source Newsletter**  
Redaktor: Cheryl B. DeYoung  
Tłumacz: Aneta Kuros





## Co znajduje się w Twojej apteczce?

Niektórzy nastolatkwie nadużywają leków na receptę lub bez, w celu zaduzenia się. Zalicza się do tego leki przeciwbólowe, np. przepisywane po operacjach, leki nasenne, i stymulujące przepisywane na zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (ADHD). Nastolatkwie również nadużywają leków bez recepty, np. leków na kaszel lub przeziębienie.

Według ankiety z stanu Illinois przeprowadzonej w 2010 roku, 15 procent ósmoklasistów i maturzystów w Maine Township przyznało się do nadużywania leków bez recepty, np. na kaszel jeden raz lub więcej, dla potrzeb innych niż medyczne w ciągu ostatniego roku. Dodatkowo, 3 procent maturzystów używało sterydów lub/i lub stymulantów bez zgody lekarza, i 5 procent tej samej grupy używało leków uspakajających (np. Valium) lub/i innych leków (takich jak OxyContin) raz lub więcej w ciągu ostatniego roku.

### Kroki w celu zmniejszenia dostępu do leków

Pomyśl o swoim domu. Jakie leki posiadasz (na lub bez recepty)? Gdzie je przechowujesz? Czy zauważyłbyś zniknięcie części z nich? Możesz pojąć poniższe kroki w celu zmniejszenia dostępu Twojego dziecka do niebezpiecznych leków:

1. Zabezpiecz wszystkie leki w domu. Monitoruj ilość i dostępność.
2. Ustal jasne zasady używania leków przez dzieci takie jak udostępnianie leków innym i odpowiednie ich dozowanie.
3. Bądź przykładem stosując się do tych samych zasad.
4. Właściwie pozbywaj się przeterminowanych, niepotrzebnych lub nieużywanych leków..
5. Rozmawiaj ze swoim dzieckiem o konsekwencjach niewłaściwego stosowania leków.

### Niebezpieczeństwo nadużywania leków

Zwiększone ciśnienie krwi lub puls	Problemy z oddychaniem
Uszkodzenie mózgu lub innych organów	Napad drgawek
Przypadkowe przedawkowanie lub zatrucie	Śmierć
Uzależnienie fizyczne lub nałóg	Poważne skutki uboczne w połączeniu z alkoholem

### Możliwe oznaki niewłaściwego używania leków

Oznakami mogą być następujące objawy: rozszerzone źrenice, niezrozumiała mowa lub zarumieniona twarz. Oprócz tego mogą wystąpić; zmiany osobowości, huśtawki nastrojów, poddenerwowanie, napływ energii, senność, pocenie się, utrata apetytu, zapominanie lub niezręczność.

Po więcej informacji zagłędnij na: [http://www.mcyaf.com/media/pdfs/prescription\\_abuse\\_brochure.pdf](http://www.mcyaf.com/media/pdfs/prescription_abuse_brochure.pdf)

### Dzień Zbiórki Leków:

30-go kwietnia, MCYAF będzie sponsorem Dnia Zbiórki Leków. Przeterminowane, niepotrzebne, lub nieużyte leki będą zbierane w posterunkach policji w Des Plaines, Park Ridge i Niles. Następną taką zbiórka odbędzie się w jesieni.

<sup>1</sup> 2010 Illinois Youth Survey, N=5048

### Przypomnienie na naklejce

13-go Kwietnia 85 nastolatków wraz z opiekunami przeprowadziło akcję **Project Sticker Shock**. W szybkim tempie, 20 grup odwiedziło 49 sklepów w Maine Township gdzie rozprowadzili ponad 5,000 naklejek przypominających dorosłym o nielegalności i niebezpieczeństwie podawania alkoholu komukolwiek poniżej 21-go roku życia. Dziękujemy.

