



Jesienia 2011

Maine Source

Rady i wskazówki na temat wychowywania młodzieży w Maine Township

Ukryj je!

Mimo iż większość dzieci nie używa alkoholu, tytoniu oraz innych używek, przed zakończeniem szkoły średniej, prawie 90 procent uczniów Maine Township twierdzi że są one bardzo łatwo dostępne.

Zastanawiacie się gdzie tak łatwo je dostać? Z własnego domu z wiedzą rodziców lub bez, a także z domów znajomych.

Jednym z najlepszych sposobów na zmniejszenie konsumpcji alkoholu przez nieletnich jest ograniczenie dostępu do niego. Dbając o zdrowie młodzieży, MCYAF zachęca rodziców do Ukrycia Ich. Proszę pamiętać o tym że oprócz alkoholi, najbardziej używanymi substancjami są leki przepisywane przez lekarza lub bez recepty.

Rodzice i dziadkowie muszą postarać się o to by nieudostępnić używek swoim podopiecznym. Zaczynaj od lodówki, kuchni i barku i napojów alkoholowych, po łazienki, apteczki i leki, aż po inne miejsca w domu gdzie znajdują się kleje, farby, mazaki oraz środki czystości, takie jak Dust-Off®, Reddi Wip®.

- Czy jest sposób aby ograniczyć dostęp do tych rzeczy w Twoim domu?
- Jak możesz monitorować zaopatrzenie?
- Czy możesz zamknąć dostęp?
- Czy zauważyłbyś/abyś brak butelki alkoholu?
- Czy leki przeciwbólowe, psychotropy oraz syropy na kaszel są chowane w niedostępnych miejscach w Twoim domu?
- Czy produkty chemiczne i aerozole są dobrze zabezpieczone?

Odpowiedz na te pytania i sprawdzenie swojego domu są dobrym początkiem w obniżaniu konsumpcji u osób nieletnich.

Po więcej informacji na temat łatwo dostępnych używek proszę udać się na następującą stronę: <http://www.drugfree.org/drug-guide/inhalants>.

^{1,2} Source: 2010 Illinois Youth Survey, N= 5473

29-ego października w godzinach 10am-2pm, MCYAF będzie sponsorem Dnia Zbiórki Leków. Przetworzone, niepotrzebne, lub nieużyte leki będą zbierane w posterunkach policji w Des Plaines, Park Ridge i Niles. Następną taką zbiórka odbędzie się na wiosnę. W ostatniej zbiorce zostało zebrane powyżej 700 funtów.

Złóż przysięgę

Czy wiecie, że rodzice w Maine Township składają przysięgę, że nie będą zezwalać na picie alkoholu przez nieletnich?



W tej przysiędze rodzice zgadzają się:

- Monitorować swoje dzieci w domu
- Nie pozwalać na konsumpcję alkoholu w ich domu
- Ustalić jasne zasady i się ich trzymać
- Komunikować się z innymi rodzicami
- Być poinformowanym o tym gdzie znajdują się ich dzieci i z kim przebywają

Rodzice odgrywają niesłychanie ważną rolę w zapobieganiu picia alkoholu przez nieletnich. Jeden z rodziców, Tom S., mówi: "Podpisuje te obietnice

-continued on Page 2-



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
Editor/Designer: Cheryl B. DeYoung
Translator: Aneta Kuros



Opinia czytelnika: Wprowadzamy zmiany

Bycie rodzicem jest najcięższa praca na świecie, a media (telewizja, internet) nam to jeszcze utrudniają. Jestem rodzicem trojga dzieci. Założyłam, że dwojka moich starszych dzieci wiedziało, że picie u nieletnich jest zabronione w moim domu, więc poza nim również.

A mimo to, dowiedziałam się, że moje starsze dzieci piły alkohol w szkole średniej. W matkę odczułam, że moje dzieci nie kierowały się właściwymi zasadami, lecz wiem, że winę ponosi cała nasza rodzina.

Powodem tego, że podjęli złe decyzje, było to, że nie znali zasad. Nigdy z nimi nie usiadłam patrzeć im w oczy i mówić, "Zasada nr. 1: picie, palenie oraz nadużywanie leków jest zabronione. Zasada nr. 2: możecie do mnie dzwonić kiedykolwiek, gdziekolwiek, zanim wsiadziecie do samochodu z kimś, kto pił lub nadużywał narkotyków. A jeśli te zasady zostaną złamane, nastąpią ustalone wcześniej konsekwencje.

Z moim najmłodszym dzieckiem zmieniłam metody wychowawcze. Miałam bardzo poważną rozmowę z moim osmoklasistą, taka jakiej nie miałam z moimi starszymi dziećmi. Wytłumaczyłam jej, że powinna mieć znajomych, którzy nie piją, i że mam nadzieję, że wybierze abstynencję co najmniej do 21-go roku życia, ponieważ jest to nielegalne, niezdrowe i niebezpieczne.

Zmiany, które wprowadziłam, mogą nie spodobać się mojemu dziecku, lecz mam nadzieję, że uszanuje mnie i zasady w naszej rodzinie, ponieważ jej zdrowie i bezpieczeństwo jest dla nas najważniejsze.

To nie moje dziecko!



Jako rodzice, powinniśmy zakładać, że to nie nasze dziecko pije alkohol?

Prawda jest, że większość dzieci nie pije, lecz statystyki są alarmujące. Z 1,205 maturzystów z Maine Township, we wrześniu 2010 roku, prawie połowa, 48 procent, odpowiedziało, że piło alkohol w ostatnich 30 dniach. Prawie jedna trzecia, 32 procent, powiedziało, że brało udział w alkoholowych libacjach (5 lub więcej drinków w przeciągu dwóch godzin).

Spojrzyjmy na suche statystyki. 48 procent maturzystów oznacza 579 osób. 32 procent maturzystów, czyli 386 osób, powiedziało, że brało udział w alkoholowych libacjach.

To setki młodzieży upijającej się. Wśród młodzieży panuje moda na upijanie się alkoholem jak najszybciej w jak najkrótszym czasie.

Oprócz faktu, że picie alkoholu u nieletnich jest nielegalne, jest jeszcze ryzyko spowolnienia rozwoju mózgu u młodej osoby. Młodzież regularnie pijąca alkohol ma również później problem z alkoholem w dorosłym życiu. Oprócz tego, alkohol pity przez młodzież jest przyczyną problemów z nauką.

Może czas, żeby zdac sobie sprawę, że moje dziecko jest zagrożone i czas, żeby podjąć odpowiednie kroki. A jeśli jesteś na tyle szczęśliwy, że to nie twoje dziecko, może być to dziecko twojego znajomego lub koleżanka Twojego dziecka, lub sąsiada.

Proszę wyrazić opinie na temat picia alkoholu przez nieletnich na następującej stronie: www.facebook.com/mcyaf.

Złoz przysięge

(from Page 1)

Ponieważ chcę uświadomić innym rodzicom, że w moim domu nasze dzieci są bezpieczne."

Laura M., której córka ma 13 lat, powiedziała, że po podpisaniu przysięgi poinformowała swoją córkę, że zawsze może spotykać się ze znajomymi z jej domu, ale tylko, gdy rodzic jest w domu. Laura również kontaktuje się z rodzicami koleżanek córki, żeby upewnić się, że ktoś z dorosłych znajduje się w domu. Laura wytłumaczyła również, że w jej rodzinie jest zakaz picia alkoholu przez nieletnich, oraz wyliczyła konsekwencje za to groza. "Nie podlega tu wątpliwości, że chodzi tu o bezpieczeństwo"

Jeśli jesteście zainteresowani takim zobowiązaniem, proszę skontaktować się z nami drogą mailową na: info@mcyaf.com.

