



+ familia

¿Te preocupa que tu hijo consuma drogas algún día?

El Programa de Prevención Familiar “+ familia”, de la Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid te ayuda a **prevenir el consumo de drogas en tus hijos.**

Para tí

Si eres padre o madre residente en la Comunidad de Madrid, con hijos de edades entre 3 y 16 años.

¿Para qué sirve + familia?

Para capacitar a los padres y madres como agentes de salud familiar. Por ello es necesario:

- **Adquirir conocimientos** sobre drogas, efectos, patrones de consumo, consecuencias a corto y largo plazo, entre otros.
- **Aprender habilidades** sociales y educativas.
- **Adoptar compromisos** de acción preventiva.



¿Qué se puede aprender?

Se abordarán contenidos adaptados a cada etapa evolutiva del hijo: infantil (3-9 años), preadolescente (10 – 12 años) y adolescente (13-16 años)

SESIÓN 1: Factores de riesgo y factores de protección

Definición, clasificación. Factores de riesgo y factores de protección familiar. La familia. La escuela. Comunicación. Resolución de conflictos.

SESIÓN 2: Prevención en familia

La prevención de drogodependencias. Conceptos importantes: droga, tolerancia, dependencia, uso, abuso y adicción. La importancia de la familia en la prevención del consumo de drogas.

SESIÓN 3: Cómo poner límites y normas

Imposición y negociación.

SESIÓN 4: Asumiendo responsabilidades y tareas

Adaptación de tareas domésticas. Supervisión de tareas en casa y en el centro educativo. Autonomía.

SESIÓN 5: Gestión de emociones

Expresión emocional. Autocontrol emocional.

SESIÓN 6: Ocio y tiempo libre

Los juegos, las motivaciones, el tiempo libre, cómo se ocupa y con quién.



Comunidad de Madrid
www.madrid.org

¡Apúntate!

Llamando a los números:
91 370 22 08 / 07
91 573 47 60 EXT. 3010

En correo electrónico:
info@programamasfamilia.org



Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Comunidad de Madrid