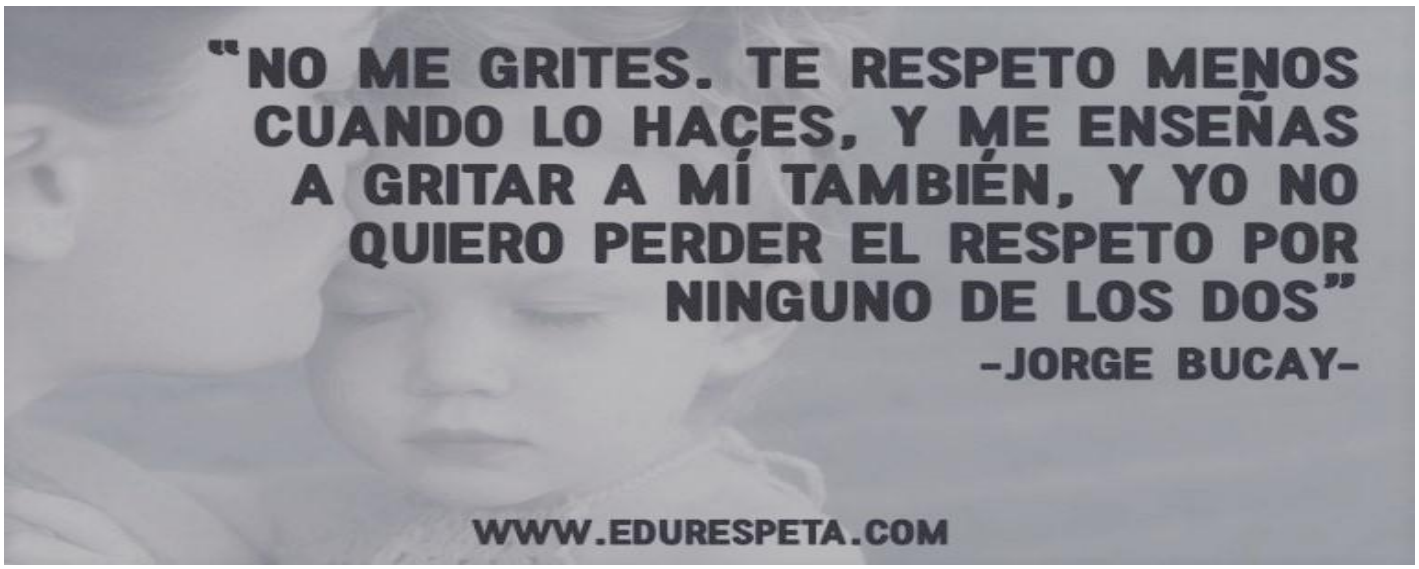
REVISTA "ESCUELA DE PADRES Y MADRES"



INFORMACIÓN SERVICIOS SOCIALES

CIUDADES ANTE LAS DROGAS, LUDOTECA

¿QUÉ SON LOS TALLERES PARA PADRES Y MADRES?

- Es un espacio para compartir con personas que tienen algo en común: " la tarea de educar a los hijos/as".
- Comparten experiencia y aprenden de las experiencias de los demás.
- Se analizan diferentes puntos de vistas sin establecer soluciones determinantes "todos/as aprendemos de todos/as.

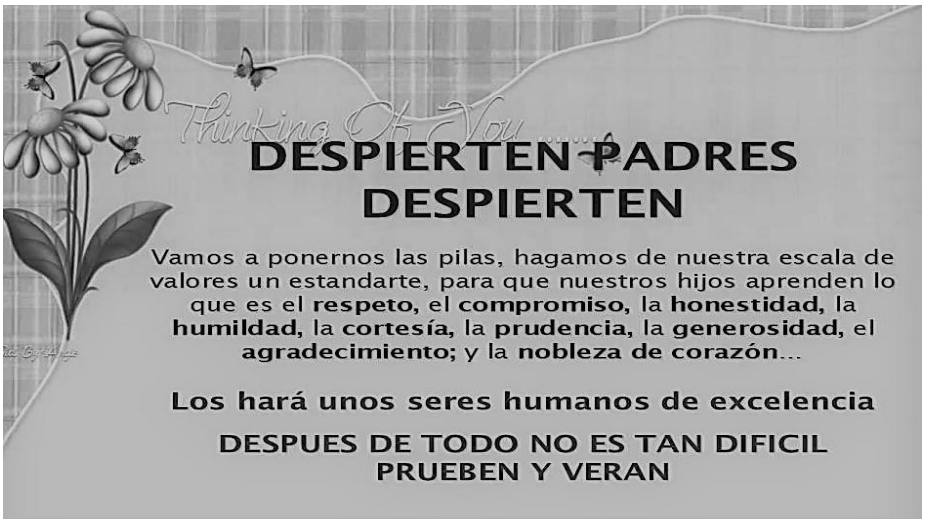
A través de los tiempos, las familas han educado a los hijos/as siguiendo pautas semejantes a las que percibieron en sus propios padres y madres. Sin embargo, esto ya no es así en nuestros días; fundamentalmente porque desde el último tercio del siglo pasado **la sociedad se ha visto sometida a cambios vertiginosos.** La familia, y la propia institución escolar, no han sido ajenas a estos vaivenes sociales. La televisión, la publicidad, las nuevas tecnologías, la desestructuración familiar, la evolución del mercado laboral, etc.; entre otros muchos
factores **inciden drásticamente en la labor educativa que se intenta llevar a cabo en la familia y en la escuela**.

Por otra parte, **las ciencias de la educación** también han evolucionado y **nos pueden proporcionar a los padres y madres instrumentos muy valiosos** a la hora de afrontar la educación de los hijos/as. **El amor que profesamos a los hijos/as es el mejor punto de partida**, pero sólo esto no es suficiente para alcanzar el objetivo: la felicidad de nuestros niños/as y, gracias a ella, la nuestra.

La escuela de padres y madres, inmersa en el ámbito escolar, puede ser un **excelente instrumento para propiciar a los padres la información y la formación necesarias**.

TEMAS QUE SE TRATAN

- ✓ Familia y educación
- ✓ ¿ conozco a mis hijos/as?
- ✓ Comunicación
- ✓ Normas y Límites
- ✓ Como ayudar a los hijos/as en los estudios
- ✓ Críticas negativas
- ✓ Prevención de drogodependencias y adicciones sin sustancias (nuevas tecnologías)
- ✓ Estrés y ansiedad
- ✓ Niños/as desobedientes y otros problemas de conducta
- ✓ Otros temas de interés y que sean demandados por el grupo.



INFORMACIÓN SERVICIOS SOCIALES

CIUDADES ANTE LAS DROGAS, LUDOTECA

¡ACTIVIDADES PARA MEJORAR LA DINÁMICA FAMILIAR!

Realicemos actividades contando con la opinión de todos los miembros de la familia, de forma que todos disfrutemos del tiempo que pasemos juntos. ¡Prueba nuestras propuestas y cuéntanos qué tal!

- Tarde de cine en casa.
- ¡Visitemos algún museo!
- Paseos familiares.
- Manualidades en familia.
- ¡Volar cometas puede ser muy divertido!
- Tarde de juegos de mesa.
- ¡Preparemos la cena juntos!
- ¡La repostería puede ser divertida!
- ¡Ir a la piscina juntos!
- Hacer un picnic en el campo.

NUESTRA PROPUESTA PARA PASAR UN BUEN RATO DIVERTIDO EN FAMILIA.

Cocinemos con los pequeños

¿Qué les aporta?

+ Potencia su autonomía y autoestima.
+ Mejora su educación nutricional porque se familiarizan con los alimentos.
+ Mejora su destreza manual.
+ Estimula sus sentidos.
+ Les motiva a recoger y limpiar.
+ Les hace valorar más el esfuerzo realizado para obtener un resultado del que todos disfrutan.

+ Crea un vínculo familiar ya que en cada familia las costumbres y formas de cocinar son diferentes.

¡¡ Así que manos a la obra
Galletas de mantequilla !!

Ingredientes

- 350 gramos de harina de trigo
- 50 gramos de azúcar
- 140 gramos de mantequilla
- 2 huevos frescos
- 50 gramos de azúcar
- 80 gramos de leche (de vaca, soja o almendras)
- 1/2 cucharada de levadura
- Ralladura de limón, vainilla, canela, naranja etc.
- Una pizca de sal.

Preparación

- 1. Precalienta el horno a 180 ºC seleccionando la opción de calor por encima y por abajo. Paralelamente, pon en un bol la mantequilla, los huevos, el azúcar, la ralladura de limón (u otras especias), y bátelo con unas barrillas eléctricas. Tiene que quedar una masa líquida y homogénea.
- 2. Una vez lista, añádele la harina tamizada, vuélvela a batir y verás que poco a poco se forma una masa más espesa. Una vez haya adquirido una textura espesa, amásala con las manos y añade un poco más

de harina para que no se te pegue en las manos. Añade también un poco más de harina en una superficie

plana, donde, con el rodillo, tendrás que amasar la masa hasta que consigas el grosor que desees.

- 3. Una vez tengas la masa preparada, utiliza los moldes para cortar las galletas y, a medida que las tengas separadas, colócalas separadamente en una

bandeja de horno con papel vegetal. Cuando tengas la bandeja llena, hornéalas durante 15 minutos aproximadamente. Una vez las galletas ya estén listas, si lo deseas, puedes añadirles elementos decorativos, como fondant de colores, chocolate blanco y negro, etc.

¿ QÚE ES EL PROGRAMA CIUDADES ANTE LAS DROGAS?

ACTUACIONES

Irán encaminadas a toda la comunidad, y a sectores específicos de población, haciendo hincapié, por un lado a los grupos de niño/as, adolescentes y jóvenes, por otro lado a los padres , madres y otro sector que lo requiera.

1. Nivel Educativo.
2. Nivel Comunitario.
3. Nivel Familiar.
4. Nivel Laboral.

Soluciones a las Adicciones
Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas

ACTIVIDADES

- Informativas, Divulgativas y de Sensibilización.
- Alternativas al Ocio y Tiempo libre.
- Formativas y Educativas.
- Reducción de Riesgos y Daños.
- Actividades para la Promoción de la Salud.

Más información:
Servicios Sociales Comunitarios
TELÉFONO: 956-13-51-07
HORARIO: Lunes A Viernes de 9 a 14 horas.

Ayuntamiento
Alcalá del Valle

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN COMUNITARIA

Ciudades ante las Drogas

Pretendemos intervenir desde todos los ámbitos, de forma conjunta y en colaboración con los recursos y/o instituciones que conforman nuestro Municipio (centros educativos, asociaciones padres, centro de salud, etc.).
Con la finalidad de atajar esta problemática
Llevando a cabo las actuaciones que sean necesarias para ello.

INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN

¿Es conveniente hablar con nuestros hijos sobre las drogas?

La información es una estrategia fundamental en la prevención del consumo de drogas. Es importante hablar con los hijos. El diálogo y la comunicación son elementos básicos de una buena actuación preventiva en la familia y el campo de las drogas no va a ser distinto. Si en el entorno familiar se acostumbra a hablar y a dialogar, si la comunicación forma parte del estilo de vida familiar, no será difícil incorporar en él el tema de las drogas. Sin embargo, si por el contrario, el diálogo no tiene un peso importante en la vida familiar, los intentos por parte de los padres de abordar el tema de las drogas tendrán peor acogida, convirtiéndose, en ocasiones, en meros interrogatorios. Es necesario para poder hablar sobre drogas, crear previamente un clima familiar que facilite la comunicación y el diálogo y que invite a consultar dudas y exponer experiencias sobre éste y otros temas.

¿En qué momento hablar sobre drogas?

No sólo hay que hablar ante la demanda explícita por parte de los hijos/as, hay momentos (programa de TV, situación de consumo en la calle) que pueden propiciar nuestra intervención. Pero es muy importante responder siempre ante estas demandas. Los padres deben convertirse en un referente de primer orden en la obtención de información sobre drogas para contrarrestar otras fuentes de información en ocasiones no adecuadas. Para ello deben mostrar su total disponibilidad para atender cualquier pregunta o cuestión y no rechazarlas incluso en situaciones comprometidas. Pero tampoco es necesario lanzar mensajes de forma continuada e indiscriminada con el propósito de que tengan mayor efectividad. Los mensajes repetitivos, utilizados de esta forma, terminarán por no captar la atención de los destinatarios, perdiendo así su eficacia. El momento elegido para hablar con los hijos sobre drogas, así como sobre otros temas, es una variable importante que no se debe descuidar. Hay que buscar momentos idóneos, en los que se establezca un lugar adecuado (sin ruidos ni interrupciones), un clima en el que no haya tensiones y donde se piense que el destinatario va a estar receptivo. Los momentos en los que se dan situaciones de consumo de drogas (por ejemplo cuando el hijo llega a casa bajo los efectos del consumo de alcohol u otra sustancia) no es un momento adecuado ya que su capacidad de análisis y valoración está alterada. Es más oportuno esperar a otro momento para comentar esta situación.

Y TÚ ¿QUÉ?, MALOS HUMOS… LOS JUSTOS !

En YTUQUÉ tenemos un lema *¡malos humos los justos!*…(Nos mola el buen rollito y hacer el humor todos los días) y nos gustaría terminar el año con buenos humos…y hablando de esto ayer va un tipo y nos suelta en plan chiste ¡Ey que yo de malos humos nada, QUE YO VAPEO! Y claro, la respuesta ha dado para un post.

Justo estos días atrás una de las mayores influencers en España ha celebrado su cumple por todo lo alto (invitando a mas de 100 influencers refamosiiisim@s) en una fiesta que ha sido uno de eventos recientes que más atención ha despertado en Instagram con cientos de fotos y vídeos a los que no remitimos porque la mayoría de los stories eran selfies vapeando y vapeando y publicitando una marca de cigarrillos electrónicos… como si fuera una cosa guay.

Y NO LO ES.

Estos días también es noticia que EEUU se está planteando su prohibición después de varias muertes relacionadas.

Y sí, todo empezó muy bonito. La historia de Adam Bowen y James Monsees es de esas historias de éxito que gusta contar. No empezó en un garaje pero casi: dos amigos fumando un pitillo mientras daban vueltas a su proyecto de fin de carrera, hasta que al dar la última calada dieron con la idea feliz: ¿Y si diseñaban un cigarro más sano y, quién sabe, uno que hasta les permitiera dejar de fumar? Así nació Juul, la empresa líder de los cigarrillos electrónicos, del vapeo. Pero a veces los sueños se truncan y se convierten en una pesadilla…sobre todo para las más de 1.000 personas con casos de

lesiones pulmonares que han sido relacionadas con los cigarrillos electrónicos…en fin.

Peeeero a pesar de los estudios y datos cada vez más claros sobre lo perjudiciales que puede ser vapear para la salud, cada vez más jóvenes los utilizan, principalmente como alternativa para dejar de fumar… Y mira que quienes saben de esto (el Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo, CNPT) dice muy clariro que no es una solución sino más bien un problema: *"No es una puerta de salida como nos quieren hacer creer, sino más bien una de entrada a la nicotina"*.

¿Y entonces? Pues que su publicidad va dirigida a jóvenes y adolescentes y en redes sociales aparece como un producto guay con sabores y olores estupendos… y claro, se cae. Y en España ya tenemos más de medio millón de personas que vapean.

Según el Ministerio de Sanidad "**uno de cada dos menores" de entre 14 y 18 años ha probado los cigarrillos electrónicos en alguna ocasión**. Y por eso han creado una campaña muy directa bajo el lema **"que no te engañen: el tabaco mata y te mata en todas sus formas"**…. porque lo de vapear es muy chungo también.

Vaya, que se habla incluso de *Vapeo letal: la misteriosa epidemia causada por los cigarrillos electrónicos.*

Ni son más sanos ni ayudan a dejar de fumar. Las sociedades médicas cargan al unísono contra los sistemas de vapeo tras conocerse su relación con una nueva enfermedad grave.

Por ejemplo, cuando se conoció la relación entre tabaco y cáncer de pulmón, aparecieron los cigarrillos con filtro, que podían reducir el riesgo de cáncer de pulmón a la mitad; el resultado fue que la falsa seguridad hizo que más personas fumaran y el número de cánceres de pulmón se disparara.

Pues aquí igual, la industria del tabaco había visto cómo su mercado moría prematuramente ¡y tenían que reconvertirse e inventar algo para poder enganchar sobre todo a la juventud! Y ale, a vender cigarritos con sabor a mango y lima.

Pero la juventud es mas lista que eso ¿no crees? Y no va a caer…

Ale, que el año nuevo agregue nuevos aires de inteligencia y frescura a tu vida. ¡Feliz Año Nuevo 2020 y que el vapor sea de duchas calientes y calditos ricos, mmmmm!

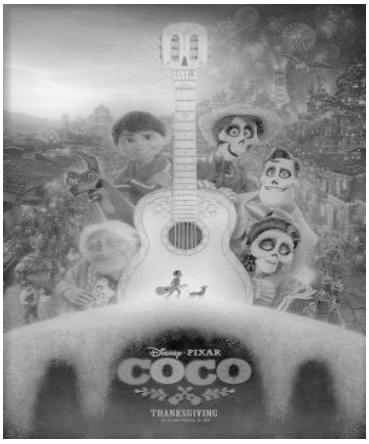
¿Y TÚ QUÉ… tienes malos humos?

CINE Y EDUCACION EN VALORES

El cine tiene una gran capacidad para transmitir valores, actitudes y modelos de vida porque en el cine se reinterpreta la realidad circundante e incluso, se reinventa. Además, el carácter de divertimento que tiene, facilita la posibilidad de que los individuos puedan sentirse identificados, llegando a adoptar algunos de los valores o comportamientos que en las películas se transmiten. Esta facultad hace que el cine pueda jugar un papel fundamental en los procesos de socialización de las personas.

Es por ello, que recomendamos los siguientes títulos para pasar un rato agradable en familia.

De 6 a 8 años

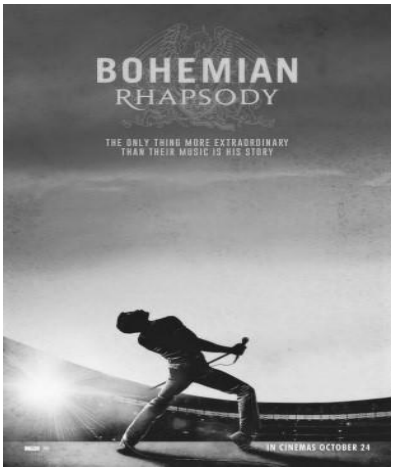


De 8 a 10 años

De 10 a 12 años

De 12 a 14 años

De 14 a 16 años



De 16 a 18 años