



# PODÉS

Ayudar a tus hijos a evitar  
los riesgos del consumo  
de drogas.

Si necesitás  
ORIENTACION  
sobre el tema  
acercate al CPA  
de tu barrio  
o llamá al

**0800 222 5462**  
orientación en adicciones

[www.sada.gba.gov.ar](http://www.sada.gba.gov.ar)



Es importante **ESTAR CERCA** y ser capaces de:

🕒 **ESCUCHAR** lo que ellos tienen para decirnos acerca de sus experiencias, anhelos, miedos, sueños...

🕒 **RESPETAR** su autonomía personal y reconocer que pueden tener intereses, perspectivas e ideas propias, tan valiosas como las nuestras.

🕒 **VALORAR** sus logros, transmitiéndole seguridad y fortaleciendo su autoestima.

🕒 **TRANSMITIR** valores y principios a través de la palabra y, sobre todo, del ejemplo.

🕒 **ESTIMULAR** sus iniciativas y la realización de actividades artísticas, recreativas y deportivas.

🕒 **COMPRENDER** que la adolescencia es una etapa de inestabilidad y experimentación que requiere acompañamiento y contención.

🕒 **INTERCAMBIAR** experiencias, criterios, dudas con otros (padres, maestros...) que puedan enriquecer la propia mirada.