

NE ALKOHOLO

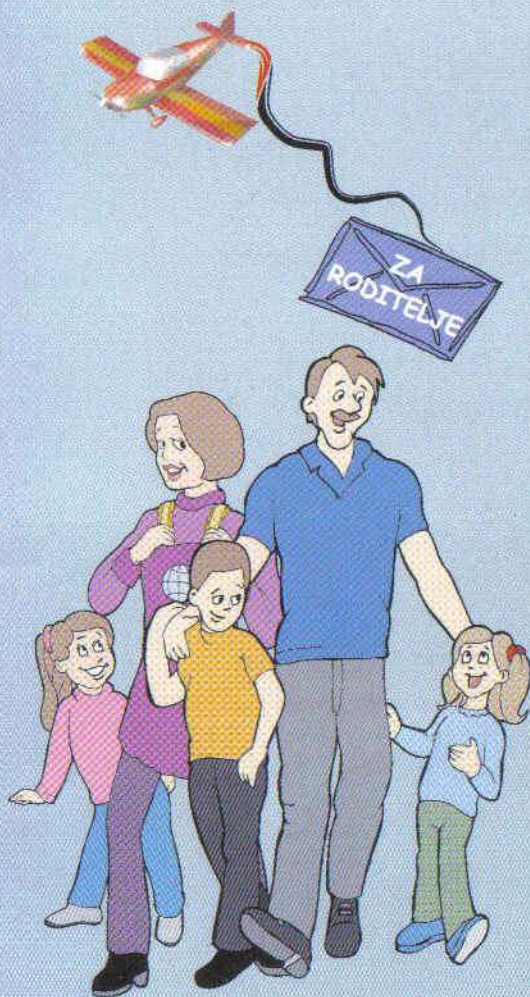
ŠTO JE ALKOHOLO
I KAKO DJELUJE?

RAZVOJ OVISNOSTI

MOJE DJETE PIJE?

SAVJET
RODITELJIMA

GDJE POTRAŽITI
POMOĆ?



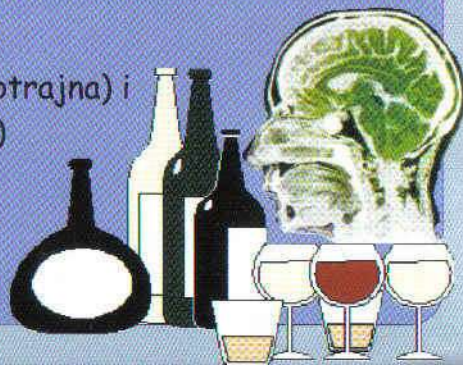
ŠTO JE ALKOHOL I KAKO DJELUJE?

Alkohol je opasno opojno sredstvo koje zaslužuje da se prema njemu odnosimo s dužinom strahom, jer može izazvati ovisnost i čini čovjeka robom vlastite nemoći.

Alkoholičar je osoba koja je ovisna o alkoholu (ne može bez njega).

Kod nje je dugotrajno i prekomjerno pijenje alkoholnih pića dovelo do tjelesnih, živčanih, duševnih, obiteljskih, radnih i društvenih poremećaja.

Alkoholizam je kronična (dugotrajna) i recidivirajuća (može se ponoviti) bolest, koja se može liječiti.



MOJE DIJETE PIJE?



Jeste li se to pitali?

Ponašanje i znakovi koji upućuju da je dijete uzelo alkoholno piće mogu biti:

- miris alkohola u dahu i odjeći
- umor
- smetnje koordinacije pokreta
- vrtoglavica
- teturanje
- nejasan govor
- mučnina

Nemojte kazati : "Svi piju, pa može i moje dijete malo popiti" Uvijek je to početak koji može krenuti u ovisnost.



MOJE DIJETE PIJE?



Jeste li se to pitali?

Ponašanje i znakovi koji upućuju da je dijete uzelo alkoholno piće mogu biti:

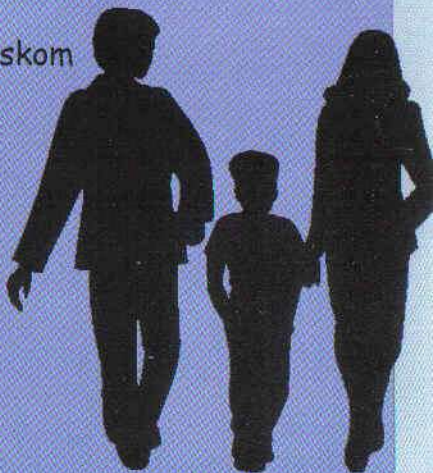
- miris alkohola u dahu i odjeći
- umor
- smetnje koordinacije pokreta
- vrtoglavica
- teturanje
- nejasan govor
- mučnina

Nemojte kazati : "Svi piju, pa može i moje dijete malo popiti" Uvijek je to početak koji može krenuti u ovisnost.



SAVJETI RODITELJIMA

- Razgovarajte s djetetom o štetnosti alkohola
- ne prelazite olako preko toga ako se dijete jednom opilo
- nemojte nikad piti u prisustvu djeteta
- dajte djetetu jasne poruke (vaše ponašanje mora biti u skladu te poruke)
- naučite slušati svoje dijete
- poučite ga kako se suočiti sa pritiskom od strane svojih vršnjaka
- pomozite mu da ima pozitivnu sliku o sebi (ne nazivajte ga pogrdnim imenima)
- pohvalite svoje dijete, zagrlite ga, kažite da ga volite



GDJE POTRAŽITI POMOĆ?

Ako imate bilo kakvih poteškoća vezanih uz pijenje alkoholnih pića, možda nedoumica, što je dobro a što nije, nazovite nas!

048 221 092

048 622 277



Tražite pomoć i pitajte. Odrastanje je samo jedan dio života gdje je roditeljska uloga jako velika!

Izdavač: Zavod za javno zdravstvo Koprivničko-križevačke županije
Centar za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti
Koprivnica, Florijanski trg 4

Tekst pripremila: sr. Milica Pakasin, v.m.s.

Priprema za tisak: Aleksandar Vrhovec

Naklada: 2.000 primjeraka Tiskano: 2006.

Pokrovitelj: Povjerenstvo za suzbijanje zlouporabe opojnih droga
Koprivničko-križevačke županije