

# EL TABACCO

# MEDICAMENTOS

EL ALCOHOL

LA MARIJUANA

- Preferimos que no se use ni un product de tabaco.
- Para la familia, la visita o las invitados, esta prohibido fumar dentro de la case o el coche.
- Limitaremos nuestra exposición al humo de segunda mano
- Nadie de nuestra familia le comprara o proveera tabacooa un menor de edad.
- Mantendremos todo tipo de tabacco bajo llave y en un lugar seguro.
- \_\_\_\_\_
- Esperamos que el consume de alcohol sea responsable y legal.
- Nadie de nuestra familia tomara en exceso o se emborrachara.
- No mezclaremos el alcohol con actividades de riesgo (p.ej. manejar, nadar, ciclismo.)
- En nuestro hogar no se le servira o se consumira alcohol Si no se tiene 21 anos.
- Tomaremos las medidas necesarias para procurar la seguridad y sobriedad de nuestros invitados. (p.ej. Dejaremos de server alcohol antes de que se emborrachen, pediremos ayuda a otros invitados y illamaremos al 9-1-1 si es necesario.) Proveeremos bebidas sin alcohol y comida. .
- Mantendremos todo tipo de alocohol bajo llave y en un lugar seguro
- Entendemos que los adultos del hogar son legalmente respncables por cualquier consumo de alcohol por menores en nuestra casa.
- \_\_\_\_\_

- Solamente usaremos medicamentos sin receta o prescritos según las indicaciones.
- Leeremos y seguiremos las instrucciones para el uso de todos los medicamentos.
- No compartiremos, no aceptaremos de otros o venderemos medicamentos.
- Dispondremos de medicamentos no utilizados u obsoletos de forma segura en una farmacia.
- Mantendremos medicamentos bajo llave y en un lugar seguro.
- Hablaremos con nuestro médico acerca de nuestros medicamentos para que entendamos riesgos potenciales.
- \_\_\_\_\_

MARQUE LOS ARTICULOS QUE TRABAJAN PARA SU FAMILIA.  
¡ESCRIBA EN CUALQUIER PERSONA QUE QUIERES AGREGAR!



Nuestra Política Familiar

- Nadie en nuestra familia usará marijuana o productos de marijuana.
- Esta prohibidoel uso de marijuana en nuestro hogar o en el coche para la visita o invitados.
- El uso de marijuana comom medicamento, por el individuo que tiene la recomendación y no compartir con la familia o amigos.
- Toda la marijuana se mantendrá en un lugar cerrado y seguro y se utilizará fuera de la vista de cualquier persona menor de 21 años.
- Nadie de nuestra familia comprara o proveera marijuana a un persona menor de 21 años.
- Esperamos el uso legal y responsable de todos los productos de marijuana.
- \_\_\_\_\_

- Entendemos que los Trastornos por uso de sustancias (Substance use disorder) son enfermedades que afectan a 1 de 4 familias en el condado de Santa Cruz.
- Si alguien de nuestra familia está abusando de sustancias, buscaremos ayuda profesional en familia.
- Si alguien de nuestra familia está abusando de sustancias, trabajaremos juntos para apoyarle y para poder apoyarnos unos a otros.
- Seremos honestos y amables al expresar cómo el abuso de sustancias nos afecta a cada uno.
- Haremos preguntas que nos conecten de nuevo como familia y que nos ayuden a entender qué está pasando con la persona luchando con este osbtáculo .
- \_\_\_\_\_

- Cuando salgamos, iremos y regresaremos a casa con amigos que conozcamos y en quien confiamos.
- Siempre tendremos un segundo plan en caso de que nuestros planes cambien o algo imprevisto suceda.
- Cuando vayamos a un bar o una fiesta, nos aseguraremos de no dejar nuestras bebidas al descuido. No aceptaremos bebidas de desconocidos.
- Si los planes cambian y alguien decide quedarse la noche en algún lugar, se llamará a los miembros de la familia.
- Antes de pasar la noche en dicho lugar, confirmaremos que un adulto estará presente a toda hora.
- Verificaremos cómo los hogares donde pasamos tiempo aseguran y monitorean el alcohol, cánnabis, drogas, u otras sustancias que puedan ser dañinas.
- \_\_\_\_\_
- No usaremos nuestra coche, camioneta, barco, motocicleta, o bicicleta mientras estemos bajo los efectos del alcohol o las drogas. Tampoco andaremos con alguien que esta bajo algun efecto similar.
- Si en algún momento estamos con un miembro de la familia que tome alcohol l uso drogas, planearemos una manera segura de llegar a casa (escoger a conductor designado, un taxi, un amigo/a o pariente sobrio).
- Si un miembro de la familia pide que se le lleve a casa porque está incapacitado por el alcohol o las drogas se le ayudara de buena manera y no se harán preguntas hasta que todos esten sobrios y listos para tener una discusión razonable.
- Cumpliremos con las Regulaciones de Licencia de Conductores Graduados del DMV
- \_\_\_\_\_

- Está prohibido el uso de cualquier droga ilegal .
- Está prohibido el tráfico de drogas ilegales por miembros de la familia o por invitados en nuestra hogar o en nuestro coches.
- desarrollaremos un plan seguro para reporter actividad sospechosa en nuestro hogar, nuestras escuelas o en nuestro barrios.
- Mantendremos todo drogas ilegales bajo llave y en un lugar seguro.
- \_\_\_\_\_

LEJOS DE CASA

TRASTORNOS DE USO SUSTANCIAS

VIAJAR SIN RIESGOS

DROGAS ILEGALES