

SOBRE MAHA

La Asociación de Salud Asiático del Medio-oeste (MAHA) es una organización sin fines de lucro 501 (c)(3), establecido en 2003 con el mandato de reducir la disparidades en el cuidado de la salud entre las poblaciones de bajos ingresos. Servimos a la gente del Medio-oeste con el desarrollo y provisión de servicios que son sensitivos a la cultura y lenguaje de nuestros estimados clientes.

El Programa de Prevención del Abuso de Sustancias

Nuestro programa de prevención del abuso de sustancias empezó con el fin de reducir y prevenir el abuso de sustancias entre los jóvenes asiáticos y latín@s (entre grados 6-12) a través de construir coaliciones fuertes entre varios sectores de la comunidad de McKinley Park en Chicago



Le Invitamos a Colaborar Con

**La Coalición de de Prevenir
Abuso de Sustancias y Alcohol
para Menores de Edad
(McK-UDOS Coalition)**

¡Contáctenos!

230 W. Cermak Rd, Piso 2
Chicago, IL 60616

Tel: 312.285.2326

Andrew Piotrowski

Gerente de Programas de Salud
andrewpiotrowski@maha-
us.org

Lina Xie

linaxie@maha-us.org

***Esto NO es una guerra
contra las sustancias,
sino una batalla para
proteger los cerebros
de nuestros jóvenes***



Programa de Prevención del Abuso de Sustancias



Midwest Asian Health Association
美亞健康協會 (MAHA)
A NON-PROFIT ORGANIZATION 非盈利機構

Developed in whole or in part under the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) Drug Free Communities Grant.



Prevention Works!



PARA LOS PADRES:

- **Sé Proactivo**—hable frecuentemente y abiertamente con sus hijos para construir una fundación de comunicación efectivo
- **Construye Carácter:** Es importante ayudar en la cultivación de una gran variedad de intereses en sus hijos. Apoye a las actividades extracurriculares para aumentar su autoestima.
- **Sé parte de la vida de su hijo:** Debe de pasar tiempo juntos a sus hijos, especialmente en etapas duras de la vida, para que sepan que usted los quiere y los cuida.
- **Mire las señales de alerta:** Cambios de comportamiento, objetos y olores raros puede indicar que hay uso de drogas.
- **Pón Reglas Claras y Cumplir con Ellas:** Debe proveer y monitorear reglas para sus hijos y hacerles responsables para cumplir con ellas. Así es como pueden aprender lo que está bien y lo que puede causar problemas .
- **Trabaje con su Comunidad:** Debe participar en las programas de prevención del abuso de sustancias que ya existen en su comunidad, y demuestre y compromiso y esfuerzo para asegurar un ambiente sin drogas para sus hijos.

MITOS ACERCA DEL ALCOHOL

Mito: ¡Tomar alcohol es genial!

Dato: No hay nada genial en tropezar por todas partes, desmayando o vomitando. Tomar alcohol también causa mal aliento y aumento de peso.

Mito: Todos mis amigos toman alcohol, yo debo hacerlo para ser parte del grupo

Dato: Si en realidad quieres ser parte del grupo, mantenga su sobriedad. Según estudios recientes, más de 73% de jóvenes de 12-20 años no han tomado en el último mes.



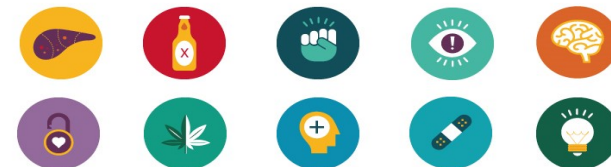
MITOS ACERCA DE LA MARIGUANA

Mito: La Mariгуana no causa ningún daño

Dato: Uso de mariгуana puede causar problemas significantes en áreas del salud, seguridad, y aprendizaje.

Mito: La mariгуana no se hace adicto.

Fact: La mariгуana SI se hace adicto y puede causar problemas al retiro de uso. Las síntomas de retiro incluyen cambios rápidos del humor y problemas con el sueño al dormir



¿Como puede apoyar?

- **ASISTE** a las reuniones y eventos de la coalición McK-UDOS
- **PASE LA INFO** a colegas, amistades, y vecinos para incluirlos en la coalición McK-UDOS.
- **HABLE** acerca de los riesgos del alcohol y uso de drogas con los jóvenes en casa y en la comunidad.
- **PRESTE SU VOLUNTAD** en el programa y en los eventos comunitarios

¡La Coalición McK-UDOS será exitoso cuando usted se involucra!

