

መድኃኒቶች እና አልኮል ደህንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ ቤት ውስጥ ያስቀምጡ

እንደ ማርዋና፣ አልኮል፣ መድኃኒቶች፣ ሲጋራዎች፣ እና የቪፒንግ ምርቶች ያሉ ዕጾችን ወጣቶች ቤት ውስጥ እንዳይደርሱ ለመከላከል እነዚህን እርምጃዎች ይወሰዱ።



1 ዕጾችን ደህንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ ያስቀምጡ

እንደ የጽዳት አቅርቦቶች እና አደገኛ መሣሪያ ዓይነቶችን ደህንነቱ በተጠበቀ ቦታ ከህጻናት አርቀው እያስቀመጡ ነው። ዕጾችንም በተመሳሳይ መንገድ ይያዟቸው። ማርዋና፣ አልኮል፣ መድኃኒቶች፣ ሲጋራዎች፣ እና የቪፒንግ ምርቶችን በካቢኔት፣ ሳጥን፣ ወይም ድረር ውስጥ ይቆልፉ።

2 ይከታተሉ እና ይጣሉ

ያለዎትን የዕጾች ዓይነቶች እና መጠኖች ይወቁ። የማይፈለጉ ወይም ቀን ያለፈባቸውን መድኃኒቶች ይጣሉ። በአቅራቢያዎ ያለውን የመጣያ ሳጥን ይፈልጉ። takebackyourmeds.org



3 ወጣቶችን ያናግሩ

ወጣቶች ጤናማ ውሳኔ እንድንደረጉ ይርዱ። ስለ ዕጾች መጠቀም እና የሚጠበቁባቸውን በግልጽ ይናገሩ። ስለነዚህ አጠቃቀምና ጥቆማ ለማግኘት ከዚህ ድህረ ገጽ ያለውን ዉይይት ይመልከቱ። starttalkingnow.org

Substance Safety at home



1. ዕጾችን ደህንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ ያስቀምጡ

25% የሲያትል የ10ኛ ክፍል ተማሪዎች አልኮል ያለፈቃድ ከቤት ወስደው እንደሚጠጡ ሪፖርት ላይ ያሳያል

- Healthy Youth Survey, 2018



2. ይከታተሉ እና ይጣሉ

በሃኪም የሚታዘዙ አነቃቂዎች (Ritalin, Adderall) በሲያትል 10ኛ እና 12ኛ ክፍሎች በጣም የበለጠ አለአግባብ ጥቅም ላይ የሚውሉ መድኃኒቶች ናቸው።

- Healthy Youth Survey, 2018



3. ወጣቶችን ያናግሩ

ስለ አልኮል እና ስለሌሎች መድኃኒቶች ችግር በቤት ውስጥ የተማሩ ልጆች የመጠቀም ዕድላቸው ያነሰ ነው።

- Healthy Youth Survey, 2018

ጥያቄዎች? ይጠይቁ! የሲያትል እና ኪንግ ካውንቲ ህብረተሰብ ጤና፡

206-263-8955 በሲያትል የህዝብ ትምህርት ቤቶች የቀረበ እና በዋሽንግተን

ስቴት ጤና ቢሮ በ Dedicated Marijuana Account እና ኪንግ ካውንቲ

ለህጻናት ቀረጥ ምርጥ ጅማሮዎች (King County Best Starts for Kids Levy)