

መድኃኒቶች እና አልኮል ደህንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ ቤት ውስጥ ያስቀምጡ



1 ዕጾችን ደህንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ ያስቀምጡ

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

2 ይከታተሉ እና ይጣሉ

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



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



3 ወጣቶችን ያናግሩ

ወጣቶች ጤናማ ዉሳኔ እንድያረጉ ይረዱ። ስለ ዕጾች መጠቀም እና የሚጠበቅባቸውን በግልጽ ይናገሩ። ስለነዚህ አጠቃቀምና ጥቆማ ለማግኘት ከዚህ ድረ ገጽ ያለውን ዉይይት ይመልከቱ። starttalkingnow.org, talkevenif.com

Substance Safety at home



1. ዕጾችን ደህንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ ያስቀምጡ

የካናዳ መጋለጦች ለዋሽንግተን መርዝ ማዕከል ከ2014 ጀምሮ ሪፖርት እንዲያሳዩው እድሜያቸው ከ6-12 ዓመት ላሉ ልጆች ከሶስት እጥፍ በላይ ሆኗል።
- Washington Poison Center, 2020



2. ይከታተሉ እና ይጣሉ

የአንደኛ ደረጃ ትምህርት እድሜ ከሚገኙ ልጆች እራሳቸውን ለመጉዳት ወይም ራስን ለማጥፋት በብዛት ከሚጠቀሙባቸው ንጥረ ነገሮች ፀረ-ጭንቀት መድኃኒት(antidepressants)እና አሲታሚኖፊን(acetaminophen) ናቸው።
- Washington Poison Center, 2022



3. ወጣቶችን ያናግሩ

በቤት ውስጥ ስለ የአልኮል እና የሌሎች እጾች አደጋዎች የተማሩ ልጆች እነሱን የመጠቀም እድላቸው አነስተኛ ነው።57% ብቻ የሚሆኑ የሲያትል 10ኛ ክፍል ተማሪዎች ባለፈው ዓመት ማሪዋናን ላለመጠቀም ከወላጆቻቸው ጋር መነጋገራቸውን ሪፖርት አድርገዋል።
-Healthy Youth Survey, 2021

ጥያቄዎች? ይጠይቁ! የሲያትል እና ኪንግ ካውንቲ ትምህርት ህብረተሰብ ጤና፡
206-263-8955 በሲያትል የህዝብ ትምህርት ቤቶች የቀረበ እና በዋሽንግተን ስቴት ጤና ቢሮ በ Dedicated Marijuana Account እና ኪንግ ካውንቲ ለህጻናት ቀረጥ ምርጫ ጅምሮዎች (King County Best Starts for Kids Levy)