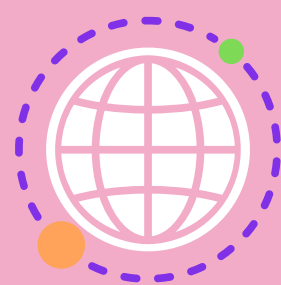


**15 de maig**

## **Dia internacional de les Famílies**

**L'ONU promou la celebració d'aquest dia per fomentar les bones pràctiques per a totes les formes de família**



### **La importància de la família en la prevenció del consum de drogues i l'ús problemàtic de pantalles en menors i joves.**

La família és el principal àmbit de socialització i d'aprenentatge pels fills i filles. En aquest context, creen els seus primers vincles emocionals i assimilen les pautes bàsiques de conducta que els hi facilitarà l'adaptació i integració a la societat.

Si creus que el teu **fill o filla** té problemes amb l'**ús de pantalles** o amb el **consum de drogues**, consulta a un professional expert

El meu fill o filla està enganxat a les pantalles?



#### **Senyals d'alerta** !

- Ha augmentat el temps que dedica a l'ús de les pantalles o els videojocs?
- Mostra menys interès pels estudis o els hi dedica menys temps
- Pensa sovint en el joc o en les xarxes socials quan no està connectat?
- Es mostra irritable, agressiu/a o té canvis d'humor quan intenteu limitar l'ús de les pantalles?
- Nega, menteix, oculta o justifica l'ús excessiu de pantalles?
- Es refugia en les pantalles davant les dificultats o problemes?

#### **Senyals d'alerta** !

- Ulls vermells
- Canvis alimenticis: augment de gana o inapetència
- Mandra, apatía o somnolència constant
- Pupils excessivament dilatades?
- Hiperactivitat injustificada
- No participar en les activitats habituals
- Canvi de grups d'amics
- Aïllament familiar o del grup d'amics habitual
- Disminució del rendiment acadèmic i augment de l'absentisme escolar

El teu fill o filla té problemes amb les drogues?



[www.diba.cat/spott](http://www.diba.cat/spott)



**Diputació  
Barcelona**