

# SMART SUMMER

---

*Saber Imponer Límites.  
Seguir de Cerca las Actividades.  
Mantenerse en Contacto con los Niños*

**¿Sabed con quién están tus niños en este exacto momento?  
¿Estás seguro de la respuesta?**

**Do you know who your kids are with? Are you sure?**

---

## **La importancia de seguir de cerca a su hijo/a**

Una manera efectiva de ayudar a sus hijos a mantenerse libres de drogas es seguirlos de cerca y saber lo que pasa. Puede que los niños quédense de que sus padres “no confíen en ellos” o que no están siendo razonables pero, ellos se sienten más seguros y tranquilos sabiendo que sus padres los quieren lo suficiente para interesarse en lo que pasa en sus vidas.

Supervisar y monitorear a los niños implica concederles independencia, pero siempre teniendo conocimiento del siguiente:

- Donde se encuentran ellos
- Con quién están pasando su tiempo
- Que están haciendo

## **Sugerencias a los padres para seguir de cerca a sus niños/jóvenes:**

- Requerir de ellos llamadas telefónicas a menudo
- Hacer visitas sin previo aviso a los niños/jóvenes para asegurarse de que se encuentran bien
- Averiguar detalles de sus “salidas”, antes y después
- Hablar a menudo con los amigos de sus niños y con los padres de sus amigos
- Estar al corriente de su estado de ánimo y comportamiento
- Preparar a sus hijos para reaccionar en situaciones de emergencia y peligro

### **Hable con ellos sobre . . .**

Tenga conversas a menudo con su hijo/a sobre lo que usted espera de el/ella. Asegúrese de comunicarle claramente cual es el comportamiento que usted espera de el/ella cuando se trata de beber alcohol y usar drogas.

### **Sitios en la Web de ayuda a los padres:**

- <http://www.hablacontushijos.org/>
- <http://www.nida.nih.gov/LatinoBrochure/Index.html>
- <http://www.nida.nih.gov/Prevention/Spanish/index.html>
- <http://www.nida.nih.gov/nidaespanol.html>
- <http://www.laantidroga.com/consejos/>

**¡Participe en este esfuerzo!**

<http://kzootaskforce.com/>

*La campaña Smart Summer es posible gracias al apoyo de:*

## SMART SUMMER

---

*Saber Imponer Límites.  
Seguir de Cerca las Actividades.  
Mantenerse en Contacto con los Niños*

**¿Sabed con quién están tus niños en este exacto momento?**

**¿Estás seguro de la respuesta?**

Do you know who your kids are with? Are you sure?

---

*La campaña Smart Summer es posible gracias al apoyo de:*