

¿Sabías qué?

A los niños y niñas, tomar bebidas alcohólicas nos hace daño.



Como en el embarazo, que le puede hacer daño al bebé y a la mujer.



También para los adultos es riesgoso. Por ejemplo, al tomar bebidas alcohólicas y manejar se puede tener un accidente.



Si algún integrante de la familia o amigos toma y se pone violento/a, te deja solo/a o cualquier situación que te haga sentir mal, pedí ayuda a alguien de tu confianza.



Y LO MÁS IMPORTANTE...

¡Siempre se puede disfrutar sin consumir alcohol!

Realizá actividades físicas, conocé nuevas personas, aprendé nuevas cosas y siempre...

¡VAMOS A CUIDARNOS!



Si vos o un amigo tienen una emergencia o consultas por drogas, llamá al:

105 U OTRA EMERGENCIA MÓVIL

 ***1020** GRATIS DESDE TU CELULAR LAS 24 HORAS
información, contención, apoyo, asesoramiento

Más información en: www.infodrogas.gub.uy



ante el problema de las drogas
un compromiso con la salud, la convivencia y el desarrollo

Consumir bebidas alcohólicas tiene riesgos
CONOCERLOS NOS AYUDA
A TOMAR MEJORES DECISIONES



☆ CUIDATE y ☆
☆ CUIDAME ☆

 Junta Nacional de Drogas
Presidencia de la República
U R U G U A Y

 PRESIDENCIA
REPÚBLICA ORIENTAL DEL URUGUAY

 ADMINISTRACIÓN NACIONAL DE EDUCACIÓN PÚBLICA

 MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA



CUIDATE y CUIDAME



Para pensar en grupo:

1 ¿Qué quiere decir "ser uno mismo"?
Para vos, ¿cómo se logra?

2 ¿Por qué Nico no quiere que el padre tome alcohol en la comida?

3 ¿Cuáles son los riesgos de tomar bebidas alcohólicas?