

## Alcool e droga

I giovani sono curiosi e vogliono sperimentare. Per preservare la salute di Vostro figlio/di Vostra figlia è importante che sappia come comportarsi di fronte a generi voluttuari e sostanze stupefacenti. Durante lo sviluppo giovanile il consumo di suddette sostanze è nocivo. E' quindi di fondamentale importanza che i genitori esercitino la loro influenza sul comportamento dei loro figli al riguardo.

- InformateVi e informate anche Vostro figlio/Vostra figlia sugli effetti e sui pericoli derivanti dal consumo delle sostanze stupefacenti.
- E' importante essere informati anche su quel che è stato stabilito dalla legge in merito.
- Prendete accordi con Vostro figlio/Vostra figlia per ciò che riguarda il consumo di alcolici e di sostanze stupefacenti.
- Consigliate a Vostro figlio/Vostra figlia di non salire mai su automezzi il cui conducente abbia bevuto o sia addirittura in stato di ebbrezza.

La legge. Visione generale	16 anni	18 anni
Possedere, consumare e spacciare sostanze illegali: la canapa, l'Ecstasy e la cocaina è assolutamente vietato		
La vendita e la distribuzione di sigarette sono permesse a partire dai sedici anni		
La vendita, la distribuzione e il consumo di birra e vino sono permessi a partire dai sedici anni		
La vendita, la distribuzione e il consumo di superalcolici come acquavite, distillati alcopops e liquori sono permessi a partire dai diciotto anni		

(ulteriori informazioni in merito si possono trovare su Internet: [www.sfa-isp.ch](http://www.sfa-isp.ch))

## Consigli generali

- Cercate sempre di mantenere un buon rapporto con Vostro figlio/Vostra figlia anche nelle situazioni difficili.
- Osservate il loro rapporto con i mezzi di comunicazione (TV) ed elettronici (Internet e telefono cellulare).
- Se il comportamento di Vostro figlio/di Vostra figlia Vi dovesse sembrare cambiato, affrontate un discorso diretto con lui/con lei.
- Non evitate colloqui a cuore aperto, solo in questo modo sarà possibile instaurare fra di Voi un rapporto di fiducia e favorire la comprensione reciproca.
- In caso di necessità non esitate a cercare aiuto. RivolgeteVi ad una persona esperta. (A questo proposito alleghiamo il foglio degli indirizzi dei servizi di consulenza.)

E soprattutto:

**Mostrate sempre interesse per la vita quotidiana di Vostro figlio/di Vostra figlia!**

Editore: Gruppo di lavoro Gioventù dei Comuni glow.

Glow è uno spazio ambientale ed economico indipendente e innovativo composto da circa 100'000 abitanti che coinvolge i Comuni di: **Bassersdorf, Dietlikon, Dübendorf, Kloten, Opfikon, Rümlang, Wallisellen e Wangen-Brüttisellen.**

A rappresentare il proprio Comune nel gruppo è presente per ognuno degli otto Comuni sia una persona del campo politico, sia un consulente in argomenti che riguardano la gioventù. Il gruppo di lavoro si occupa a livello intercomunale di diversi argomenti giovanili e con progetti specifici.

Il presente opuscolo è disponibile nelle seguenti lingue: albanese, tedesco, inglese, francese, italiano, portoghese, spagnolo e in lingua serbocroata, tamil e turca.

(l'opuscolo, come pure indirizzi utili li troverete anche su Internet: [www.glow.ch](http://www.glow.ch))



# Vademecum per i genitori



## Cari genitori

Gli adolescenti che si trovano nella fase di distacco dai genitori sono alla ricerca della propria identità. Assecondateli in questa ricerca concedendo loro degli spazi personali, pur offrendo loro il Vostro appoggio e la Vostra sicurezza. Confrontatevi attivamente con i Vostri ragazzi, prendete accordi con loro, ma siate anche disponibili di tanto in tanto a rivedere questi patteggiamenti. Erlargite ai Vostri figli fiducia, ma ponete dei limiti ben distinti.

Questo VADEMECUM desidera sostenerVi nel Vostro lavoro quotidiano di educatori e vorrebbe offrirVi una base per i colloqui con i Vostri figli.

## La Paghetta

I bambini e i ragazzi imparano a maneggiare il denaro, se possono avvalersi regolarmente di una piccola entrata. Dunque sarebbe sensato mettere a loro disposizione una paghetta da poter autogestire.

Noi Vi proponiamo secondo il Consulente Svizzero per i budgets di distribuire regolarmente la paghetta all'inizio o alla fine del mese, a partire dalla quinta elementare, come segue:

Quinto e sesto anno scolastico	dai 25 ai 30 franchi svizzeri al mese
Settimo e ottavo anno scolastico	dai 30 ai 40 franchi svizzeri al mese
Nono e decimo anno scolastico	dai 40 ai 50 franchi svizzeri al mese
A partire dall'undicesimo anno scolastico	dai 50 agli 80 franchi svizzeri al mese

(Ulteriori informazioni in merito le troverete su Internet: [www.asb-budget.ch](http://www.asb-budget.ch))

## Uscite

Conviene appurare in precedenza con gli adolescenti le seguenti domande:

- Dove vai?
- Come ci arrivi?
- Come ritorni?
- Con chi ti trovi?
- Quando rientri a casa?
- Come sei raggiungibile? Porti il cellulare? La batteria è carica?

Insistete sul carattere impegnativo dei Vostri accordi e obbligate Vostro figlio/ Vostra figlia ad informarVi immediatamente qualora l'orario pattuito non potesse venir rispettato. Siate da parte Vostra, raggiungibili. I prossimi consigli sugli orari di uscita possono servirVi da punti d'orientamento:

	nei giorni feriali/al di fuori dalle vacanze	nei fine settimana/ durante le vacanze
Dai dodici ai quattordici anni	fino alle ore 20.00	fino alle ore 22.00
fino ai sedici anni	fino alle ore 22.00	fino alle ore 24.00

## Parties e eventi

Anche in questo caso conviene porre alcune domande:

- Chi organizza la festa?
- Dove si terrà l'evento?
- Fino a che ora durerà il party?
- Chi sarà l'adulto responsabile della festa?
- In che modo e a che ora rientrerai a casa?

Se non sarete convinti delle risposte che Vi verranno date, Vi consigliamo di non permettere l'uscita.

## Cellulare

Il cellulare può essere assai utile e infondere sicurezza in caso di emergenza. Oltretutto è anche una buona possibilità di contatto con i compagni, ma pure tra l'adolescente e il genitore. Alcuni accorgimenti utili:

- La tessera telefonica prepagata al posto di un contratto – per un maggior controllo dei costi.
- Ricaricate la tessera telefonica sempre nello stesso periodo (per esempio all'inizio del mese).
- Se intendete partecipare ai costi telefonici, Vi consigliamo di pretendere da parte di Vostro figlio/ Vostra figlia una prestazione da accordarsi.

(Ulteriori informazioni potete trovarle su Internet: [www.zischtig.ch](http://www.zischtig.ch))

## TV, Playstation, Computer

- Non permettete che i ragazzi consumino giochi, siti internet oppure film a sfondo pornografico, o che esaltino la violenza.
- Fate attenzione alle indicazioni circa l'età consigliata per i DVD e i giochi al Computer.
- Accordatevi sugli orari massimi concessi al giorno/ alla settimana.
- Fate in modo di poter controllare in qualsiasi momento il consumo dei mezzi di comunicazione elettronici di Vostro figlio/ Vostra figlia.
- Date disposizioni ben definite per ciò che riguarda i contenuti e le Web-Sites visitate.
- Fate installare il filtro per Internet.
- In generale non si dovrebbero trasmettere ad altri dati personali o caricare dati e fotografie su Internet. Avvisate Vostro figlio/ Vostro figlia dei pericoli che corre.

(Ulteriori informazioni in merito le troverete su Internet: [www.zischtig.ch](http://www.zischtig.ch))