



## CMAPA

Avda. Pablo Ruiz Picasso, 59. 50018 Zaragoza

CMAPA es un centro municipal y gratuito.

En el CMAPA, se trabaja en atención y prevención de todas las adicciones

**Horario del centro:**  
8.00 a 21.00h  
de lunes a jueves  
8.00 a 15.00  
los viernes

**+ Información:**  
Tel. 976 72 49 16  
Fax 976 72 49 17

e-mail: [prevencionadicciones@zaragoza.es](mailto:prevencionadicciones@zaragoza.es)  
[atencionadicciones@zaragoza.es](mailto:atencionadicciones@zaragoza.es)  
[www.zaragoza.es/cmapa](http://www.zaragoza.es/cmapa)



 Zaragoza

## Taller formativo para padres y madres de jóvenes o adolescentes

Centro municipal de atención y prevención de las adicciones

te podemos ayudar  
programa BITÁCORA



## Programa BITÁCORA

### ¿Qué es?

Un taller formativo en el que se trabajan diferentes contenidos de cara a la mejora de la información y el desarrollo de competencias educativas. Con participación activa de los padres

### ¿A quién va dirigido?

A los padres y madres cuyos hijos consumen alguna sustancia de forma ocasional o habitual y que están preocupados por estos comportamientos de riesgo, derivándose de ello algunas consecuencias que influyen en la dinámica familiar.

### ¿Por qué?

El taller responde a las demandas que plantean las familias movidas por un interés centrado en el consumo de sustancias de sus hijos y de su papel como padres.

### ¿Para qué sirve?

Para que la familia tome conciencia de que tiene una amplia capacidad de influencia sobre los hijos, aunque en la adolescencia se va perdiendo esa influencia por el grupo de iguales, es importante el papel que ejercen los padres.

### ¿Cómo, cuándo y dónde?

A través de un grupo psicoeducativo en el que participan los padres y dos profesionales del CMAPA (Centro municipal de atención y prevención de las adicciones).

Una sesión semanal, de 1 hora y media de duración, durante 6 semanas en el CMAPA

### → Contenidos

- 1 *Lo que ocurre a nuestro alrededor. Lo que sentimos*
- 2 *Las drogas: ¿Qué son, tipos, etc?*
- 3 *La familia y la comunicación. Estilos de relaciones familiares*
- 4 *La familia y el afecto. Autoestima, sentimientos*
- 5 *La familia y la organización. Normas y límites. Autocontrol de la ira*
- 6 *La familia y el entorno. Tiempo libre, red social, recursos*