



¿CÓMO TOMAR MEDIDAS DE PREVENCIÓN CONTRA LAS ADICCIONES?

En ARL Bolívar lo acompañamos en cada momento de su vida, por eso, con el fin de cuidar a los que más ama, aquí le dejamos algunas consejos que puede aplicar en su hogar, con su familia.

- Integre a la familia en un ambiente de comunicación, respeto y confianza.
- Establezca lazos de afecto y convivencia positiva con familiares, grupos de amigos y vecinos.
- Reconozca a los demás y así mismo los logros, habilidades y capacidades personales.
- Cree el hábito del estudio, lectura y participación en actividades fuera del trabajo.
- Invierta de manera apropiada los recursos disponibles, tratando de maximizarlos y buscando la opción de generar otros sin dejarlos al azar.
- Apoye con el ejemplo, promoviendo entre su familia la sana convivencia, haciendo saber los daños que conllevan los excesos.
- Conozca a los amigos de su familia, para saber quiénes son y los gustos que tienen.
- Fomente en su familia los valores positivos hacia la vida, es importante tener el respeto por la vida.
- Motívese y motive a su familia a tener amistades positivas, es bueno para forjar el carácter y decidir qué tipo de personas quieren ser de acuerdo al entorno.



ARL

SEGUROS BOLÍVAR



Compañía de Seguros Bolívar S.A.

- Escuche siempre a quien le habla y esté abierto a darle consejos y no solo juzgar por sus actos.
- Fortalezca la autoestima, es fundamental para valorar la vida y así evitar comentarios hirientes que los hagan pensar que no lo valen.
- El tema de las adicciones no debe ser un tabú, se debe conocer sobre las consecuencias que estos pueden tener.
- Es importante aprender a decir NO ante la presión de amigos o conocidos que los inciten a temas de adicciones.
- Fomente actividades saludables para divertirse, no es necesario el consumo de alcohol, drogas u otra dependencia.
- Si sospecha de alguna dependencia o está enfrentado a esta es importante acudir a un centro especialista para solicitar apoyo y orientación sobre cómo hacer frente a esa situación.



***En ARL Bolívar, estamos aquí
para cuidar a los que más ama.***

SUPERINTENDENCIA FINANCIERA
DE COLOMBIA

VIGILADO

