



Things To Do During The Summer

When school is out children do not have enough activities to do, parents may be working, or not enough money to take vacations together. Field trips are great to spend time with the family, the children will learn new things, will have fun and it is not expensive. Find out on the newspaper or TV about local activities scheduled in you own town, or here are some places you can go:

- The zoo
- A local stream, lake, river
- Camping
- Local television, radio station
- A farm, ranch
- Post office
- Museum
- Plant nursery
- Bicycle riding
- Movie theater
- The mall
- Eat at a restaurant

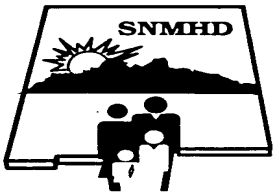
Cosas Para Hacer Durante el Verano

Cuando las clases se terminan en la escuela, los niños no tienen muchas actividades, los papás están trabajando, o no hay dinero para salir de vacaciones juntos. Las excursiones son una buena ocasión para salir en familia, los niños aprenden nuevas cosas, todos se divierten y no es caro. Busque en el periódico o la televisión sobre actividades locales programadas en su ciudad, a continuación un lista del lugares a donde puede ir:

- Zoológico
- Lago, río, arroyo
- Acampar
- Estación de televisión, radio
- Una granja, rancho
- Oficina de correos
- Museo
- Invernadero
- En bicicleta
- Cine
- Centro comercial
- Comer en restaurant

Regional Alcohol and Drug Awareness Resource Network Center

Southern New Mexico Human Development, Inc., is a New Mexico State Associate Center for dissemination of alcohol and drug information. For free Materials relating to alcohol, tobacco, other drug use or violence-related issues contact the Prevention Department at (575) 882-5101.



Southern New Mexico Human Development
P.O. Box 4430
Anthony, NM 88021

Board of Directors:

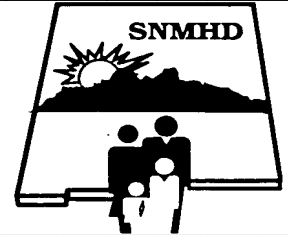
- Ralph Gallegos · Chairperson
- David Garcia Ph.D. · Vice-Chairperson
- Maria Saenz · Secretary/Treasurer
- Ed Saenz · Board Member
- Demetrious Giovas · Board Member
- John Holguin · Board Member
- Elisa West · Board Member
- Vincent Ortega · Chief Executive Officer



PROSPECTIVO

A newsletter published by Southern New Mexico Human Development

June, 2010 Volume 4



Prevention Services:

R.O.P.E

B.I.G/Avanzar

RADAR

Clinical Services:

Outpatient Services

Specialized Adult
Outpatient Services

Specialized Children/
Adolescent
Outpatient Services

Prospectivo is published bi-monthly by Southern New Mexico Human Development, Inc. The contents of this newsletter are the sole responsibility of SNMHD. Comments and suggestions may be sent to: SNMHD, Prospectivo P.O. Box 4430, Anthony, NM

Inside of this issue:

- ◆Prevention Programs.. 1
Programas de prevención
- ◆Let's talk about Meth ... 2
Vamos a hablar de la Met ...
- ◆Information about Halluc ... 3
Información sobre aluci ...

FY2011 PREVENTION PREVIEW

In FY10, SNMHD saw its prevention funding cut by 60% which would have impacted the prevention programs offered to Southern Dona Ana and the Gadsden Independent School District. SNMHD partnered up with Gadsden Independent School District and with the help of Senator Cynthia Nava were able to salvage the majority of the school prevention program. Thus the final programs that will be offered FY11 will be as follows:

School-Based Programs:

Reconnecting Youth a prevention class offered at Gadsden and Santa Teresa High School and Desert Pride Academy for high risk students. The program focuses on decision-making, self-esteem, anger management, and interpersonal communication skills. The program also explores the decisions students face and the consequences of those decisions.

Environmental Youth Council (EYC) The prevention staff recruits youth from Gadsden to develop and implement a plan addressing underage drinking awareness. Students from the high schools and SNMHD prevention staff work together to also address tobacco use in the community.

Community-Based Program:

Strengthening Families The program is designed to improve family relationships between parents and their children. The goal is to reduce the risk of substance use and problem behaviors in youth. Topics include: communication, problem solving, drugs and alcohol. For FY11 groups of 10-14 year olds are offered. *For more information please contact the Prevention Department-SNMHD at 575-882-5101.*

Proyectos de Prevención para el Año Fiscal 2011

En el año fiscal 2010, SNMHD vio que los fondos para prevención se cortaron un 60%, los cuales han impactado a los programas de prevención que se ofrecen en el sur de Dona Ana y el Distrito de las escuelas de Gadsden. SNMHD se asoció con el Distrito de las escuelas de Gadsden y con la ayuda de la Senadora Cynthia Nava pudimos recuperar la mayoría de los programas de prevención para las escuelas. Los programas que se van a ofrecer para el año fiscal 2011 son los siguientes:

Programas de Prevención:

Reconnecting Youth *clases de prevención para estudiantes de alto riesgo que se ofrece en Gadsden y Santa Teresa High School, así como en Desert Pride Academy. El programa se enfoca en cómo tomar decisiones, auto-estima, el control del enojo y estrategias interpersonales y de comunicación. Estudiar las decisiones que los estudiantes toman y las consecuencias de estas decisiones.*

Environmental Youth Council (EYC) *El personal del Departamento de Prevención invita a estudiantes de Gadsden High School a desarrollar e implementar un plan para tomar consciencia sobre el consumo de alcohol en menores de edad. Los estudiantes y el departamento de prevención de SNMHD trabajan juntos para comunicarle a la comunidad sobre el uso del tabaco.*

Programas en la Comunidad :

Programa Fortaleciendo Familias *El programa está diseñado para mejorar las relaciones familiares entre los papás y los hijos. La meta es reducir el riesgo de consumo de sustancias y los problemas de comportamiento de los jóvenes. Los temas incluyen: comunicación, resolver problemas, drogas y alcohol. El próximo semestre se ofrecerán sesiones para grupos de 10-14 años.*

Para más información comunicarse al Departamento de Prevención de SNMHD al (575) 882-5101.

Check us out at www.snmhd.org or contact us at (575) 882-5101

Southern New Mexico Human Development, Inc.

Visit Our Website at www.snmhd.org or contact us at (575) 882-5101

Locations at Anthony and Sunland Park

*

June, 2010 Vol. 4 - Page 2



Let's Talk About Methamphetamine

Parents have a hard time talking to their children about drug abuse. It is important to prepare ahead of time what you want your child to know, and then wait for the appropriate opportunity to bring it into the conversation. You must be careful how you open the discussion, teens worry that parents will jump into conclusions like "stay away from, do this, don't get near" You have to find out if your child knows what meth is, what it looks like. Put yourself in his/her place, how would you feel if you were a teen and your parents approach you asking questions, would you feel threatened, judged, or supported?

You need to explain to her/him that you want to share the worries you have about drug abuse, safety, and health risks. Talk about what methamphetamine can cause, how their entire life can be changed, shuttering their future in an instant, destroying the whole family and even causing death.

You as parents need to have knowledge about meth in order to be ready for questioning. Do you know what meth is? It is a drug that can very easily be fabricated with inexpensive over the counter ingredients that you have at your own home; meth is a powerful stimulant even in small doses. A short-term effect includes: increased of physical activity and decrease of the appetite, irregular heartbeat, increases heart blood pressure, convulsions.

Long term effect can be abuser with the following symptoms: addiction, anxiety, paranoia, insomnia, memory loss, aggressive behavior, mood disturbances, dental problems, weight loss, also affects the central nervous system and can lead to irreversible damage to the brain. It comes in many forms and can be smoked, snorted, injected, or orally ingested. It is known as "speed," "meth," "crystal," and "chalk." The methamphetamine abuse can be prevented and the addiction can be treated. *For more information, contact Prevention Department at SNMHD (575-882-5101).*

Vamos a Hablar de la Metanfetamina

Es muy difícil para los padres de familia hablar con sus hijos sobre el abuso de drogas. Es importante preparar antes sobre lo que quiere que sus hijos sepan, y esperar el momento apropiado para abordar la conversación. Debe tener mucho cuidado cuando empiece a hablar, los jóvenes se preocupan que los papás hagan conclusiones como "no te vayas a meter, haz esto, no te acerques" Tiene que averiguar si sus hijos saben acerca de la metanfetamina y qué es. Póngase en el lugar de la/el joven, cómo se sentiría si sus papás le hicieran preguntas, se sentiría amenazado, juzgado o apoyado?

Necesita explicarle a su hijo/a que quiere compartir las preocupaciones que tiene sobre el abuso de drogas, la protección y los riesgos de salud. Hable sobre los efectos de la metanfetamina, cómo le puede cambiar la vida completamente, acabar con su futuro en un instante, destruir la familia y hasta causar la muerte.

Usted como padre/madre de familia necesitar tener conocimiento sobre la metanfetamina para poder contestar a las preguntas. Sabe usted qué es la metanfetamina? Es una droga que se puede fabricar con ingredientes que se venden en cualquier tienda, y hasta los tiene en el hogar. Esta droga es un estimulante muy poderoso, aún en pequeñas dosis. Los efectos a corto plazo son: el aumento de la actividad física, poco apetito, palpitaciones irregulares, presión alta, convulsiones.

Los efectos a largo plazo en un adicto pueden ser los siguientes: adicción, ansiedad, paranoia, insomnio, pérdida de la memoria, comportamiento agresivo, estado de ánimo alterado, problemas dentales, pérdida de peso. También afecta el sistema nerviosos y el cerebro puede tener daños irreversibles, se fabrica de diferentes formas, se puede fumar, inhalar, inyectar, o tomar oralmente. Se le conoce como "speed," "meth," "cristal," y "gis." El abuso a la metanfetamina se puede prevenir y la adicción se puede tratar.

Para más información, comunicarse al Departamento de Prevención de SNMHD al (575) 882-5101.

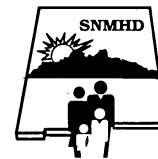
Southern New Mexico Human Development, Inc.

Clinical Department has professional staff to provide behavioral health services

Locations at Anthony and Sunland Park

*

June, 2010 Vol. 4 - Page 3



Information About Hallucinogens

Hallucinogens like LSD, PCP, and ketamine, are drugs that can cause hallucinations, a dramatic effect on the senses, sight, sounds, colors, and smells that are highly intensified, distort of shapes and movements.

LSD is a clear or white and odorless water soluble material, in fact it is dissolved and diluted that can be applied to paper or other materials. The hallucinogenic experiences called “trips” are pleasant and unpleasant trips, the effects are unpredictable and may vary with the amount ingested. It can increase blood pressure and heart rate, loss of appetite, dry mouth, nausea, numbness, and tremors. Street names are acid, paper acid, sugar, trip, dots.

PCP was developed as an intravenous surgical anesthetic, it was used in veterinary medicine but it was never approved for human use. Sometimes it is ingested, snorted, smoked, swallowed as tablet form. High doses can cause convulsions, coma, and death. Street names are angel, angel dust, peace, zombie, love boat, super grass.

Ketamine is a dissociative anesthetic to replace PCP; actually it is used in human anesthesia and veterinary medicine. The effects are like feeling being separated from their bodies, detachment that is likened to a near-death experience, similar to a “bad trip” on LSD. It is odorless, liquid, undetected that can be dissolved in beverages and induces amnesia; it is used for sexual assaults known as “rape drug.” Street names are cat valium, green, jet, K, special K, super C, vitamin K, bump, honey oil. Other hallucinogens are called MDMA like ecstasy, peyote, DMT psilocybin like magic mushrooms. All these have the same symptoms and risks as LSD, PCP and Ketamine.

For more information please. Contact Prevention Department at SNMHD, (575) 882-5101.

Información sobre los Alucinógenos

Los alucinógenos como el LSD, PCP, y ketamina, son drogas que causan alucinaciones; con un efecto dramático en donde se intensifican los sentidos de la vista, sonido, olor, colores, distorsión de figuras y movimiento.

El LSD es un material cristalino o blanco sin olor y se disuelve en el agua, al diluirlo se puede aplicar al papel o a otros materiales. Las experiencias con los alucinógenos se les llaman “viajes.” son viajes a veces agradables o desagradables los efectos son impredecibles y puede variar de acuerdo a lo que se ha consumido. Puede subir la presión y aumentar el ritmo del corazón, pérdida de apetito, boca seca, náuseas, se entumecen y dan escalofríos. En la calle la droga es conocida como: ácido, papel de ácido, azúcar, viaje, puntos.

El PCP fue desarrollado como una anestesia intravenosa para cirugías, fue usada en la medicina veterinaria pero nunca fue aprobada para uso humano. Esta droga se puede inhalar, fumar, tomarla como pastilla. Una dosis alta puede causar convulsiones, caer en coma y hasta causar la muerte. En la calle la droga es conocida como: ángel, polvo de ángel, paz, zombi, barco del amor, súper pasto.

La ketamina es un anestésico disociativo que vino a reemplazar al PCP, actualmente se usa como anestesia en humanos y animales. Uno de los efectos que tiene es sentir desprenderse del cuerpo, una experiencia como estar muriendo, parecido a un “viaje” con LSD. Esta droga también es líquida que se puede disolver en bebidas, no huele, no se detecta, induciendo una amnesia. Se usa para ataques sexuales, mejor conocida como “droga para asalto sexual.” En la calle la droga es conocida como el valium de los gatos, verde, jet, K, special K, tope, aceite de miel.

Otros alucinógenos son conocidos como MDMA— el éxtasis, el peyote. DMT-psilocibina, hongos mágicos. Todas estas drogas tienen los mismos síntomas y los mismos riesgos que el LSD, PCP y la ketamina.

Para más información se puede comunicar al Departamento de Prevención al (575) 882-5101.