



GMINA RZESZAWA

UZALEŻNIENIA ! PRZEMOC !

NIE CZEKAJ !!! REAGUJ !!!





Pelnomocnik Wojta ds. Profilaktyki i Rozwazywania Problemow Alkoholowych - Patrycja Kowalska
tel.: **14 68 58 555**,
603 289 973



Psychologiczny Punkt Konsultacyjny w Rzezawie,
ul. Szkolna 11, 32-765 Rzezawa
(wejście z tyłu budynku),
tel.: **534 597 401**



Gminy Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Długa 21, 32 - 765 Rzezawa,
tel.: **14 68 58 555**,
kom.: **661 391 365** - całodobowo



SPGZOZ w Rzezawie
ul. Wiśniowa 30,
32 - 765 Rzezawa,
tel.: **14 61 27 818**



NZOZ - Nowy
ul. Wiśniowa 9,
32 - 765 Rzezawa
tel. **14 68 58 092**



Komenda Powiatowa Policji,
ul. Krakowska 39,
32 - 700 Bochnia,
tel.: **14 61 52 222**,
997 lub ***112** - całodobowo



Ośrodek Interwencji Kryzysowej
ul. Karolina 14D,
32 - 700 Bochnia
tel.: **14 61 12 892 / 893** - całodobowo



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
ul. Władkiewicza 9/5,
32 - 700 Bochnia
tel.: **14 61 19 740**



Poradnia Leczenia Uzależnień
ul. Proszowska 1,
32-700 Bochnia
tel.: **14 61 23 655**



Szpital Wojewódzki im. św. Łukasza w Tarnowie.
Ośrodek Leczenia Uzależnień i Współuzależnienia
ul. Lwowska 178 A,
33-100 Tarnów
tel.: **14 63 15 291, 14 63 15 287**



Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnień
Szpital specjalistyczny im. dr Józefa Babińskiego 29,
32-393 Kraków
tel.: **12 65 24 518**
czynne całodobowo



Podhalański Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II w Nowym Targu,
ul. Szpitalna 14,
34-400 Nowy Targ
centrala tel.: **18 26 33 000**
Poradnia Leczenia Uzależnień:
tel.: **18 26 33 740**
Oddział Leczenia Uzależnień:
sekretariat tel.: **18 26 33 414**



Poradnia i Oddział Dzienny Leczenia Uzależnień i Współuzależnienia.
ul. Kościuski 68,
32-800 Brzesko
Rejestracja: **14 66 21 320**



Poradnia Terapii Uzależnień i Współuzależnienia,
ul. Starynka 10,
32-700 Bochnia
tel. **881 046 956**



Stowarzyszenie „Nowa Szansa”
ul. Rynek 1,
32-700 Bochnia
tel. **606 192 541**
(kontakt w piątki 16⁰⁰ - 18⁰⁰)



Grupa AA „Oaza”
Parafia św. Pawła,
ul. Wyspiańskiego 25,
32-700 Bochnia
spotkania w środy i niedziele
o godz. 18⁰⁰



„Arka”. Poradnia Specjalistyczna. Oddział terenowy.
ul. Bernardyńska 14,
32-700 Bochnia



Doradca ds. uzależnień obecny w III, IV czwartek miesiąca
godz. 17⁰⁰—19⁰⁰
tel.: **14 61 19 599**
Telefon zaufania:
14 61 19 595 pn.-sob. 19⁰⁰-21⁰⁰



Klub Absymentów „Szansa”
ul. Kościuski 12,
32 - 800 Brzesko
tel.: **14 66 31 315**



Grupa AA „Rafał”
ul. Uczestników Ruchu Oporu 2,
32-800 Brzesko
spotkania w poniedziałki i piątki
o godz. 18⁰⁰

Profilaktyka jest działalnością zapobiegawczą obejmującą szereg działań informacyjno-edukacyjnych skierowanych do dzieci, młodzieży i dorosłych mających na celu zapobieganie uzależnieniom i przeciwdziałaniu przemocy. W programach profilaktycznych wykorzystuje się strategie profilaktyczne, które mają na celu zarówno wzmacnianie czynników chroniących, jak i redukcję negatywnego wpływu czynników ryzyka. Wiodące strategie profilaktyczne nakierunkowane są na:

- *Rozwijanie umiejętności życiowych* to strategia, która jest nastawiona na kształtowanie następujących umiejętności u dzieci i młodzieży:
 - konstruktywne rozwiązywanie problemów
 - podejmowanie decyzji zgodnie z własnymi wartościami
 - stosownie technik relaksacyjnych
 - nawiązywanie i podtrzymywanie pozytywnych relacji z innymi
- *Rozwijanie umiejętności wychowawczych* to strategia, która polega na rozwijaniu i wzmacnianiu takich umiejętności rodziców i nauczycieli, jak:
 - porozumiewanie się z dziećmi oparte na wzajemnym szacunku i zaufaniu
 - ustalenie i egzekwowanie zasad domowych i szkolnych
 - zapewnienie poczucia bezpieczeństwa
- *Edukacja normatywna*, która polega na kształtowaniu i wzmacnianiu norm przeciwnych używaniu substancji psychoaktywnych przez dzieci i młodzież. Można to osiągnąć przez modyfikowanie:
 - subiektywnych norm akceptujących używanie substancji psychoaktywnych poprzez korygowanie błędnego przekonania na temat stopnia rozpowszechniania używania substancji psychoaktywnych przez rówieśników, rodziców, idoli, osób ze społeczności lokalnej,
 - sposrzedzanego stopnia społecznej akceptacji dla tego zjawiska.

W literaturze wymieniamy trzy rodzaje profilaktyk:

- *Profilaktyka uniwersalna* obejmuje działania adresowane do całych populacji dzieci i młodzieży, bez względu na stopień indywidualnego poziomu ryzyka wystąpienia zachowań ryzykownych (związanych z używaniem alkoholu, środków odurzających, substancji psychoaktywnych), problemów zdrowia psychicznego lub somatycznego. Program profilaktyczny jest adresowany do uczniów, których doświadczenia rodzinne, jak i szkolne mogą się zasadniczo różnić.
- *Profilaktyka selektywna* obejmuje działania adresowane do dzieci i młodzieży z grupy zwiększonego ryzyka, które ze względu na trudną sytuację rodzinną, społecznych, a także inne cechy indywidualne, są w większym stopniu narażone na wystąpienie zachowań ryzykownych, problemów zdrowotnych i społecznych. Jej celem jest niesienie pomocy dzieciom, u których nie występują zaburzenia zachowania i problemy psychiczne, a zostają objęte działaniami profilaktycznymi tylko ze względu na fakt, że dorastają w niekorzystnych warunkach życiowych.
- *Profilaktyka wskazująca* obejmuje działania adresowane do dzieci i młodzieży, które ze względu na swoją trudną sytuację rodzinną, społeczną czy cechy indywidualne i występowanie innych przeciwności losu, są szczególnie zagrożone rozwojem problemów społecznych i zdrowotnych oraz wystąpiły u nich pierwsze symptomy zachowań ryzykownych, np. nadużywają alkoholu, palą papierosy.

*Praca Grand Prix (szczególne wyróżnienie)
w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego.*



Prace nagrodzone w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego wykonane przez dzieci w wieku do 6-tego roku życia



Prace nagrodzone w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego wykonane przez dzieci w wieku do 9-tego roku życia



"Świat przemocy, alkoholu i narkotyków -
widziany oczyma dziecka"

Palą ludzie papierosy
I dym się unosi
Nie przestają nawet wtedy,
Kiedy dziecko prosi.

Dym papierosowy
Bardzo szkodzi nam.
Nie chcemy chorować!
Palisz? Truj się sam!

Narkotyki jak wiadomo
Trucizna to jest
Kiedy sięgasz po nie
Zdrowie zniszczysz wnet!

Nawet młodzi ludzie
Po nich umierają

-1-

Że życie jest piękne
Wciąż zapominają.

Alkohol nam szkodzi
Każde dziecko wie,
Dlaczego dorosty
Udaje że nie!

Pije go za dużo
Często nadużywa
I nie wie co robi
Dziecko znów przegrywa!

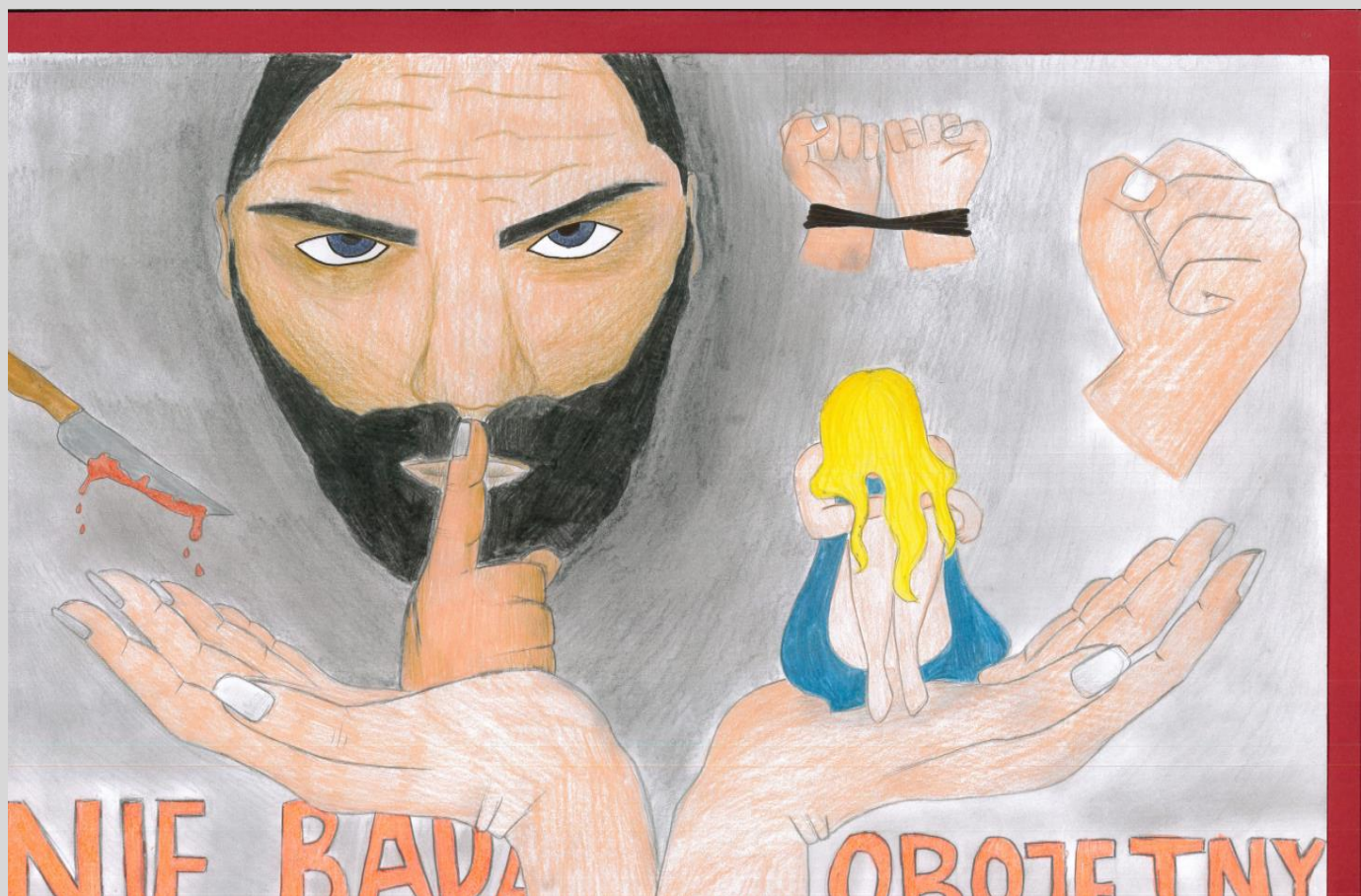
Bo musi uciekać
Gdy rodzic pijany.
Nie chce być znów bite,
Chce być przytulane.

-2-

Chce wracać do domu
W którym miłość gości
Gdzie nie ma przemocy,
Krzyku ani złości.

[illegible]

*Prace nagrodzone w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego
wykonane przez dzieci w wieku do 12-tego roku życia*

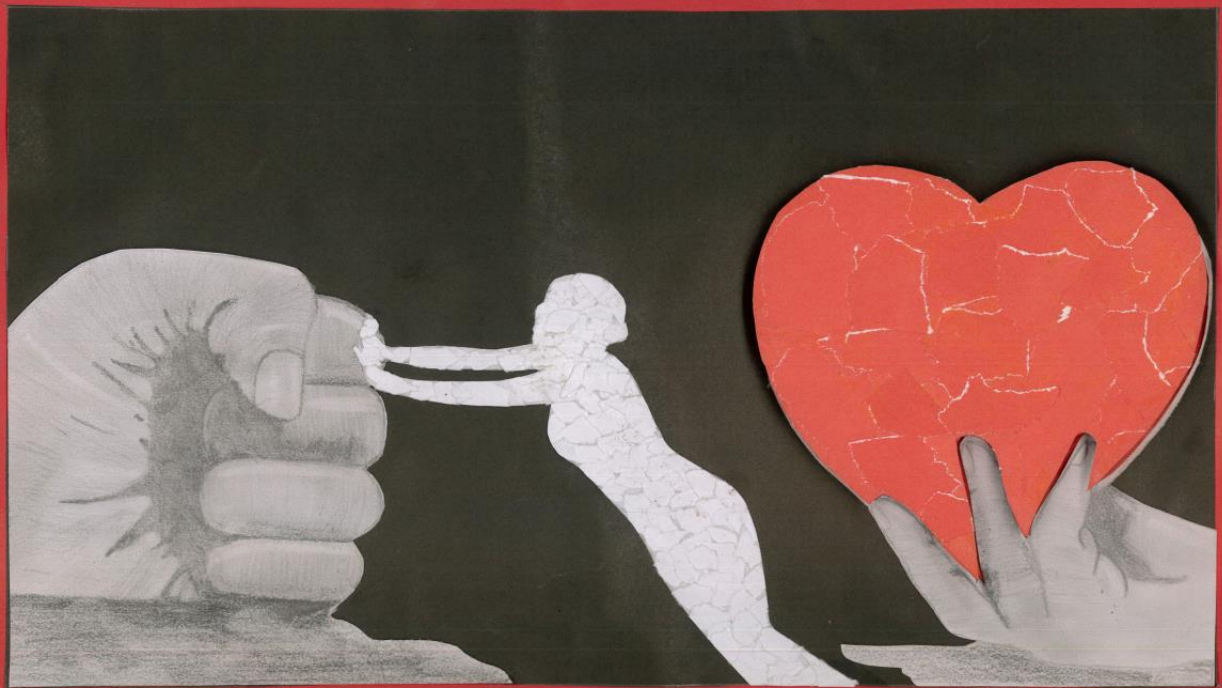




*Prace wyróżnione w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego
wykonane przez dzieci w wieku do 12-tego roku życia*



*Prace nagrodzone w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego
wykonane przez dzieci w wieku do 16-tego roku życia*





*Prace wyróżnione w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego
wykonane przez dzieci w wieku do 16-tego roku życia*





Prace wykonane w ramach Gminnego Konkursu Profilaktycznego wykonane przez dzieci w wieku do 16-tego roku życia



*Broszura informacyjno – edukacyjna
została opracowana
z wykorzystaniem prac złożonych w ramach
Gminnego Konkursu Profilaktycznego
„Świat przemocy, alkoholu i narkotyków – widziany
oczyma dziecka”.*

*Prace dzieci zostały opublikowane za pisemną zgodą ich
opiekunów/rodziców.*

Rzezawa 2021