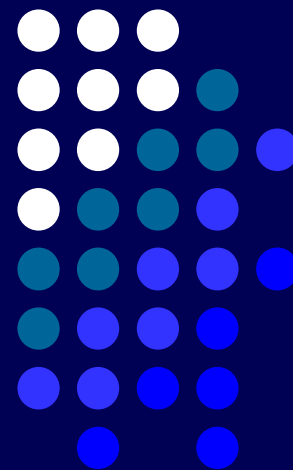
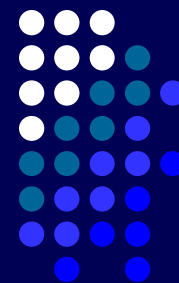


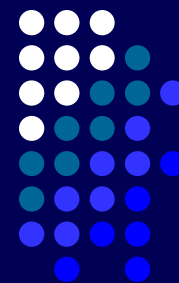
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Żarach





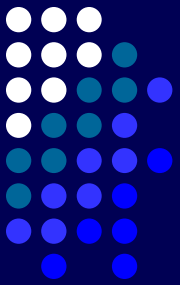
MKRPA w Żarach konsekwentnie buduje międzyinstytucjonalne koalicje, służące rozwiązywaniu problemów alkoholowych.

Wśród wielu instytucji i organizacji społecznych, z którymi prowadzi współpracę w obszarze przeciwdziałania uzależnieniom od alkoholu i innych środków psychoaktywnych oraz przeciwdziałania przemocy w rodzinie, znajdują się:



Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Centrum Opieki Socjalnej w Żarach

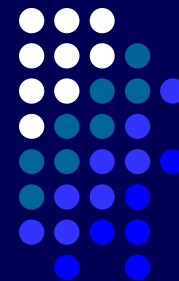
Dzięki kooperacji możliwe jest wspieranie osób i rodzin w przezwyciężaniu trudnych sytuacji życiowych – takich jak zagrożenie problemem alkoholowym przemocą domową - poprzez prowadzenie działań w ramach Zespołu Interdyscyplinarnego ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie



Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Poradnia Zdrowia Psychicznego, Uzależnień od Alkoholu i Środków Psychoaktywnych ANIMA

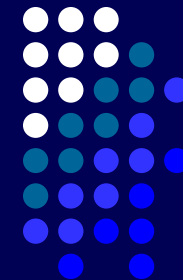
Wśród priorytetowych działań podczas posiedzeń MKRPA znajduje się motywowanie do leczenia niestacjonarnego, terapii uzależnień oraz leczenia zespołów abstynenckich w warunkach ambulatoryjnych, a także kierowanie na badania do biegłych w sprawie wydania opinii w przedmiocie uzależnienia od alkoholu

Niepubliczny Zakład Podstawowej Opieki Zdrowotnej „Profil”



MKRPA informuje o dostępności usług terapeutycznych i rehabilitacyjnych dla osób uzależnionych i ich rodzin. Dzięki współpracy z NZOZ Profil możliwe jest szybkie i sprawne udzielanie pomocy terapeutycznej oraz rehabilitacyjnej dla osób dorosłych, dzieci i młodzieży uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, a także pomoc dla osób eksperymentujących z substancjami psychoaktywnymi (również dla współuzależnionych).

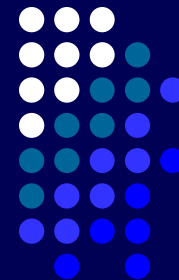
„Tydzień Zdrowia Psychicznego”



Dzięki współpracy z wymienionymi instytucjami oraz Środowiskowym Domem Samopomocy w Żarach, możliwa była realizacja takich przedsięwzięć, jak „Tydzień Zdrowia Psychicznego”, w którym sporo uwagi poświęcono depresji i seksualności dzieci i młodzieży.

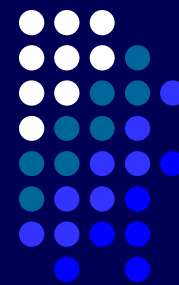


„Tydzień Zdrowia Psychicznego”



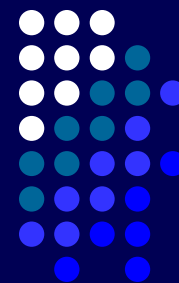
- Gościem specjalnym był prof. Zbigniew Izdebski.

W ramach realizacji zadań, określonych w Gminnym Programie Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Żarach, MKRPA prowadzi zintegrowaną współpracę z następującymi podmiotami:

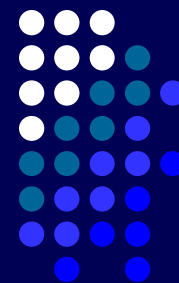


- Komenda Powiatowa Policji
- Straż Miejska
- Sąd Rejonowy III Wydział Rodzinny i Nieletnich
- 105. Kresowy Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Żarach (Oddział Psychiatryczny)
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
- Zespół Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych Powiatu Żarskiego

MKRPA wspiera również działalność:



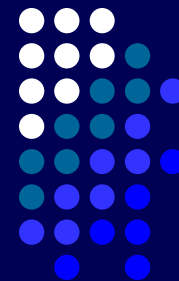
- Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego
- Ośrodka Interwencji Kryzysowej
- Centrum Integracji Społecznej
- Domu Samotnej Matki
- Telefonu Zaufania



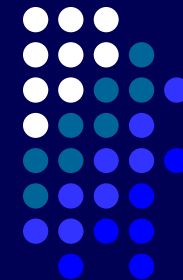
Wśród podmiotów, realizujących zadania Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Żarach znajdują się:

- Stowarzyszenie „Serwus”
- Towarzystwo Przyjaciół Dzieci
- Parafialny Zespół Caritas Parafii p.w. NSPJ w Żarach
- Komenda Hufca ZHP
- Lubuski Ruch na Rzecz Kobiet i Rodziny „Żar”

Podmioty, realizujące zadania Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Żarach, to również:



- **Łużyckie Stowarzyszenie Artystyczno – Kulturalne „Żaranin”**
- **Miejski Ludowy Klub Sportowy „Agros”**
- **Koło Żarskie Towarzystwa Pomocy im. Św. Brata Alberta**
- **Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Radość Życia”**
- **PCK**
- **PTTK**
- **Klub Tenisowy**
- **Miejski Ośrodek Sportu Rekreacji i Wypoczynku**
- **Chrześcijańskie Stowarzyszenie „Żar-Liwi”**
- **Fundacja Centrum Rozwoju Społeczno-Edukacyjno-Gospodarczego**

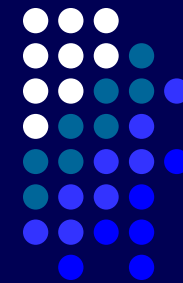


Wzajemna współpraca MKRPA oraz wymienionych organizacji, przyczynia się m.in. do wzrostu atrakcyjności rozmaitych form wypoczynku letniego i zimowego dla dzieci i młodzieży szkolnej, zawierającego program profilaktyki uzależnień.

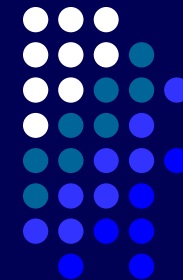
Uczestnicy letniej kolonii w Ośrodku PCK w Sławie:



W roku 2017 możliwa była realizacja cieszących się dużą popularnością warsztatów tanecznych, organizowanych przez Łużyckie Stowarzyszenie Artystyczno–Kulturalne „Żaranin”



W ramach ferii zimowych, zajęcia taneczne prowadzili: Justin Fuentes - choreograf i tancerz z Wenezueli oraz Anna Youya Jujka – choreografka i tancerka hip-hopu.

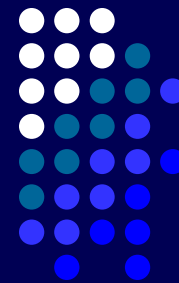


Młodzi mieszkańcy Żar - roztańczeni podczas ferii zimowych



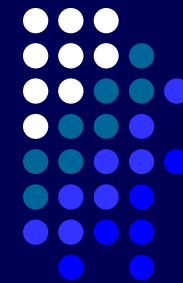


Niezmienną popularnością cieszą się też organizowane przez „Żaranina” warsztaty artystyczne:

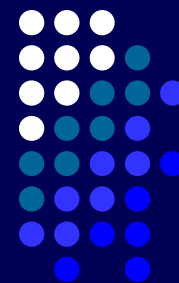


Uczestnicy zdobywają umiejętności decoupage’u, filcowania i szeroko rozumianego zdobnictwa

Ferie z „Žaraninem”



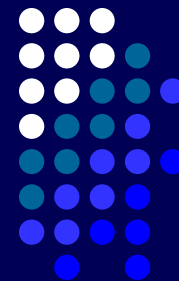
Półkolonia zorganizowana przez Chorągiew Ziemi Lubuskiej ZHP Hufiec Żary



Dzieci oraz
młodzież z
miasta Żary
cieszą się
wypoczynkiem
podczas kolonii
i półkolonii,
promujących
trzeźwy
i bezpieczny
sposób
spędzania
wolnego czasu



Aktywny i bezpieczny sposób spędzania wolnego czasu - bez uzależnień.



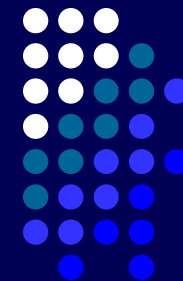
Sport
i zdrowie
konsekwentnie
promują:
MKRPA

oraz

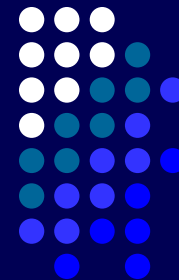
Agros,
MOSRiW
i Klub
Tenisowy



Wypoczynek na basenie, Orlikach, z rakieta tenisową...



Ferie na „Wodniku”

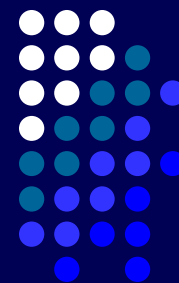


Na szczególną uwagę zasługuje fakt wieloletniej współpracy MKRPA z placówkami oświatowymi, takimi jak:

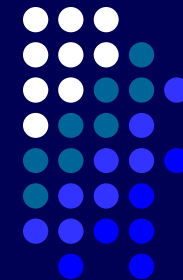
- przedszkola
- szkoły podstawowe
- szkoły średnie

Poprzez realizację programów profilaktycznych dla dzieci, młodzieży (a także rodziców), ich adresaci zyskują wiedzę w zakresie szkodliwości alkoholu, środków psychoaktywnych oraz uzależnień behawioralnych.

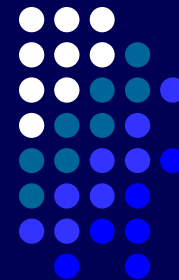
Uczą się również skutecznego szukania pomocy.



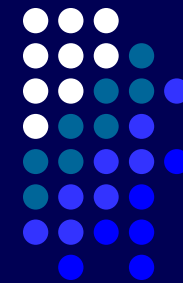
Podsumowanie programu profilaktycznego „Wolę rozrywkę niż używkę”



Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 8 otrzymali nagrody za prace plastyczne, służące profilaktyce:



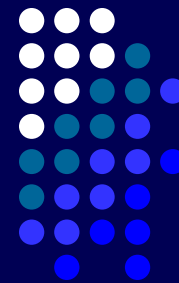
Komenda Powiatowa Policji w Żarach systematycznie realizuje program profilaktyczny w żarskich szkołach



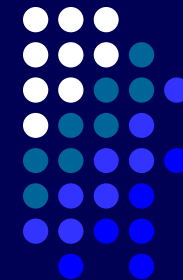
**Uczniowie
biorą udział
w konkursie
wiedzy
na temat
szkodliwości
używek.
Otrzymują
nagrody
i wyróżnienia**



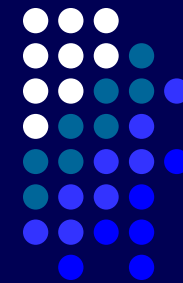
Wczesna profilaktyka i systematyczne krzewienie zdrowych nawyków oraz sposobów na spędzania czasu wolnego – stanowiących alternatywę dla używek – pozwala wspierać zdrowy rozwój i ograniczać szkodliwy wpływ uzależnień.



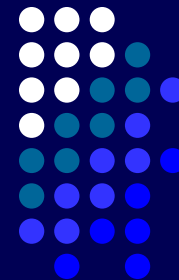
Komenda Powiatowa Policji w Żarach systematycznie realizuje program profilaktyczny dla najmłodszych:



W finale powiatowym VIII Turnieju Wiedzy o Bezpieczeństwie, realizowanym w ramach Wojewódzkiego Programu Prewencyjnego „LUPO”, wystartowało 25 drużyn.



„Bezpieczna Zerówka”
zorganizowana przez żarskich policjantów

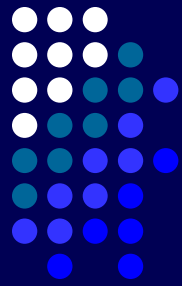


Najmłodszy uczestnicy Programu Prewencyjnego „LUPO”, realizowanego przez KPP w Żarach

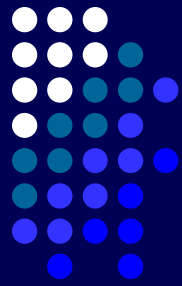
Podczas realizacji programu prewencyjnego „Bezpieczne Gimnazjum”, policjanci z Zespołu Profilaktyki Społecznej, Nieletnich i Patologii żarskiej Komendy zorganizowali dla uczniów turniej piłki nożnej. Celem przedsięwzięcia było kształtowanie pozytywnych wzorców oraz integracja wśród młodych mieszkańców naszego miasta:



Uczestnicy i realizatorzy turnieju piłki nożnej – jednego z elementów programu profilaktycznego KPP w Żarach:



MKRPA promuje również programy profilaktyczne, których adresatami są osoby dorosłe

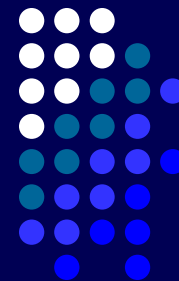


W ramach akcji „Bezpieczna Żaranka”, organizowanej przez [Straż Miejską](#), mieszkanki miasta Żary brały udział w:

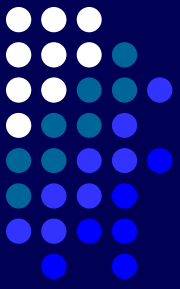
- warsztatach przeciwdziałania przemocy, agresji oraz uzależnieniom od alkoholu i innych środków psychoaktywnych,
- warsztatach asertywności
- treningu przełamywania barier strachu
- zajęciach z samoobrony



Uczestniczki i realizatorzy „Bezpiecznej Żaranki”:



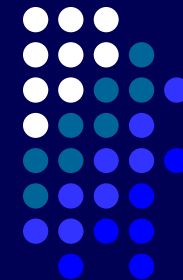
MKRPA wspomaga działalność placówek wsparcia dziennego, w tym świetlic środowiskowych :



- „Bajka”,
- „Piątka”,
- „Promyk”
- „Serwus”

Zapewniają one dzieciom, zwłaszcza z rodzin dysfunkcyjnych, bezpieczny sposób spędzania czasu po zajęciach szkolnych oraz w czasie wakacji i ferii

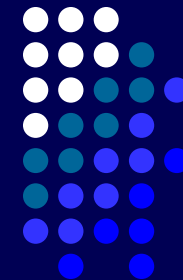




Wakacje
i ferie
w
świetlicy
MOPS



MKRPA systematycznie uczestniczy w ogólnopolskich kampaniach profilaktycznych:



- Przeciw Pijanym Kierowcom
- Przemoc boli
- Narkotyki? To mnie nie kręci
- Alkohol i papierosy

PROFILAKTYKA UNIWERSALNA

PRZEMOC BOLI

Czy wiesz, że większość polskich nastolatków doświadczyła przynajmniej jednej formy przemocy?

Problemy wychowawcze w szkołach:

PONAD 74%	UCZNIÓW WSKAZUJE NA PROBLEM PRZEMOCY SŁOWNEJ
PONAD 50%	UCZNIÓW WSKAZUJE NA PROBLEM PRZEMOCY FIZYCZNEJ

PRZYŁĄCZ SIĘ DO KOALICJI PRZECIW PRZEMOCI

100% nowych materiałów!

NAJNOWSZA EDYCJA Przemoc boli! 2016/2017
to idealny, wypróbowany przez setki szkół, PROGRAM DLA INSTYTUCJI I SAMORZĄDÓW, które mają dość przemocy w szkołach!

AKADEMIA @
PROFESJONALNEGO NAUCZYCIELA

Przy zakupie połowy pakietu o wartości 184,50 PLN gratis!

PRZEMOC BOLI

Nowość pod patronatem **SAMORZĄDZIECZNEGO TRZĘBÓWY UMYSŁA!**

Przemoc BOLI

ZADRĘCZYĆ DLA FUNU. Śmierdzisz, FALA AGRESJI ZAŁĘW WYZWISK, BICIA I PRZEMOCY CYBERPRZEMOC KOLEŻEŃSKA

PRZEMOC BOLI

LETWA POLSKIE SZKOLE PRZEMOC W SZKOLE, TO NIE

Samorzady: mamy dość przemocy w szkołach!
OFERTA DLA SZKÓŁ, SAMORZĄDÓW, INSTYTUCJI

Wykorzystano oryginalne tytuły pochodzące z dzienników: „Fakty”, „Super Express”, „Rzeczpospolita”, „Gazeta Wyborcza”.

Materiały informacyjne kampanii



Pijany kierowca Powstrzymaj go

Nietrzeźwi kierowcy zakijają! Nie bądź niebezpieczny. Jeśli w Twojej okolicy ktoś prowadzi nieodpowiedzialnie, nie bój się do niego zbliżyć. Skarż się na niego, a policja przyśle do Ciebie patrol. Jeśli Cię nie posłucha, zabierz go z drogi pod numer 112. Nie walcz się! Zawsze jest bezpiecznie z policją.

PROFILAKTYKA UNIWERSALNA

Narkotyki?

To mnie nie kręci!

2016/2017

Dopalacze – obok marihuany – to najważniejsze wyzwanie dla osób zajmujących się przeciwdziałaniem narkomanii!

NARKOTYKI I DOPALACZE TO PROBLEMY W SZKOŁACH: Czy wiesz, że...

- liczba przestępstw narkotykowych w szkołach podstawowych i gimnazjach co roku wynosi ponad 24 000!*
- co 10 osoba małoletnia – do 18 roku życia – jest pokrzywdzona w związku przestępstwami narkotykowymi!

*Źródło: www.statystyka.policja.pl

W 2015 r. co najmniej 2000 osób zatrulo się dopalaczami, potwierdzono aż 9 przypadków śmiertelnych!

**DOŁĄCZ DO KOALICJI
PRZECIWI NARKOTYKOM
I DOPALACZOM**

PROJEKT WSP. PATRONAT. ZŁOTYMI 100% NIEZŁOŻYMI

PRZEMOC BOLI

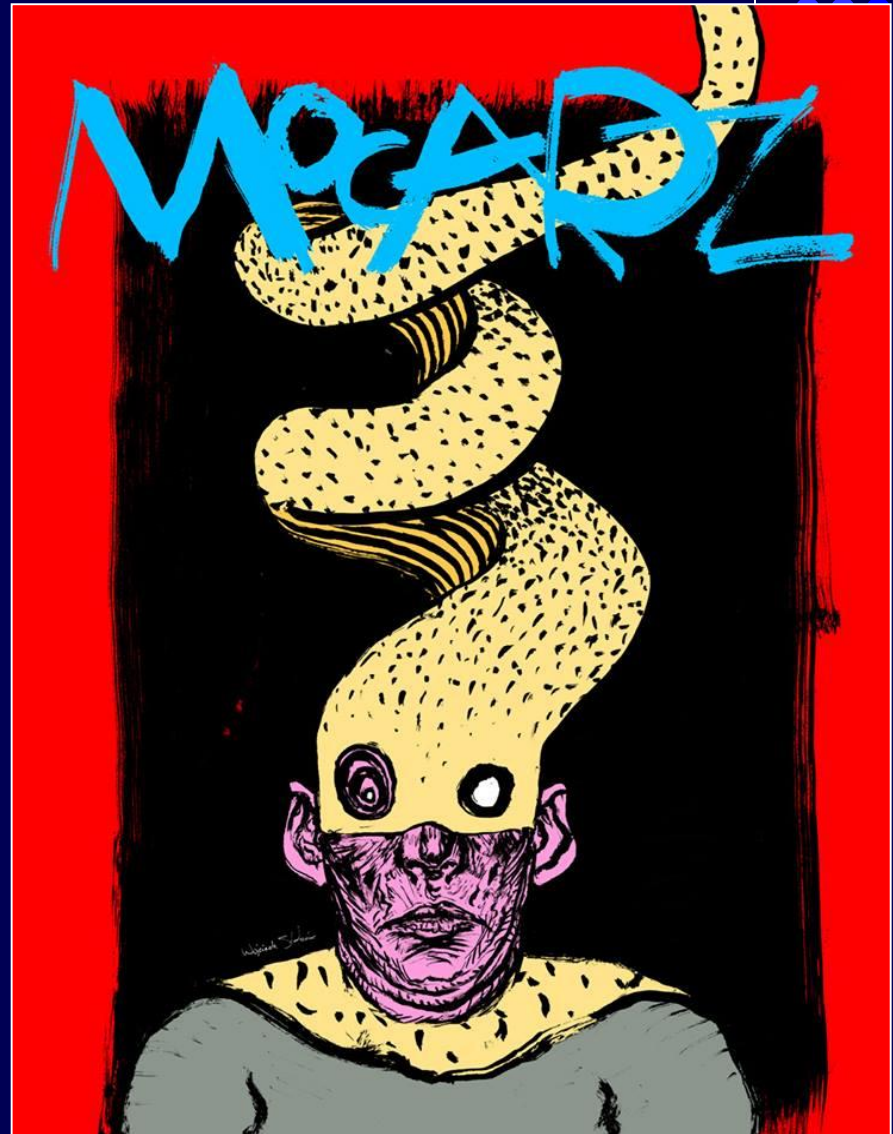
materiały do profilaktyki
kurs e-learningowy o przemocy

PRZEMOC BOLI

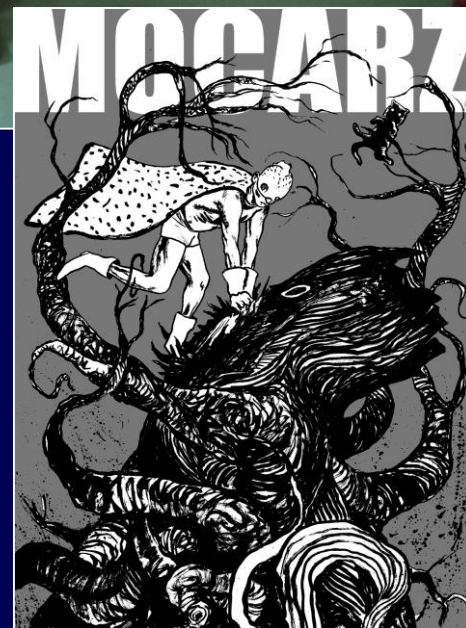
Komiks edukacyjny „Mocarz”

MKRPA partycypowała
w inicjatywie STOP
DOPALACZOM
organizowanej przez
„Gazetę Lubuską”

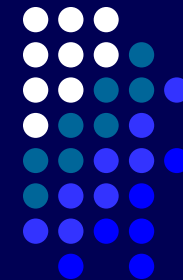
Komiks edukacyjny
„Mocarz”, będący
przestroga dla
młodzieży przed
eksperymentowaniem
z substancjami
psychoaktywnymi,
trafił do wszystkich
żarskich
gimnazjalistów



Żarscy gimnazjaliści z „Mocarzem”



Do sukcesów MKRPA należy opracowanie przez członków Komisji materiałów informacyjnych, dotyczących szkodliwego wpływu **DOPALACZY** i **ALKOHOLU**:



JEŚLI ZDARZYŁO CI SIĘ ZAŻYĆ DOPALACZ I ŹŁE SIĘ CZUJESZ, PAMIĘTAJ:

- wypij dużo wody mineralnej
- zachowaj przy sobie opakowanie dopalacza, aby pokazać lekarzowi, co uławi mu podjęcie akcji ratowniczej
- nie siadaj za kierownicą
- nie zażywaj żadnych leków, które mogą wejść w interakcję z substancjami zawartymi w dopalaczu
- a przede wszystkim - jak najszybciej wezwij lekarza, tu liczy się każda sekunda!

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

NZOZ "PROFIL"
Żary, ul. Jagiellońska 13-13a
tel. 68 363 48 73

NZOZ "ANIMA"
Żary, ul. Skarbowa 2
tel. 68 374 38 05

TELEFON ZAUFANIA
Żary
tel. 68 374 38 05

BEZPŁATNA INFOLINIA
Państwowej Inspekcji Sanitarnej
tel. 800 060 800.

OGÓLNOPOLSKI
Antynarkotykowy Telefon Zaufania
tel. 801 199 990

INFORMATOR na temat placówek udzielających pomocy osobom z problemem narkotykowym
www.kbpn.gov.pl

ANTYNARKOTYKOWA
Poradnia Internetowa
www.narkomania.org.pl

TELEFON ZAUFANIA dla Dzieci i Młodzieży
tel. 116 111
www.116111.pl/napisz

Informator Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Urzędu Miejskiego w Żarach

DOPALACZE

WYŻSZE DAWKI POWODUJĄ ZABURZENIA PAMIĘCI, UTRATĘ PRZYTOMNOŚCI, A NAWET ŚMIERĆ

OBJAWY ZATRUCIA DOPALACZAMI

- bóle głowy
- wysoka gorączka
- zaburzenia świadomości
- nadmierne pocenie się
- bełkotliwa mowa
- oczopląs
- biegunka
- drgawki
- zaburzenia orientacji
- zawroty, omdlenia
- kołatanie serca
- wzrost ciśnienia krwi
- bóle brzucha
- nudności, wymioty
- problemy z oddychaniem
- ataki szału
- szczykościsk
- stany lękowe
- bezsenność
- brak apetytu
- poszerzone źrenice
- brak reakcji na światło
- wyłączenie świadomości
- omamy wzrokowe i słuchowe

OBJAWY W ZALEŻNOŚCI OD DROG PODANIA

WZMUSZONY DZIAŁA SIĘ NA:

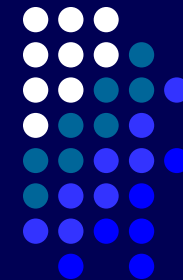
w saszetkach; w zależności od rodzaju pigulek, swoim okładają skutki, jak po zażyciu amfetaminy, kokainy lub LSD

awodniak amfetaminy; zazwyczaj wciągane przez nos

OBJAWY

awodniak do roślin"; zawierają przeważnie związki czynne odpowiedniki marihuany i haszyszku; w postaciach saszetek lub ekstraktu; palone

MKRPA WŁĄCZA ŚWIADOMOŚĆ



**Piwo, wino, wódka
zawierają
ten sam alkohol
w różnych
stężeniach**

1 porcja standardowa to ok. 10 g czystego
alkoholu etylowego czyli:

szklanka 250 ml 5% piwa
lampka 100 ml 12% wina
kieliszek 30 ml 40% wódki

Sam możesz orientacyjnie sprawdzić
stężenie alkoholu we krwi na:
www.alkoholoweliczycielko.pl

**Każda ilość alkoholu,
wypitego w ciąży,
to ryzyko zaburzeń
w rozwoju dziecka**

Alkohol przepływa przez organizm płodu w tym
samym stężeniu, w jakim występuje on we krwi
matki. Przy czym jest on o wiele wolniej spalany.

Konsekwencje picia alkoholu w ciąży:

- poronienie lub przedwczesny poród
- niska waga urodzeniowa dziecka,
- uszkodzenie mózgu (w każdym trymestrze ciąży),
- zespół ADHD,
- opóźnienie wzrostu,
- wady serca,
- wady nerek,
- problemy z widzeniem i ze słyszeniem,
- wystąpienie alkoholowego zespołu płodowego (FAS).

**Trwale skutki
spożywania
alkoholu**

- ataki, napady, zaniki pamięci, halucynacje
- podwyższone ciśnienie krwi
- ryzyko zawału serca i udaru
- marskość wątroby
- uszkodzenie trzustki
- zwiększenie ryzyka chorób nowotworowych
- wrzody żołądka i dwunastnicy
- zmniejszona płodność i impotencja
- nieprawidłowy metabolizm
- padaczka alkoholowa – śpiączka, śmierć

**... i dorosłych
popelniana jest przez osoby,
będące pod wpływem
alkoholu lub środków
psychoaktywnych**

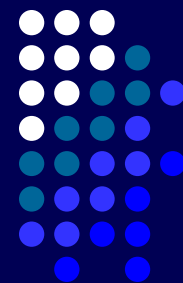
... przez ul. Poznańska 109
tel. 95 724 88 04

SP Wojewódzki Szpital Specjalistyczny
dla Nerwowy i Psychiatryczny
Cibórz 5
tel. 68 341 94 55

Klub Abstynenta
Żary ul. Podchorążych 31/1
tel. 68 470 63 08

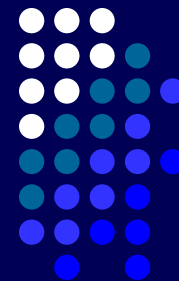
**WŁĄCZ
WŁĄCZ
ŚWIADOMOŚĆ**

Informator Miejskiej Komisji
Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
i Urzędu Miejskiego w Żarach



Zakrojona na szeroką skalę dystrybucja ulotek, kolportowanych w placówkach oświatowych, ośrodkach leczenia uzależnień itp., przyczyniła się do spadku spożycia dopalaczy na terenie miasta Żary, odnotowanego m.in. w statystykach Policji oraz Pogotowia Ratunkowego w Żarach

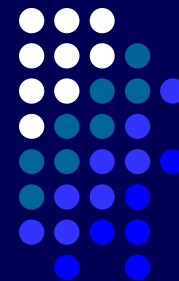
Przeegląd Teatrów Profilaktycznych



Rokrocznie organizowany przez MKRPA Przeegląd stanowi przykład atrakcyjnej i skutecznej formy profilaktyki, angażującej żarskie dzieci i młodzież.

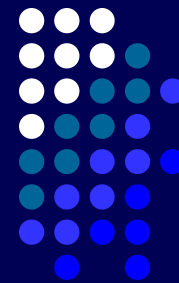


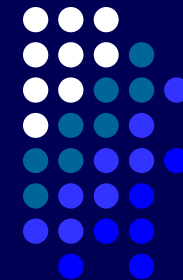
Podczas XI Przeglądu na scenie wystąpiło 190 młodych aktorów, którzy poprzez krótkie formy teatralne propagowali zdrowy styl życia - wolny od szeroko rozumianych uzależnień: tj. tytoniu, alkoholu, środków psychoaktywnych i uzależnień behawioralnych.



Młodzi aktorzy występują na scenie żarskiej „LUNY”

Podsumowaniem i uwieńczeniem całości działań koordynowanych przez MKRPA działań profilaktycznych jest rokrocznie organizowany Happening:





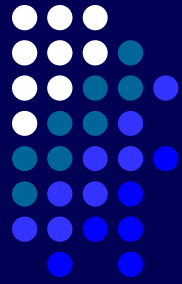
W [Happeningu](#) biorą udział placówki edukacyjne oraz przedstawiciele podmiotów i organizacji, realizujących zadania profilaktyczne we współpracy z MKRPA, m.in.: NZOZ Profil, Staż Miejska, KPP w Żarach...





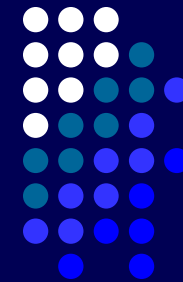
Hasło przewodnie wydarzenia w 2017 roku brzmiało:

„Weź na świat na trzeźwo i bez przemocy”

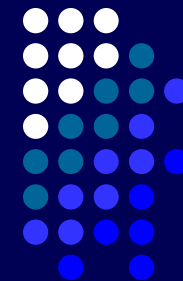


Uczestnicy Happeningu zaprezentowali transparenty, manifestujące wolność od uzależnień i przemocy

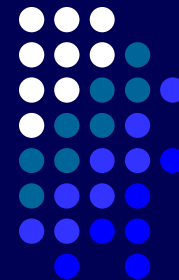
Happening regularnie uświetniają swą obecnością władarze miasta Żary

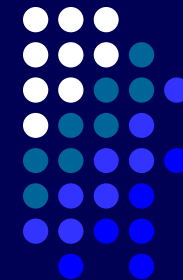


Tradycją jest, że uczestniczące w wydarzeniu dzieci i młodzież otrzymują certyfikaty, dyplomy, nagrody i słodki poczęstunek



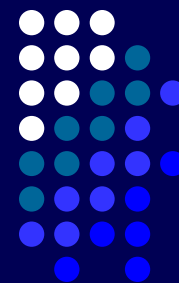
Uczestnicy Happeningu przemierzają żarski deptak:





**Barwny korowód
promuje zdrowy
styl życia wśród
mieszkańców Żar**

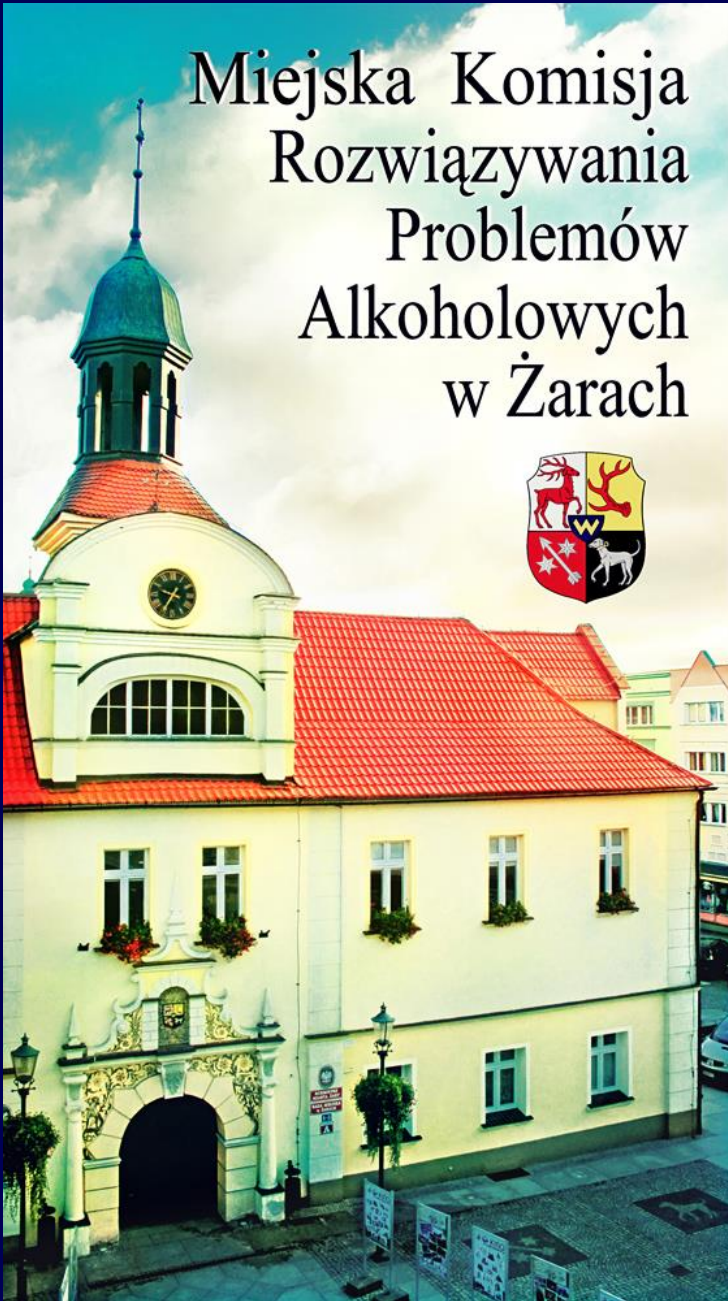




Problemy, wynikające z uzależnień, stanowią obecnie jedną z najważniejszych kwestii społecznych.

MKRPA w Żarach aktywnie przyczynia się do ich rozwiązywania, dążąc do stworzenia zintegrowanego systemu profilaktyki na terenie miasta.

Miejska Komisja
Rozwiązywania
Problemów
Alkoholowych
w Żarach



**Dziękujemy
za uwagę**

