

**Raport z realizacji  
Gminnego Programu  
Profilaktyki  
i Rozwiązywania  
Problemów Alkoholowych  
oraz Przeciwdziałania  
Narkomanii dla Miasta  
Luboń za rok 2024**

## Wstęp

Z najnowszego raportu Organizacji Współpracy Gospodarczej i Rozwoju uwzględniającego 52 kraje na mieszkańca Unii Europejskiej przypada rocznie 11,3 litra czystego alkoholu, na mieszkańca Polski rocznie przypada średnio 11,7 litra czystego alkoholu, to około 2,4 butelki wina lub 4,5 litra piwa tygodniowo na osobę w wieku 15 lat i więcej. Mężczyźni w naszym kraju spożywają 18,4 litra czystego alkoholu rocznie, a kobiety 5,6 litra. 17% chłopców i 21% dziewcząt w wieku 15 lat co najmniej dwa razy w życiu piło alkohol. Odsetek osób uzależnionych w Polsce od lat utrzymuje się na tym samym wysokim poziomie. Ma to określone skutki społeczne. Szacunki wskazują, że w Polsce za następnych 30 lat z powodu chorób i urazów spowodowanych spożywaniem alkoholu średnia długość życia skróci się o 1,6 roku.

Celem strategicznym programu przyjętego przez Radę Miasta Luboń uchwałą nr LXV/494/2023 z dnia 14 grudnia 2023 r. w sprawie Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Luboń na lata 2024-2026 było ograniczenie występowania problemów związanych z używaniem alkoholu, narkotyków i uzależnień zachowania (behawioralnych) oraz nowych problemów społecznych, bezpośrednio z nimi związanych, a także profilaktyka zagrożeń ryzykownych wśród dzieci i młodzieży oraz przeciwdziałanie przemocy w rodzinie. Wskazane do realizacji cele szczegółowe to:

1. Prowadzenie profilaktycznej i terapeutycznej działalności w zakresie występujących problemów związanych z używaniem alkoholu, narkotyków i uzależnień behawioralnych oraz nowych problemów społecznych, w szczególności dla dzieci i młodzieży oraz rodziców i nauczycieli,
2. Zwiększenie dostępności pomocy terapeutycznej dla osób współuzależnionych i uzależnionych w zakresie alkoholu, narkotyków, uzależnień behawioralnych, ofiar i sprawców przemocy oraz problemów w psychospołecznych. Reintegracja społeczna osób po przeprowadzonej terapii
3. Udzielanie rodzinom, w których występuje problem uzależnienia pomocy edukacyjnej oraz wsparcia psychologicznego.
4. Wspomaganie działalności instytucji, stowarzyszeń i innych grup pomocowych, służącej rozwiązaniu problemów związanych z używaniem alkoholu, narkotyków, uzależnień behawioralnych oraz nowych zagrożeń społecznych.
5. Prowadzenie działań mających na celu przestrzeganie przepisów ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi przez podmioty prowadzące działalność gospodarczą.

## **Informacja o pracy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Luboniu**

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych ze względu na powierzone jej przez Ustawę o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi zadania odgrywa zasadniczą rolę w lokalnej polityce wobec alkoholi.

Ustawowe zadania:

- inicjowanie działań w zakresie realizacji zadań własnych gminy związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych,
- podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu w zakładzie leczenia odwykowego,
- opiniowanie wydawania zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych pod względem zgodności lokalizacji punktów sprzedaży z uchwałami Rady Miasta,
- kontrola przestrzegania zasad i warunków korzystania z zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych,
- uczestnictwo w pracach Zespołu Interdyscyplinarnego oraz realizacja procedury Niebieskiej Karty.

Komisja składała się z 8 członków, którzy pracowali w dwóch zespołach: motywującym i kontrolnym. W roku 2024 Komisja zebrała się na 12 posiedzeniach wspólnych oraz 24 posiedzeniach zespołów problemowych.

### **Zespół motywujący**

Kiedy mamy do czynienia z osobą uzależnioną jednym z najtrudniejszych zadań jest zmotywowanie jej do podjęcia leczenia. Zaprzeczenie istnienia problemu wynika z samych mechanizmów choroby jaką jest uzależnienie od alkoholu. Mówimy tu o mechanizmie iluzji i zaprzeczenia. Sprawia on, że osoba uzależniona zaczyna izolować się od negatywnych sygnałów płynących z otoczenia i własnego organizmu. Uzależniony broni siebie przenosząc odpowiedzialność za swoje picie i szkody z nim związane na innych. W trakcie spotkań z osobą uzależnioną członkowie komisji

wykazują się rzeczowością, konkretnością i życzliwością. Starają się nakłonić osobę do kontaktu z terapeutą lub na leczenie w ośrodku odwykowym. W ubiegłym roku 64 osoby zostały zaproszone na spotkanie, do prokuratury zostały wysłane 4 informacje, do sądu trafiła jedna sprawa.

Podstawą do uruchomienia procedury do leczenia odwykowego stanowią art. 24-36 ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi. Celem instytucji sądowego zobowiązania jest motywowanie do podjęcia terapii uzależnień. Aby wobec danej osoby wszcząć procedurę muszą wystąpić jednocześnie dwie przesłanki:

- uzależnienie od alkoholu lub podejrzenie, że u danej osoby ono występuje

oraz jedna z czterech przesłanek społecznych:

- rozkład życia rodzinnego,
- demoralizacja nieletnich,
- uchyłanie się od obowiązku zaspokajania potrzeb rodziny,
- systematyczne zakłócanie spokoju lub porządku publicznego.

Przymus stosowany jest na etapie doprowadzenia osoby uzależnionej od alkoholu na badanie przez biegłego, na rozprawę w sądzie lub do zakładu leczniczego, jeżeli odmówi ona współpracy. Nie ma jednak możliwości prawnych ani organizacyjnych zatrzymania pacjenta w zakładzie leczenia odwykowego wbrew jego woli.

### **Zespół kontrolny**

Przeprowadzenie kontroli punktów sprzedaży napojów alkoholowych należy do ustawowych zadań realizowanych przez GKRPA. Czterech członków dokonuje kontroli w oparciu o art. 18 pkt 8 i art. 183 cytowanej wyżej ustawy oraz art. 47 ustawy prawo przedsiębiorców. Zakres przedmiotowy kontroli dotyczy:

- przestrzeganie ważnego zezwolenia na sprzedaż napojów alkoholowych,
- posiadanie dowodów wniesienia opłaty za korzystanie z zezwolenia,
- posiadanie dokumentów potwierdzających tytuł prawny do lokalu, w którym jest sprzedawany alkohol,

-weryfikacja prawidłowości składanych corocznie oświadczeń o wartości sprzedanego alkoholu w roku poprzednim,

- kontroli przestrzegania zasad reklamy i promocji napojów alkoholowych,
- przestrzegania ustawowego zakazu reklamy i promocji napojów alkoholowych.

W roku 2024 skontrolowano:

- Restaurację Garden 21
- MMT Supermarket ul. 11 Listopada 51
- PHU J.Wierzbicka al. Jana Pawła II 10/9
- Społem PPP Puszczykowo Sklep nr 39 ulica 11 Listopada 141
- PHU „Obcy” K.Marcinkowski – sklep Żabka ul. Poniatowskiego 66
- Delikatesy Corner
- Sklep Żabka ulica Żabikowska 47e
- Sklep Społem ulica Kościuszki 49
- Sklep Mateo
- Przedsiębiorstwo Wielobranżowe M.Ciesielska ulica Kościuszki 45

### **Opiniowanie i wydawanie zezwoleń na obrót napojami alkoholowymi**

W roku 2024 wydano 68 zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych w tym: 11 zezwoleń w miejscu sprzedaży oraz 57 poza miejscem sprzedaży. Zespół kontrolny przeprowadził w 2024 roku 13 kontroli punktów sprzedaży napojów alkoholowych w Luboniu.

Liczba ważnych zezwoleń na dzień 31.12.2024 r.:

| Typ sprzedaży     | Ogółem        | Według rodzajów alkoholu |                                                 |             |
|-------------------|---------------|--------------------------|-------------------------------------------------|-------------|
|                   |               | do 4,5% oraz<br>piwo     | powyżej 4,5%<br>do 18%<br>(z wyjątkiem<br>piwa) | powyżej 18% |
| Ogółem            | (max 193) 170 | (max 70) 62              | (max 70) 57                                     | (max 53) 51 |
| Na miejscu        | (max 42) 29   | (max 18) 13              | (max 18) 10                                     | (max 6) 6   |
| Poza<br>miejschem | (max 151) 141 | (max 52) 49              | (max 52) 47                                     | (max 47) 45 |

## Wyniki pracy terapeutów pracujących w Centrum Wsparcia i Pomocy Rodzinie

### Dominika Kolasińska

W minionym roku skupiła się na pomocy interwencyjnej, psychologicznej i psychoedukacyjnej dla młodzieży, dorosłych a czasem całych rodzin. Wiele działań koncentrowało się wokół tematu rodzicielstwa i potrzeb dzieci w różnych okresach rozwojowych. Wielokrotnie pracowała w obszarze uzależnienia i współuzależnienia.

#### 1. Spotkania indywidualne lub w małej grupie (do 3 osób)

W trakcie spotkań indywidualnych lub rodzinnych, podejmowano następującą tematykę:

- uzależnienia i współuzależnienia; rozumienia rozwoju tych mechanizmów, wsparcia w wychodzeniu ze współuzależnienia, poszukiwania najlepszych miejsc do podjęcia terapii (ambulatoryjnej i w warunkach zamkniętych)
- interwencji kryzysowej- w przypadku osób dotkniętych stratą bliskich, w żałobie lub w przypadku zagrożenia samobójstwem
- funkcjonowania rodzin, w których chorują bliscy; dzieci mają diagnozę neuroatypowości, lub pojawia się kłopot z samodzielnym rodzicielstwem, lub występują problemy z uzależnieniem i przemocą.

- często pracowała nad motywacją do podjęcia leczenia psychoterapeutycznego lub/i psychiatrycznego
- w trakcie spotkań indywidualnych poruszała tematy traumy i tego, jaki może mieć wpływ na funkcjonowanie psychofizyczne. Dodatkowo często pracowała w obszarze nauki wyznaczania granic i budowania relacji z poszanowaniem obu stron.

## **2. Superwizja dla pedagogów**

Spotkania dla pedagogów przeznaczone były dla specjalistów (pedagogów oraz psychologów) wszystkich szkół podstawowych oraz zespołu szkół w Luboniu. Spotykano się średnio co 4-6 tygodni, na dwie godziny (wyjątkiem był okres wakacyjny). Podczas spotkań poruszane były następujące kwestie:

- współpraca z rodzicami
- uzależnienie wśród młodzieży
- profilaktyka zdrowia psychicznego
- zachowania agresywne wśród młodzieży
- „trudnych przypadków” wśród uczniów oraz trudnych sytuacji w pracy z klasą
- udzielanie sobie wzajemnego wsparcia w obszarze radzenia sobie ze stresem w pracy

## **3. Superwizja dla nauczycieli**

Spotkania superwizyjne dostępne były dla wszystkich zainteresowanych nauczycieli szkół podstawowych oraz zespołu szkół w Luboniu. W trakcie rozmów poruszano następujące zagadnienia:

- praca z klasą- omawianie podstaw psychologii społecznej i pracy z grupą, rozwiązywania konfliktów w grupie i między uczniami
- przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu w pracy nauczyciela
- współpraca z rodzicami- odpowiedzialność nauczyciela w procesie wychowania dziecka a odpowiedzialność rodzica, jak motywować rodziców do podjęcia działań na rzecz rozwoju dzieci
- najczęściej występujące zaburzenia funkcjonowania psychospołecznego wśród dzieci w wieku szkolnym- w tym trudności w rozwoju psychoseksualnym
- wymiana doświadczeń pomiędzy nauczycielami

#### **4. Superwizje rodzicielskie**

Spotkania przeznaczone były dla chętnych rodziców i z reguły kończyły się umówieniem kolejnych konsultacji lub zaproszeniem do udziału w grupie kompetencji rodzicielskich. Najczęściej poruszaną tematyką były:

- przemoc w rodzinie
- wspieranie dziecka w procesie uczenia
- uświadamianie roli rodzica w życiu dziecka
- nauka reagowania w sytuacjach trudnych
- wspieranie dzieci po próbach samobójczych

#### **5. Warsztaty kompetencji dla rodziców**

Zostały zorganizowane dwie grupy warsztatowe – jedna dla rodziców dzieci w wieku 9-12 lat, a druga dla rodziców dzieci w wieku 13-17 lat. Każda grupa odbyła cztery spotkania, a każde z nich trwało 2,5 godziny. Nadrzędnym celem spotkań było podniesienie kompetencji emocjonalnych, interpersonalnych i intelektualnych niezbędnych w procesie wychowania.

Podczas warsztatów poruszaliśmy następujące tematy:

- potrzeby rozwojowe dzieci w różnym wieku
- radzenie sobie z emocjami z pozycji rodzica
- profilaktyka uzależnień wśród dzieci i nastolatków
- komunikacja z dzieckiem
- tworzenie bezpiecznych granic w relacji
- trudne sytuacje rodzinne

#### **6. Konferencja dla rodziców w Luboniu**

Podczas zimowej konferencji dla rodziców w Luboniu wygłosiła wykład, a następnie odpowiadała na pytania dotyczące potrzeb rozwojowych oraz trudności w wychowaniu dzieci i młodzieży. Wykład koncentrował się na różnicach dotyczących różnych wymagań w towarzyszeniu młodym w ich dorastaniu. Rozmawiano zarówno o zagrożeniach (uzależnieniach, samookaleczeniach, ryzyku samobójstw), jak również o ogromnej energii jaką dzieci wnoszą w życie rodziny. Po spotkaniu odpowiadała na pytania oraz wymieniała się doświadczeniami z rodzicami oraz pedagogami, którzy także licznie uczestniczyli w konferencji.

## Podsumowanie

W sumie w minionym roku, od stycznia do grudnia odbyła następującą ilość spotkań:

- 300 godzin spotkań indywidualnych lub w małej grupie. Skorzystało z nich 70 osób, w tym 46 kobiet, 10 mężczyzn, 14 nieletnich
- 18 godzin superwizji dla pedagogów- średnio po 6 osób na spotkaniu
- 22 godziny superwizji dla nauczycieli - średnio 3 osoby na spotkaniu
- 20 godzin superwizji dla rodziców
- 20 godzin grupy warsztatowej dla rodziców- średnio po 6 osób na spotkaniu

Istotnym wskaźnikiem jest ilość rodzin, które udało się objąć wsparciem. Podsumowując wymienione powyżej działania, około 35 rodzin objęto szeroko ujętym wsparciem psychologicznym. Dzięki uczestnictwu w konsultacjach, warsztatach, superwizji oraz dzięki ścisłej współpracy z pedagogami i psychologami szkolnymi udało się:

- podnieść świadomość odpowiedzialności za proces wychowania dzieci
- rozwinąć niektóre kompetencje rodzicielskie w tym m.in. stawianie granic, wsparcie emocjonalne dzieci, rozumienie różnych potrzeb wychowawczych
- przeciwdziałać eskalacji przemocy, pracując na rzecz budowania bezpiecznej relacji między dzieckiem/nastolatkiem a rodzicem
- skierować do specjalistów pracujących w zakresie zaburzeń neurorozwojowych, rozwoju seksualnego lub uzależnień
- skutecznie wspierać w procesie wychodzenia ze współuzależnienia

Większość spotkań dotyczyła szeroko pojętego zdrowia psychicznego, społecznego i somatycznego. Biorąc pod uwagę miniony rok, najbardziej istotnymi tematami poruszonymi podczas wszystkich spotkań były: uzależnienie, sytuacja rodzinna, wspieranie nastolatków oraz interwencja kryzysowa

## **1. Poradnictwo terapeutyczne.**

Uzależnienie od substancji psychoaktywnych to poważna choroba, która wymaga odpowiednich działań i konieczności leczenia. To, co bardzo istotne na samym wstępie to motywacja – warto pamiętać, że leczyć musi chcieć osoba uzależniona – nie jego rodzina czy bliscy, ponieważ to nie przyniesie odpowiedniego skutku. Od pierwszego etapu procesu zdrowienia to osoba uzależniona powinna mieć sprawczość nad swoim leczeniem – to pomaga odzyskać kontrolę utraconą w trakcie rozwoju uzależnienia. Zatem już od pierwszych chwil to on powinien decydować w zakresie terapii – po odpowiedniej konsultacji wybrać jej formę oraz samodzielnie umówić się na leczenie.

Praca w Lubońskim Centrum Wsparcia i Pomocy Rodzinie ma charakter wielopoziomowy i wymaga indywidualnego podejścia do klienta. W czasie pracy w „LCW i PR „ w 2024r. udzielił 335 porad terapeutycznych dla 42 osób. Większość z nich dotyczyła pomocy osobom z problemem alkoholowym. Porady dotyczyły głównie motywowania do utrzymywania abstynencji oraz rozwijania umiejętności służących trzeźwieniu i rozwiązywania problemów. Osiem osób, które korzystało z tej formy pomocy zdecydowało się na leczenie w OLU w Kościanie, a siedem osób podjęło leczenie w Poradni Leczenia Uzależnień.

Charakterystyk osób korzystających z pomocy Centrum.

Pierwszą grupę stanowią osoby zażywające środki psychoaktywne w sposób ryzykowny. Picie ryzykowne można określić mianem przedzgonka alkoholizmu. Pod tym terminem kryje się spożywanie nadmiernych ilości alkoholu, które choć obecnie nie powodują szkód na zdrowiu, mogą je wywołać, jeśli wzorzec picia nie ulegnie zmianie na bezpieczniejszy.

Drugą grupę stanowią osoby pijące w sposób szkodliwy. Picie szkodliwe to taki wzorzec picia, który już powoduje szkody zdrowotne, fizyczne bądź psychiczne; ale również psychologiczne i społeczne, przy czym nie występuje jeszcze uzależnienie od alkoholu.

Trzecią grupą są osoby uzależnione od środków psychoaktywnych.

W życiu człowieka można wyróżnić trzy podstawowe sfery funkcjonowania: fizyczną, psychiczną i duchową. Życie duchowe wiąże się przede wszystkim zastanawianiem się nad sobą, nad własnym życiem i jego celem, ze stosunkiem do różnych rzeczy, spraw, ludzi (Boga, pracy, dóbr materialnych, rodziny, miłości itp.). To postawy, ideały, wartości, rzeczy najważniejsze w życiu człowieka. Bez nich życie wydaje się puste, bezbarwne, bezcelowe, bezsensowne.

Alkoholizm niszczy duchowe życie człowieka. Zmienia uczucia, system wartości, myślenie, działanie. W centralne miejsce wprowadza alkohol i całe życie koncentruje wokół niego.

Alkohol pozbawia:

- optymizmu, radości życia, entuzjazmu,
- chęci działania, pracy, nauki, realizacji siebie, własnych talentów,
- umiejętności radzenia sobie z codziennymi trudnościami,
- zaufania do innych i siebie, prawdziwego kontaktu z innymi (oddala od ludzi),
- uczuć wyższych: miłości, szacunku, współczucia itp.,
- zainteresowań, hobby.

Trzeźwienie polega nie tylko na wyleczeniu ciała, uzyskaniu równowagi i harmonii psychicznej, ale również na odbudowaniu życia duchowego.

Osoba uzależniona może mieć udane trzeźwe życie, o ile zrozumie i zaakceptuje ograniczenia, które wynikają z jej uzależnienia.

Podstawowym ograniczeniem dla osoby uzależnionej jest to, że nigdy nie będzie mogła pić alkoholu kontrolowanie. Jej zdrowie i jakość życia zależy od tego, czy będzie utrzymywać abstynencję.

Drugim ważnym ograniczeniem jest to, że osoba uzależniona musi liczyć się z nawrotami choroby – sytuacje stresowe mogą uaktywniać mechanizmy uzależnienia, które kierują osobę uzależnioną w stronę picia alkoholu. Szeroko rozumiany stres (czyli przykre przeżycia, napięcie emocjonalne, wspomnienia, konflikty z ludźmi, trudności życiowe) mogą spowodować wystąpienie głodu alkoholowego nawet po wielu miesiącach i latach abstynencji. Konsekwencje nadużywania alkoholu nie znikają z chwilą zaprzestania picia. Jeszcze przez długi czas osoba uzależniona będzie

musiała uwzględniać je w swoim życiu (leczyć się, naprawiać szkody, nadrobić zaległości, zadośćuczynić krzywdy).

Z ograniczeń tych (powyżej) wynikają praktyczne wskazówki co do sposobu życia, które osoba uzależniona musi uwzględniać w swoich codziennych zachowaniach oraz planach życiowych. Żeby rozumieć i pamiętać o tych ograniczeniach ważne jest uznanie siebie za osobę uzależnioną

Dzięki uznaniu siebie za osobę uzależnioną można:

- poznać i zaakceptować możliwości i ograniczenia wynikające z bycia osobą uzależnioną i stosować w praktyce zalecenia i umiejętności, które służą trzeźwemu życiu,
- uchronić się przed dalszym rozwojem śmiertelnej choroby, jaką jest uzależnienie, przez stałe pamiętanie o tym, że jestem alkoholikiem, rozpoznawanie zagrożeń i zapobieganie nawrotom,
- odzyskać szansę na realizację celów życiowych, które mogą być osiągnięte tylko pod warunkiem prowadzenia trzeźwego życia.

Uznanie siebie za alkoholika rozpoczyna proces zmiany w myśleniu o sobie jako alkoholiku, a proces ten ma następujące etapy:

ZAPRZECZANIE - "nie jestem alkoholikiem – alkoholicy to degeneraci, słabi i upodleni ludzie, którzy muszą być leczeni, jeszcze ze mną nie jest tak źle, jeszcze nie jestem na odwyku"

WAHANIE - „obawiam się, że może jestem alkoholikiem – alkoholizm to choroba, te różne złe rzeczy, które się ze mną działy, są objawami choroby, jestem na odwyku, bo tutaj leczą tę chorobę i może mi pomogą”

ROZWAŻANIE - „chyba jestem alkoholikiem – jestem podobny do tych, którzy tutaj nazywają się alkoholicy, można być alkoholikiem i nie pić, jak się jest alkoholikiem, to nie wolno pić do końca życia”

POTWIERDZENIE - „jestem alkoholikiem i muszę o tym pamiętać do końca życia, ale mogę być szczęśliwy, jeśli nauczę się żyć bez alkoholu i rozwiązywać na trzeźwo swoje problemy”

AFIRMACJA - „jestem dumny z tego, że jestem alkoholikiem i nie piję – mogę pomagać innym alkoholikom i lepiej ich rozumiem”

ROZSTANIE - „mam za sobą ważny i trudny okres życia, udało mi się zatrzymać śmiertelną chorobę i mogę być z siebie dumny, nie będę już nigdy używał alkoholu, ale nie muszę stale o tym myśleć i nie będę już patrzył na siebie i na swoje życie z perspektywy alkoholowej”.

## **2. Program korekcyjno-edukacyjny**

Kolejnym obszarem mojej pracy w Lubońskim Centrum Wsparcia i Pomocy Rodzinie jest praca z osobami, które rozpoznały u siebie zachowania o znamionach przemocy domowej. W 2024 r. w programie dla sprawców przemocy domowej wzięło udział 12 osób, a ukończyło 6. Zajęcia miały charakter indywidualnych spotkań z terapeutką i terapeutą.

„Przemoc to intencjonalne działanie lub zaniechanie jednej osoby wobec drugiej, które wykorzystując przewagę sił narusza prawa i dobra osobiste jednostki, powodując cierpienia i szkody.”

Ofiarami przemocy w rodzinie są najczęściej kobiety (58%) oraz dzieci do lat 13 (24%). Natomiast sprawcami przemocy są głównie mężczyźni (96%), będący często pod wpływem alkoholu. Jest kilka koncepcji psychologicznych wyjaśniających zjawisko przemocy i zachowanie ofiar. Praca z osobami doświadczającymi przemoc domową oraz jej sprawcami wymaga specjalistycznej pomocy psychiatrów, psychologów, psychoterapeutów i innych specjalistów na wielu poziomach psychologicznych aspektów funkcjonowania człowieka.

Program korekcyjno-edukacyjny opiera się o wytyczne do tworzenia modelowych programów korekcyjno – edukacyjnych dla osób stosujących przemoc w rodzinie, stanowiących załącznik nr 2 do Krajowego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie (warszawa 2006r.) oraz na podstawie programu o nazwie Domestic Abuse Intervention Project of Duluth, który powstał na początku lat 80-tych w Minnesocie. Dużą wagę przywiązuje się w nim do skoordynowania różnych działań w społeczności wobec problemu przemocy. Przemoc jest definiowana jako przejaw męskiej władzy i kontroli nad kobietą. Jest nią nie tylko fizyczne znęcanie się, ale także groźby, izolowanie, upokarzanie.

Główne cele naszego programu:

- 1)uznanie przez osobę stosującą przemoc w rodzinie swojej odpowiedzialności za stosowanie przemocy,
- 2) uświadomienie sprawcy, czym jest przemoc oraz uzyskania przez niego świadomości własnych zachowań przemocowych wobec bliskich,

- 3) powstrzymanie osoby stosującej przemoc w rodzinie przed dalszym stosowaniem przemocy,
- 4) rozwijanie umiejętności samokontroli i współżycia w rodzinie,
- 5) zdobycie umiejętności komunikowania się, konstruktywnego wyrażania uczuć rozwiązywania konfliktów w rodzinie bez stosowania przemocy,
- 6) kształtowanie umiejętności w zakresie wychowywania dzieci bez używania przemocy w rodzinie,
- 7) zdobycie i poszerzenie wiedzy na temat mechanizmów powstawania przemocy w rodzinie,
- 8) zdobycie umiejętności komunikowania się i rozwiązywania konfliktów w rodzinie bez stosowania przemocy,
- 9) uzyskanie informacji o możliwościach podejmowania działań terapeutycznych,
- 10) oddziaływanie edukacyjne w zakresie sprawowania skutecznej kontroli nad zachowaniami przemocowymi wobec partnerek.

### **3. Pomoc kobietom doświadczającym przemocy domowej**

Kolejną grupą osób z problemem przemocy w rodzinie były kobiety z podejrzeniem doświadczania zachowań przemocowych.

Celem pomocy jest wzmocnienie kobiet, wyjście z sytuacji kryzysowej, wzmocnienie wiary we własne możliwości i umiejętności oraz, jeśli zajdzie taka potrzeba, złagodzenie skutków stresu pourazowego związanego z doznana przemocą, zwiększanie poczucia bezpieczeństwa, umiejętności radzenia sobie w trudnej sytuacji życiowej oraz pełnienia różnych ról społecznych.

Doradztwo prowadzone metodami niedyrektywnymi pozwala kobiecie odzyskać pewność siebie, a w konsekwencji samodzielnie podejmować i realizować decyzje odnoszące się do jej życia i związku. Specjalistyczne wsparcie pozwala kobiecie znaleźć w sobie siłę, aby mogła uwolnić się z niszczącego związku i odzyskać kontrolę nad własnym życiem. Odzyskanie mocy sprawczej jest dla wielu kobiet punktem

wyjścia do podjęcia kroków prawnych, pozwala skuteczniej skorzystać z pomocy prawnej i dążyć do osiągnięcia zamierzonych celów.

W trakcie dyżurów udzielił 96 porad terapeutycznych 10 kobietom. Praca z tymi osobami polegała głównie udzielaniu wsparcia, motywowaniu do zmiany oraz różnych oddziaływaniach edukacyjnych (Procedura Niebieskiej Karty, itp.) Działania te miały na celu rozpoznanie zachowań oraz rozwijanie umiejętności potrzebnych w radzeniu sobie w tych trudnych sytuacjach. Cztery osoby korzystające z tych porad otrzymały zalecenie konsultacji z lekarzem w Poradni Zdrowia Psychicznego.

### **Marcin Bąk**

W ciągu roku 2024 udzielił następującej pomocy i wsparcia psychologicznego;

- konsultował i szukał najlepszych rozwiązań dla klientów zgłaszających się z problemami dotyczącymi dylematów okresu dojrzewania i rozumienia ich wpływu na nastolatków oraz wychowujących ich rodziców,
- wspierał dzieci oraz rodziców zmagających się z trudnościami wychowawczymi oraz związkowymi,
- konsultował osoby dorosłe zmagające się z problemami psychicznymi, problemem uzależnienia oraz współuzależnienia oraz doświadczające przemocy w relacjach,
- prowadził grupę wsparcia dla kobiet pochodzących z rodzin z problemem przemocy lub uzależnienia,
- współpracował z pracownikami Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Luboniu; konsultował możliwości udzielenia adekwatnej pomocy podopiecznym Ośrodka oraz ich dzieciom,
- współpracował z pedagogami i psychologami szkolnymi,
- prowadził dwie grupy podnoszenia kompetencji rodzicielskich,
- doskonalił swoje umiejętności i poszerzał wiedzę biorąc udział w następujących formach rozwoju zawodowego:
  - Uzależnienie – Polityka, Nauka, Praktyka – nowe paradygmaty i rozwiązania systemowe (konferencja)
  - Uzależnienia – od analizy danych do skutecznej terapii (konferencja)

- Diagnoza i terapia bliskich osób z uzależnieniem – nowe spojrzenie (konferencja)
- Praca z osobami wzrastającymi w rodzinie z problemami uzależnień (konferencja, warsztaty)
- Leczenie zaburzeń osobowości – agresja w relacji terapeutycznej (konferencja)
- XIX Konferencja Europejskiej Federacji Społeczności Terapeutycznych (konferencja, warsztaty)

W ciągu minionego roku przeprowadził konsultacje dla:

153 osób zgłaszających się do Centrum Pomocy i Wsparcia Rodziny Luboń, w tym:

konsultacje dla osób indywidualnych (jedna osoba w kontakcie) – 22 osoby

konsultacje dla rodzin (przynajmniej jeden rodzic + dziecko) – 60 rodzin

dzieci (do 12 r.ż.) – 38

nastolatki – (od 12 r.ż. do 18 r.ż.) – 22

kobiety – 62

mężczyźni – 27

Okres konsultacyjny obejmował od jednego do trzech spotkań w odstępach tygodniowych, po których podejmował decyzję, jaka forma pomocy będzie najbardziej adekwatna dla zgłaszających się osób. W związku z tym klientom zgłaszającym się na konsultacje proponował oraz wskazywał miejsca skorzystania ze specjalistycznych:

1. konsultacji psychiatrycznych (14 osób),
2. konsultacji psychiatrycznych dla dzieci młodzieży (17 osób),
3. konsultacji w poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży (13 osób),
4. konsultacji w innych placówkach świadczących pomoc dla dzieci (4 osoby),
5. konsultacji neuropsychologicznych (1 osoby),
6. konsultacji prawnych (3 osoby),
7. konsultacji psychoterapeutycznych w oparciu o paradygmat systemowy lub psychodynamiczny (17 osób),
8. konsultacji psychoterapii uzależnień lub współuzależnienia (21 osób)

oraz

9. wskazanie do leczenia w długoterminowym ośrodku leczenia uzależnień (3 osoby),

10. wskazanie do leczenia na oddziale psychiatrycznym (3 osoby);

lub proponował indywidualne lub grupowe spotkania psychoedukacyjne prowadzone przez specjalistów Centrum Pomocy i Wsparcia Rodziny w Luboniu.

W ciągu minionego roku wsparciem z ramienia Centrum Pomocy i Wsparcia Rodziny w Luboniu objęto:

1. konsultacje indywidualne dorosłych, nastolatków i dzieci do 3 spotkań (11 osób)
2. konsultacje indywidualne dorosłych nastolatków i dzieci powyżej 3 spotkań (25 osób)
3. konsultacje indywidualne rodziców powyżej 3 spotkań (24 osoby)
4. grupa wsparcia dla kobiet (7 osób),
5. grupa podnoszenia kompetencji rodzicielskich (13 rodzin)

### **Małgorzata Szajek**

Pani Małgorzata Szajek odpowiadała za działalność punktu informacyjno-konsultacyjnego. Pełniła ona w roku 2024 dyżury w wymiarze 20 godzin tygodniowo, a do jej zadań należało:

- motywowanie osób uzależnionych jak i członków ich rodzin do podjęcia psychoterapii w placówkach leczenia uzależnień;
- kierowanie do leczenia specjalistycznego oraz do korzystania z pomocy grup samopomocowych;
- motywowanie osób pijących ryzykownie i szkodliwie oraz osób używających narkotyków do zmiany zachowania;
- udzielanie wsparcia osobom po zakończonym procesie terapii uzależnień;
- rozpoznanie zjawiska przemocy domowej, udzielanie informacji o możliwości powstrzymania przemocy;

- gromadzenie i udostępnianie aktualnych informacji na ten temat i wskazywanie miejsc pomocy;
- przyjmowanie wniosków dotyczących rozpoczęcia procedury zobowiązania do leczenia odwykowego;
- nadzorowanie funkcjonowania Centrum Wsparcia i Pomocy Rodzinie;
- współpraca z innymi instytucjami pomocowymi działającymi na terenie miasta i poza nim.

Pani Małgorzata Szajek w roku 2024 spotkała się z 70 osobami, udzielając około 250 porad.

Oprócz prowadzenia punktu informacyjno-konsultacyjnego Pani M. Szajek prowadziła również konsultacje terapeutyczno-pedagogiczne dla rodziców. W trakcie spotkań przedstawiali oni swoje wątpliwości związane z wychowywaniem dzieci, radzeniem sobie z trudnymi zachowaniami głównie opozycyjno-buntowniczymi. W takim przypadku głównym zadaniem terapeuty było zdiagnozowanie problemu, a następnie przedstawienie konkretnego rozwiązania, a w szczególnie trudnych przypadkach wskazanie możliwości uzyskania specjalistycznego wsparcia.

Efekty:

- doskonalenie umiejętności wychowawczych rodziców,
- lepsze zrozumienie potrzeb dziecka,
- budowanie zdrowych relacji rodzinnych,
- wzmocnienie więzi z dzieckiem.

W roku 2024 z tego typu wsparcia skorzystało 42 rodziców.

## **Siłacz**

Nadużywanie alkoholu stanowi istotny czynnik ryzyka wystąpienia przemocy domowej. Z danych Komendy Głównej Policji wynika, że w roku 2024 policjanci podjęli w kraju 62.170 interwencji w sytuacji podejrzenia przemocy w rodzinie. Ponad 30.000 tych działań dotyczyło sytuacji, w której osoba stosująca przemoc była w stanie nietrzeźwości. Dlatego konieczne jest prowadzenie działań edukacyjnych dla tychże

sprawców. W 2024 r. w Centrum był kontynuowany program korekcyjno-edukacyjny oparty na modelu Duluth. Zajęcia odbywały się w każdą sobotę od godziny 9.00 do godziny 12.00. Głównym założeniem programu jest pomoc sprawcom w zaprzestaniu stosowania przemocy poprzez edukację mającą na celu:

- uświadomienie sprawcy czym jest przemoc,
- uzyskanie przez niego świadomości własnych zachowań przemocowych wobec bliskich,
- rozpoznanie przez niego sygnałów ostrzegawczych zapowiadających zachowania przemocowe,
- opracowanie „planu bezpieczeństwa” zapobiegającego użyciu siły i przemocy,
- nabycie nowych umiejętności służących rozwiązywaniu konfliktów, sporów w rodzinie bez użycia agresji,
- naukę umiejętności partnerskiego układania stosunków w rodzinie.

W roku 2024 w zajęciach systematycznie udział brało 12 mężczyzn, 6 ukończyło.

### **Warsztaty dla dzieci z rodzin zagrożonych wykluczeniem społecznym.**

Na podstawie badań naukowych opublikowanych w rekomendacjach KCPU na rok 2024, szacuje się, że w Polsce 943 tys. Dzieci i młodzieży poniżej 18 roku życia ma rodziców borykających się z problemem picia. Populacja ta stanowi ok. 13% tej grupy wiekowej. Dzieci w tym przedziale należą do grupy ryzyka i są szczególnie narażone na podejmowanie zachowań ryzykownych.

Dziecko w rodzinie z problemem alkoholowym uczy się trzech podstawowych zasad: „nie odczuwaj”, „nie ufaj”, „nie mów”.

To powoduje, że dzieci zaczynają przyjmować postawę obronną i zamkniętą na świat.

Małoletni w rodzinach dysfunkcyjnych odgrywają określone role:

- bohatera rodzinnego;
- kozła ofiarnego;
- maskotki;

- dziecka niewidzialnego;

U tych dzieci występuje stałe poczucie niższej wartości, oraz obniżone poczucie szacunku do samego siebie. Wyraża się to często w formie przesadnej samokrytyki oraz działań autodestrukcyjnych. Życie w stałym stresie uszkadza funkcjonowanie systemu odpornościowego i wywołuje choroby somatyczne i obniżenie odporności biologicznej.

Dzieci żyjące w rodzinach, w których występuje problem alkoholowy, potrzebują wsparcia. Stąd też ważna rola zajęć warsztatowych z elementami socjoterapii, które w 2024r. odbywały się w Centrum Wsparcia i Pomocy Rodzinie przy ul. Sobieskiego 65 w Luboniu.

Celem tych działań było zapewnienie opieki wychowawczej, tworzenie warunków do nauki własnej i pomocy w nauce, rozwijanie zainteresowań i uzdolnień uczestników, eliminowanie zaburzeń zachowania. Do zadań prowadzących należało również kształtowanie rozwoju dzieci poprzez zdobywanie przez nie umiejętności rozwiązywania konfliktów rówieśniczych, prowadzenie profilaktyki w zakresie uzależnień, poznawanie zagadnień, które pomogą prawidłowo funkcjonować społecznie.

Udział w zajęciach zapewniał:

- pomoc w odrabianiu lekcji;
- pomoc w rozwiązywaniu trudnych sytuacji życiowych;
- udział w zajęciach plastycznych, sportowych i rekreacyjnych;
- udział w wyjazdach;
- udział w programach z zakresu profilaktyki uzależnień;
- rozmowy indywidualne z dziećmi;
- stały kontakt z rodzicami.

Wśród celów szczegółowych zajęć należy wymienić:

- oddziaływania opiekuńcze:
  - zapewnienie poczucia bezpieczeństwa
  - zapewnienie ochrony zdrowia
  - rozwijanie umiejętności pozytywnych interakcji

- oddziaływania terapeutyczne:
  - integracja grupy;
  - wygaszanie nieprawidłowych zachowań;
  - budowanie poczucia własnej wartości;
  - doskonalenie umiejętności własnych;
  - kształtowanie właściwych postaw;
  - rozwijanie asertywności;

Dzieci uczestniczące w zajęciach brały udział także w innych, ważnych formach aktywności:

- wyjazdy i wycieczki:
  - kino
  - Termy Maltańskie
  - Cyrk Fantazja
  - Jump Arena
  - Park Linowy
  - Hydropolis
  - Jarmark Świąteczny we Wrocławiu
  - Zwiedzanie Gniezna
  - McDonald's
  - „wyjście na kebab”
- zajęcia plastyczne:
  - tworzenie breloków ze sznurka
  - malowanie i dekorowanie jajek wielkanocnych
  - tworzenie „stroików” wielkanocnych
  - tworzenie papierowych bukietów kwiatowych
  - tworzenie zawieszek z termozgrzewalnych koralików
  - budowanie drewnianych ramek na zdjęcia
  - tworzenie świeczników
  - zajęcia decoupage
  - malowanie drzew emocji
  - tworzenie plakatów edukacyjno-profilaktycznych
  - szycie poduszek

- tworzenie ozdób metodą filcowania
  - praca z masą solną
  - praca z gliną
  - Diamond painting
  - Malowanie twarzy
  - Tworzenie zabawek antystresowych
  - Tworzenie dekoracji okazjonalnych (świąteczne, walentynkowe, z okazji dnia Mamy, dnia Babci, dnia Dziadka)
- Zajęcia kulinarne:
    - Przygotowywanie pierogów leniwych wraz z sosem truskawkowym
    - Przygotowywanie rozmaitych deserów
    - Zdobienie pierników
    - Przygotowywanie tostów i hot-dogów
- Zajęcia z pierwszej pomocy przedmedycznej
  - Nocowanie w świetlicy
  - Dzień pizzy
  - Bał przebierańców
  - Świątowanie urodzin, imienin
  - Wspólne celebrowanie sukcesów
  - Zajęcia rywalizacyjne
  - Zajęcia sportowe na obiekcie ORLIK
  - Gry karciane i planszowe
  - Konkursy z nagrodami

Każdego dnia dzieci otrzymywały ciepły posiłek oraz przekąski.

Systematycznie w zajęciach brało udział 15 uczestników w przedziale wiekowym 7-14 lat.

Bardzo wymagającą i ważną jednocześnie formą pracy był systematyczny kontakt z rodzicami/opiekunami dzieci. Wychowawcy na bieżąco informowali o wszelkich sukcesach dzieci, zarówno w kontakcie bezpośrednim jak i telefonicznym. Omawiali

oni również przejawy zachowań niepokojących, starając się wspomóc rodziców/opiekunów w ich pracy wychowawczej.

Walory grupy:

- Nauka skutecznych umiejętności psychospołecznych
- Wsparcie i akceptacja rówieśnicza
- Uczenie się poprzez emocjonalną bliskość z innymi uczestnikami
- Możliwość bycia w wolnym od niebezpieczeństw miejscu
- Uczestnictwo w zajęciach, podczas których panują określone zasady
- Możliwość ujawnienia swoich problemów bez ryzyka krytyki i obstrukcji
- Gromadzenie wiedzy o uzależnieniach od środków psychoaktywnych oraz o konsekwencjach ich używania.

Uczniowie z entuzjazmem biorą udział w zajęciach świetlicowych, co jest efektem zróżnicowanego i atrakcyjnego charakteru tych zajęć. Dają one również doskonałą opcję na spędzenie czasu po lekcjach. W świetlicy czują się jak w domu, wykazując aktywność i chęć do przychodzenia. Znajdują tam bezpieczeństwo i atmosferę rodzinnej opieki, co manifestują poprzez tworzenie prac z podziękowaniami. W trakcie zajęć profilaktycznych uczą się odpowiednich zachowań, co może ich ochronić przed negatywnymi skutkami uzależnień i innymi zagrożeniami. Cele i zadania są realizowane z dbałością o bezpieczeństwo i dobrostan podopiecznych

### **Współpraca z instytucjami**

W ramach współpracy z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną w Luboniu członkowie GKRPA podjęli decyzję o współfinansowaniu warsztatów dla specjalistów pracujących w szkołach prowadzonych przez Małgorzatę Łubę. Zakres tematyczny dotyczył problemu depresji. W ramach warsztatów przedstawiono następujące zagadnienia: ryzyko zachowań samobójczych, edukowanie ucznia i jego rodziców na temat depresji, wybrane metody terapii poznawczo-behawioranej w pracy z osobą z depresją. Wzięło udział w tych warsztatach 22 nauczycieli z lubońskich szkół.

W 2024 r. w Luboniu na zaproszenie p.Burmistrz i GKRPA dwukrotnie gościł dr Eryk Matuszkiewicz. Jest on specjalistą toksykologii klinicznej, pracuje w Szpitalu Miejskim im. Franciszka Raszei w Poznaniu. Na spotkaniach z nauczycielami, wychowawcami oraz dyrektorami lubońskich szkół mówił o zagrożeniach współczesnej młodzieży. Omówił charakterystykę okresu dojrzewania oraz przybliżył wybrane problemy zdrowia psychicznego. Mówił o samouszkodzeniach i zachowaniach samobójczych. Ważnym aspektem spotkań było również przybliżenie uczestnikom wszystkich dostępnych na rynku aktualnie substancji psychoaktywnych ze szczególnym uwzględnieniem fentanylu i ich wpływu na organizm młodych ludzi. Doktor wskazał na przyczyny sięgania po narkotyki, udzielił cennych rad i wskazówek jak postępować z osobą, która ma kontakt z narkotykami.

W ramach współpracy z grupami AA w Centrum odbyły się warsztaty prowadzone przez Marcina Bąka dla kobiet uzależnionych i współuzależnionych.

W listopadzie odbyło się w COP szkolenie dla sprzedawców napojów alkoholowych w ramach kształcenia zawodowego. W szkoleniu wzięło udział 20 przedstawicieli sklepów i restauracji.

W roku 2024 Wydział Oświaty, Zdrowia i Kultury pozyskał dodatkowe środki w wysokości 56.880,00zł z Urzędu Marszałkowskiego na działanie Lubońskiego Klubu Rodzinnego. W ramach Lubońskiego Klubu Rodzinnego organizowano:

1. Uruchomiono warsztaty podnoszące kompetencje rodzicielskie. Były to cykliczne spotkania dla rodziców dzieci, szkolenie rodziców w zakresie kształtowania kompetencji w zakresie inteligencji interpersonalnej i intrapersonalnej. Warsztaty prowadzone były od września 2024 r. do grudnia 2024 r. Zajęcia odbywały się w każdym tygodniu po 2,5 godziny dla rodziców dzieci przedszkolnych, początkujących w szkole, nastoletnich i nastolatków. W warsztatach wzięło udział 13 rodzin. Warsztaty odbywały się dla rodziców dzieci w wieku 3-5 lat i 6-9 lat oraz 9-12 i 13i17 lat. Rekrutacja osób odbywała się przy pomocy i wsparciu asystenta rodziny zatrudnionego w MOPS w Luboniu, pracownikami socjalnymi oraz kuratorem sądowym. Warsztaty prowadzili specjaliści: Dominika Kolasińska i Marcin Bąk. Specjalistów wybrano na podstawie doświadczenia współpracy z ww. osobami. Do pomocy prowadzenia warsztatów zakupiono monitor interaktywny (rozpoznanie rynku). Efekty:

rodzice poznali potrzeby rozwojowe dzieci, nauczyli się technik radzenia sobie z presją i oczekiwaniami wobec siebie jako rodzica.

2. Dla rodziców zorganizowane zostały indywidualne konsultacje terapeutyczno-pedagogiczne. Rodzice mogli przedstawiać pytania i wątpliwości związane z wychowaniem dzieci, komunikacją z dziećmi, rozwiązywaniem konfliktów, radzeniem sobie w trudnych sytuacjach. Pedagog zatrudniony przez firmę Synergia (umowa zawarta na podstawie rozpoznania rynku) był do dyspozycji w każdy wtorek w godzinach od 12.00 do 13.00, środę w godzinach od 16.00 do 17.00, czwartek w godzinach od 17.00 do 18.00, piątek w godzinach od 16.00 do 17.00 okresie od 1 września 2024 r. do 31 grudnia 2024 r. W spotkaniach wzięło udział 25 rodzin. Efekty: nauka konstruktywnego wyrażania emocji rodzicielskich, wzmocnienie więzi z dzieckiem, diagnoza problemu ryzykownych zachowań, budowanie systemu wsparcia dziecka, doskonalenie budowy zdrowych relacji w rodzinie, poznanie możliwości podnoszenia samooceny u dzieci, ćwiczenie praktyki mindfulness jako metody redukcji stresu rodzicielskiego.
3. Zorganizowano festyn rodzinny na początku września 2024 r. Podczas festynu rodzice mieli okazję bawić się z dziećmi wspólnie. Podczas festynu dzieci i rodzice piekli na ognisku kiełbaski. Całości przyglądał się specjalista zatrudniony przez firmę Synergia (firma wybrana po rozpoznaniu rynku). Po festynie, ale i w trakcie jego trwania rodzice otrzymywali od specjalisty wskazówki do pogłębiania więzi z dzieckiem. W festynie wzięło udział 16 rodzin.
4. Zorganizowano konsultacje położnej dla kobiet w ciąży i po porożu. Położna dyżurowała raz w tygodniu we wtorki przez dwie godziny od godziny 17.00 do 19.00. Dyżury położnej cieszyły się dużym zainteresowaniem. Młode przyszłe mamy ale i także obecne mamy dowiadywały się np. jak ćwiczyć, aby przygotować się do porodu, jak oddychać, jak przygotować wyprawkę. Wyboru położnej do prowadzenia zajęć dokonano na podstawie rozpoznania rynku. Położna dyżurowała raz w tygodniu we wtorki przez dwie godziny od godziny 17.00 do 19.00 od 1.08.2024 r. do 31.12.2024 r.. W spotkaniach z położną wzięło udział 60 kobiet z niemowlętami.
5. Zorganizowano jogę dla kobiet w ciąży. Zajęcia cieszyły się bardzo dużym zainteresowaniem. Na potrzeby zajęć zakupiono maty, klocki piankowe, kocyki, paski do jogi. Zajęcia odbywały się 6 razy w miesiącu wg harmonogramu

ustalonego z prowadzącą i osobami korzystającymi w okresie od 1 sierpnia 2024 r. do 31 grudnia 2024 r. W jodze brało udział 10 kobiet w ciąży.

6. Zorganizowano superwizje rodzinne, które poprowadziła terapeutka Dominika Kolasińska. Były to zajęcia grupowe, wspierające dla rodziców i opiekunów dzieci. Superwizje polegały na tym, że podczas spotkań superwizor był tylko partnerem w rozmowie, a rodzic ekspertem. Spotkania odbywały się w okresie od 8.08.2024 r. do 5.12.2024 r. w godzinach od 15.00 do 17.00. W superwizji wzięli udział rodzice dzieci w wieku 9-12 lat i 13-17 lat. W superwizjach wzięło udział 20 rodzin. Efekty: podniesienie świadomości odpowiedzialności za proces wychowania dzieci, rozwijanie kompetencji rodzicielskich, wypracowanie modelu budowania bezpiecznych relacji pomiędzy dziećmi a rodzicami. Rodzice nauczyli się jak skutecznie wspierać młodzież w procesie wychodzenia z uzależnienia.

Wydział Oświaty, Zdrowia i Kultury pozyskał również środki z budżetu Województwa Wielkopolskiego na realizację programów rekomendowanych w wysokości 62.200,00zł. W ramach środków lubońskie szkoły zrealizowały do końca roku 2024 wyszczególnione niżej programy.

#### Szkoła Podstawowa nr 1

Programy rekomendowane zostały zrealizowane przez firmę zewnętrzną Progres Rzeszów. Przeprowadzone zostały następujące programy: Cukierki („Cukierki” to program profilaktyczny dedykowany najmłodszym (uczniowie 1-3 szkoły podstawowej) dotyczący zagadnień związanych ze środkami uzależniającymi i zagrożeniami, które ściśle się z nimi wiążą. Tematyka substancji psychoaktywnych nie zostaje ukazana wprost. Uczniowie, którzy posiadają jakąkolwiek wiedzę w tym zakresie są w stanie zidentyfikować problem, natomiast Ci, którzy nie mieli żadnej styczności z omawianym zagadnieniem, będą mogli uczyć się od podstaw prawidłowych zachowań w przypadku zagrożenia. Poza dostarczeniem rzetelnej wiedzy w zakresie środków uzależniających uczniowie nabywają umiejętności psychospołeczne. Kształtują postawy dystansu w relacjach z nieznanymi, wzmacniają więzi z bliskimi, uczą jak dbać o własne bezpieczeństwo, rozwijają samodzielne i twórcze myślenie.), Unplugged („Unplugged” to program koncentrujący się na

umiejętnościach życiowych, rekomendowany dla uczniów klas 6 - 8, a jego głównym celem jest ograniczenie inicjacji używania różnych substancji o działaniu psychoaktywnym takich jak: alkohol, tytoń, narkotyki. Wiąże się także z ograniczeniem intensywności używania i brakiem rozwoju w tej sferze. Tematyka zajęć dotyczy zagadnień takich jak: radzenie sobie z naciskiem grupowym, czynniki ryzyka i czynniki chroniące, przyczyny i następstwa używania określonych substancji, a także asertywność i inne umiejętności radzenia sobie z problemem) oraz Przyjaciele Zippiego („Przyjaciele ZIPPIEGO” to program zdrowia psychicznego, rekomendowany dla uczniów klas pierwszych. Cykl zajęć z dziećmi pomaga im zrozumieć swoje emocje, ułatwić funkcjonowanie w grupie, a także pokazuje jak można radzić sobie z trudnymi sytuacjami życia codziennego. Program promuje zdrowie emocjonalne małych dzieci również poprzez rozwijanie umiejętności psychospołecznych i komunikacyjnych, a to z kolei przekłada się na łatwość w nawiązywaniu relacji, przyjaźni, współpracy, a także na radzenie sobie z problemami. Zajęcia ułatwiają dzieciom start w dorosłe życie poprzez wszechstronne wsparcie ich rozwoju). Zostały zrealizowane w całości.

#### Zespół Szkół w Luboniu

Udział nauczycieli w szkoleniu programu ISKRA opartym na terapii poznawczo-behawioralnej, psychologii pozytywnej i metodzie mindfulness może przynieść szereg efektów, zarówno w kontekście osobistym, jak i zawodowym.

Zakładane cele zostały osiągnięte poprzez:

- rozwój osobistej odporności psychicznej:
- nauka uważnego oddychania: regularne ćwiczenia oddechowe pozwalają na obniżenie poziomu stresu, zwiększenie samoświadomości oraz efektywne radzenie sobie z napięciem,
- tworzenie Portfolio Odporności: identyfikowanie i rozwijanie swoich mocnych stron oraz zasobów wewnętrznych pozwala na budowanie pewności siebie i skuteczniejszą adaptację w trudnych sytuacjach,
- analiza i przekształcanie nawykowych sposobów myślenia: Uczestnictwo w programie pomaga nauczycielowi, a także jego podopiecznym zrozumieć swoje reakcje emocjonalne oraz zmieniać negatywne wzorce myślenia na bardziej konstruktywne i wspierające.

Zwiększenie kompetencji zawodowych:

- zastosowanie modelu I-S-K-R-A: poznanie narzędzi służących do analizy i zmiany nawykowych reakcji ułatwia wspieranie uczniów w radzeniu sobie z trudnościami emocjonalnymi,
- integracja psychologii pozytywnej i mindfulness w pracy dydaktycznej: Nauczyciel nabywa umiejętności wprowadzania ćwiczeń wzmacniających uważność i pozytywne nastawienie do codziennych zadań, co może poprawić atmosferę w klasie,
- wsparcie rozwoju uczniów: dzięki poznaniu technik zwiększających odporność, nauczyciel może skuteczniej wspierać uczniów w budowaniu ich własnych strategii radzenia sobie z wyzwaniami.

Poprawa relacji interpersonalnych:

- większa empatia i zrozumienie: ćwiczenia mindfulness rozwijają uważność na potrzeby własne oraz innych, co przekłada się na poprawę komunikacji i budowanie głębszych relacji,
- lepsze zarządzanie stresem: umiejętność zarządzania własnymi emocjami pozytywnie wpływa na jakość relacji z uczniami, rodzicami i innymi nauczycielami.

Długoterminowe korzyści:

- profilaktyka wypalenia zawodowego: dzięki ćwiczeniom z zakresu mindfulness oraz psychologii pozytywnej nauczyciel lepiej radzi sobie z obciążeniami zawodowymi.
- budowanie trwałej odporności: regularne stosowanie technik programu ISKRA wspiera rozwój wewnętrznej stabilności i elastyczności w obliczu zmian. Szkolenie odbyło się zgodnie z harmonogramem, wszystkie treści zostały zrealizowane zgodnie z ofertą. Szkolenie odbyło się w zakresie: terapii poznawczo – behawioralnej, psychologii pozytywnej metody mindfulness.

Szkoła Podstawowa nr 4

Wszyscy wychowawcy klas 1-8 uzyskali certyfikaty uprawniające do realizacji rekomendowanych programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego, zgodnie z wiekiem rozwojowym uczniów w prowadzonych oddziałach klasowych i z potrzebami szkoły. Przyjaciele Zippiego 9 nauczycieli, Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej 8 nauczycieli, Iskra Odporności 15

nauczycieli. Każdy Uczestnik szkoleń dostał materiały dla realizatora danego programu. Szkoła otrzymała również materiały dla wszystkich Uczniów do realizacji danego programu, zgodnie ze złożonym wnioskiem.

#### Szkoła Podstawowa nr 5

Nauczyciele wzięli udział w szkoleniu przygotowującym do realizacji z uczniami programu promocji zdrowia psychicznego i profilaktyki „Iskra odporności”. Program Iskra Odporności to narzędzie pomocne w budowaniu rezyliencji, psychicznej, lepszego rozumienia siebie, które będzie wsparciem pracy wychowawczej i działań profilaktycznych w szkole. Szkolenie było realizowane przez Centrum Pozytywnej Edukacji.

#### Podsumowanie

Powyższy raport wskazuje, że cele do realizacji założone na 2024 r. zostały wykonane. W 2025 roku oprócz kontynuacji założonych zadań określonych w Gminnym Programie Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Luboń na lata 2024-2026, Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych planuje przeprowadzić:

- kampanię społeczną poświęconą problemowi FASD (udział zaproszonych prelegentów na Konferencję, zaproszenie młodzieży z lubońskich szkół, akcje w mediach społecznościowych propagujące trzeźwy styl życia.,
- rozszerzenie oferty działań dla kobiet współzależnionych poprzez uruchomienie w CWiPR relaksujących zajęć jogi,
- kontynuacja konferencji profilaktycznych dotyczących zagrożeń związanych z uzależnieniami dzieci i młodzieży,
- zorganizowanie debaty społecznej „Hejtowi STOP”.

Z up. Burmistrza  
  
Dorota Franek  
Z-ca Burmistrza



**INFORMACJA**  
**FINANSOWA Z REALIZACJI GMINNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI I ROZWIĄZYWANIA**  
**PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH ORAZ PRZECIWDZIAŁANIA NARKOMANII W LUBONIU ZA ROK 2024**

| Rozdział | Treść                          | Paragraf | zadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Plan w zł | Wykonanie<br>w zł |
|----------|--------------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|
| 85153    | Zwalczanie narkomanii          | 4300     | Środki przeznaczone na umowę z psychoterapeutą M. Bąkiem – prowadzenie grup socjoterapeutycznych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 10.000,00 | 10.000,00         |
| 85154    | Przeciwdziałanie alkoholizmowi |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |                   |
|          |                                | 3030     | Różne wydatki na rzecz osób fizycznych - delegacje- Konferencja – uczestniczyli: M.Szajek, K.Andrzejczak, R.Marek                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 850,00    | 842,10            |
|          |                                | 4110     | Składki na ubezpieczenia społeczne – składki od umów zlecenia – wydatek zgodny z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026.                                                                                                                                                                                                    | 24200,00  | 23526,05          |
|          |                                | 4170     | wynagrodzenia bezosobowe<br>wynagrodzenia GKRPA 8 osób,<br>- wynagrodzenie Pełnomocnika Burmistrza ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych ,<br>wynagrodzenie terapeutów,<br>opiekuna budynku przy ulicy Sobieskiego 65 – CWiPR,<br>pomocy administracyjnej, -<br>wydatek zgodny z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026. | 276000,00 | 256665,99         |
|          |                                | 4210     | Zakup materiałów i wyposażenia m.in.:<br>- zakup środków czystości, wody, materiałów plastycznych do pracy z dziećmi, montaż rolet na piętrze Centrum – pozostałe pomieszczenia, zakup stołów do świetlicy, zakup ekspresu na potrzeby grup terapeutycznych oraz osób korzystających z pomocy terapeutów - wydatki zgodne z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania                                              | 32100,00  | 24961,79          |

|  |  |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |           |
|--|--|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|
|  |  |      | Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |           |
|  |  | 4220 | Zakup środków żywności – zakup wyżywienia dla dzieci, które biorą udział w warsztatach dla dzieci z rodzin, w których występuje problem uzależnienia - wydatek zgodny z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 15000,00  | 8927,48   |
|  |  | 4260 | Zakup energii –za zużycie energii elektrycznej, za zużycie gazu do ogrzewania oraz za wodę w budynku przy ulicy Sobieskiego 65 – CWiPR - wydatek zgodny z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 50000,00  | 29418,31  |
|  |  | 4270 | Zakup usług remontowych – wymiana pękniętej szyby w CWiPR - wydatek zgodny z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2000,00   | 738,00    |
|  |  | 4300 | Zakup usług pozostałych: - umowy z terapeutami, prowadzenie programu SIŁACZ, pomoc prawna dla osób uzależnionych i współuzależnionych, dzierżawa koparki, wywóz odpadów, monitoring i ochrona obiektu, warsztaty dla osób uzależnionych, organizacja całorocznych warsztatów dla dzieci z rodzin z problemem uzależnienia, warsztaty terapeutyczne dla grupy aa, zajęcia ze specjalistami podczas warsztatów dla dzieci, wyjazdowe zajęcia terapeutyczne dla dzieci, utrzymanie strony internetowej, udział w kampanii ESKA-Razem Przeciw Depresji, zakup posiłków dla dzieci podczas warsztatów, przegląd klimatyzacji, zagospodarowanie terenu zielonego wokół budynku CWiPR, , warsztaty z zakresu przeciwdziałania przemocy, warsztaty dla rodziców, dla nauczycieli, pedagogów i psychologów, superwizja dla pracowników MOPS - wydatki | 620393,88 | 589239,74 |

|  |  |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                   |                  |
|--|--|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------|
|  |  |      | zgodne z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026.                                                                                                                                       |                   |                  |
|  |  | 4360 | Opłaty z tytułu zakupu usług telekomunikacyjnych – opłata za telefon i internet w budynku przy ulicy Sobieskiego 65 – CWiPR - wydatek zgodny z Gminnym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Luboniu na lata 2024-2026. | 8000,00           | 6.664,14         |
|  |  |      | <b>Razem</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>1041243,88</b> | <b>950983,60</b> |

Z up. Burmistrza

Dorota Franek  
Z-ca Burmistrza

