

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Żarach





**Biuro Miejskiej Komisji
Rozwiązywania Problemów
Alkoholowych**

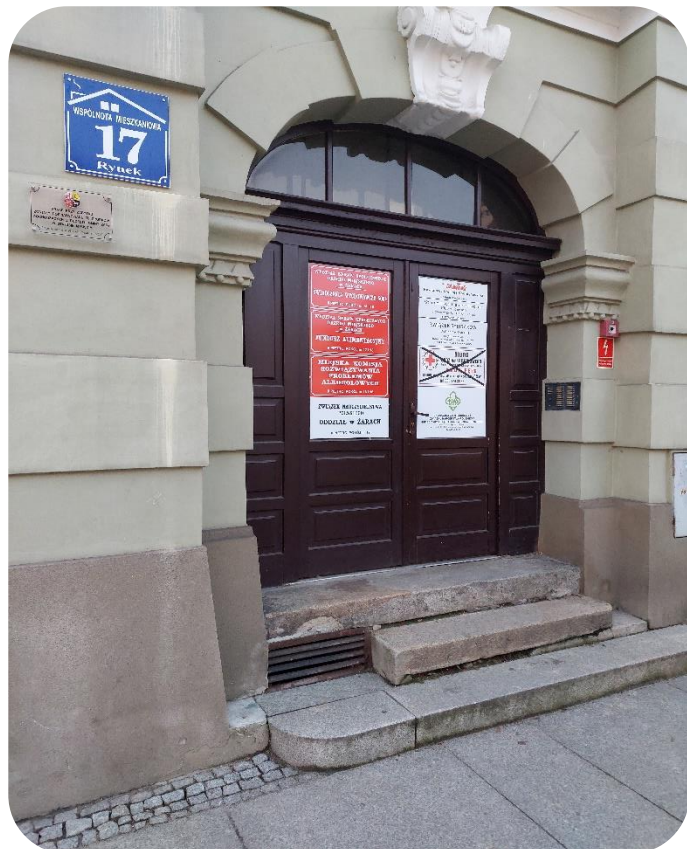
czynne w godzinach pracy
Urzędu Miejskiego w Żarach tj.:

poniedziałek od godz. 8:00 do godz. 16:00
wtorek – piątek od godz. 7:30 do godz. 15:30

**Przewodnicząca Miejskiej Komisji
Rozwiązywania Problemów
Alkoholowych w Żarach**

pełni dyżury w dniach:

poniedziałek od godz. 12:00 do godz. 16:00
środa od godz. 11:30 do godz. 15:30
czwartek od godz. 7:30 do godz. 15:30



**MIEJSKA KOMISJA
ROZWIĄZYWANIA
PROBLEMÓW
ALKOHOLOWYCH**

II PIĘTRO, POKÓJ nr 13 i 16





Leczenie odwykowe

Jednym z głównych zadań Komisji jest zwiększenie pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej mieszkańcom Miasta Żary. W roku 2022 w ramach tego zadania udzielono pomocy 36 osobom. Osoby te miały możliwość skorzystania z pomocy specjalistów w Ośrodkach Terapeutycznych tj.:

- NZOZ „ANIMA”
ul. Skarbowa 2, 68-200 Żary
- NZOZ „Profil”
ul. Jagiellońska 13, 68-200 Żary
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Okrzei 35, 68-200 Żary



32 osoby zostały skierowane na badania do biegłych sądowych w celu wydania opinii w przedmiocie uzależnienia od alkoholu, stawilo się 14 osób.

22 wnioski zostały skierowane do Sądu Rejonowego w Żarach III Wydział Rodzinny i Nieletnich.

Wniosek o leczenie odwykowe dostępny jest w biurze MKRPA oraz pod linkiem:

bip.zary.pl/system/obj/11958 wniosek o skierowanie na leczenie odwykowe 2019 28003 29.pdf



Współpracowaliśmy i współfinansowaliśmy ośrodki terapeutyczne prowadzące na terenie miasta Żary ponadpodstawowe programy terapeutyczne dla osób uzależnionych od alkoholu i członków ich rodzin oraz programy profilaktyczne i telefon zaufania.

- **NZOZ „ANIMA”**
ul. Skarbowa 2
68-200 Żary
- **NZOZ „Profil”**
ul. Jagiellońska 13
68-200 Żary

**Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
informuje o możliwości korzystania z Telefonu Zaufania
dla osób uzależnionych od alkoholu i członków ich rodzin**

Jeśli szukasz informacji, porady, wsparcia w sytuacji kryzysowej związanej z pićm alkoholu przez Ciebie lub bliską Ci osobę – zadzwoń **68 3743805**

Telefon zaufania czynny od poniedziałku do soboty w godzinach od 17.00 do 19.00

przy telefonie dyżuruje:

- lekarz psychiatra
- specjalista terapii uzależnień
- Instruktor terapii uzależnień
- psycholog



Izba Wytrzeźwień

W roku 2022 udzieliliśmy pomocy finansowej Izbie Wytrzeźwień w Zielonej Górze w formie dotacji celowej z przeznaczeniem na dofinansowanie zadań bieżących tj. przyjęcie i udzielenie pomocy osobom nietrzeźwym zatrzymanym na terenie Gminy Żary.

**Udzielono pomocy 28 osobom zatrzymanym na terenie Miasta Żary.
Łącznie na ten cel przeznaczono 12 000 zł.**



Placówki wsparcia dziennego

W roku 2022 na terenie naszego miasta funkcjonowały cztery świetlice środowiskowe, w których zabezpieczono 85 miejsc. Dzieci otrzymały pomoc w nauce. Miały okazję do wspólnej zabawy oraz integracji. Brały udział w zorganizowanych zajęciach rozwijających własne zainteresowania. Łącznie na ten cel przeznaczono 176 736 zł.

- Świetlica środowiskowa „Piątka”
ul. Okrzei 35, 68-200 Żary



- Świetlica parafialna „Bajka” przy Parafii pw.
NSPJ w Żarach





Placówki wsparcia dziennego

- Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Świetlica „PROMYK” ul. Podchorążych 4a, 68-200 Żary

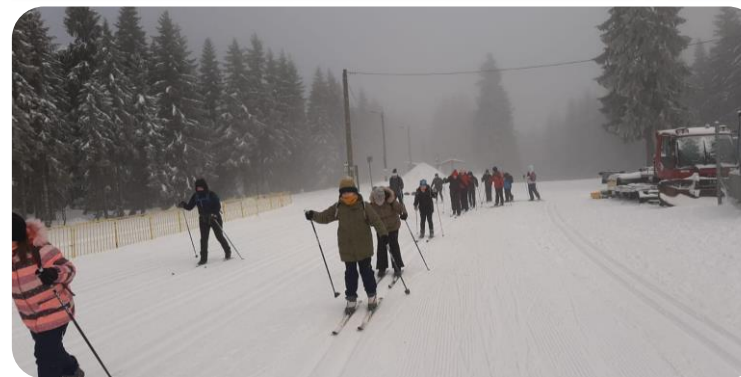


- Fundacja Pomocy Dzieciom „SI-GMA” ul. Pułaskiego 7b, 68-200 Żary



Wypoczynek Feryjny i Wakacyjny

W roku 2022 w ramach profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej zlecono organizację wypoczynku feryjnego i wakacyjnego dla dzieci i młodzieży. Organizatorami wypoczynku były żarskie stowarzyszenia i instytucje pożytku publicznego. Łącznie na ten cel przeznaczono 217 690 zł.





Wypoczynek Feryjny





Wypoczynek Feryjny





Wypoczynek wakacyjny





Wakacje z Kulturą

W roku 2022 dofinansowano również wypoczynek wakacyjny realizowany przez żarskie instytucje kultury.:

- Miejska Biblioteka Publiczna w Żarach
- Muzeum Pogranicza Śląsko – Łużyckiego w Żarach
- Żarski Dom Kultury

Łącznie na ten cel przeznaczono 53 000zł.





Wakacje z Kulturą





Wakacje z Kulturą





Zajęcia Sportowe

2022 roku dofinansowaliśmy także, pozalekcyjne zajęcia sportowe na obiektach „ORLIK” w Żarach:

- „ORLIK” ul. Paderewskiego
- „ORLIK” ul. Sikorskiego
- „ORLIK” ul. Zwycięzców 38

Łącznie na ten cel przeznaczono 150 000 zł





Zajęcia Sportowe





Programy profilaktyczne w zarskich szkołach

Tradycyjnie jak co roku dofinansowaliśmy programy profilaktyczne prowadzone w zarskich szkołach i świetlicach. Celem programów jest poszerzenie wiedzy dzieci i młodzieży w zakresie szkodliwości spożywania alkoholu, narkotyków, dopalaczy oraz przeciwdziałanie uzależnieniom behawioralnym. W roku 2022 odbyło się 36 programów. Łącznie na ten cel przeznaczono ponad 171 000 zł.





Prowadzenie programów profilaktyki uzależnień w Domu Samotnej Matki

Od kilkunastu lat współpracujemy i wspieramy działalność Domu Samotnej Matki. W ramach spotkań z podopiecznymi DSM przeprowadzone zostały sesje z terapeutą. Których celem było uświadomienie szkodliwości spożywania alkoholu, narkotyków i dopalaczy. Z pomocy DMS skorzystało 61 kobiet, które uciekając przed przemocą znalazły się wraz z dziećmi w trudnej sytuacji życiowej.





Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w 2022 roku opracowała i rozpowszechniała materiały edukacyjne.

uzależnienie behawioralne

O uzależnieniu behawioralnym mówimy wówczas, gdy człowiek jest uzależniony od jakichś czynności (a nie od podawanej substancji z zewnątrz). Uzależnienie behawioralne polega na niekontrolowanej potrzebie (a właściwie przymusie) wykonywania danego zachowania mimo świadomości jego negatywnych konsekwencji.

Rodzaje uzależnień behawioralnych najczęściej występujące:

- fonoholizm – uzależnienie od telefonu komórkowego
- uzależnienie od używania komputera i gier komputerowych
- patologiczny hazard
- siecioccholizm – uzależnienie od używania sieci internetowej, zakupoholizm.
- kompulsywne objadanie się,
- uzależnienie od środków masowego przekazu i inne.

O uzależnieniu behawioralnym świadczą takie cechy jak:

- silne pragnienie lub poczucie przymusu podejmowania określonych zachowań,
- trudności w kontrolowaniu zachowania związanego z danym obszarem działania,
- fizjologiczne objawy odstawienia, występujące, gdy zachowanie zostało przerwane lub ograniczone,
- zwiększenie tolerancji (potrzeba nasilenia zachowań w celu uzyskania efektów wcześniej uzyskanych,
- narastające zaniedbywanie innych źródeł przyjemności,
- kontynuowanie szkodliwych zachowań mimo wyraźnych szkód z nimi związanych.

OŚRODKI I PLACÓWKI POMOCOWE:

- **NZOZ „Profil”**
Żary, Jagiellońska 13 – 13a
tel. 68 363 48 73
- **NZOZ „ANIMA”**
Żary, ul. Skarbowa 2
tel. 68 374 38 05
- **Telefon zaufania w Żarach**
tel. 68 374 38 05
(od pon. do sob. w godz. od 17.00 do 19.00)
- **Centrum Wsparcia dla Osób w Stanie Kryzysu Psychicznego**
tel. 800 70 22 22
- **Kryzysowy Telefon Zaufania – Wsparcia Psychicznego**
tel. 116 123
- **Linia Wsparcia Psychologicznego Prowadzona przez PCK**
tel. 22 230 22 07
(od pon. do pt. w godz. od 16.00 do 20.00)

www.uzaleznieniabehawioralne.pl

Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji
tel. 22 594 91 00 (śr., czw. od 17.00 do 19.00)

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży
tel. 116 111 - www.116111.pl / napisz

INFORMATOR

Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
oraz
Urzędu Miejskiego w Żarach

Na czym polega terapia uzależnień behawioralnych?

Walka z uzależnieniem behawioralnym zależy w głównej mierze od walki i motywacji osoby uzależnionej.

Trzeba się przygotować, że jest to proces długotrwały i trudny.

Najskuteczniejsza jest terapia poznawczo-behawioralna oraz dialog motywacyjny.

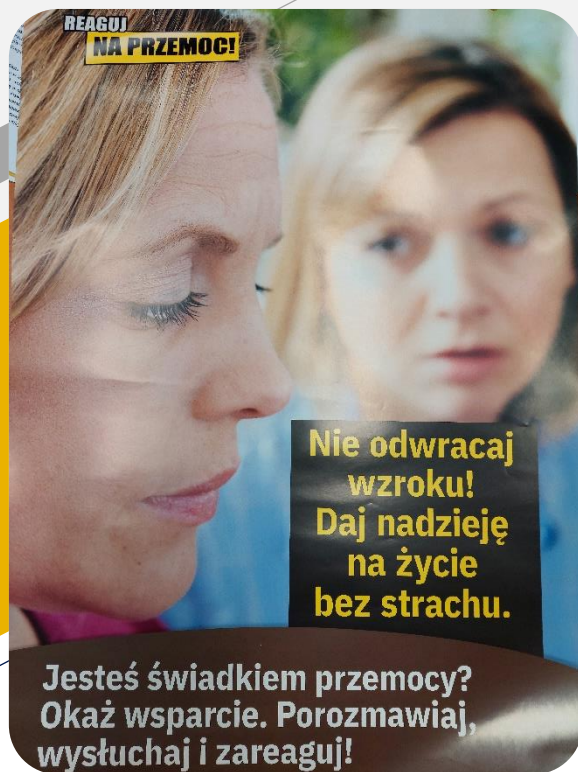
W przypadku uzależnień behawioralnych równoległe może być także stosowana farmakologia (stabilizacja nastroju, redukcja depresji).

WOLNI OD UZALEZNIEN BEHAVIORALNYCH!



Z inicjatywy Komisji miasto Żary brało czynny udział w kampaniach ogólnopolskich:

- „Dopalacze – powiedz stop”
- „Postaw na rodzinę”
- „Przeciw pijanym kierowcom”
- „Reaguj na przemoc”





Punkt Informacyjno-Konsultacyjny

W 2022 roku, w Punkcie Informacyjno-Konsultacyjnym w Żarach przy ulicy Wrocławskiej 5 prowadzone były zajęcia w ramach pomocy i edukacji dla osób uzależnionych i współuzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych.

Instruktorzy udzielali porad w zakresie:

- porady dla ofiar przemocy;
- porady dla osób podejmujących terapię;
- porady dla osób po terapii bądź leczeniu szpitalnym;
- porady telefoniczne;
- porady dla osób współuzależnionych;
- konsultacje indywidualne;
- porady udzielane w formie edukacji grupowej.

Udzielono 1025 porad mieszkańcom Miasta Żary.
Łącznie na ten cel przeznaczono 20 000 zł.





Centrum Integracji Społecznej

W 2022 roku w ramach wspierania zatrudnienia socjalnego mieszkańcy Miasta Żary mieli możliwość poszerzenia swoich umiejętności i zdobycie nowych zawodów takich jak:

- **Brukarz**
- **Budowlaniec**
- **Florysta I stopnia**
- **Konserwator terenów zielonych**
- **Konserwator**
- **Pokojówka**
- **Siostra PCK**
- **Sprzątaczką**

**Udział w szkoleniach i kursach wzięło 39 osób.
Łącznie na ten cel przeznaczono 38 400 zł.**





Wizje lokalne – kontrole punktów sprzedaży

Zadaniem Komisji jest również wydawanie opinii o zgodności lokalizacji punku sprzedaży napojów alkoholowych zgodnie z Uchwałą Rady Miejskiej w Żarach.

- W roku 2022 wydano 99 postanowienia.
- Dokonano 33 wizji lokalnych usytuowania punktów sprzedaży.
- Przeprowadzono 19 kontroli punktów sprzedaży w zakresie zgodności przestrzegania wydanych zezwoleń oraz przestrzegania ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.





Happening

„ Uzależnieniom behawioralnym mówimy NIE !”

Dnia 13.06.2022 roku Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych zorganizowała happening „Uzależnieniom behawioralnym mówimy NIE!”. Ideą przedsięwzięcia było promowanie zdrowego, aktywnego stylu życia wolnego od uzależnień czynnościowych. W przedsięwzięciu udział wzięło blisko 300 uczniów z 11 żarskich szkół. Uczniowie wraz opiekunami przemaszzerowali ulicami Żar. Prezentowali przygotowane przez siebie hasła i plakaty profilaktyczne, które wygłaszali wśród mieszkańców naszego miasta.





➤ Fotorelacja Happening „Uzależnieniom behawioralnym mówimy NIE!”



Konkurs dla dzieci i młodzieży

W roku 2022 odbył się już XVI Przegląd Teatrów Profilaktycznych. Młodzi aktorzy pod kierunkiem opiekunów propagowali zdrowy styl życia - wolny od szeroko rozumianych uzależnień: tj. tytoniu, alkoholu, środków psychoaktywnych oraz uzależnień behawioralnych. Pokazywali, jak można powiedzieć „nie” i oprzeć się presji grupy rówieśniczej. Unaoczniali również zgubne skutki działania nalogów. Wyżej wspomniany przegląd stanowił doskonałą okazję do wzajemnej wymiany doświadczeń oraz pozwolił na chwilę refleksji. W przeglądzie wzięło udział 77 uczestników.





Konkurs dla dzieci i młodzieży



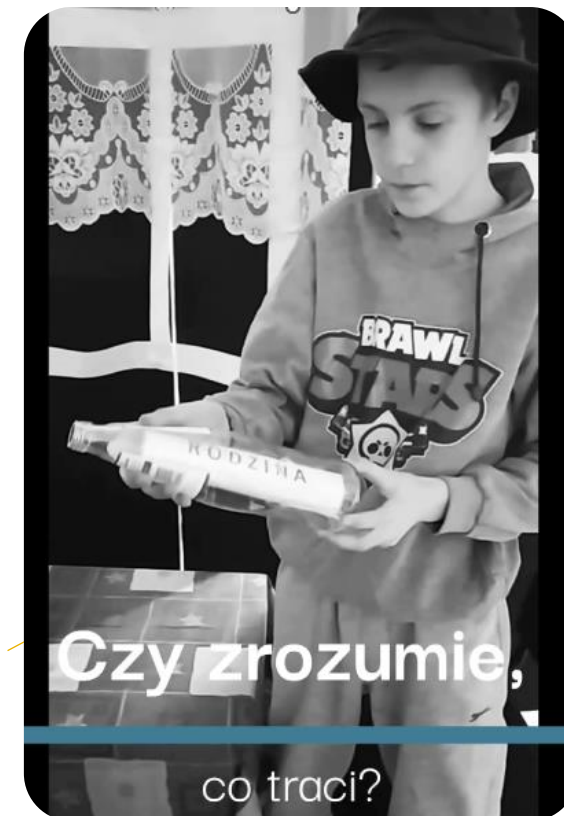


Poniżej przedstawiamy pracę żarskich szkół, które wzięły udział w przeglądzie

- Szkoła Podstawowa nr.5 w Żarach



- Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Żarach



- Szkoła Podstawowa nr.2 w Żarach



- Szkoła Podstawowa nr.8 w Żarach



Ponizej przedstawiamy pracę żarskich szkół, które wzięły udział w przeglądzie

- Liceum Ogólnokształcące im. Bolesława Prusa
w Żarach



- Stowarzyszenie „Radość Życia” w Żarach



- Zespół Szkół Budowlanych w Żarach



- Zespół Szkół Ogólnokształcących i Technicznych
w Żarach