

Zadania zlecane przez Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej w 2023 r.

TERAPIA

W sprawie realizacji programów terapeutycznych proszę kontaktować się z kierownikiem Centrum Zdrowia Psychicznego lub z pracownikiem Wydziału Zdrowia i Polityki Społecznej tel. 91 327 85 86.

Szpital Miejski - Centrum Zdrowia Psychicznego ul. Jana z Kolna 12

www.szpital-swinoujscie.pl, tel. 91 32 67 314, 91 32 67 316, kierownik Centrum Aneta Całus
email: acalus@szpital-swinoujscie.pl

- 1) Realizacja programu terapeutycznego Candis dla problemowych użytkowników przetworów konopi.

CANDIS to bezpłatny, indywidualny, krótkoterminowy program terapeutyczny dla osób mających problemy z powodu używania marihuany lub haszyszu. W programie mogą uczestniczyć osoby powyżej 16 roku życia, które chciałyby ograniczyć lub zrezygnować z używania konopi. Program obejmuje z reguły 10 sesji trwających 90 min. każda, które realizowane są w ciągu od 2 do 3 miesięcy i mają charakter indywidualnych rozmów z terapeutą. Program CANDIS jest wdrażany w Polsce przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii we współpracy z Centralnym Instytutem Zdrowia Psychicznego Uniwersytetu Heidelberga w Mannheim i Uniwersytetem Technicznym w Dreźnie. Akceptowalnym celem programu jest zatem zarówno abstynencja uczestników, jak i ograniczenie używania marihuany czy innych przetworów konopi.

- 2) Realizacja programu profilaktyczno-terapeutycznego dla osób w wieku 10-35 lat zagrożonych uzależnieniem lub uzależnionych od środków psychoaktywnych, nawyków i popędów oraz dla ich rodziców i opiekunów.
- 3) Program terapeutyczny dla Dorosłych Dzieci Alkoholików.
- 4) Program terapeutyczny dla pacjentów doznających przemocy domowej, korzystających ze świadczeń poradni terapii uzależnienia i współuzależnienia.
- 5) Programy terapii uzależnień (podstawowy i pogłębiony).
- 6) Programu terapii współuzależnienia od alkoholu i narkotyków.

PROFILAKTYKA

W sprawie realizacji programów profilaktycznych proszę kontaktować się z pracownikiem Wydziału Zdrowia i Polityki Społecznej tel. 91 321 54 46 lub bezpośrednio z realizatorem programu.

1) Treningi Zastępowania Agresji i Umiejętności Prospołecznych (ART)

Trening Zastępowania Agresji w skrócie (ART), od angielskiej nazwy Aggression Replacement Training jest programem psychoedukacyjnym opracowanym przez prof. Arnolda Goldsteina z USA. Jest to jeden z bardziej skutecznych behawioralnych programów zmiany zachowań dzieci, młodzieży i osób dorosłych na zachowania pożądane, prospołeczne. Trening Zastępowania Agresji (ART) jest stosowany na wszystkich poziomach profilaktyki. Celem treningu jest nauka umiejętności prospołecznych. Trenerzy są przygotowani do uczenia dzieci i młodzieży ponad 100 podstawowych umiejętności prospołecznych, które mają im ułatwić przystosowanie się do wymogów życia codziennego. Część przeznaczona dla uczniów - 30 godzin, dla kadry pedagogicznej - 2 godziny, dla

rodziców - 2 godziny. Aktualnie program realizowany jest na terenie Szkoły Podstawowej Nr 6, CEZiT, Przedszkola Miejskiego nr 10.

2) Program Unplugged

Celem głównym programu jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych (alkohol, tytoń, narkotyki) przez młodzież w wieku 12-14 lat.

Cele szczegółowe:

- zmiana postaw i opinii wobec używania substancji psychoaktywnych,
- nabycie przez uczniów umiejętności chroniących przed używaniem substancji psychoaktywnych,
- zwiększenie kompetencji wychowawczych rodziców uczniów biorących udział w programie.

Część programu przeznaczona dla uczniów składa się z 12 lekcji, które koncentrują się na umiejętnościach życiowych, przekonaniach normatywnych i wiedzy o substancjach psychoaktywnych. Są one prowadzone przez nauczyciela w klasie szkolnej i obejmują jedno spotkanie w tygodniu. Każda lekcja prowadzona jest według następującego schematu: wprowadzenie (ewentualnie przypomnienie najważniejszych informacji z poprzedniej lekcji), mini wykład wprowadzający do aktualnego tematu, realizacja tematu z użyciem aktywizujących metod pracy, podsumowanie zajęć, ewentualnie zadanie domowe dla uczniów. Część programu przeznaczona dla rodziców składa się z 3 godzin.

Aktualnie program realizowany jest na terenie Szkoły Podstawowej Nr 6.

3) Autorski program z zakresu profilaktyki selektywnej dla dzieci i młodzieży zagrożonych wykluczeniem społecznym tj. takich, które ze względu na deficyty emocjonalne i społeczne mogą wymagać nauczania indywidualnego bądź są objęte nauczaniem indywidualnym/zindywidualizowaną ścieżką nauczania.

Celem programu jest psychoedukacja i integracja dzieci i młodzieży, tak aby stworzyć im możliwość powrotu lub bezpiecznego uczestnictwa w środowisku szkolnym i rówieśniczym m.in. poprzez: zwiększenie kompetencji społecznych uczestników, obniżenie poziomu lęku, wzmocnienie poczucia własnej wartości. Program adresowany jest do osób w wieku 12-18 lat i składa się z dwóch części:

- 1) zajęć integracyjno-terapeutycznych pn. „Ja wśród ludzi” - 2 edycje w wym. 40 godz. każda,
- 2) zajęć terapeutycznych „Ja i mój wewnętrzny świat” dla osób, które ukończyły blok pn. „Ja wśród ludzi” - 2 edycje w wym. 42 godz. każda.

Wspólna praca grupowa powoduje widoczne zmiany w zachowaniu uczestników. W roku 2022 pozytywne rezultaty udało się uzyskać w odniesieniu do 22 z 33 uczestników programu: w 18 przypadkach rodzice zrezygnowali ze składania wniosku do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej o nauczanie indywidualne lub zindywidualizowaną ścieżkę kształcenia, w 4 przypadkach rodzice wycofali się z kontynuowania zindywidualizowanej ścieżki nauczania. – Kontakt do realizatorek programu:

- Teresa Musielak, tel. 508 234 262, adres mail: musielak_te@tlen.pl,
- Anna Michalak, tel. 660 203 168, adres mail: michalak.anna@op.pl.

4) Programy profilaktyczne wspierające rodziców/opiekunów w prawidłowym wypełnianiu ról rodzicielskich:

- Szkoła dla rodziców i wychowawców,
- Rodzeństwo bez rywalizacji (udział możliwy po ukończeniu części Szkoła dla rodziców),
- Nastolatek (udział możliwy po ukończeniu części Szkoła dla rodziców).

Zajęcia mają charakter warsztatowy, każda edycja trwa 36 godzin dydaktycznych. Celem programu jest wyposażenie uczestników w podstawowe umiejętności psychologicznego kontaktu umożliwiające pozytywne funkcjonowanie w rodzinie, nabycie umiejętności stanowienia granic w kontakcie z dzieckiem, opanowanie konstruktywnych sposobów rozwiązywania problemów, rozpoznawanie potrzeb i uczuć dziecka.

Przykładowa tematyka zajęć:

Budowanie relacji dorosły – dziecko, a w tym:

- wyrażanie oczekiwań i ograniczeń tak, aby były przez dziecko respektowane,
- rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć,
- aktywne, wspierające słuchanie,
- motywowanie dziecka do współdziałania,
- modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka,
- uwalnianie dzieci od grania narzuconych ról w domu i szkole,
- wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka,
- budowanie realnego poczucia własnej wartości dziecka,
- konstruktywne rozwiązywanie konfliktów.

Wspieranie procesu budowania wzajemnych (opartych na więzi i szacunku) relacji między dziećmi:

- rywalizacja i zazdrość między dziećmi,
- kłótnie, bójki dzieci i różne inne trudności,
- problem sprawiedliwości, ulubieńców i egoizmu,
- wpływ ról na relacje między dziećmi.

Problemy wieku dorastania:

- młodzieńczy bunt, pragnienie akceptacji,
- potrzeba decydowania o sobie,
- przedwczesne zainteresowanie seksem,
- narkotyki, niebezpieczeństwo mediów.

W roku 2022 r. w ww. programach uczestniczyły 54 osoby. Wszyscy potwierdzili wzrost umiejętności wychowawczych, docenili możliwość dyskusji w grupie na własne tematy, rozmowy o swoich potrzebach oraz otrzymania fachowej porady.

Kontakt do realizatorek programu:

- Teresa Musielak, tel. 508 234 262, adres mail: musielak_te@tlen.pl,
- Beata Katarzyna Majewska, tel. 506409992, adres mail: beata.majewska1@wp.pl
- Elżbieta Parczewska tel. 506 954 222, adres email: parczelz93@gmail.com

5) W okresie od kwietnia do grudnia br., Fundacja Speak Up będzie realizować na terenie wybranych placówek oświatowych **kampanię edukacyjno-informacyjną dotyczącą bezpiecznego korzystania z Internetu**. W ramach realizowanego zadania odbędą się zajęcia, podczas których dzieciom i młodzieży zostanie przekazana wiedza m.in. na temat:

- wizerunku w sieci, ochrony prywatności,
- zagrożeń online (np.: kradzież tożsamości, grooming, seksting, cyberprzemoc),
- reagowania na zagrożenia,
- zasad bezpiecznego korzystania z Internetu.

Dodatkowo dla rodziców/opiekunów dzieci uczestniczących w zajęciach zostanie przygotowany informator zawierający:

- informacje na temat zagrożeń online (np.: kradzież tożsamości, grooming, seksting, cyberprzemoc),
- sposobów kontroli rodzicielskiej, w tym: możliwości założenia bezpłatnych aplikacji wspierających rodziców w zapewnieniu dzieciom bezpieczeństwa w sieci, systemu klasyfikacji gier,
- zasobów pomocowych Gminy Miasto Świnoujście, infolinii ogólnopolskich.

6) Od maja do września na wybranych miejskich placach zabaw i miejscach aktywności fizycznej organizowane będą, dla dzieci i młodzieży w wieku 11- 18 lat **zajęcia animacyjno-profilaktyczne**. Szczegółowy harmonogram zajęć zostanie umieszczony na stronie internetowej Urzędu Miasta Świnoujście. W roku 2022 zajęcia odbywały się rotacyjnie na: Platanowym Raju przy

ul. Malczewskiego, Osiedlowym Mini Parku na Warszawie, skate parku na ul. Grunwaldzkiej, Świecie Zabaw i Sportu przy ul. Grunwaldzkiej.

7) Od września do grudnia na terenie wybranych, ponadpodstawowych placówek oświatowych realizowana będzie **kampania edukacyjno-informacyjna na temat szkodliwości środków psychoaktywnych**, w ramach zajęć z młodzieżą prowadzone będą następujące bloki tematyczne:

- Cięża bez używek,
- Trzeźwy kierowca,
- Doping w sporcie.

Specjalistyczne placówki wsparcia dziennego (świetlice środowiskowe) powadzone przez Towarzystwo Przyjaciół Dzieci:

- przy ul. Dąbrowskiego 4, tel. 91 321 9345 (dzieci w wieku szkolnym),
- przy ul. Modrzejewskiej 20, tel. 91 321 66 06 (dzieci w wieku szkolnym),
- przy ul. Sosnowej 16, tel. 91 321 52 40 (dzieci w wieku przedszkolnym – od 5 r.ż.).

Placówki czynne są od poniedziałku do piątku w godz. od 12.00 do 18.00 (w ferie zimowe i wakacje czynne są od godz. 9.00 do 15.00).

Uczestnicy objęci są zajęciami socjoterapeutycznymi, korekcyjno-kompensacyjnymi, logopedycznymi, informatycznymi, rozwijającymi zainteresowania. Na bieżąco udzielana jest pomoc przy nauce i odrabianiu lekcji. Dodatkowo otrzymują posiłek.

Centrum Wolontariatu w Świnoujściu

Zadanie prowadzi Fundacja Speak Up w siedzibie Centrum Organizacji Pozarządowych przy ul. Chrobrego 22, tel. 91 819 99 91, wolontariat@speakup.org.pl

Centrum Pomocy i Wsparcia w Zakresie Uzależnień przy ul. Holdu Pruskiego 13 prowadzone Stowarzyszenie Trzeźwościowe „Hol” im. J. Dobrowolskiego.

Centrum czynne jest od poniedziałku do soboty w godz. od 17.00 do 21.00.

W pomieszczeniach Centrum organizowane są spotkania trzech grup samopomocowych AA (anonimowych alkoholików), AL-ANON (osób współuzależnionych), AN (anonimowych narkomanów) oraz dodatkowo grupy AŻ (anonimowych jedzeniowców). Dodatkowo prowadzony jest punkt informacyjny, klubokawiarnia, biblioteka. Odbywają się szkolenia ogólnorozwojowe dla osób prowadzone przez specjalistę psychoterapii uzależnień oraz imprezy promujące zdrowy tryb życia. Z oferty Centrum korzystają osoby uzależnione, członkowie ich rodzin, sympatycy promujący trzeźwość.

Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Prześpiństwem

Lokalny Punkt oferuje bezpłatnie:

- pomoc psychologiczną,
- pomoc prawną,
- finansową (bez kryterium dochodowego) m.in. w postaci bonów towarowych i żywnościowych.

Pomoc adresowana jest do osób pokrzywdzonych przespiniństwem, członków ich rodzin, świadków.

W celu skorzystania z oferty Punktu należy umówić się telefonicznie na spotkanie z pracownikiem pierwszego kontaktu pod nr 663 605 604. Punkt czynny jest w poniedziałki i wtorki w godz. 15.00 - 20.00, w siedzibie Urzędu Miasta Świnoujście przy ul. Wojska Polskiego 1/5, pok. nr 28.

Przydatne linki i adresy:

- 1) Życie warte jest rozmowy - www.zwjz.pl
- 2) Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego, telefon całodobowy: 800 70 2222
- 3) Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży prowadzony przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę, telefon całodobowy: 116 111
- 4) Telefon dla rodziców i profesjonalistów w sprawie bezpieczeństwa dzieci prowadzony przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę, telefon: 800 100 100 (czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00-15:00. Rozkład dyżurów na stronie internetowej: www.800100100.pl)
- 5) Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka, telefon całodobowy: 800 121 212
- 6) Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia". Konsultacje w sprawie przemocy w rodzinie (dla ofiar i świadków) telefon: 800 120 002
- 7) Telefon zaufania dla osób uzależnionych od narkotyków prowadzony przez Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom, telefon: 800 199 990 (czynny codziennie w godzinach 16:00-21:00)
- 8) Telefon Zaufania Uzależnienia Behawioralne, prowadzony przy Instytucie Psychologii Zdrowia PTP, telefon: 801 889 880 (czynny codziennie w godzinach 17:00-22:00)
- 9) Telefon wsparcia kryzysowego Asystentów Zdrowienia, dla osób dotkniętych kryzysem psychicznym, ich rodzin i przyjaciół , telefon: 698 761 774 (czynny w poniedziałki w godzinach 10:00 – 19:00)