

Miejska

Komisja

Rozwiązywania

Problemów

Alkoholowych

w Chełmży

2022

Relacje z niektórych spotkań i wykładów
organizowanych przez:

Miejską

Komisję

Rozwiązywania

Problemów

Alkoholowych

Chełmża 2022

Projekt okładki
oraz opracowanie graficzne:
Marian Walecki

Zdjęcia ze zbiorów archiwalnych:
Miejskiej Komisji
Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
oraz
nadesłane

ISBN:

Copyright by:
Miejska Komisja
Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
w Chełmży

Łamanie i druk:
Wąbrzeskie Zakłady Graficzne Sp. z o.o.
ul. Mickiewicza 15, 87-200 Wąbrzeźno
tel. 56 688 15 51

Cele i zadania

Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Miejską Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Chełmży powołuje co roku Burmistrza Miasta Chełmża, stosownie do art.41 ust.1 ustawy z dnia 26.10.1982r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (Dz. U. Z 2018r. poz.2137 i poz.2244 oraz z 2019r.).

Program na rok 2022 określał zadania związane z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych w oparciu o dotychczasowe doświadczenia i diagnozę problemów alkoholowych występujących na terenie miasta Chełmża. Szczególny nacisk w Programie Komisja kładzie na prowadzenie wszelkich działań profilaktycznych dla dzieci i młodzieży.

Komisja działa w następujących zespołach:

- zespół d/s motywowania leczenia i przeciwdziałania przemocy w rodzinie;
- zespół d/s profilaktyki szkolnej;
- zespół d/s kontroli rynku napojów alkoholowych.

MKRPA w swoich założeniach realizuje poszczególne zadania w zakresie: pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin, wspieranie placówek leczenia odwykowego w realizacji podstawowych programów terapeutycznych. Motywuje osoby uzależnione od alkoholu do podjęcia i kieruje na leczenia odwykowego. Komisja czynnie wspiera także organizowanie zajęć terapeutycznych dla osób uzależnionych oraz współuzależnionych. Zorganizowała także kilka imprez w temacie promującym trzeźwy i zdrowy styl życia.

Warto też zauważyć, że członek MKRPA przez cały czas działa w ramach współpracy z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Zespole Interdyscyplinarnym w grupie roboczej ds. spraw Niebieskiej Karty.

W roku 2022 Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych nadal współpracuje z Miejską i Powiatową Biblioteką Publiczną im Juliana Prejsa w Chełmży współorganizując różnego rodzaju występy na scenie na jeziorze związane tematycznie z profilaktyką uzależnień oraz organizując konkursy dla dzieci i młodzieży promujące trzeźwy tryb życia.

Przedstawione w tym folderze relacje z niektórymi spotkań i wykładów są tylko częścią bogatego programu, jaki proponuje i realizuje mimo trudności związanych z panującą pandemią Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Chełmży.

Na zakończenie roku 2021

Miejska Komisja

Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

w ramach współpracy wsparła

dwie imprezy Mikołajkowe

jakie były organizowane

na terenie miasta Chełmży

Pierwszą, zorganizowaną na chełmyńskim Rynku w dniu 6.12.2021r. był

Profilaktyczny Mikołajek

Impreza ta zorganizowana została przez Burmistrza Miasta Chełmża oraz Miejską Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy wsparciu Powiatowej i Miejskiej Biblioteki Publicznej im. Juliana Prejsa w Chełmży.



W samo południ Burmistrzem Miasta Chełmży przywitał Świętego Mikołaja oraz towarzyszącego mu Spider-Mana, jak również przybyłe dzieci z Przedszkola



Miejskiego oraz mieszkańców Chełmży, którzy zechcieli wziąć udział w imprezie pt.: „Profilaktyczny Mikołajek”. Mikołaj oraz towarzyszący Mu Spider-Man całe przedpołudnie bawili przybyłe dzieci. Organizowali coraz to inne gry, zabawy oraz konkursy z nagrodami. Można było także sprawdzić swoją sprawność strzelając z łuku do tarczy. Były konkursy, losy, dmuchane kształtne balonik itd.



Drugą imprezą zorganizowaną w dniu 18 grudnia 2021r. przez zarząd Klubu Sportowego „Legia” Chełmża na obiektach OSiT było:

Spotkanie z Mikołajem w KS „Legia”

dla swoich najmłodszych podopiecznych grających w tym klubie.

W pierwszym terminie to spotkanie miało się odbyć 4 grudnia ale ze względu na to, że kilkoro dzieci było na kwarantannie Zarząd zdecydował się Mikołajki zorganizować w późniejszym terminie, tak żeby nie ominąć żadnego dziecka.

W spotkaniu tym udział wzięli m.in.: Poseł na Sejm p. Mariusz Kałużny, Radny Powiatu Toruńskiego p. Paweł Polikowski, v-ce Burmistrz p. Marek Kuffel oraz Radni Miasta Chełmża, sponsorzy, trenerzy, kibice i rodzice, ale najważniejsze osoby to dzieci, dla których było to wielkie i piękne wydarzenie.

Zarząd Klubu z prezesem KS „Legia” p. Anną Gajewską i Dariuszem Gerke oraz działaczami pięknie przygotowali to spotkanie. Pani Ania w imieniu Zarządu podziękowała sponsorom i



wszystkim tym, dla których dobro Klubu jest najważniejsze wręczając dyplomy i drobne okazjonalne upominki. Był Mikołaj, który przyjechał na motorze



w towarzystwie kolegów z Klubu Motorowego „Łoza”, były słodczyce, owoce, napoje, kielbaski z grilla, grochówka, kawa i herbata, wata cukrowa, a dzieci zrzeszone w Klubie otrzymały od Mikołaja oraz od Zarządu Klubu prezenty i upominki. Na zakończenie

piękną oprawę z rac świetlnych, taką jaką widzimy na meczach ekstraklasy przygotowali kibice Legii Chełmża, na tle których wszyscy zapozowali do zbiorowego zdjęcia. Oprawę muzyczną przygotował członek MKRPA Marian Walecki, który odebrał również podziękowanie dla MKRPA za współpracę w mijającym roku i w latach poprzednich.



Spotkanie robocze MKRPA

W dniu 23.02.2022r. Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych odbyła swoje robocze posiedzenie mimo nadal panującej pandemii Coronawirusa w nowej odmianie Omikron, który nie ominął również członków Komisji.

Na spotkaniu przewodnicząca Anna Lewandowska-Jopp zreferowała członkom Komisji przebytą rozmowę z Burmistrzem Miasta Chełmży Panem Jerzym Czerwińskim, w której poinformował, że w bieżącym roku proponuje dalszą pracę Komisji w niezmienionym składzie.

W dalszej części spotkania omówiony został plan pracy na rok 2022. Zmodyfikowana została praca członków Komisji w Punkcie konsultacyjnym, która będzie odbywać się nadal w każdą środę. W siedzibie



MKRPA kontynuowane będą nadal w każdą sobotę porady i rozmowy motywujące z petentami szukającymi pomocy dla osób z problemami i uzależnionych.

Omówione zostały także propozycje zorganizowania spotkań promujących zdrowy i trzeźwy styl życia, które wzorem lat ubiegłych mogłyby się odbywać w plenerze i na terenie miasta Chełmża.

Komisja zadeklarowała się również na dalszą współpracę z Powiatową i Miejską Biblioteką Publiczną oraz z pedagogami szkolnymi, z klubami sportowymi i z Ośrodkami odwykowymi w Czerniewicach i w Świeciu.



Spotkanie MKRPA z Amazonkami

W dniu 11 maja 2022 roku, jak co miesiąc odbyło się spotkanie członków Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, gdzie zostały omówione bieżące zadania jakie wynikają z Programu Rozwiązywania Problemów Alkoholowych na 2022 rok, między innymi z zbliżającym się Dniem Dziecka.

Przewodnicząca poinformowała członków Komisji, że w spotkaniu wezmą udział przedstawicielki Chelmskiego Stowarzyszenia Amazonek „ŁOZANKI”, które prowadzą swoją działalność od ponad 2 lat i skupiają w swoich szeregach mieszkanki z terenu miasta i gminy Chelmża. Jej członkinie wspierają się wzajemnie, głównie psychicznie, pomagając sobie w walce z skutkami choroby raka piersi.



Celem spotkania przedstawicielek miało być nawiązanie współpracy oraz uzyskanie informacji dotyczącej wsparcia finansowego dla swoich członkiń, które oprócz swoich problemów zdrowotnych, w niektórych przypadkach mają również w swoich rodzinach osoby borykające się z różnego rodzaju problemami uzależnień.

Na spotkaniu Przewodnicząca Komisji Anna Lewandowska-Jopp przy aprobacie członków Komisji, po wysłuchaniu oczekiwań zaproszonych gości, zaproponowała wsparcie merytoryczne i dalszą współpracę. Panie otrzymały kilka fachowych rad jak i gdzie mogą ubiegać się o dofinansowanie swojej działalności jako Stowarzyszenie.

BN



Dzień Dziecka z Legią

W dniu 4 czerwca 2022r. zarząd KS „Legia” Chełmża pod przewodnictwem Pani Anny Gajewskiej - prezes Klubu, zorganizował na boisku sportowym OSiT dla swoich podopiecznych Dzień Dziecka.



Na wstępie Pani Ania podziękowała poszczególnym grupom zrzeszonym w tym Klubie i pogratulowała wyników uzyskanych w sezonie 2021/22. Młodzi piłkarze otrzymali nagrody i upominki, a ich opiekunowie stosowne dyplomy. Podziękowania za wsparcie i okazjonalne dyplomy otrzymali również sponsorzy, działacze i firmy, które przez cały sezon wspierały działalność Klubu.

W programie przewidziano między innymi gry i zabawy zręcznościowe, jak na sportowców przystało, dmuchane obiekty – zjeżdżalnie, balony i bańki mydlane, nad którymi pieczę miała Kamila Olszewska. Dziewczynki mogły sobie wpleść kolorowe wstawki w warkoczyki, które robiła Kasia Kowalska.

Nie zabrakło też poczęstunku. Można było zjeść kielbaski z różną, wypić kawę czy herbatę dogryzając smaczne ciasta i ciasteczka. Były wszelkiego rodzaju napoje, wafelki, chipsy, popcorn, wata cukrowa, arbuz itd.

Odbył się też mini mecz rodzice ÷ dzieci, a około godziny 13-tej na stadion przybyła grupa motocyklowa z Klubu „Łoza”, której członkowie przewozili dzieci na super motorach i w stylowym samochodziku robiąc rundę wokół boiska.

Swoją cegiełkę do zorganizowania tej imprezy dołożyła również Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych wspierając ją w ramach współpracy i promowania trzeźwego stylu życia bez używek.

W związku z tym, że już za kilka dni rozpoczną się wakacje, członek tej Komisji Marian Walecki, który jednocześnie prowadził tą imprezę, co jakiś czas robił przerwany w dobrej tematyce muzyce i apelował o bezpieczne wakacje. Zwrócił się między innymi do rodziców, aby pamiętali, że wyjeżdżając na urlop często dzieci i młodzież spędzają wakacje nad wodą, w górach, czy na koloniach i wszędzie tam może czyhać niebezpieczeństwo. Towarzyszące wypoczynkowi odprężenie sprawia, że często zapominamy o podstawowych zasadach bezpieczeństwa, zwłaszcza, że to głównie rodzice są odpowiedzialni za bezpieczeństwo swoich pociec.



Z kilkoma radami i sugestiami prowadzący zwrócił się też do dzieci i młodzieży, aby pamiętali, że wakacje to czas wolny ale pamiętajcie, że przez cały ten czas jest „ktoś” kto chciałby Wam w tym przeszkodzić namawiając do wzięcia i spróbowania jakichś używek jak choćby: alkohol, narkotyki, dopalacze czy nawet namawianie przez jakieś sekty. Nauczcie się zawsze mówić stanowcze **N I E** !!! Nawiązuj relacje zwróć uwagę na to, z kim się spotykasz. Dbaj o dobre relacje z rodzicami. Ciesz się życiem i rób to, co kochasz – bez dodawania alkoholu i narkotyków. Weź odpowiedzialność za siebie, za swoje życie i bezpieczeństwo – apelował prowadzący.

Oto krótka relacja Dnia Dziecka z Legią w zdjęciach



Były upominki, nagrody i podziękowania



Dziewczynkom pleciono warkoczki, można było zjeżdżać po pokładzie statku i robić bańki mydlane



Każdy sponsor i każda osoba, która sponsorowała lub wspomagała Klub Sportowy „Legia” otrzymała dyplom i podziękowanie.



Smaczne kielbaski z grilla przygotowywali panowie Krzysztof i Paweł



Panowie z Klubu Motorowego „Łoza” zrobili dzieciom wielką frajdę przewożąc je wokół

32 Jasnogórskie Dni Trzeźwości

Po dwuletniej przerwie związanej z panującą w Polsce pandemią koronawirusa, na Jasnej Górze odbyły się w dniach 4÷5 czerwca 2022 roku „**32. Spotkania Trzeźwoścniowe na Jasnej Górze**”, które w tym roku odbywały się pod hasłem: „Użyc mi pogody ducha”.

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych akceptując wnioski osób zainteresowanych problemem uzależnień chcących wziąć udział w tego rodzaju spotkaniach wsparła i pomogła w najmie autokaru, promując tym samym program zdrowego i trzeźwego stylu życia.

W tego rodzaju spotkaniach uczestniczą nie tylko osoby



uzależnione ale również osoby zainteresowane problemem uzależnień. To przede wszystkim czas wspólnej modlitwy o trzeźwe życie wolne nie tylko od alkoholu, ale także od innych używek i nałogowych zachowań. Ich uczestnicy, których są tysiące, przekonują, że biorąc udział w takich spotkaniach można wyzwolić się z niewoli nałogu. Można było również uzyskać fachowych porad terapeutycznych od specjalistów terapii uzależnień.

Odbyła się także prezentacja twórczości artystycznej o tematyce związanej z ruchem trzeźwościowym. Do późnych godzin nocnych w różnych salach i kaplicach sanktuarium trwały mityngi czyli spotkania grupowe ze świadectwami m.in. dla anonimowych alkoholików, narkomanów, przemocowców, hazardzistów, dłużników itp.

Bardzo dużo dają również rozmowy między ludźmi borykającymi się z podobnym uzależnieniem, które mogą pomóc w podejmowaniu walki z nałogiem, ale podstawową kwestią jest rozpoznanie swojej choroby i chęć jej wyleczenia.



– Żeby stwierdzić, że jest się alkoholikiem, to trzeba zastanowić się nad sobą. Nie ma „jakoś to będzie”.

Dlatego MKRPA stwierdza, że na taki cel niczego nie można żałować i warto podejmować powyższe decyzje, które finalnie mogą pomóc wyjść z nałogu choćby jednemu człowiekowi.



Profilaktyczny rajd rowerowy

W dniu 25 czerwca 2022r. Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Urząd Miasta Chełmży zorganizowały zgodnie z Gminnym Programem Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Profilaktyczno, krajoznawczą wycieczkę rowerową po Ziemi Chełmińskiej o puchar Burmistrza Miasta Chełmży Jerzego Czerwińskiego.

W rajdzie liczącym 35 km., a który odbył się na trasie z Chełmży na Zamek Bierzglowski udział wzięło 40 uczestników. Impreza ta połączona z powitaniem lata, była piknikiem profilaktycznym finansowanym ze środków budżetowych Miasta Chełmży w ramach realizacji programu profilaktycznego. Celem wycieczki było promowanie aktywnego wypoczynku na rowerze oraz prezentacja walorów środowiska naturalnego regionu, a także zdrowego trybu życia w ramach profilaktyki uzależnień poprzez sport i rekreację.



Główny cel tego rajdu był rozwój edukacji ekologicznej wśród dzieci mieszkańców Chełmży, upowszechnianie zorganizowanych form turystyki i krajoznawstwa, popularyzacja walorów krajobrazowych powiatu toruńskiego, promocja zdrowego stylu życia oraz realizacja systemu profilaktyki gminnej w odniesieniu do uzależnień, wspieranie głównych czynników chroniących rodzinę, w tym kształtowanie więzi rodzinnej, jak również wspomaganie rodzin w procesie wychowania dzieci.

W programie organizatorzy przewidzieli m.in. piknik profilaktyczny na dziedzińcu Zamku Bierzglowskiego oraz pogadankę na temat szkodliwości używek oraz wspólny posiłek. Na zakończenie tego punktu programu każdy uczestnik otrzymał pakiet ulotek informacyjnych: „Dokąd po pomoc”.

Podsumowanie rajdu odbyło się na parkingu „Tumskiej Przystani” Chełmży, której dokonał burmistrz miasta Jerzy Czerwiński. Zwycięzcami została i puchar z rąk burmistrza otrzymała drużyna w składzie: Katarzyna Rosek, Dorota Kowalska-Fydrych, Michał Rosek, Iwona Meszyńska i Grzegorz Nowacki, ale jak to jest w tego typu imprezie, zwycięzcą był każdy, kto przebył tą trasę.

Organizatorzy dziękują wszystkim uczestnikom i tym, którzy go przygotowali.



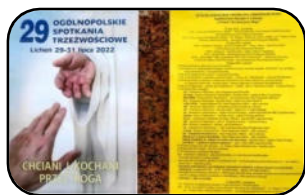
Zdjęcia: Marcin Seroczyński

29. OGÓLNOPOLSKIE SPOTKANIA TRZEŻWOŚCIOWE Licheń 22

Kolejną inicjatywą, którą wsparła Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych było partycypowanie w najmie autokaru dla grupy osób zainteresowanych problemem alkoholowym, która chciała wziąć udział w bardzo ważnych dla nich Spotkaniach Trzeźwościowych w Licheniu.

Tegoroczne spotkania odbywały się w dniach 28÷31 lipca, ale osoby te pragnęły uczestniczyć tylko w sobotę 30 lipca.

Spotkania takie jak wiemy z doświadczeń lat ubiegłych dają bardzo duże korzyści osobom uzależnionym jak i ich rodzinom, czyli osobom współuzależnionym. W tym to właśnie dniu organizowanych jest bardzo dużo spotkań różnych grup samopomocowych motywujących do podjęcia lub umocnienia trzeźwości.



Dla osób zainteresowanych była możliwość uczestniczenia w różnego rodzaju mitingach jak: AA, Al.-anon, DDA, AN, AH, SA itd. W tym roku organizatorzy zorganizowali także Miting AA w języku ukraińskim.

Natomiast osoby wierzące mogły uczestniczyć w Mszach Św., Drodze Krzyżowej w intencji o trzeźwość, itp. W trakcie spotkań można było także skorzystać z indywidualnych rozmów z psychologami, terapeutami uzależnień zajmującymi się problemami takimi jak: alkoholizm, narkomania, hazard czy desperatami, a nawet można było porozmawiać z seksuologiem, jak również z wolontariuszami oraz doradcami rodzinnymi.

Mimo niezbyt sprzyjającej pogodzie można było też wysłuchać twórczości o tematyce uzależnień w wykonaniu członków AA. W salkach natomiast odbywały się także Mitingi dla dzieci z grup (Alaaten) i dla młodzieży (DDA).



Nawroty w chorobie - zapicia

Po przerwie związanej z pandemią i nie możliwością organizowania dużych spotkań, na prośbę członków Grupy AA „Dobra Wola” w dniu 19 sierpnia 2022r. Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych zorganizowała w salce Domu Kapitulnego spotkanie z specjalistą terapii uzależnień Michałem Dąbkowskim pt. „Nawroty w chorobie alkoholowej – zapicia”. Temat ten został poruszony w trosce o tych, którzy często mimo przebytej terapii odwykowej nie wytrzymują i zapijają.



Nikt nie rodzi się alkoholikiem, ani nikt nie pije dla przyjemności po to, żeby się uzależnić – stwierdził terapeuta, a zapicia są jakby wkalkulowane w proces trzeźwienia.

Chcąc żyć w trzeźwości trzeba przestać kłamać i samemu się nie oszukiwać, dając jakby sobie przyzwolenie np.: „a wypiję sobie jednego dla kurażu, nikt się o tym nie dowie”..itp. Jest to anomia czyli życie w niespójności wewnętrznej oraz w poczuciu niepewności i bezcelowości.

Życie w trzeźwości jest ogromnym sukcesem ale choroba dwubiegunowa może być przyczyną powrotu do picia. Nakładanie się problemów związanych z życiem w trzeźwości może także powodować nawrót do picia. Należy nauczyć się rozpoznawać sytuacje powodujące nawrót np. nocne sny alkoholowe, suchość w gardle itp.

Każdemu bez względu na długość abstynencji może zdarzyć się zapić, ale jeżeli już to się zdarzy, to trzeba jak najszybciej starać się wrócić do trzeźwości.

Zapobiegać nawrotom, to uporządkować swoje relacje w życiu osobistym. Słuchać też to co mówią inni, którzy widzą, że coś się z tobą dzieje. Wszyscy uczyliśmy się na błędach ale trzeba nauczyć się je rozpoznawać. Dotyczy to także życia w trzeźwości i zapicia.

Konkludując p. Michał stanowczo potwierdził, że nie ma picia kontrolowanego i nie można dawać sobie przyzwolenia na inne myślenie.



Zakończenie lata

W dniu 2 września 2022r. Burmistrz miasta Chełmży Jerzy Czerwiński zaprosił mieszkańców Chełmży na koncert z okazji zakończenia lata 2022.

Współorganizatorem koncertu, który się odbył na scenie „na wodzie” była Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych promująca zdrowy tryb życia, Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna oraz Klub „CUMA”.

W koncercie tym zaprezentowały się dwa zespoły: Kobranocka oraz Mr. Zoob.

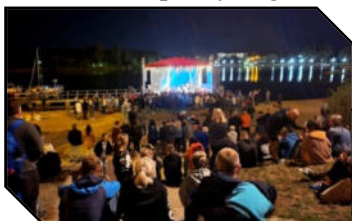
Zespół „Kobranocka” to zespół rockowy, który powstały w roku 1985 w Toruniu. Sześciokrotnie wystąpił na festiwalu w Jarocinie w latach 1986 - 2005. Gra muzykę odwołującą się do punk rocka z mocno pacyfistycznymi

tekstami. Największe przeboje Kobranocki to: "Kocham Cię jak Irlandię", "Hipisówka", "Jak zapomnieć Cię", "Ela, czemu się nie wcielasz?" itd. oraz nieśmiertelne

covery: „Nikomu nie wolno się z tego śmiać” czy Stones'ów "Współczucie dla diabła".

Druga grupa, która wystąpiła tego dnia to „Mr. Zoob” - zespół grający alternatywnego rocka, znany głównie z takich przebojów jak: "Mój jest ten kawałek podłogi" czy "Kartka dla Waldka". Muzyka Mr. Zooba to mieszanka rocka, ska i reggae.

Imprezę można uważać za bardzo udaną, frekwencja dopisała, a mieszkańcy Chełmży bawili się do późnych godzin wieczornych.



Profilaktyczny cukierek

W dniu 15 września 2022r. w Szkole Podstawowej nr 3 im. Stefana Wincentego Frelichowskiego w Chełmży Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych zorganizowała dla uczniów klas drugich i trzecich spotkanie profilaktyczne pod tytułem „Profilaktyczny cukierek”. Spotkanie to poprowadzone było na temat uzależnień w formie zabawy przez specjalistę terapii uzależnień z Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA).

Program profilaktyczny "CUKIEREK" jest oparty na bajce profilaktycznej "Cukierki" Agnieszki Grzelak. Bajka jak i program powstały jako element szerszej współpracy fundacji Homo Homini z Ministerstwem Edukacji Narodowej.

Celem programu jest przybliżenie dzieciom podstawowych informacji na temat środków uzależniających i zagrożeń z nimi związanych, umiejętność zauważania i nazywania uczuć własnych i innych ludzi oraz kształtowanie umiejętności troski o własne bezpieczeństwo w relacjach z innymi, a także postaw asertywnych względem osób nieznajomych.

Terapeuta w bardzo profesjonalny sposób przedstawił problemy z jakimi mogą się spotkać młodzi ludzie. Chodzi tu o narkotyki, dopalacze i inne środki odurzające mogące uzależnić.



Grupa Interdyscyplinarna

Zgodnie z zarządzeniem 73/SOR/21 Burmistrza Miasta Chełmża oraz w związku z Porozumieniem o współpracy z Zespołem Interdyscyplinarnym, w siedzibie MOPS działa grupa robocza. W Zespole Interdyscyplinarnym pracują m.in. takie osoby jak: pracownik socjalny, asystent rodzin, policjant, psycholog, pedagog, prokurator Prokuratury Rejonowej i kurator Specjalista Sądu Rejonowego oraz członek MKRPA Marian Walecki, a w grupie roboczej osoby mogące pomóc rozwiązać dany problem w zależności od potrzeby.



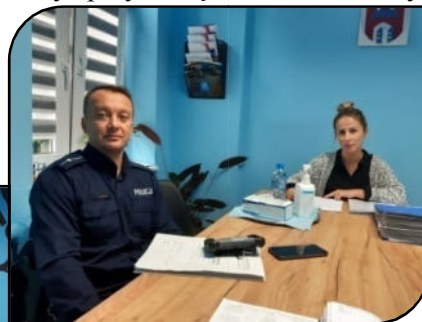
Od dnia 1 września 2022r. Grupa robocza pracuje pod przewodnictwem Doroty Otczyk pracowniczki socjalnej MOPS, która zastąpiła Monikę Kania-Burak.



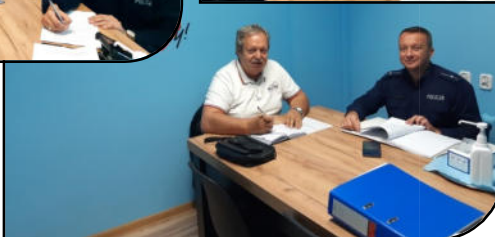
Na spotkaniach prowadzone są rozmowy motywujące i dyscyplinujące osoby, które mają problem często alkoholowy, narkotykowy jak również mające problemy wychowawcze z dziećmi. Rodzinom, u których dodatkowo

dochodzi do znęcania się względem siebie i w stosunku do dzieci zakładana jest tzw. „Niebieska karta”.

Spotkania grupy roboczej odbywają się w zależności od potrzeby kilka razy w miesiącu, a Zespół Interdyscyplinarny spotyka się w Środowiskowym Centrum Aktywności co 2 miesiące.



W oczekiwaniu
na kolejne
sprawy



O uzależnieniach z młodymi piłkarzami

Zarząd KS „Legia” Chelmsza w ramach współpracy z Miejską Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w dniu 2.10.2022r. zorganizował spotkanie profilaktyczne dla swoich młodych podopiecznych.

Prelekcję na temat problemów uzależnień na jakie mogą się natknąć w swoim życiu młodzi piłkarze zrzęseni w tym klubie poprowadził członek MKRPA Marian Walecki. Gratulując wygranego meczu rozegranego akurat przed spotkaniem prelegent omówił poszczególne zagrożenia i ich przyczyny, które mogą w konsekwencji skończyć się uzależnieniem. Przestrzegł przed próbami „smakowania” piwa czy wódki, gdyż nadużycie ich może w konsekwencji skończyć się alkoholizmem. Przytoczył wyniki badań, które mówią, że: szklanka piwa, lampka wina i kieliszek wódki mają tą samą zawartość alkoholu, czyli 20g czystego alkoholu etylowego tj. 50g wódki! Co znaczy, że: wypijając 10 piw, 10 lampek wina - wypijamy 0,5 l wódki!



Omówił też problem narkotykowy i dopalaczy, które na rynek wprowadza się je jako „produkty kolekcjonerskie”. Nie wiercie pogłoskom, jakoby niektóre narkotyki nie uzależniają i można je brać bezkarnie. Każdy środek (dopingujący również) może doprowadzić do uzależnienia – przestrzegali p. Marian.

Uzależnienie to nie tylko alkohol i narkotyki, to również Internet. Wy gracie na boisku zespołowo, a internauta gra sam przed monitorem komputera i to bardzo często całymi godzinami czy nocami. W erze nowych technologii kolejnym zagrożeniem jest Nomofobia, czyli nerwicowe uzależnienia od komórki.

W spotkaniu oprócz kierownictwa Klubu z prezes p. Anna Gajewską na czele udział wzięli także trenerzy i niektórzy rodzice, do których prelegent również skierował kilka wskazówek i rad aby ustrzec swoje dzieci przed uzależnieniem. Spotkanie podparte było prezentacją NARKOgogli i ALKOgogli.

Pamiętajmy: wszelkiego rodzaju używki niszczą organizm, szczególnie młody.



W roku 2022
Miejska Komisja
Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
w Chełmży
działała w następującym składzie:

Przewodnicząca MKRPA
Anna Lewandowska-Jopp

Członkowie MKRPA
Tadeusz **Beszczynski**
Iwona **Niedzielska**
Teresa **Nowicka**
Marian **Walecki**
Sebastian **Więclawski**

Spis treści:	str.
Strona tytułowa	1
Info o autorach	2
Cele i zadania	3
Jeszcze o roku 2021.....	4
Profilaktyczny Mikołajek.....	5
Spotkanie z Mikołajem w KS Legia.....	6
Spotkanie robocze MKRPA	7
Spotkanie MKRPA z Amazonkami	8
Dzień Dziecka z Legią	9
Jasnogórskie Dni Trzeźwości	11
Profilaktyczny rajd rowerowy	12
Ogólnopolskie. Spotkania AA Licheń 2022.....	13
Nawroty w chorobie - zapicia	14
Zakończenie lata 2022.....	15
Profilaktyczny cukierek.....	16
Zespół interdyscyplinarna.....	17
O uzależnieniach na Legii.....	18
Skład MKRPA 2022	19
Spis treści	20