

PROJEKT

**GMINNY PROGRAM
PROFILAKTYKI I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW
ALKOHOLOWYCH, BEHAWIORALNYCH ORAZ
PRZECIWDZIAŁANIA NARKOMANII
NA TERENIE GMINY KLUKOWO
NA LATA 2023-2025**

Klukowo,2023 roku

I. Wstęp

Alkoholizm, narkomania, uzależnienia behawioralne stanowią wyzwania cywilizacyjne o zasięgu globalnym. Powodują stały wzrost problemów społecznych, stwarzają zagrożenia i obniżają ogólny poziom zdrowia społeczeństwa. Powiązane z nimi są m.in. problemy przemocy w rodzinie, ubóstwo i wykluczenie społeczne.

Problematyka uzależnienia nie ogranicza się jedynie do samego faktu uzależnienia bądź zagrożenia uzależnieniem. To problem, który zaburza całość funkcjonowania danej rodziny. Organizując pomoc należy mieć na uwadze zarówno osoby uzależnione jak i członków rodziny, którzy zmagają się z uzależnieniem bliskiej osoby. Koniecznym jest, aby wszelkie działania profilaktyczne w dalszym ciągu były kierowane do dzieci i młodzieży, którzy w okresie dorastania mogą być szczególnie podatni na negatywne wpływy otoczenia. Należy również zauważyć, że deficyty jednej grupy społecznej, zakłócają funkcjonowanie całej społeczności lokalnej. Konieczne jest zatem traktowanie problemu alkoholizmu, narkomanii i uzależnień behawioralnych w kontekście szeroko pojętej polityki społecznej.

Profilaktyka i przeciwdziałanie uzależnieniom należy do istotnych działań podejmowanych przez gminy. Aby w pełni zadbać o prawidłowy rozwój dzieci i młodzieży poszukuje się nowych rozwiązań z dziedziny profilaktyki uzależnień. Szczególną uwagę zwraca się na osoby podatne na wpływy grupy rówieśniczej, osoby wykluczone społecznie czy nawet mające problemy z nauką szkolną. Wszelkie stresujące sytuacje sprzyjają bowiem uzależnieniu.

Aby zapobiec uzależnieniom behawioralnym, rosnącemu zainteresowaniu alkoholem, dopalaczami i substancjami psychoaktywnymi, należy zaproponować wiele atrakcyjnych form spędzania czasu wolnego, należy położyć większy nacisk na rozwój pasji i zainteresowań, należy zadbać o odporność psychiczną młodego człowieka, pomagając mu zrozumieć siebie i otaczający świat. Konieczne jest także prowadzenie działań edukacyjno-informacyjnych. Podejmowanie różnorodnych działań sprzyja poprawie jakości życia, zarówno pojedynczych jednostek, jak i całej społeczności lokalnej.

Prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych i narkomanii oraz integracji społecznej należy do zadań własnych gminy.

Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Gminie Klukowo na lata 2023-2025, zwanej w dalszej treści „gminą”, określa cele i zadania w zakresie profilaktyki oraz rozwiązywania problemów wynikających z używania alkoholu, narkotyków oraz występowania uzależnień behawioralnych. Program został opracowany zgodnie z treścią ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi i ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii oraz zgodnie z Narodowym Programem Zdrowia na lata 2021-2025. Program ten jest podstawowym dokumentem określającym zakres i formę realizacji działań profilaktycznych oraz naprawczych, zmierzających do ograniczenia spożycia alkoholu i narkotyków oraz do występowania uzależnień behawioralnych wśród mieszkańców gminy Klukowo.

Sposoby realizacji zadań ujętych w programie dostosowane są do potrzeb i możliwości ich realizacji w mieście, w oparciu o posiadane zasoby. Działania zaproponowane w ramach gminnego programu nastawione są na zapobieganie i ograniczenie występowania uzależnień behawioralnych oraz problemów związanych bezpośrednio z używaniem alkoholu, narkotyków i innych substancji psychoaktywnych. Gminny program obejmuje działania profilaktyczne oraz pomocowe skierowane do dzieci, młodzieży i dorosłych mieszkańców gminy. Problematyka uzależnień wymaga podejścia interdyscyplinarnego, a wszelkie podejmowane w jej ramach działania powinny mieć charakter długofalowy.

II. Wyjaśnienie podstawowych pojęć oraz przedstawienie zjawiska uzależnienia od alkoholu, narkotyków i uzależnień behawioralnych

„Uzależnienia - medyczne zaburzenie zdrowia, stan psychologicznej albo psychicznej i fizycznej zależności od jakiegoś psychoaktywnego środka chemicznego, przejawiający się okresowym lub stałym przymusem przyjmowania tej substancji w celu uzyskania efektów jej działania lub uniknięcia przykrych objawów jej braku (abstynencyjne objawy).

Motywy skłaniającym do rozpoczęcia przyjmowania środków uzależniających jest ich działanie: rozluźniające (uspokajające, nasenne, przeciwłękowe, przeciwbólowe), stymulujące (aktywizujące, dopingujące, poprawiające samopoczucie, podwyższające intensywność przeżywania, zmniejszające łaknienie), halucynogenne (zmieniające intensywność spostrzegania i myślenia lub zniekształcające je, zmieniające stan świadomości). Rozwój uzależnienia jest zależny od wielu czynników, m.in. od specyficznych właściwości substancji uzależniającej, fizjologicznych właściwości organizmu (warunkujących szybkość powstawania uzależnienia), cech osobowości sprzyjających działaniu substancji uzależniającej (bierność, niesamodzielność) i czynników środowiskowych ułatwiających kontakt z takimi substancjami (słabość więzi rodzinnych, brak perspektyw życiowych, presja grup subkulturowych, pochopne zastosowanie leku).

Leczenie jest długotrwałe i trudne, wymaga wytrwałości ze strony uzależnionych i leczących. Liczne programy leczniczo-rehabilitacyjne są dostosowane do typu i fazy rozwoju uzależnienia, zwykle obejmują okresy: detoksykacji (eliminowanie objawów odtrucia i abstynencyjnych), reorientacji (budowanie motywacji do leczenia), rehabilitacji (uczenie się nowych wzorców życia bez środków uzależniających).”

1. Problem alkoholowy

Alkohol jest jednym z najczęściej przyjmowanych środków uzależniających na świecie. W Polsce głównym środkiem uzależniającym jest alkohol etylowy (alkoholizm). Liczbę osób wymagających leczenia i rehabilitacji szacuje się w Polsce na ok. 30 tysięcy.

Choroba alkoholowa - to przewlekła, nieuleczalna choroba wywołana uzależnieniem od alkoholu, przebiegająca z nawrotami. Jej konsekwencje zdrowotne dotyczą nie tylko samego chorego, ale również i jego najbliższych, co wyraźnie ją różni od innych chorób przewlekłych.

Objawy choroby alkoholowej:

- subiektywne poczucie przymusu sięgania po alkohol
- koncentrowanie całego swojego życia wokół picia
- nawroty picia po próbach podejmowania abstynencji
- ograniczenie zachowań oraz reakcji związanych ze spożywaniem alkoholu
- zmiana tolerancji na napoje alkoholowe
- objawy abstynencyjne
- poczucie niemożności rozstania się z alkoholem na zawsze
- pragnienie picia kontrolowanego oraz nadzieja na zapanowanie nad alkoholizmem.

Nadużywanie alkoholu prowadzi do wielu negatywnych skutków zdrowotnych oraz społecznych. Skutkiem zdrowotnym może być nieprawidłowe funkcjonowanie wątroby, np. rozwój stłuszczenia wątroby, czy też marskość, a uszkodzenie organu jest nieodwracalne, (można je spowolnić lub zatrzymać, podejmując odpowiednie leczenie). Częste upijanie się ma wpływ również na układ krążenia oraz system nerwowy, gdyż może prowadzić do: uszkodzeń komórek nerwowych, udaru mózgu, otępienia, zaburzeń w pracy mięśnia sercowego, choroby wieńcowej, zawału serca, nadciśnienia tętniczego krwi. Wzrasta również ryzyko wystąpienia zaburzeń hormonalnych, chorób immunologicznych oraz nowotworów (w szczególności przełyku, krtani, gardła, języka oraz jelita grubego). Skutki alkoholizmu można także zaobserwować w wielu innych sferach, zwłaszcza rodzinnej, zawodowej oraz społecznej. Alkohol często staje się również przyczyną przemocy psychicznej lub fizycznej, może doprowadzić do rozpadu małżeństwa, utraty przyjaciół, itp. Osoba uzależniona w oczach pracodawcy przestaje być odpowiedzialnym pracownikiem, co może doprowadzić do utraty pracy. Ponadto skutkiem spożywania alkoholu mogą być też konflikty z prawem.

Pod wpływem alkoholu pijący często wdają się w bójki, berą udział w napaściach ulicznych, a nawet zdarza im się siadać za kierownicę samochodu, niekiedy ze śmiertelnym skutkiem.

2. Narkomania

Narkotyk -w języku potocznym jest określany wymiennie jako substancja psychoaktywna, środek odurzający, używka. W psychologii aktualnie obowiązującym nazewnictwem jest substancja psychoaktywna. W medycynie „narkotykami” określa się te substancje, które działają.in. przeciwbólowo poprzez określone receptory mózgowe (opiodowe). Z kolei pojęcie narkomanii wywodzi się od słowa „narcos” co oznacza odurzenie, senność, uśpienie.

Substancje psychoaktywne:

- wpływają na centralny układ nerwowy
- przyjmowane są w celu doznania przyjemności, zmiany świadomości, uzyskania określonego nastoju, przeżycia ekstremalnych doznań
- wpływają na organizm człowieka powodując w różnym stopniu zmiany psychiczne(np. euforię, zmieniony odbiór rzeczywistości, iluzje, omamy, zaburzenia pamięci) oraz fizyczne (np. wzrost ciśnienia krwi, przyspieszenie tętna, pobudzenie)
- przewlekłe przyjmowane mogą prowadzić do uzależnienia, które często nazywane też jest narkomanią czy toksykomanią
- mają pochodzenie naturalne lub syntetyczne

często, szczególnie w publikacjach popularnych są dzielone na tzw. narkotyki miękkie (jako bezpieczne, mało szkodliwe) oraz twarde (niebezpieczne, groźne). Za „narkotyk miękką” uznawana jest np. marihuana. Określenia te są mylące, nieprawdziwe, dają złudne poczucie bezpieczeństwa np. przy stosowaniu marihuany.”

Narkomania - stałe lub okresowe używanie w celach innych niż medyczne środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych lub nowych substancji psychoaktywnych, w wyniku czego może powstać lub powstało uzależnienie od nich.⁶

Objawy uzależnienia od narkotyków, w zależności od zażywanej substancji psychoaktywnej, mogą być nieco inne. Symptomem świadczącym o zażywaniu narkotyków może być zmiana sposobu bycia, środowiska, stylu ubierania się. Osoby uzależnione często oddalają się od przyjaciół i rodziny, mają problemy w kontaktach z otoczeniem, stają się drażliwe, nerwowe, zaniedbują codzienne obowiązki (szkolne, zawodowe, domowe). Podstawowym objawem uzależnienia jest niekontrolowany przymus sięgania po substancje odurzające (psychoaktywne). Uzależniony traci kontrolę nad przyjmowanymi narkotykami, mimo starań nie jest w stanie utrzymać abstynencji. Narkomania prowadzi do wielu szkód zdrowotnych (psychicznych i fizycznych) oraz społecznych. Zażywanie narkotyków zaburza funkcjonowanie poszczególnych narządów w ludzkim organizmie. Środki psychoaktywne zwiększają prawdopodobieństwo wystąpienia udaru mózgu, zawału serca, spadku odporności, uszkodzenia wątroby, nerek, a także powstania zakrzepów w żyłach. Narkomanii mają również problem z obniżeniem płodności oraz spadkiem libido. Osoby przyjmujące narkotyki dożylnie są też bardziej narażone na zarażenie groźnymi chorobami jak WZW typu C oraz wirus HIV. Zazwyczaj uzależnienie od narkotyków widać w wygłodzie. Osoby uzależnione są osłabene, blade oraz tracą na wadze. Często też występuje u nich przewlekły katar, kaszel oraz krwawienia z nosa. Narkotyki nie pozostają bez wpływu na sferę psychiczną. Środki psychoaktywne mogą powodować zaburzenia osobowości, stany lękowe, a nawet depresję. Narkomanii mogą towarzyszyć również zaburzenia pamięci, nerwice, ostra lub przewlekła psychoza, a także zaburzenia o charakterze seksualnym. W zależności od rodzaju przyjmowanych środków może się pojawić nadmierne pobudzenie, agresja i drażliwość, jak i apatia bądź przygnębienie. Dodatkowo osoby używające narkotyków często popadają w konflikty z prawem. Karalne jest nie tylko rozprowadzanie narkotyków czy ich produkcja, ale też ich posiadanie. Ponadto głód narkotykowy często popycha osoby uzależnione do kradzieży i innych przestępstw. Narkotyki zmieniają ludzi. Tracą oni zdolność do samodzielnego funkcjonowania, zaniedbują obowiązki. Często dochodzi do zaburzenia lub całkowitego zerwania więzi rodzinnych czy bezrobocia.

3. Uzależnienia behawioralne

Uzależnienie behawioralne (czynnościowe) – zespół objawów związanych z utrwalonym, wielokrotnym powtarzaniem określonej czynności (lub grupy czynności) w celu uzyskania takich stanów emocjonalnych jak przyjemność, euforia, ulga, uczucie zaspokożenia. Przykłady uzależnień behawioralnych: patologiczny hazard, uzależnienie od komputera/sieci internetowej, pracoholizm, zakupoholizm, uzależnienie od ćwiczeń fizycznych, uzależnienie od telefonu komórkowego, kompulsywne objadanie się.

Przykładowe objawy mogące świadczyć o uzależnieniu behawioralnym od hazardu:

- wydawanie coraz większej ilości pieniędzy na hazard
- potrzeba gry, aby osiągnąć pożądany poziom podniecenia
- trudności w ograniczaniu lub rzucaniu hazardu
- uczucie niepokoju lub irytacji podczas próby ograniczenia lub rzucenia grania
- uporczywe, częste myśli o hazardzie takie jak planowanie zakładów, myślenie o wcześniejszych doświadczeniach z hazardem i opracowywanie strategii, jak zdobyć więcej pieniędzy na grę
- powrót do hazardu w sytuacji przygnębienia
- kontynuowanie hazardu nawet po utracie pieniędzy przy próbie wyjścia na tzw. „zero”
- ponoszenie konsekwencji finansowych lub społecznych w wyniku uprawiania hazardu.
- Uzależnienia behawioralne, w zależności od rodzaju, prowadzą do poważnych konsekwencji zarówno psychicznych, fizycznych jak i społecznych. Leczenie ich polega na:
 - psychoterapii uzależnień – tj. procesie, w którym uczestniczy grupa specjalistów, którego celem jest m.in. uświadomienie sobie przez osobę uzależnioną mechanizmów chorobowych, zmiana destrukcyjnych nawyków, nauka konstruktywnych sposobów radzenia sobie z emocjami
 - uczestnictwie osoby uzależnionej w grupie samopomocowej (np. Anonimowi Jedzeniolicy, Anonimowi Hazardziści)
 - farmakoterapii, która może mieć swoje zastosowanie w sytuacjach, kiedy nasilenie objawów u pacjenta w sposób znaczny utrudnia mu uczestnictwo w w/w formach leczenia. Stanowi środek doraźny, wspierający proces terapii.

III.1. Diagnoza problemów alkoholowych

1. Wyniki badań z 2022 r. w zakresie problemów alkoholowych dzieci i młodzieży szkolnej, uczących się w szkołach na terenie gminy Klukowo.

W 2022 roku opracowana została przez Centrum Profilaktyki i Reeducacji Atelier, Ośrodek Psychoprofilaktyki Nowa Perspektywa w Krakowie Diagnoza Problemów Społecznych na terenie Gminy Klukowo.

.W badaniu udział wzięło 115 uczniów ze wszystkich szkół podstawowych, 46 % badanych stanowiły dziewczęta, a 54% chłopcy.

Uczniów zapytano m.in. o spożywanie alkoholu.

Pierwsze z pytań skierowanych do uczniów, odnosiło się do częstotliwości spożywania przez nich alkoholu. Zebrany materiał badawczy wykazał, że kontakt z nim miało 27% badanych. W grupie osób, które zadeklarowały sięgnięcie po alkohol, większość stanowią uczniowie, którzy spożywali go kilka razy (12%) oraz jednokrotnie (10%). Respondenci, którzy pili alkohol wiele razy to 4% wszystkich badanych, natomiast 1% ankietowanych wskazał na regularne spożywanie alkoholu (przynajmniej raz w tygodniu).

W ramach badań uzyskano również informacje o sposobie otrzymania/zdobycia alkoholu przez uczniów po raz pierwszy. Na podstawie deklaracji badanych można stwierdzić, że ankietowani najczęściej byli częstowani alkoholem (12 osób, tj. 39%), natomiast część osób podała, że rodzice dali im spróbować (8 osób, tj. 26%). Po 4 badanych poprosiło kogoś o kupno alkoholu lub dostało go od starszych kolegów (po 13%). 2 osoby podały, że kupiły alkohol samodzielnie (6%), a 1 badany podkładał go rodzicom (3%). Uczniowie, którzy spożywali alkohol zostali poproszeni o określenie w jakim wieku pierwszy raz po niego sięgnęli. Odpowiedzi respondentów są następujące: prawie połowa wskazała na mniej niż 10 lat (15 osób, tj. 48%), z kolei 12 uczniów odpowiedziało, że było w wieku 10-13 lat (39%). Najrzadziej wybieraną odpowiedzią był wiek 14-15 lat, wskazało na niego 4 uczniów (13%).

Następne pytanie, zadane uczniom ze szkół znajdujących się na terenie Gminy Klukowo, odnosiło się do częstotliwości spożycia alkoholu w ciągu ostatnich 30 dni poprzedzających badanie. Większość uczniów nie piła alkoholu w tym okresie (19 osób, tj. 61%). Wśród respondentów, którzy sięgnęli wtedy po alkohol najwięcej

badanych spożywało go 1-2 razy (7 osób, tj. 23%), po 2 osoby podały, że robiły to 3-4 razy oraz 5-7 razy (po 6%), a jedna osoba wskazała, że w ciągu ostatnich 30 dni spożywała alkohol więcej niż 7 razy (3%)

2. Wyniki badań z 2022 roku w zakresie problemów alkoholowych dorosłych mieszkańców gminy Klukowo

W badaniu diagnozującym problemy społeczne na terenie Gminy Klukowo wzięło udział 60 mieszkańców mających powyżej 18 lat. Poniżej przedstawiona została struktura badanej próby, ze względu na płeć. Można zauważyć, że pod względem liczby wypełnionych ankiet przewagę miały kobiety – stanowiły one 55% ogółu, natomiast mężczyźni – 45%.

Pierwsze pytanie dotyczące uzależnienia od alkoholu odnosiło się do częstotliwości jego spożywania. Możemy zauważyć, że picie alkoholu deklaruje 85% mieszkańców, z czego 2% sięga po niego codziennie, 7% – kilka razy w tygodniu, natomiast po 8% ankietowanych – raz w tygodniu, a także raz w miesiącu. 32% respondentów deklaruje spożywanie alkoholu kilka razy w miesiącu, a 28% osób – kilka razy w roku. Abstynencję zadeklarowało 15% mieszkańców.

Kolejne pytanie dotyczyło ilość porcji alkoholu wypijanych przez ankietowanych w ciągu całego dnia, w którym go spożywają. Połowa badanych odpowiedziała, że w dniu, w którym pije alkohol wypija 1-2 porcje tego napoju (25 osób, tj. 49%). Niewiele mniej mieszkańców podało 3-4 porcje (21 osób, tj. 41%). Na 5-7 porcji wskazały 4 osoby (8%), z kolei 1 respondent odpowiedział, że pije 8-10 porcji alkoholu w ciągu takiego dnia (2%).

III.2. Diagnoza w obszarach: narkomania i uzależnienia od innych substancji psychoaktywnych

1. Wyniki Badań w zakresie problemu uzależnień od substancji psychoaktywnych dzieci i młodzieży szkolnej uczącej się w szkołach na terenie gminy Klukowo

Następny z analizowanych w 2022 roku w Diagnozie obszarów dotyczył zażywania narkotyków, dopalaczy i innych środków psychoaktywnych. W celu dogłębnej analizy tego problemu respondentom zadano pytanie o to, ile razy w życiu zdarzyło im się zażywać tego typu substancje. Jak wynika z odpowiedzi ankietowanych 2% zażywało środki psychoaktywne kilka razy, z kolei 1% wskazał na regularne/codziennie ich zażywanie.

Podczas realizacji badania, określony został również wiek inicjacji narkotykowej respondentów. Wyniki są następujące: 1 ankietowany przyznał, że po narkotyki, dopalacze lub inne środki psychoaktywne sięgnął po raz pierwszy w wieku poniżej 10 lat (33%), natomiast 2 osoby podały wiek 10-13 lat (67%).

W następnej kolejności uczniowie zostali poproszeni o ocenę dostępności narkotyków, dopalaczy, alkoholu, papierosów i e-papierosów w swojej miejscowości. Zebrany materiał badawczy wykazał, że:

- narkotyki są łatwe do zdobycia dla 3% ankietowanych, a trudne dla 20%,
- dopalacze są łatwe do zdobycia dla 4% ankietowanych, a trudne dla 23%,
- alkohol jest łatwy do zdobycia dla 31% ankietowanych, a trudny dla 21%,
- papierosy są łatwe do zdobycia dla 23% ankietowanych, a dla kolejnych 23% są trudne do zdobycia,
- e-papierosy są łatwe do zdobycia dla 20% ankietowanych, a trudne dla 19%

Podsumowując problem zażywania substancji psychoaktywnych wśród uczniów z terenu gminy Klukowo mniejszy niż wśród uczniów w Polsce. Nie mniej jednak znaczące jest to, że problem

zjawiska narkomanii występuje na terenie naszej gminy, w związku z czym zobowiązani jesteśmy podejmować stosowne działania.

III.3.Diagnoza w obszarze uzależnień behawioralnych w grupie młodzieży szkolnej z terenu gminy Klukowo

1. Korzystanie z urządzeń elektronicznych przez uczniów ze szkół z terenu gminy Klukowo

Zebrany materiał badawczy wykazał, że zdecydowana większość ankietowanych korzysta z tego rodzaju urządzeń, w tym najwięcej wskazało na telefon komórkowy (80%), połowa ankietowanych wyróżniła komputer/laptop (50%), 17% zaznaczyło konsolę do gier, natomiast tablet wybrało 10%.

Z urządzeń elektronicznych nie korzysta 7% badanych, a pozostałe 3% osób wskazało na inne urządzenia, nie dodając odpowiedzi.

Wśród берących udział w badaniu 15 osób deklaruje korzystanie z urządzeń elektronicznych do 1 godziny dziennie (14%). Znaczna część młodych mieszkańców Gminy Klukowo poświęca na korzystanie z urządzeń elektronicznych powyżej 1 godziny do 3 godzin (46 osób, tj. 44%) oraz powyżej 3 godzin do 5 godzin (21 osób, tj. 20%), natomiast 12 ankietowanych przeznaczają na to powyżej 5 godzin do 7 godzin (11%). Wśród badanych 10 osób korzysta z urządzeń elektronicznych powyżej 7 godzin (10%), z kolei 1 uczeń nie korzysta z nich codziennie (1%).

Następnie uczniowie zostali zapytani o powody korzystania z urządzeń elektronicznych. Najwięcej osób wskazało na kontakt ze znajomymi (77 osób, tj. 73%), następną, najliczniej wybieraną odpowiedzią było granie w gry (62 osoby, tj. 59%), oglądanie filmów/seriali (61 osób, tj. 58%), czy słuchanie muzyki (58 osób, tj. 55%). Dla połowy ankietowanych jednym z głównych powodów jest nauka (53 osoby, tj. 50%), a niewiele mniej osób wskazało na korzystanie z urządzeń elektronicznych z nudów (51 osób, tj. 49%) oraz korzystanie z portali społecznościowych (49 osób, tj. 47%). Najrzadziej wybierane były odpowiedzi takie jak: poznawanie nowych osób (19 osób, tj. 18%), robienie zakupów (15 osób, tj. 14%), prowadzenie bloga lub własnej strony (3 osoby, tj. 3%), a także 1 osoba wskazała na odpowiedź „inne” dodając przeglądanie memów (1%).

W dalszej kolejności zostały zbadane negatywne konsekwencje z jakimi zmagają się respondenci w związku z korzystaniem z urządzeń elektronicznych. Najwięcej ankietowanych wskazało na problemy z zasypianiem (19 osób, tj. 18%), prawie tyle samo osób odpowiedziało, że zaniedbywało obowiązki szkolne/domowe (18 osób, tj. 17%), natomiast 16 uczniów deklaruje pogorszenie stanu zdrowia (16%). Po 2 respondentów podało pogorszenie relacji rodzinnych oraz wskazało odpowiedź „inne” (2%).

1.Granie w gry hazardowe

Na pytanie dotyczący gry hazardowej, czyli takiej w której można wygrać lub przegrać pieniądze uczniowie odpowiedzieli następująco:

-w ciągu ostatnich 12 miesięcy poprzedzających badanie podejmowało się gry na pieniądze 19% badanych. Największy odsetek z nich robił to 1-5 razy (10%), natomiast po 3% badanych zadeklarowało, że grało 6-10 razy, 11-20 razy oraz częściej niż 20 razy.

Uczniowie, którzy zadeklarowali granie w gry na pieniądze najczęściej kupowali zdrapki (8 osób, tj. 40%) lub grali na maszynach (6 osób, tj. 30%), natomiast po 3 badanych wybrało gry karciane oraz odpowiedź „inne”, podając: fortnite czy cs go. 2 osoby podały zakłady bukmacherskie (10%), z kolei 1 badany – maszyny do gier hazardowych.

IV. Odbercy programu

Gminny program skierowany jest do wszystkich mieszkańców miasta gminy Klukowo, w szczególności do:

- osób i rodzin z problemem uzależnień
- osób współuzależnionych i DDA (dorosłe dziecko alkoholika)
- osób i rodzin zagrożonych problemem uzależnień
- osób i rodzin zagrożonych wykluczeniem społecznym z powodu problemu uzależnień
- przedstawicieli instytucji i służb pracujących w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych/narkomanii, uzależnień behawioralnych oraz organizacji zajmujących się tymi problemami
- społeczności lokalnej.

V. Cele , zadania i realizatorzy programu

Głównym celem niniejszego programu jest zapobieganie i ograniczenie występowaniu problemów wynikających z uzależnień behawioralnych, problemów związanych bezpośrednio z używaniem alkoholu, narkotyków i innych substancji psychoaktywnych.

Podstawowe cele programu:

- wzmocnienie postaw społecznych związanych z ograniczeniem występowania uzależnień behawioralnych oraz używania alkoholu i substancji psychoaktywnych
- podniesienie poziomu wiedzy i świadomości społeczeństwa w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz narkomanii ,a także uzależnień behawioralnych, poprzez prowadzenie działalności edukacyjnej i informacyjnej
- ograniczenie występowania negatywnych skutków zdrowotnych i społecznych związanych z uzależnieniami behawioralnymi oraz zużywaniem alkoholu oraz substancji psychoaktywnych przez mieszkańców
- wspieranie psychospołeczne osób uzależnionych i ich rodzin
- współpraca z podmiotami działającymi w obszarze uzależnień behawioralnych oraz przeciwdziałania alkoholizmowi i narkomanii
- organizowanie form twórczego spędzania czasu wolnego dla dzieci i młodzieży , w szczególności dla osób z grup podwyższonego ryzyka
- Ograniczanie dostępności napojów alkoholowych na terenie Gminy, zwłaszcza w przypadku dzieci i młodzieży (regularne kontrole punktów przez członków GKRPA);
- włączanie się w lokalne oraz ponadlokalne kampanie profilaktyczne, a także tworzenie autorskich akcji;
- realizowanie programów profilaktycznych, ze szczególnym uwzględnieniem programów o udowodnionej skuteczności, rekomendowanych przez Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom;
- rozwój i stałe zwiększanie dostępności do poradnictwa, terapii i rehabilitacji społeczno-zawodowej osób zmagających się z problemem uzależnienia od alkoholu, osób współuzależnionych oraz osób z syndromem dorosłych dzieci alkoholików (DDA);
- podnoszenie kompetencji osób i instytucji działających w obszarze uzależnienia od alkoholu, poprzez organizowanie szkoleń i kursów;
- prowadzenie działalności edukacyjnej i szkoleniowej dla sprzedawców z zakresu odpowiedzialnej sprzedaży alkoholu.
- Promowanie wśród społeczności lokalnej zdrowego trybu życia, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży;
- ograniczanie dostępności do papierosów dla dzieci i młodzieży na terenie Gminy;
- rozpowszechnianie materiałów profilaktycznych, dotyczących szkodliwości nikotyny;
- Wyeliminowanie dystrybucji nielegalnych substancji na terenie Gminy, poprzez zwiększenie działań Policji i innych służb w zakresie przeciwdziałania handlu narkotykami;

- przeprowadzanie szkoleń/warsztatów dla rodziców oraz wychowawców, na temat rozpoznawania i reagowania w przypadku zażywania przez dzieci i młodzież środków psychoaktywnych;
- prowadzenie szerokiej działalności edukacyjnej, informującej o konsekwencjach społecznych, zdrowotnych i prawnych zażywania narkotyków i dopalaczy;
- Prowadzenie akcji informacyjnych mających na celu podniesienie świadomości społeczności lokalnej w zakresie przemocy w rodzinie, a także motywowanie do przełamania tzw. „zmowy milczenia” w środowisku rodzinnym i sąsiedzkim
- promowanie w placówkach oświatowych postaw wolnych od przemocy rówieśniczej;
- upowszechnienie informacji o dostępnych miejscach w środowisku lokalnym, w których świadczona jest pomoc medyczna, psychologiczna, prawna, socjalna oraz zawodowa osobom dotkniętym przemocą;
- realizowanie procedury „Niebieskie Karty” oraz organizowanie i finansowanie szkoleń dla podmiotów берących w niej udział, dotyczących obowiązujących procedur i zasad podejmowania interwencji.
- Prowadzenie strategii profilaktycznych w zakresie uzależnień behawioralnych, poprzez rozwijanie umiejętności psychospołecznych dzieci oraz kompetencji wychowawczych rodziców i opiekunów;
- tworzenie i rozwój alternatywnych form spędzania czasu wolnego dla osób dorosłych oraz dzieci i młodzieży na terenie Gminy;
- zwiększanie kompetencji zawodowych w szczególności pedagogów oraz psychologów szkolnych, w zakresie rozpoznawania i udzielania wsparcia w przypadku wystąpienia problemu uzależnień behawioralnych;
- uwrażliwianie społeczności lokalnej na temat ryzyka jakie niosą za sobą uzależnienia behawioralne, poprzez dostarczanie i udostępnianie rzetelnych informacji

W dążeniu do realizacji Programu niezbędne jest sformułowanie szczegółowych celów:

Zwiększenie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych od alkoholu		
Sposób realizacji	Termin realizacji	Realizatorzy
<ul style="list-style-type: none"> - finansowanie programów terapeutycznych i interwencyjno-edukacyjnych dla osób uzależnionych od alkoholu oraz sprawców przemocy domowej, w związku z nadużywaniem alkoholu, realizowanych w Poradni Leczenia Uzależnień oraz przez placówki i organizacje pozarządowe, zajmujące się statutowo profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych w tym finansowanie ponad standardowych usług terapeutycznych dla pacjentów uzależnionych od alkoholu i ich rodzin, - finansowanie opinii w przedmiocie uzależnienia od alkoholu, wydawanych przez biegłych sądowych, - prowadzenie rozmów motywujących do podjęcia leczenia odwykowego przez członków GKRPA. 	Działania ciągłe	<ul style="list-style-type: none"> - Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Klukowie -Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Klukowie, - Komenda Powiatowa Policji w Wysokiem Mazowieckiem.
Udzielania rodzinom, w których występują problemy alkoholowe pomocy psychospołecznej i prawnej, a w szczególności ochrony przed przemocą w rodzinie		
<ul style="list-style-type: none"> - realizowanie zadań związanych z zobowiązaniem do podjęcia leczenia odwykowego, - prowadzenie poradnictwa oraz udzielanie wsparcia dla członków rodzin, w których występują problemy alkoholowe. 	Działania ciągłe	<ul style="list-style-type: none"> - Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Klukowie

<ul style="list-style-type: none"> - stworzenie możliwości wypoczynku dla dzieci i młodzieży z rodzin z problemem alkoholowym, narkotykowym i dotkniętych przemocą w rodzinie - współpraca z Klubem Abstynenckim „Łabędź” w Wysokiem Mazowieckiem, - Wspieranie działalności profilaktycznej w Gminnym Ośrodku Kultury i jego Filiach na terenie Gminy Klukowo - organizowanie spotkań integracyjnych dla młodzieży uczęszczającej do GOK 		<ul style="list-style-type: none"> - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Klukowie, - Komenda Powiatowa Policji w Wysokiem Mazowieckiem, - Dyrektor GOK w Klukowie
Prowadzenia profilaktycznej działalności informacyjnej, edukacyjnej i szkoleniowej w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych w szczególności dla dzieci i młodzieży, w tym prowadzenie pozalekcyjnych zajęć sportowych		
<ul style="list-style-type: none"> - finansowanie różnych form zajęć profilaktycznych dla dzieci i młodzieży, działalności profilaktycznej, wychowawczej i edukacyjnej, w tym programów profilaktycznych, zajęć edukacyjno-rozwojowych oraz specjalistycznych form pomocy psychologicznej, - dofinansowywanie różnych form artystycznych, propagujących zdrowy i trzeźwy styl życia, - organizacja oraz dofinansowywanie lokalnych imprez, akcji oraz działań profilaktycznych, - finansowanie obozów i kolonii socjoterapeutycznych dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym oraz z rodzin zagrożonych, - prowadzenie działań edukacyjnych z wykorzystaniem materiałów edukacyjnych (broszury, plakaty, ulotki), - współpraca z placówkami oświatowymi oraz kulturalnymi poprzez finansowanie pozalekcyjnych zajęć sportowych dla dzieci i młodzieży, - monitorowanie problemów uzależnień poprzez prowadzenie lokalnych diagnoz pozwalających ocenić aktualny stan problemów uzależnień oraz efektów podejmowanych działań, - organizacja wspólnie z Powiatową Komendą Policji w Wysokiem Mazowieckiem gminnego konkursu z wiedzy o bezpieczeństwie „Nasze bezpieczeństwo”, dla uczniów szkół podstawowych, - finansowanie programów profilaktycznych dla dzieci, młodzieży i rodziców o charakterze edukacyjnym i aktywizującym. 	Działania ciągłe	<ul style="list-style-type: none"> - Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Klukowie - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Klukowie, - Komenda Powiatowa Policji w Wysokiem Mazowieckiem - Dyrektorzy Szkół z terenu gminy, - Dyrektor GOK
Wspomaganie działalności instytucji, stowarzyszeń i osób fizycznych, służącej rozwiązywaniu problemów alkoholowych i narkomani		
<ul style="list-style-type: none"> - finansowanie zadań wynikających z Programu, realizowanych przez instytucje, stowarzyszenia - współpraca ze służbami i instytucjami zajmującymi się problemami rodzin, w których występuje problem uzależnienia i przemocy, - udzielanie wsparcia materialnego i edukacyjnego dla inicjatyw podejmowanych przez podmioty zajmujące się statutowo profilaktyką i rozwiązywaniem problemów uzależnień. 	Działania ciągłe	<ul style="list-style-type: none"> - Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Klukowie - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Klukowie, - Komenda Powiatowa Policji w Wysokiem Mazowieckiem.

Podejmowania interwencji w związku z naruszeniem przepisów określonych w art. 131 i 15 ustawy oraz występowanie przed sądem w charakterze oskarżyciela publicznego		
<p>-kontrola punktów sprzedaży i podawania napojów alkoholowych, sprawdzające przestrzeganie w/w przepisów ustawy,</p> <p>- podejmowanie interwencji w przypadku stwierdzenia naruszenia przepisów ustawy, dotyczących zasad reklamy i promocji napojów alkoholowych, prowadzonej na terenie gminy oraz zakazu sprzedaży i podawania napojów alkoholowych osobom nietrzeźwym i nieletnim,</p> <p>- występowanie przed sądem w charakterze oskarżyciela publicznego, w przypadku stwierdzenia naruszenia przepisów, określonych w art. 131 i 15 ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi</p> <p>-kontynuowanie działań edukacyjnych skierowanych do sprzedawców napojów alkoholowych.</p> <p>- czuwanie nad prawidłową lokalizacją punktów sprzedaży alkoholu oraz opiniowanie wniosków dotyczących zezwoleń na sprzedaż alkoholu.</p>	Działania ciągłe	<p>- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Klukowie</p> <p>-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Klukowie,</p> <p>- Komenda Powiatowa Policji w Wysokiem Mazowieckiem.</p>
Wspieranie reintegracji społecznej i działań na rzecz powrotu osób uzależnionych od alkoholu, wykluczonych społecznie lub zagrożonych wykluczeniem, do społeczności		
<p>- podtrzymanie motywacji do podjęcia leczenia odwykowego oraz eliminacja problemów socjalno-bytowych, utrudniających życie codzienne i mających źródło w uzależnieniu od alkoholu,</p> <p>- wykorzystanie pracy socjalnej i kontaktu socjalnego.</p>	Działania ciągłe	<p>- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Klukowie</p> <p>-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Klukowie,</p>

VI. Zasady finansowania Programu

1. Źródłem finansowania zadań zawartych w Gminnym Programie są środki finansowe budżetu gminy stanowiące dochody z tytułu wydawania zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych, wniesione przez podmioty gospodarcze, zgodnie z art. 18² ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.
2. Dochody te stanowią dochód gminy, który w całości jest przekazywany na realizację programu. Zgodnie z art. 18² w/w ustawy środki te nie mogą być przeznaczone na inne cele.

VII. Zasady wynagradzania członków GKRPA

1. Ustala się wynagrodzenie dla członków Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych za każdy udział w posiedzeniu i pracach komisji w wysokości 10% najniższego wynagrodzenia
2. Podstawą naliczenia jest lista obecności.