



Program profilaktyki uzależnień „Poradzimy”

Anna Rejkowska - Olszewska

Dział Profilaktyki Ośrodka Profilaktyki i Terapii Uzależnień

Poradzimy z substancjami

- wiek dzieci do 15 r. ż.
- 1 Konsultacja w triadzie (rodzic/ dziecko /specjalista)
 - Konsultacje indywidualne
- Realizacja programu w konwencji 2/2
 - Narzędzia diagnostyczne, metoda DM;

Poradzimy w cyfrowym świecie

- wiek dzieci 6-13 lat
- Konsultacje w triadzie (rodzic/ dziecko /specjalista), oraz indywidualne
- Narzędzia diagnostyczne, metoda DM;

Poradzimy z nikotyną

- wiek dzieci do 15 r. ż.
- 1 Konsultacja w triadzie (rodzic/ dziecko /specjalista)
 - Konsultacje indywidualne
- Narzędzia diagnostyczne, metoda DM;

O programach Poradzimy:

Interwencja to około 4 spotkania w triadzie rodzic - dziecko – specjalista lub w diadzie dziecko -specjalista , rodzic - specjalista

Prowadzący: psycholog, pedagog, psychoterapeuta mający doświadczenie/przygotowanie w obszarze profilaktyki uzależnień

W związku z tym, że wśród młodszych dzieci (poniżej 12 roku życia) rzadko obserwujemy przypadki nadużywania substancji psychoaktywnych innych niż nikotyna, rekomendujemy prowadzenie interwencji indywidualnej jedynie w grupie starszej tj. 13-15 lat, w przypadku młodszych dzieci współpraca odbywa się w triadzie R-D-S.

Rodzic przed spotkaniem z terapeutą wypełnia Kartę Uczestnika z danymi osobowymi i zgodami na współpracę oraz podpisuje klauzulę RODO.

Na część spotkań nastolatek może przyjść sam (są to spotkania bez obecności rodzica/opiekuna), w przypadku niepojawienia się nastolatka rodzice są o tym fakcie informowani.

W przypadkach realizacji procedury wobec dzieci 9-13 lat rodzic jest zobligowany do stałej współpracy i obecności.

W przypadkach realizacji programu profilaktyki uzależnień behawioralnych procedura w całości dotyczy całej rodziny.

Poziom interwencji i poziom oddziaływania profilaktycznego

Wśród rekomendowanych do prowadzenia (w szczególności dla dzieci i młodzieży) oddziaływań profilaktycznych w zakresie rozwiązywania problemów związanych z uzależnieniami wskazuje się krótką interwencję.

Program jest próbą odciążenia systemu opieki zdrowotnej poprzez wdrożenie wczesnej profilaktyki i edukacji zdrowotnej traktowanej jako działanie uprzedzające oraz profilaktyki wskazującej - problemowej jako działające zaradcze i wspomagające zdrowienie.

Podstawowym poziomem oddziaływania w ramach programu jest profilaktyka selektywna, która ma na celu zapobieganie, ograniczenie lub zaprzestanie podejmowania przez jednostkę zachowań ryzykownych.

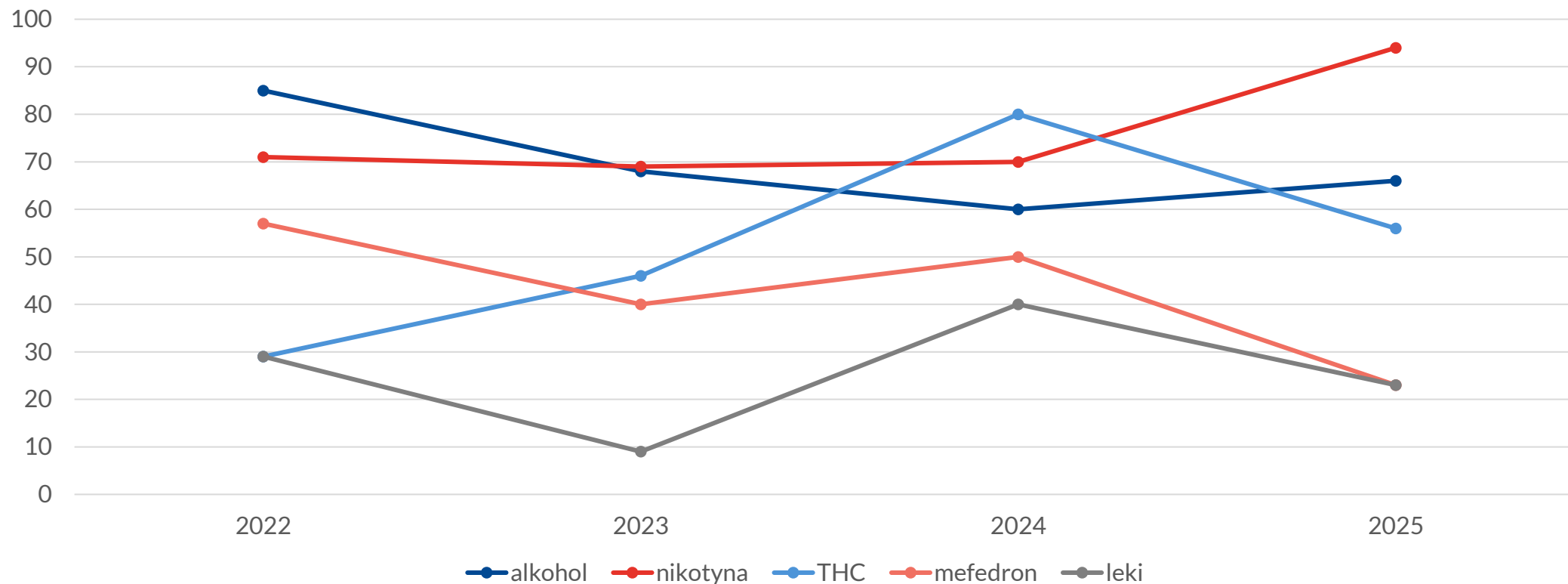
Cel główny:

Umacnianie zdrowia młodych Gdynian poprzez zwiększenie kompetencji zdrowotnych w zakresie życia wolnego od uzależnień.

Cele szczegółowe:

1. Zwiększenie kompetencji młodzieży oraz rodziców i opiekunów w zakresie ryzyka związanego z używaniem substancji psychoaktywnych oraz postępowania wychowawczego dot. kształtowania czynników chroniących.
2. Identyfikacja osób z wysokim ryzykiem uzależnienia od substancji psychoaktywnych.
3. Zwiększenie liczby osób uzyskujących profesjonalną pomoc terapeutyczną poprzez kierowanie osób uzależnionych do ośrodków specjalistycznych i dedykowanych placówek.

Używanie substancji psychoaktywnych dzieci i młodzieży (12- 15 r. ż.) w programie Poradzimy (mgr Agata Szpuła)



Program Poradzimy

konsultacje profilaktyczne w obszarze

eksperymentów z substancjami

NIKOTYNA, MARIHUANA, ALKOHOL, LEKI I INNE SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE

Rodzic + dziecko do 15 r.ż.

- ✓ Zapisy przez **cały rok**
- ✓ **Darmowe** konsultacje ze specjalistami działu profilaktyki OPITU
- ✓ Zadzwoń i umów się na spotkanie



Gdzie?

Budynek IB / sala 6
PPNT Gdynia
Al. Zwycięstwa 96/98

nadużywania ekranów

SZKODLIWE UŻYWANIE SMARTFONA, SOCIAL MEDIÓW, KOMPUTERA, GIER, TABLETU

Rodzic + dziecko 6-13 r.ż.



☎ 518 014 959



NIKOTYNA? Zajmijmy się TYM

Twoje dziecko eksperymentuje z nikotyną ?
Znajdujesz akcesoria do palenia/wapowania ?

Zapraszamy na darmowe konsultacje dla gdyńskiej młodzieży (do 15 r.ż.) i ich rodziców.

Odezwiij się do nas!

☎ 518014959



ryśowanie

gry

czytanie

e-papierosy

znajomi

muzyka

Spacer z psem


social media

alkohol


trening

Który klawisz nie gra czysto?

Ty komponujesz



Dział Profilaktyki



ZNAJDŹ PODOBIENSTWA



uzależnia

zawiera nikotynę

negatywnie wpływa na pracę mózgu

powoduje kaszel

Opróżnia kieszenie

osłabia pamięć i umiejętność uczenia się

zawiera substancje rakotwórcze

to nie guma do żucia

zawiera szkodliwe metale ciężkie

powoduje zadyszkę



Dział Profilaktyki



FESTIWAL DYMU

E-PAPIEROSÓW

WYSTAPIA

CHROM

NIKIEL

OŁÓW

NITROZOAMINY

FORMALDEHYD

KRZEM

NIE PODOBA CI SIĘ SKŁAD?
NIE DAJ SIĘ WCIAGNAĆ

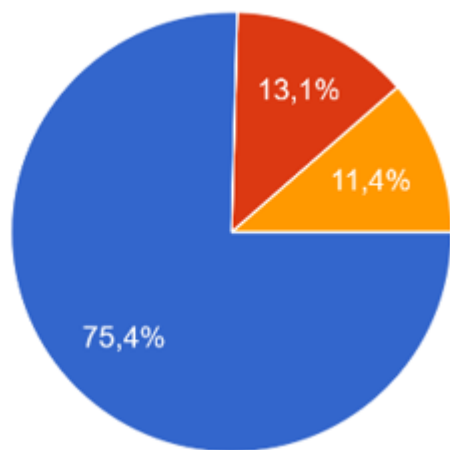


Dział Profilaktyki



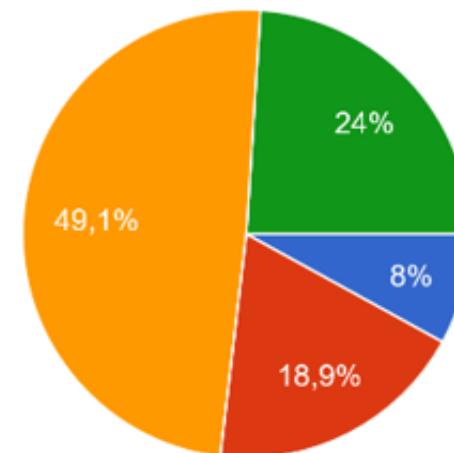
Badanie nauczycielskich obserwacji dot. używania nikotyny przez uczniów (dr Piotr Prósiniowski – Dział Profilaktyki, 2026)

Czy instytucja, w której Pan/Pani pracuje posiada procedury dotyczące reagowania na używania nikotyny przez uczniów?
175 odpowiedzi



- tak
- nie
- nie wiem

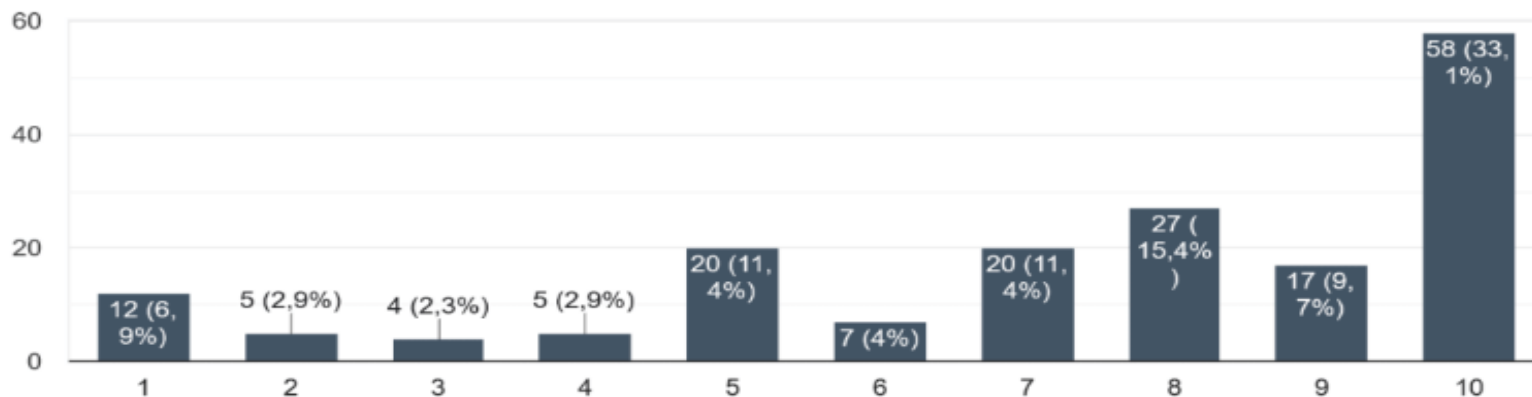
Z jakimi grupami Pan / Pani pracuje?
175 odpowiedzi



- przedszkolnymi
- klasami 1-3 szkoły podstawowej
- klasami 4-8 szkoły podstawowej
- klasami ponadpodstwowym (liceum, technikum, szkoła branżowa...)

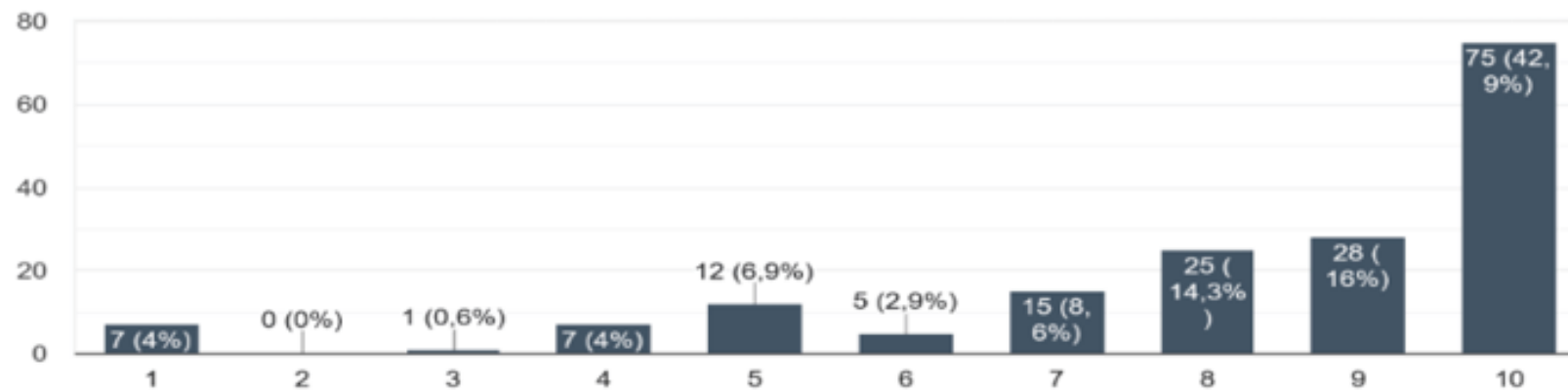
Proszę zaznaczyć na skali swoją gotowość do realizacji zajęć z zakresu profilaktyki nikotynowej.

175 odpowiedzi



Proszę zaznaczyć na skali swoją gotowość do realizacji takich zajęć w przypadku otrzymania gotowych narzędzi do prowadzenia tego typu spotkań.

175 odpowiedzi



Program profilaktyki używania Nikotyny dla klas V szkoły podstawowej:

- 4 spotkania po 45 min z całą klasą,
- Gotowe scenariusze do każdej lekcji, karty pracy dla uczniów, materiały dla nauczyciela.

LEKCJA 1: Wprowadzenie do tematyki zajęć – używania nikotyny oraz jej konsekwencji dla zdrowia

LEKCJA 2: Nikotyna a zdrowie fizyczne i psychiczne

LEKCJA 3: Nikotyna–przyczyny używania–czynniki chroniące

LEKCJA 4: Projekt „nikotyna”

BINGO



Pozostałe działania w nawiązaniu do profilaktyki używania nikotyny

- Szkoła dla rodziców i wychowawców
- Forum Liderów Profilaktyki
- Europejski program wczesnej interwencji dla młodzieży eksperymentującej Fred goes Net
- Przygody Malwiny i Feliksa
- „Falochron” – podcasty ze specjalistami



Anna Rejkowska - Olszewska

Dział Profilaktyki Ośrodka Profilaktyki i Terapii Uzależnień