



PROGRAM PROFILAKTYCZNY

„(WS)POMAGAMY III”

Ustka, październik 2024 r.

WPROWADZENIE

Poniższy program jest kontynuacją programu profilaktycznego dla dzieci i młodzieży z rodzin dysfunkcyjnych i zagrożonych przemocą i alkoholizmem oraz osób niesamodzielnych i niepełnosprawnych, których dotyczą wymienione zjawiska realizowanego w 2023 roku oraz 2024 roku.

Uzależnienia stanowią istotny problem społeczny, a jego negatywne konsekwencje odczuwają nie tylko jednostki, ale też całe rodziny. U członków rodziny osób uzależnionych wytwarzają się często nieprawidłowe formy przystosowania do sytuacji problemowej, dochodzi do współuzależnienia oraz do zaburzeń w sferze emocjonalnej i społecznej.

Uzależnienie ogranicza wolność, oddala od społeczeństwa, a w konsekwencji może doprowadzić do degradacji jednostki. Mimo tych powszechnie znanych konsekwencji każdego roku wiele osób wchodzi na drogę uzależnień. Aby temu zapobiec nie wystarczą moralizujące wykłady, pouczenia, czy gruntowna wiedza o substancjach psychoaktywnych.

Program profilaktyczny „Wspomagamy III” ma na celu pokazanie i wyeksponowanie wartości, które powinny dominować w rodzinie. Osoby biorące udział w proponowanych działaniach poznają nowy sposób spędzania wolnego czasu, gdzie aktywność będzie połączona z poczuciem odpowiedzialności za siebie i swoją rodzinę. Zostaną przedstawione prawidłowe wzorce, które powinny dominować w rodzinie.

PODSTAWY PRAWNE

- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.
- Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej.
- Ustawa z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej.
- Ustawa z dnia 9 lipca 2021 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej.
- Uchwała Rady Miasta Ustka Nr LXVIII/601/2022 z dnia 24 listopada 2022 r. w sprawie przyjęcia Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Gminy Miasto Ustka na lata 2023-2030.

ANALIZA POTRZEB

W Gminie Miasto Ustka ze świadczeń z pomocy społecznej w roku 2023 skorzystały 288 osoby, co stanowi 2,1 % wszystkich mieszkańców miasta. Najczęściej występującymi przyczynami trudnej sytuacji życiowej osób i rodzin, a jednocześnie powodami ubiegania się o pomoc społeczną były długotrwała lub ciężka choroba, niepełnosprawność, ubóstwo, alkoholizm i bezrobocie. W 2023 r. do Miejskiego Zespołu Interdyscyplinarnego wpłynęło 16 Niebieskich Kart. W rodzinach prowadzona jest praca grup diagnostyczno-pomocowych. Działaniami asystenta rodziny objętych jest 20 rodzin z dziećmi.

W rodzinach dysfunkcyjnych przeżywających trudności w pełnieniu funkcji opiekuńczo-wychowawczych istnieje duże ryzyko powielania przez dzieci negatywnych wzorców wychowawczych, a tym samym idących w stronę uzależnienia od alkoholu i substancji psychoaktywnych. Mając na uwadze dążenie do osiągnięcia wzorców prawidłowego funkcjonowania każdego członka rodziny, który jest narażony na negatywne skutki uzależnień tkwiących w rodzinie wychodzimy z ofertą aktywnego spędzania wolnego czasu, poprzez działania mające na celu podkreślenie wartości rodziny. Programem obejmujemy również osoby samotne, niesamodzielne, które podejmują trud wyjścia z uzależnień i kryzysów życiowych.

CEL GŁÓWNY:

Profilaktyka uzależnień oraz zmniejszanie rozmiarów zjawiska przemocy w rodzinie.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

1. Podnoszenie świadomości społecznej na tematy dostępnych form pomocy oraz instytucji zajmujących się zjawiskiem uzależnień.
2. Podniesienie kompetencji pracowników socjalnych stykających się ze zjawiskiem uzależnień oraz przemocy w rodzinie podczas wykonywanych obowiązków służbowych.

3. Podniesienie wiedzy i świadomości uczestników na temat zdrowego stylu życia.
4. Wzmacnianie wartości występujących w rodzinie, kultywowanie tradycji rodzinnych.
5. Promowanie wzorców prawidłowego funkcjonowania w środowisku.
6. Integracja środowiska rodzinnego poprzez uczestnictwo w zabawach dzieci i ich rodziców.

REALIZATOR PROGRAMU:

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ustce,
ul. ks. Kard. S. Wyszyńskiego 3
76-270 Ustka
Tel. 59 8154 390
NIP: 839- 18-56-843

ADRESACI PROGRAMU:

Adresatami programu są rodziny ubogie, niewydolne wychowawczo, nieporadne życiowo, niedostosowane społecznie, niewłaściwie wykonujące obowiązki rodzinne, a także rodziny i osoby niesamodzielne zagrożone problemami uzależnień i niepełnosprawnością korzystające z pomocy MOPS w Ustce oraz pracownicy instytucji zajmujących się wspieraniem osób zagrożonych wykluczeniem społecznym.

OKRES REALIZACJI PROGRAMU:

I – XII 2025 r.

PLANUJEMY NASTĘPUJĄCE DZIAŁANIA:

- I. **Projekt „Bezpieczeństwo kobiet. Świadome bezpieczeństwo i psychologiczna samoobrona” – zajęcia warsztatowe**

W ramach Strategii Problemów Społecznych Gminy Miasto Ustka na lata 2023-2030

Cel strategiczny nr 4: Rozwój systemu wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie.

Cel operacyjny nr 2: Zwiększenie świadomości społecznej, a także uświadomienie konieczności reagowania na zaobserwowane sytuacje przemocowe w społeczności lokalnej.

Założeniem projektu jest działanie na rzecz psychologicznego bezpieczeństwa kobiet, mające na celu ukazanie praktycznych aspektów samoobrony psychologicznej tak, aby - poprzez samopoznanie - nauczyć kobiety jak skutecznie pokonywać własne blokady, mieć motywację do działania, do zasygnalizowania sprzeciwu i powiedzenia sobie, że „potrafię”, „dam radę”. Posiadanie zdolności samoobrony psychologicznej, wyćwiczenie ostrożności i asertywności wpływają na osiągnięcie wewnętrznego spokoju, poczucie bezpieczeństwa i ogólnego dobrostanu. Zachęcanie kobiet do pogłębiania wiedzy na temat zrozumienia i kontrolowania strachu powoduje wzrost ich bezpieczeństwa oraz zasadne przekonanie, że w ten sposób kształtuje się odpowiedzialność za siebie i innych. Podczas warsztatu omówione zostaną najczęstsze zagrożenia, z jakimi mogą spotkać się kobiety oraz zostaną przedstawione skuteczne strategie zapobiegania i reagowania na niebezpieczne sytuacje. W trakcie zajęć uczestniczki będą brały udział w ćwiczeniach mających na celu przede wszystkim samopoznanie możliwości i ograniczeń własnej psychiki pod kątem adekwatnego działania w przypadku zagrożenia. Istotnym będzie praktyczne ukazanie jak zachowywać się na co dzień, aby nie generować sytuacji zagrażających. Warsztat prowadzony będzie metodami aktywizującymi, ale również wyposażającymi w wiedzę praktyczną i teoretyczną. Podczas warsztatów uczestniczki będą poruszać się w kilku obszarach: schematów i mitów o kobietach oraz pokoleniowych przekazów, świadomego bezpieczeństwa oraz jak rozpoznawać zagrożenie i jak reagować, czy reagować? Jak zachować zasady bezpieczeństwa

Cel główny: podniesienie świadomości społecznej i wrażliwości na zjawisko przemocy.

Cel szczegółowy: zwiększenie świadomości kobiet na temat własnego bezpieczeństwa, dostarczenie wiedzy i umiejętności rozpoznawania zagrożeń, ale przede wszystkim reagowania na własny instynkt samozachowawczy.

Grupa docelowa: 15 osób.

Termin: kwiecień 2025 r.

Czas trwania: 4 godziny

Prowadząca: trener i terapeuta Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach- Sylwia Moch-Piątek, hipnoterapeuta, socjoterapeuta, specjalista terapii ludowych, od 10 lat prowadzi gabinet terapeutyczny, szkolenia w różnej tematyce z młodzieżą, dorosłymi, założycielka i właścicielka Lawendowego Zakątka Machowino.

Miejsce: sala wykładowa Centrum Integracji Społecznej w Ustce.

Łączny koszt: 1350,00 zł.

II. Warsztat FAS dla młodzieży – uczniów szkoły ponadpodstawowej w Ustce

W ramach Strategii Problemów Społecznych Gminy Miasto Ustka na lata 2023-2030

Cel strategiczny nr 3 – Rozwój systemu wsparcia dla osób uzależnionych oraz ich rodzin, z uwzględnieniem mieszkańców borykających się z problem uzależnień behawioralnych.

Cel operacyjny nr 2 – Prowadzenie działań profilaktycznych. Także utrwalenie postaw abstynenckich oraz promowanie zdrowego stylu życia.

Wśród różnych toksycznych substancji mogących zaszkodzić dziecku w łonie matki pierwsze miejsce zajmuje alkohol. Najpoważniejszym uszkodzeniem u dziecka, którego matka piła alkohol podczas ciąży, jest płodowy zespół alkoholowy (FAS – *fetal alcohol syndrome*). FAS jest zespołem umysłowych i fizycznych zaburzeń spowodowanych działaniem alkoholu na płód w okresie prenatalnym. Może on wywoływać opóźnienia umysłowe, wiele dysfunkcji mózgu oraz spożywania alkoholu przez kobiety w ciąży. Podczas warsztatu omówione zostaną problemy, z jakimi borykają się dzieci narażone na szkodliwe działanie alkoholu w okresie płodowym. Zostanie przedstawiona etiologia uszkodzeń wywołanych działaniem alkoholu na rozwijający się płód oraz omówione będzie funkcjonowanie dzieci z uszkodzeniami ze spektrum FASD. Młodzież zostanie uświadomiona, że nie istnieje bezpieczna dawka alkoholu, o której można z całą pewnością powiedzieć, że nie wpłynie niekorzystnie na rozwój dziecka w okresie prenatalnym. Zajęcia przeznaczone są zarówno dla dziewcząt, jak i chłopców.

Cel główny: Podnoszenie świadomości młodych ludzi na temat konsekwencji spożywania alkoholu w ciąży oraz specyficznych problemów w funkcjonowaniu dzieci z FAS.

Cele szczegółowe:

- Uwrażliwienie na problem spożywania alkoholu przez kobiety w okresie ciąży.

- Podniesienie poziomu wiedzy dzieci i młodzieży w zakresie problemu uzależnień. Rozwój psychospołeczny uczniów.

Ilość osób – 60 osób.

Termin: marzec 2025 r.

Miejsce : aula Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Technicznych w Ustce.

Czas trwania: 2 godziny.

Prowadzący: **Katarzyna Nowicka** psychoterapeuta, specjalista psychoterapii uzależnień, terapeuta traumy metodą Petera Levine, posiada wieloletnie doświadczenie w pracy z osobami uzależnionymi od alkoholu, pracuje w Ośrodku Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz **Monika Cemka** oligofrenopedagog, psychotraumatolog, psychoterapeuta psychoanalityczny w trakcie certyfikacji, odbyła praktyki zawodowe na dziennym oddziale psychiatrycznym dla dzieci i młodzieży w Gdyni, posiada długoletni staż pracy w Powiatowym Zespole Kształcenia Specjalnego w Wejherowie, w którym obecnie jest zatrudniona.

Koszt: 2.200,00 zł.

III. Zajęcia terapeutyczno– warsztatowe „Lawendowo nam”.

W nawiązaniu do Strategii Problemów Społecznych Gminy Miasta Ustka na lata 2023- 2030.

Cel strategiczny nr 2 : Zwiększenie dostępności do usług społecznych dla osób z niepełnosprawnościami i ich opiekunów oraz seniorów, a także aktywne włączanie ich w życie społeczne.

Cel operacyjny nr 2 – Dążenie do integracji społecznej osób w wieku senioralnym oraz osób niesamodzielnych i ich opiekunów.

Zajęcia z elementami warsztatu psychologicznego obejmującego tematykę poczucia własnej wartości, umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Podczas zajęć zaplanowano zapoznanie uczestników z zasadami uprawy i zastosowania lawendy, omówienie jej gatunków, samodzielne wykonanie saszetki lawendowej lub bukietu lawendowego, sadzonki lawendy, pokaz wykonania kul musujących do kąpieeli. Uczestnicy spróbują herbatki z syropem lawendowym oraz otrzymają słodki poczęstunek. Warsztaty odbędą się w Lawendowym Zakątku w Machowinie.

Cel główny: zagwarantowanie wsparcia społecznego osobom z niepełnosprawnością intelektualną kształtowaniu odpowiednich postaw komunikacji i relacji z najbliższym otoczeniem i społeczeństwem.

Cele szczegółowe:

- organizacja czasu pobytu z uwzględnieniem ich indywidualnych potrzeb i możliwości,
- integracja ze środowiskiem lokalnym,
- dostrzeganie swoich mocnych stron,
- wzmocnienie więzi między uczestnikami warsztatów,
- wskazanie alternatywnych metod spędzania wolnego czasu.

Grupa docelowa: osoby dorosłe z niepełnosprawnością intelektualną wraz ze swoimi opiekunami z terenu Miasta Ustka.

Ilość osób – 14 osób.

Czas trwania: 3 godziny.

Miejsce: Lawendowy Zakątek Machowino.

Metoda: warsztat i wykład.

Prowadzący: trener i terapeuta Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach- Sylwia Moch-Piątek, hipnoterapeuta, socjoterapeuta, specjalista terapii ludowych, od 10 lat prowadzi gabinet terapeutyczny, szkolenia w różnej tematyce z młodzieżą, dorosłymi, założycielka i właścicielka Lawendowego Zakątka Machowino.

Cena: 160 zł od osoby- każda osoba biorąca udział w warsztacie jest osobą płatną, zatem opiekunowie i osoby podopieczne(netto=brutto, zwolnienie przedmiotowe z VAT na podstawie art. 113 ust.1 ustawy o VAT)

Transport: bus z firmy Alextour – koszt 500,00 zł.

Łączny koszt: 2740,00 zł.

IV. „STOP PRZEMOCY – USTKA SIĘ JEDNOCZY” – akcja profilaktyczna 2025 rok.

Cel strategiczny nr 4 : Rozwój systemu wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie.

Cel operacyjny nr 2 : Zwiększenie świadomości społecznej, a także uświadamianie konieczności reagowania na zaobserwowane sytuacje przemocowej w społeczności lokalnej.

Akcja profilaktyczna „STOP PRZEMOCY-USTKA SIĘ JEDNOCZY” nawiązuje do dnia 2 października, czyli Międzynarodowego Dnia bez Przemocy. W przedsięwzięciu cyklicznie biorą udział uczniowie wraz z nauczycielami, pedagogami usteckich szkół, pracownicy MOPS oraz zaproszeni goście. Podczas kampanii rozpowszechniane są ulotki dotyczące możliwości uzyskania wsparcia dla osób doznających przemocy na terenie naszego miasta. W minionych latach spotkania cieszyły się dużym zainteresowaniem oraz licznym gronem uczestników. Uczniowie szkół manifestują potrzebę budowania świata bez przemocy, bez agresji. Świata gwarantującego wszystkim odpowiednie warunki dorastania i rozwoju.

Polskie społeczeństwo powoli, lecz nieuchronnie się starzeje, co sprawia, że w coraz większym stopniu dostrzegamy problemy, z jakimi boryka się grupa społeczna seniorów. Jednym z najpoważniejszych, a równocześnie najbardziej przemilczanych jest przemoc wobec osób starszych. Osoby starsze, często przewlekłe chore lub niepełnosprawne, nie są w stanie bronić się przed agresją ze strony osób mających się nimi opiekować i je chronić. W 2025 roku do uczniów usteckich szkół dołączą najstarsi mieszkańcy Ustki zrzeszeni w Usteckim Uniwersytecie Trzeciego Wieku „Żyj kolorowo”, Klubie Seniora i w Polskim Związku Emerytów i Rencistów Oddział Rejonowy w Ustce.

Kampania ta ma za zadanie zwrócić uwagę ludzi na prawo do godności i szacunku każdego człowieka, między innymi najmłodszych i najstarszych. Naszym wspólnym celem jest tworzenie świata, w którym nie ma przemocy.

W ramach przedsięwzięcia „STOP PRZEMOCY- USTKA SIĘ JEDNOCZY” zrealizujemy:

- przemarsz uczniów oraz seniorów ulicami Ustki;
- konkurs plastyczny w szkołach podstawowych, w szkole ponadpodstawowej w Ustce, Centrum Pomocy Dzieciom, Placówce Wsparcia Dziennego „Aktywne Popołudnie”, Usteckim Uniwersytecie Trzeciego Wieku „Żyj kolorowo”, Klubie Seniora i Polskim Związku Emerytów i Rencistów Oddział Rejonowy w Ustce pod hasłem „Stop Przemocy-Ustka się jednoczy”. Tematy prac związane z przemocą oraz metodami rozwiązywania konfliktów;
- zorganizowanie wystawy prac plastycznych laureatów konkursu plastycznego.

Cel główny:

wyrażenie sprzeciwu społecznego na zjawisko przemocy.

Cele szczegółowe:

- modelowanie i kształtowanie postaw szacunku i partnerstwa w relacjach rówieśniczych dzieci i młodzieży;
- uwrażliwienie na temat przemocy w najbliższym otoczeniu, a zwłaszcza w grupach rówieśniczych, wśród osób starszych w procesie aktywności twórczej;
- podnoszenie świadomości społecznej w zakresie przyczyn i skutków przemocy w rodzinie.

Grupa docelowa:

uczniowie wraz z nauczycielami, pedagogami usteckich szkół, seniorzy, pracownicy MOPS.

Termin: wrzesień / październik 2025.

Ilość osób: 250 osób.

Miejsce:

- zgromadzenie Parking przy Ratuszu, przemarsz ulicami Ustki i zakończenia przy Ratuszu;
- wystawa – sala w Ratuszu.

Koszty:

- zakup voucherów dla laureatów konkursu plastycznego 5 x 1 miejsce /po 70,00 zł, 5x 2 miejsce /po 60,00 zł, 5 x 3 miejsce / po 50 zł – **900,00 zł**;
- zakup słodyczy dla dzieci biorących udział w przedsięwzięciu – **250,00 zł**;
- upominki dla dwóch placówek (CPD, PWD) – **200,00 zł**;
- zapewnienie zabezpieczenie medycznego – **330,00 zł**.

Łączny koszt: 1680,00 zł.

V. Szkolenie dla pracowników socjalnych- „Dialog motywujący w pracy pracownika socjalnego z osobą uzależnioną”

W nawiązaniu do Strategii Problemów Społecznych Gminy Miasta Ustka na lata 2023- 2030

Cel strategiczny nr 3: Rozwój systemu wsparcia dla osób uzależnionych oraz ich rodzin z uwzględnieniem mieszkańców borykających się z problemem uzależnień behawioralnych

Cel operacyjny nr 2: Prowadzenie działań profilaktycznych, a także utrwalanie postaw abstynenckich oraz promowanie zdrowego stylu życia

Dialog motywujący uznany jest za jedną ze skuteczniejszych metod oddziaływania w wielu obszarach pracy z ludźmi w zakresie problemów społecznych. Jest to nowatorskie podejście do pracy socjalnej, promujące model korzystania z pomocy społecznej, który wzmacnia wewnętrzną motywację klienta do działania i do ponawiania prób znalezienia

wyjścia z trudnych sytuacji. Motywowanie w pracy socjalnej to proces świadomego i celowego oddziaływania pracownika socjalnego na motywy postępowania klientów, poprzez stwarzanie środków i możliwości realizacji ich systemów wartości i oczekiwań, dla osiągnięcia celów pracy socjalnej: usprawnienia społecznego funkcjonowania klientów, poprzez działania skierowane na stosunki społeczne i interakcje z otoczeniem. Aby móc osiągnąć sprawność w motywacji do zmiany konieczny jest czas i praktyka, a fundamentem- nabycie fachowej wiedzy teoretycznej. Pozyskanie umiejętności postępowania się dialogiem motywującym umożliwi pracownikom socjalnym skuteczniejszą pracę z osobami niezmotywowanymi, niechętnymi do zmiany lub niedostrzegającymi takiej potrzeby.

Cel szkolenia: podniesienie kompetencji zawodowych pracowników socjalnych.

Grupa docelowa: pracownicy socjalni MOPS Ustka.

Termin szkolenia: marzec 2024 r.

Miejsce szkolenia: Centrum Integracji Społecznej w Ustce.

Liczba uczestników: 9 osób.

Prowadzący: A&M Firma eventowo- szkoleniowa Małgorzata Robaczek- Ukończone studia podyplomowe na GWSH - pedagogika opiekuńczo – wychowawcza, na WST- katechetyka, na WSB-NL - psychologia kryzysu i interwencja kryzysowa oraz na WSKS - metodyka i metodologia pomocy społecznej oraz organizacja.

Koszt szkolenia: 4400,00 zł. (dwa dni po 6 godzin dydaktycznych).

5. ZASOBY OSOBOWE I RZECZOWE

ZASOBY OSOBOWE

Osobą odpowiedzialną za całość realizacji Programu będzie kierownik MOPS. Nadzór finansowy pełnić będzie główny księgowy MOPS. Pracownicy skoordynują poszczególne moduły projektu. Pracownicy ci posiadają doświadczenie w realizacji projektów.

6. BUDŻET PROGRAMU

Lp.	Rodzaj kosztów	Ilość osób	Termin	Usługa w zł	Zakup w zł	Zakup środków żywnościowych w zł	Szkolenie w zł
I.	Projekt „Bezpieczeństwo kobiet. Świadome bezpieczeństwo i psychologiczna samoobrona” – zajęcie warsztatowe.	15	kwiecień 2025 r.	1350,00	0,00	0,00	0,00
II.	Warsztat FAS dla młodzieży – uczniów szkół ponadpodstawowych	60	marzec 2025 r.	2200,00	0,00	0,00	0,00
III.	Zajęcia terapeutyczno – warsztatowe „Lawendowo nam”.	14	Czerwiec 2025 r.	2740,00	0,00	0,00	0,00
IV.	„STOP PRZEMOCY – USTKA SIĘ JEDNO CZY” – akcja profilaktyczna 2025 rok.	250	wrzesień/ październik 2025 r.	330,00	1100,00	250,00	0,00
V.	Szkolenie dla pracowników socjalnych- „Dialog motywujący w pracy pracownika socjalnego z osobą uzależnioną”	9	marzec 2025 r.	0,00	0,00	0,00	4400,00
OGÓŁEM 12370,00 zł				6620,00	1100,00	250,00	4400,00

