



Kampania NIEROZERWALNI

– każdy może się włączyć www.nierozewalni.org

#NIEROZERWALNI

Więzi rodzinne oraz relacje między dziećmi i rodzicami są znaczące dla prawidłowego rozwoju i funkcjonowania dzieci.

Rodzina jest odpowiedzialna za kształtowanie osobowości dziecka, a także wspiera rozwój aktywności, cech, zachowań, wartości oraz norm społecznych. Trwałe więzi tworzone i umacniane są poprzez bycie razem i rozmowę.

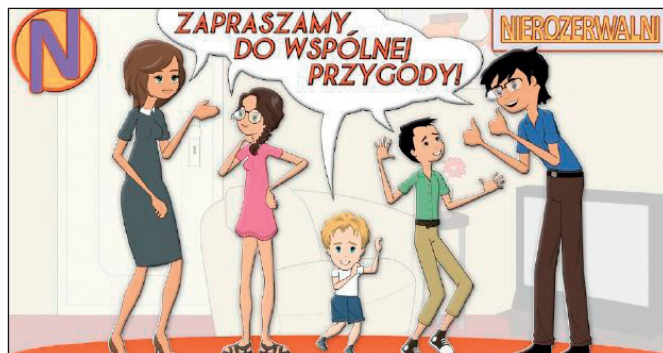


Należy pamiętać, że rodzina jest pierwszym środowiskiem, w którym dziecko przebywa i to ono kształtuje jego postawy i zachowania. Dziecko uczy się w nim odczytywać i wyrażać emocje, uczucia, nadzieje oraz obawy.

Od swoich rodziców uczy się myśleć, mówić, kontrolować i opowiadać swoje reakcje i emocje oraz budować relacje społeczne. Na podstawie wzorców wyniesionych z domu dziecko uczy się, jak zachowywać się podczas kontaktów z drugim człowiekiem.

Więzi emocjonalne wpływają na atmosferę życia domowego, a także na wzajemne wsparcie w obliczu trudnych sytuacji.

Opiekuńcze i wychowawcze działania rodziców oraz powiązania uczuciowe, interakcje i wzorce wpływają na psychiczny, społeczny i fizyczny rozwój dziecka. Przygotowuje to je do późniejszego samodzielnego życia w społeczeństwie. Rodzice przekazują dziecku



normy, wzorce zachowań i wartości niezbędne do funkcjonowania w świecie.

Rodzina tworzy trwałą wspólnotę kochających się wzajemnie osób, które wspólnie podnoszą trudy dnia codziennego. Rodzice zapewniają bezpieczeństwo dzieciom oraz zapewniają im odpowiednie warunki duchowe i materialne. Matka w domu jest symbolem troskliwości, poświęcenia i ciepła. Natomiast ojciec zapewnia poczucie pewności siebie, siły, odwagi i mądrości życiowej. Do prawidłowego rozwoju dziecka potrzebny jest dom, w którym dziecko odnajdzie siebie oraz nauczy się żyć.

Wsparcie i kontrola ze strony rodziców są uznawane za elementy wychowania w rodzinie, które mają największe znaczenie dla ograniczania ryzyka zaburzeń zdrowia psychicznego i zachowania u nastolatków. Poznanie tych dwóch wymiarów wychowania w rodzinie może mieć duże znaczenie dla profilaktyki zachowań ryzykownych młodzieży. Przejawem wsparcia ze strony rodziców są: opieka okazywana dziecku i zainteresowanie, poczucie więzi, spójności, klimatu emocjonalnego, zaufania, obowiązków rodzinnych.

Świadectwem naszego życia możemy razem promować opisane wartości w Kampanii Społecznej ogarniającej całą Polskę.

Zaangażowanie każdego z nas, jako aktywnych odbiorców, jest kluczowe dla efektywności zaproponowanych i prowadzonych przez nas działań.

Celem kampanii jest dotarcie do jak najszerszego grona rodziców, zbudowanie społeczności rodzin wzajemnie wspierających się i wspólnie przeżywających radości i smutki dnia codziennego.

Wzajemnie można uczyć się jak kształtować i budować więzi rodzinne, by wzmacniać nasze rodziny siłą miłości!

Źródło: www.nierozewalni.org

Kampania Społeczna realizowana w ramach Narodowego Programu Zdrowia 2016-2020

Małgorzata Musialska
Ośrodek Pomocy Społecznej



Program Unplugged – kolejny rekomendowany program w Gminie Międzyzdroje

W dniach 22-23 września 2018 r. w siedzibie Zachodniopomorskiej Fundacji „Tęcza Serc” w Szczecinie odbyło się 18-godzinne szkolenie seminaryjno-warsztatowe dotyczące wdrażania i realizacji profilaktycznego programu przeciwdziałania uzależnieniom od substancji psychoaktywnych „UNPLUGGED”.

W szkoleniu uczestniczyło 8 osób z Gminy Międzyzdroje: psychologowie, terapeuci uzależnień oraz wychowawcy i pedagodzy szkolni.

Szkolenie przeprowadziła Tatiana Duklas – trener „Unplugged” rekomendowany przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii w Warszawie.

Szkolenie zostało przeprowadzone metodami aktywizującymi tj.: warsztat, psychodrama, gry pedagogiczne oraz mini wykład z prezentacją multimedialną.

Program Przeciwdziałania Przyjmowaniu Substancji Uzależniających przez Uczniów „Unplugged” opracowany został w ramach międzynarodowego programu EU-DrugAbuse Prevention (EU DAP) finansowanego przez Komisję Europejską. Program „Unplugged” jest szkolnym programem profilaktyki uniwersalnej, adresowanym do młodzieży w wieku 12-14 lat. Realizowany jest w ostatnich klasach szkół podstawowych w formie 12 jednogodzinnych zajęć lekcyjnych oraz 2 lub 3, 2-godzinnych spotkań dla rodziców uczniów - pośrednich beneficjentów programu.



Cele programu obejmują:

- ograniczenie inicjowania używania substancji psychoaktywnych – tytoniu, alkoholu, narkotyków,
- ograniczenie rozwoju intensywności używania, tj. przejścia od fazy używania eksperymentalnego do fazy używania problemowego.

Charakterystyka programu

- jest to pierwszy w Europie szkolny program profilaktyczny oparty na psychologicznej strategii Wszelstronnego Wpływu Społecznego (CSI), której komponenty obejmują edukację normatywną, wzmacnianie umiejętności indywidualnych i społecznych uczniów oraz dostarczenie wiedzy na temat ryzyka i konsekwencji używania substancji psychoaktywnych,
- skuteczność strategii w odniesieniu do rozwiązania problemu używania substancji psychoaktywnych została potwierdzona w literaturze naukowej i sprawdzona w praktyce,
- odwołuje się do wiedzy o zmiennych odnoszących się do sposobu używania substancji psychoaktywnych w okresie dojrzewania i sposobach ich modyfikowania,

- uwzględnia wiedzę o czynnikach chroniących młodzież przed okazjonalnym i problemowym używaniem środków psychoaktywnych,
- odwołuje się do wiedzy z psychologii rozwojowej.

„Unplugged” podejmuje następującą tematykę zajęć dla młodzieży:

- konformizm, przejawy nacisku grupowego i sposoby radzenia sobie z nim,
- wiedza o czynnikach ryzyka i czynnikach chroniących przed piciem alkoholu, zróżnicowaniu podatności na alkohol w zależności od płci,
- przekonania normatywne na temat rozpowszechnienia zjawiska używania substancji psychoaktywnych wśród młodych ludzi,
- wiedza o przyczynach i następstwach palenia papierosów,
- umiejętność komunikowania, umiejętność asertywnej obrony swoich racji oraz inne umiejętności interpersonalne i intrapersonalne, których niedostateczne opanowanie może skłaniać do używania substancji psychoaktywnych w sytuacjach towarzyskich,
- wiedza o narkotykach.

Zajęcia dla młodzieży realizowane są w oparciu o następujące metody pracy:

- prezentacja,
- praca w grupach,
- zarządzanie kontraktem,
- zadanie domowe,
- psychodramy, scenki sytuacyjne, gry,
- dyskusja plenarna,
- informacje zwrotne,

Tematyka zajęć dla rodziców uwzględnia:

- informacje na temat kwestii psychologicznych i społecznych związanych z dojrzewaniem,
- informacje na temat narkotyków, używania substancji psychoaktywnych jako elementu eksperymentalnych zachowań ryzykownych młodzieży,
- wpływ i rola rodziny w okresie dojrzewania,
- rozwój autonomii i tożsamości u nastolatków,
- konflikt pokoleń i konieczny rozwój rodziny,
- asertywność rodziców, wyznaczanie w rodzinie jasnych granic w zakresie używania substancji psychoaktywnych.

Małgorzata Musialska
Ośrodek Pomocy Społecznej
Źródło: www.kbpn.gov.pl

Tylko nie mów mamie!

Staś chodzi do siódmej klasy. Przeciętnie się uczy, ale za to świetnie gra w piłkę nożną. Ma młodszą siostrzyczkę i starszego brata. Skończyły się wakacje, a więc trzeba wziąć się za naukę. Ostatnie tygodnie mijają przyjemnie pomimo natłoku obowiązków i zmiany nauczyciela od języka polskiego. Dzisiaj jest wtorek. Za dwie i pół godziny trening, a za niecałą godzinę pyszny obiad, który przygotowuje mama z pomocą siostry. Mama jeszcze nie wróciła z pracy, ale chyba jest już na zakupach. Tata jest jeszcze w pracy, ale rano wróci. Jeśli nie będzie korków przed promami, może zdążą się zobaczyć, zanim Staś pójdzie do szkoły.

Staś wyciąga z kieszeni klucze i otwiera drzwi. Ściąga plecak, który, jak nie widzi tata – nosi na jednym ramieniu. Tak mu wygodniej, i nie trzeba męczyć się ze ściąganiem. Coś jest nie tak: widzi, że jego siostra nie zostawiła jak zwykle we wtorki otwartych drzwi od pokoju, nie było też jej butów w korytarzu. W domu jest cicho. Inaczej. Jedyne, co oprócz dziwnej ciszy zwraca na siebie uwagę, to mokra, ubłocona podłoga.

Staś otwiera drzwi od pokoju siostry. Zuzia siedzi u siebie w pokoju. Ma na nogach jeszcze mokre od deszczu buty, plecak i kurtkę. Płacze.

- Zużka, co się stało?! – krzyknął przerażony Staś.
- Nic. Idź stąd – odpowiedziała zapłakana Zuzia.
- No weź, przecież widzę, że coś się stało. Ktoś Ci zrobił krzywdę?
- Oliwka i Adrian znowu mi dokuczają. Włożyli Kamilowi do

piórnika karteczkę, że się w nim zakochałam i cała klasa się ze mnie śmiała. Potem jeszcze Oliwka mi zabrała tę temperówkę. Tylko nie mów mamie!

Jak myślisz, dlaczego Oliwka nie chce mówić mamie o swoich kłopotach w szkole? Ośmieszanie, niszczenie mienia? To nic, że to tylko temperówka, i że to tylko dziecięce zabawy. To nie jest zabawa. To jest dziecięcy mobbing szkolny, którego doświadczają codziennie setki dzieci. Jeśli i Ty czujesz, że Twoje dziecko może nie radzić sobie z trudnymi uczuciami, albo brak mu pewności siebie, skontaktuj się z nami – proponujemy nieodpłatny udział w programie psychoedukacyjnym opartym na bajko-grze „Grajki – Pomagajki” z elementami poradnictwa psychologicznego, prowadzonym przez psychologów.

Jeśli Twoje dziecko jest nad wyraz dojrzałe, tak, że możesz rozmawiać o nim o wszystkim – zapraszamy na zajęcia w celu rozwinięcia kompetencji społecznych – nasze zajęcia to oprócz pomocy psychologicznej świetna zabawa przy użyciu pomocowych gier, zabaw i – gdy pozwala na to pogoda – zajęć sportowo-integracyjnych. Zajęcia prowadzone są w trybie indywidualnym, w grupach do 3 osób. Realizatorem programu jest Pracownia Motywacja i Działanie z siedzibą w Międzyzdrojach. Więcej informacji można uzyskać pod nr telefonu tel.: 506591164

Zaprasza zespół
Pracowni Motywacja i Działanie

Pomoc i wsparcie w Gminie Międzyzdroje zapewniają:

- **Konsultacje psychologiczne: Izabela Kiljan**, w czwartki od godz. 14.00 – 18.00, w piątki od godz. 9.00 do 12.00, tel. 91 32 80 311, 91 32 78 368;
- **Konsultacje psychologiczne i psychoterapia systemowa: Anna Michalak**, w soboty od godz. 9.00 do 14.00 tel. 91 32 80 311, 91 32 78 368;
- **Konsultacje psychologiczne i psychoterapia poznawczo-behawioralna: Roksana Nowodworska**, w środy od godz. 12.00 do 17 oraz w czwartki od godz. 10.00 do 15.00 tel. 91 32 80 311, 91 32 78 368;
- **Mediacje**, tel. 91 32 80 311, 91 32 78 368;
- **Konsultacje prawne**: 91 32 81 053, 91 32 80 311;
- **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych: Ewa Lewandowska**, we wtorki w godz. 8.00 – 9.00 tel. 91 32 78 368;
- **Program psychoedukacyjny Grajki-Pomagajki: Pracownia Motywacja i Działanie**, tel. 506 591 164;
- **Program psychoedukacyjny dla osób stosujących przemoc: Aneta Całus**, tel. 91 32 78 368, 501 788 894;
- **Program psychoedukacyjny dla osób doznających przemocy: Aneta Całus**, tel. 91 32 78 368, 501 788 894;
- **Terapia uzależnień i współuzależnienia od alkoholu oraz od substancji psychoaktywnych: Poradnia Terapii Uzależnień-Karolina Flacht**, tel. 506 59 11 64, **Aneta Całus**, tel. 501 788 894, **Bartosz Ślaski**, tel. 504 587 341, **Krzysztof Klepacki**;
- **Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie: Iwona Skórkowska**, tel. 91 32 80 311;
- **Świetlica Środowiskowa „ISKIERKA”**: **Ewa Lewandowska**, od poniedziałku do piątku od godz. 11.30 – 17.00, tel. 91 32 81 919, ul. Kolejowa 29;
- **Klub Abstynenta „Rozwaga”**: **Zofia Durka**, ul. Cicha 2, tel. 91 32 82 730, od poniedziałku do soboty godz. 16.00 – 20.00.

Akademia Zdrowego Przedszkolaka

Jest nam niezmiernie miło poinformować, że projekt AKADEMIA ZDROWEGO PRZEDSZKOLAKA, złożony w ramach konkursu „Moje miejsce na Ziemi”, uzyskał dofinansowanie. Zarząd Fundacji „ORLEN – DAR SERCA” zdecydował o przyznaniu nam grantu w wysokości 5 tys. zł.

Projekt będzie realizowany w Punkcie Przedzszkolnym przy Szkole w Wapnicy.

I. Samołyk

Międzyzdrojskie Stowarzyszenie „RODZINA”

Zbiórka elektroodpadów w Wapnicy

16 listopada od godziny 16.30-18.00 w Szkole Podstawowej nr 2 w Wapnicy odbędzie się kolejna zbiórka elektroodpadów pod hasłem RECYKLINGOWO ODBLASKOWO.

Zbieramy zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny, baterie oraz nakrętki, a w zamian rozdajemy odblaski.

Serdecznie zapraszamy!

A.Grzywaczewska, I.Samołyk
Koordynatorki

Wiadomości z Oddziału PTTK w Międzyzdrojach

Działalność Polskiego Towarzystwa Turystyczno - Krajoznawczego Oddziału w Międzyzdrojach w ostatnim okresie bardzo się uaktywniła. Oddział posiada Klub Przewodników „Na Wyspach” – prezes Adam Jakubowski, oraz 2 koła: Koło Miejskie w Międzyzdrojach - prezesem jest Barbara Rudnicka i Koło „Baszta Kaszana” w Trzebiatowie – prezes Ewa Fudała. Oddział liczy 180 członków.

Koło Miejskie PTTK, pod przewodnictwem Barbary Rudnickiej, zorganizowało w dniach

09 – 13.09.2018 r. wycieczkę do Krakowa, w tym: Wrocław, Wieliczka, Ojców i Oświęcim. Wzięły w niej udział 52 osoby, w większości emeryci. Sześciodniowa wycieczka dostarczyła bardzo dużo miłych wrażeń i refleksji.

Zapraszamy wszystkich chętnych do udziału w organizowanych przez PTTK imprezach - rajdach, wycieczkach.

Jerzy Czernski
Prezes Oddziału



„Od polskiego wybrzeża Bałtyku po węgierską pusztę”

Klub przyjaciół Parków Narodowych

Co łączy Park Narodowy Puszczy Węgierskiej z Wolińskim Parkiem Narodowym, od którego jest oddalony o ponad 1000 kilometrów?

Od ponad roku pracownicy edukacyjni obydwu parków pracowali nad stworzeniem nowatorskiego projektu edukacyjnego: „Ochrona Przyrody Bez Granic – Kluby Przyjaciół Parków Narodowych”. Jest to pierwsza tego typu międzynarodowa inicjatywa, której pomysłodawcą jest Fundacja Europejski Fundusz Rozwoju Wsi Polskiej.



W dniach 26-28.09.2018 r. Woliński Park Narodowy gościł przedstawicieli Hortobágyi Nemzeti Park. Podczas trzydniowej wizyty studyjnej odbyły się warsztaty w terenie, mające na celu przybliżenie pracownikom HNP walorów przyrodniczych ekosystemów wodnych – Wstecznej Deltę Świny i jezior WPN oraz problemów związanych z ich ochroną.

„Do tej pory odbyły się dwie wizyty studyjne: pracowników edukacyjnych z węgierskiego parku narodowego w Polsce oraz edukatorów Wolińskiego Parku Narodowego w Parku

Narodowym Puszczy Węgierskiej. Pozwoliło to nam zidentyfikować wiele obszarów, w ramach których możemy nawiązać i budować współpracę. Pierwszy wspólny projekt edukacyjny ma na celu budowanie aktywnej społeczności, która nie tylko ze zrozumieniem przyjmie obecność i działalność parku w swoim otoczeniu, ale także – w dłuższej perspektywie – będzie angażowała się w ochronę przyrody i propagowanie walorów przyrodniczych parku. Liczymy, że będzie to początek długiej i owocnej współpracy” – mówi dr Wojciech Zyska, dyrektor Wolińskiego Parku Narodowego.

Jak zachęcić młodzież do odkrywania walorów swojej najbliższej okolicy?

Podczas wizyty delegacji węgierskiej, w dniu 27 września 2018 r. w Centrum Edukacyjno

– Muzealnym WPN podpisane zostało porozumienie inicjujące w zakresie realizacji projektu „Ochrona Przyrody Bez Granic – Kluby Przyjaciół Parków Narodowych” skierowanego do młodzieży w wieku 13 – 15 lat, uczęszczającej do szkół zlokalizowanych w miejscowościach do 20 tys. mieszkańców, w gminach położonych w granicach Wolińskiego Parku Narodowego oraz siostrzanego parku węgierskiego, graniczących z Parkiem lub położonych w jego pobliżu.

„Celem projektu jest nie tylko poszerzenie wiedzy przyrodniczej najmłod-

szych sąsiadów WPN oraz HPN, ale także zaangażowanie ich w działania, które pomogą budować pozytywne postrzeganie parku, jego zadań i roli w lokalnej społeczności. Poprzez Kluby Przyjaciół Parków Narodowych chcemy pokazać młodzieży, jakie korzyści płyną z faktu, że mają oni okazję mieszkać w najbliższej okolicy parku narodowego oraz wspólnie chronić jego unikalne zasoby dla następnych pokoleń” – mówi Krzysztof Podhajski, prezes zarządu Fundacji Europejski Fundusz Rozwoju Wsi Polskiej.

Ambasador współpracy polsko-węgierskiej

Jak się okazuje, wraz z rozwojem współpracy pomiędzy dwoma parkami, rośnie jej prawdziwy ambasador. Pocak, czyli z węgierskiego „Brzuszek” to jeden z mieszkańców Zagrody Pokazowej Żubrów Wolińskiego Parku Narodowego. Jego narodziny zbiegły się w czasie z wizytą studyjną pracowników Parku Narodowego Puszczy Węgierskiej na Wyspie Wolin, którzy oczarowani malcem, zgłosili swoją propozycję w tradycyjnym plebiscycie na imię dla nowonarodzonego żubra.

WPN

