

REMBERTOWSKI DODATEK PROFILAKTYCZNY

październik 2007 r.

finansowany ze środków pochodzących z rocznych opłat za korzystanie z zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych

Jak pomóc dzieciom z Płodowym Zespołem Alkoholowym

Płodowy Zespół Alkoholowy, w literaturze określony jako FAS – (ang. Fetal Alcohol Syndrome) to zespół wad wrodzonych somatycznych oraz neurologicznych spowodowanych pić alkoholu przez matkę w czasie ciąży.

Wrodzone wady somatyczne to: zniekształcenia i deformacje twarzy, zaburzenia wzrostu, wady serca, kości, nerek, słuchu oraz wiele innych.

Wady neurologiczne objawiają się zaburzeniami w funkcjonowaniu ośrodkowego układu nerwowego, trudnościami w uczeniu się, nieprawidłowymi zachowaniami społecznymi. Są one spowodowane uszkodzeniami struktur mózgu, które powodują różne deficyty, a w szczególności:

- trudności w uczeniu się;
- zaburzenia zachowania;
- deficyty pamięci;
- zespół nadpobudliwości psycho – ruchowej z deficytem uwagi;
- opóźnienia rozwojowe.

Aby pomóc dzieciom z FAS należy przede wszystkim zrozumieć ich problemy i spojrzeć na nie, jako na objawy choroby, a nie skutek uporczywości i buntu. Niezrozumienie tych problemów i traktowanie zachowań dziecka jako świadomych i zamierzonych może doprowadzić do karania dziecka za objawy choroby. To z kolei może pogłębić zaburzenia zachowania, co będzie skutkowało niepowodzeniami w nauce, problemami ze zdrowiem psychicznym, konfliktami z prawem.

Można tego uniknąć zastępując karanie wspieraniem.

Aby skutecznie wspierać dziecko i stymulować jego rozwój należy zdawać sobie sprawę z deficytów, jakie występują w poszczególnych okresach rozwojowych. Oto niektóre z nich.



Wiek niemowlęcy:

- złość i agresja;
- nadpobudliwość;
- krótki czas skupienia uwagi;
- słaby rozwój aparatu mięśniowego;
- opóźnienie rozwojowe;
- zaburzenia snu;
- ciągły płacz i stan napięcia;
- nadwrażliwość na dźwięk i światło;
- problemy ze ssaniem;
- problemy z przywiązaniem (nie odczuwanie różnicy między bliskimi i obcymi).

(dokończenie na str. 2)

AKTUALNOŚCI

27 września pedagog szkolny oraz Koordynator ds. bezpieczeństwa w LI Liceum Ogólnokształcącego wzięli udział w konferencji „Między agresją a depresją. Jak pokonywać problemy uczniów. Podejście poznawczo-behawioralne”. Organizatorem konferencji był Instytut Badań w Oświacie. Konferencja objęła swoim zakresem następujące zagadnienia:

- jak radzić sobie z uczniowskim smutkiem i zbyt dużą drażliwością;
- co nauczyciel może zrobić z uczniowską agresją
- depresja u dzieci i młodzieży.

W dniach 24, 27, 28 września oraz 1, 4 i 5 października wszyscy uczniowie klas III LI Liceum Ogólnokształcącego wzięli udział w warsztatach „U progu dojrzałości – budowanie konstruktywnego JA”. Zajęcia poprowadził p. Jacek Znamierowski.

W dniach 9, 11 i 12 października w Zespole Szkół nr 76 przy ul. Dwóch Mieczów 5 odbyły się warsztaty dla nauczycieli „Trening umiejętności wychowawczych i komunikacji”. Realizatorem zajęć byli trenerzy z Ośrodka Psychoterapii i Psychoedukacji DRABINA.



11 października w ramach II fazy Kampanii „Lato bez %” wśród rodziców uczniów LI Liceum Ogólnokształcącego odbyło się badanie pt. „Rodzice wobec problemu spożycia alkoholu przez nieletnich”.

13 października odbyło się 10-godzinne szkolenie dla nauczycieli w Zespole Szkół nr 74 przy ul. Niepołomickiej 26 pt. „Zgrana klasa”. Zajęcia przeprowadzili trenerzy ze Stowarzyszenia OPTA.

15 października br. w LI Liceum Ogólnokształcącym rozpoczęły się zajęcia profilaktyczne „Tożsamość w niebezpieczeństwie uzależnień” dla wszystkich uczniów klas I. Zajęcia prowadzi p. Jacek Znamierowski. W ramach programu przewidziane jest również spotkanie dla rodziców uczniów biorących udział w zajęciach. Planowany termin spotkania z rodzicami to 15 listopada br., godz. 17:30.

ALKOHOL

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?



- system pomocy rodzicom, których dzieci upijają się.
0 801 14 00 68. Infolinia czynna jest od poniedziałku do piątku w godz. 14.00 do 20.00

Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia

ul. Zgierska 18A, tel. (022) 813 27 65, e-mail: alkoholizm@centrumodwykowe.waw.pl

Telefon Zaufania dla Osób z Problemem alkoholowym 022 842-26-00

Dyżur od poniedziałku do piątku w godz. 15-20.

Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

ul. Szańcowa 25, tel. (0-22) 532 03 20, (022) 532 03 25/26, e-mail: parpa@parpa.pl

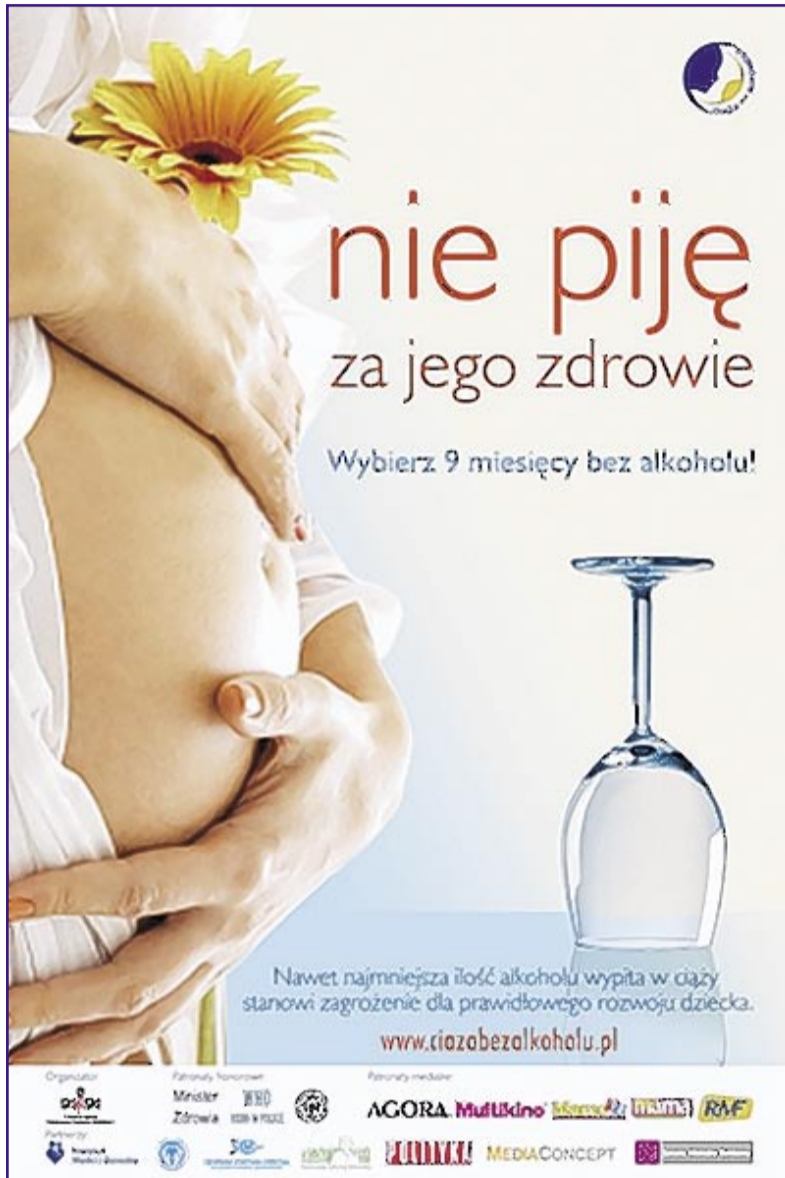
Punkt Informacyjno - Konsultacyjny Wspólnoty Anonimowych Alkoholików

ul. Berezyńska 17 lok. 10, tel. (022) 616 05 68, czynny poniedziałek - piątek w godz. 16 - 21

(dokończenie ze str. 1)

Wiek przedszkolny:

- niski poziom funkcji motorycznych, poznawczych i rozwoju mowy;
- nadwrażliwość sensoryczna na dotyk i dźwięk;
- denerwowanie się, częste zmiany nastroju;
- brak poczucia niebezpieczeństwa;
- trudności w rozwijaniu przyjaźni.



Wiek szkolny:

- trudności w dopasowaniu się do nowej grupy i nawiązaniu pozytywnych relacji;
- trudności w przestrzeganiu zasad (znają je, lecz nie stosują się do nich);
- trudności w uczeniu się;
- gwałtowne zmiany nastroju, odmowa współpracy;
- trudności ze zrozumieniem pojęć abstrakcyjnych np.: czas, pieniądze, geometria;
- przywłaszczanie cudzej własności.

Wiek dojrzewania:

- skłonności do otyłości;
- tendencje do kłamstwa i kradzieży;
- trudności w relacjach z innymi rówieśnikami;
- eksperymenty z alkoholem i narkotykami;
- ryzyko depresji i prób samobójczych.

W opiece nad dzieckiem z FAS w każdym okresie rozwojowym należy uwzględnić następujące zasady:

- konsekwentne przestrzeganie stałego rozkładu dnia, w którym dziecko będzie działać rutynowo;
- zapewnienie poczucia bezpieczeństwa;
- częste kontrolowanie wagi ciała, wzrostu i zdrowia;
- unikanie pośpiechu i nerwowości, zwracanie się spokojnym głosem;
- usunięcie z pokoju przedmiotów rozpraszających uwagę dziecka;
- zmniejszenie liczby bodźców docierających do dziecka, jak hałas, światło;
- wpajanie zasad funkcjonowania w grupie;
- słuchanie dziecka i rozmowy z nim;
- pomoc w utrzymywaniu przyjaznych kontaktów z innymi;
- ograniczanie wyborów np.: pogramy w piłkę czy pójdziemy na spacer

(zbyt duża liczba ofert wyprowadza z równowagi, powoduje frustracje);

- wpajanie zasady aby pytało, czy może wziąć rzecz, która do niego nie należy;
- przekazywanie krótkich i zwięzłych poleceń i po kolei;
- dzielenie zadań na drobne polecenia lub wypisywanie kolejnych czynności na kartce;
- ścisła współpraca z przedszkolem, szkołą;
- zorganizowanie miejsca, w którym przeciążone i przestymulowane dziecko znajdzie odprężenie, które powinno być wygodne i przytulne, należy pamiętać aby nigdy dziecka w nim nie karcić;
- dyscyplinowanie dziecka natychmiast po nagannym uczynku, gdyż opóźnienie reakcji może spowodować trudności z powiązaniem ze sobą przyczyny i skutku, a co za tym idzie uczynku i kary;
- stosowanie nagród, nawet za drobne osiągnięcia, w formie pochwały, przytulenie, okazanie dumy;
- skupianie się bardziej na sukcesach niż na porażkach;
- unikanie długiego tłumaczenia i „kazań”;
- częste uświadamianie konsekwencji niewłaściwego zachowania;
- unikanie wszelkich form przemocy, wykluczenie kar cielesnych, oglądanie filmów, w których występuje przemoc;
- używanie prostego języka, zawsze tych samych słów i określeń, unikanie słów o podwójnym znaczeniu, mówienie wolno i konkretnie, polecenia słowne można uzupełnić obrazkami lub tekstami umieszczonymi w miejscu wykonywania codziennych czynności np.: w łazience obrazek przypominający o myciu rąk;
- w trudnych przypadkach zapewnienie pomocy psychologicznej, najlepiej całej rodzinie.

Opieka nad dzieckiem z FAS to wyzwanie i odpowiedzialność, ale też radość i ogromna satysfakcja. Dzieci z FAS nieustannie prowokują swoich rodziców do poszukiwania nowych rozwiązań, do refleksji nad sobą, do własnego rozwoju i zmian we własnym życiu.

W sytuacji wczesnej diagnozy i właściwego stymulowania rozwoju, dzieci z FAS potrafią być elokwentne, twórcze, miłe, przyjacielskie, radosne, troskliwe, wytrwałe, pracowite, lojalne i zaangażowane. Wyrastają na pełnowartościowych obywateli, zakładają rodziny, w których wywiązują się ze swoich ról.

Aby tak się stało to po zauważeniu choćby jednego z objawów należy zdiagnozować problem u specjalisty, a po rozpoznaniu choroby skorzystać z pomocy terapeuty.

W naszej dzielnicy taką pomoc można uzyskać w Punkcie Informacyjno - Konsultacyjnym przy ul. Plutonowych 10.

Krzyszyna Korzeniowska
Przewodnicząca DZRPPIRPA

Tekst opracowano na podstawie materiałów propagandowych PARPA.

Kilka wskazówek jak mądrze postępować z własnym dzieckiem

Rozmawiaj z dzieckiem na wszystkie tematy, nawet te najtrudniejsze jak alkohol czy narkotyki. Sprawdź, czy na pewno rozumie niebezpieczeństwa i problemy z tym związane. Nie strasz i nie „truć” - po prostu przekaz dziecku obiektywne informacje jakie posiadasz na temat działania używek oraz mechanizmu uzależniania się i wyjaśnij wszystkie wątpliwości.

Naucz się naprawdę wysłuchiwać swoje dziecko. Mówienie to tylko połowa sukcesu. Musisz także umieć słuchać i wiedzieć, kiedy dziecko tego potrzebuje - pozwoli wam to otwarcie porozumiewać się. Kiedy mówi o ważnych dla siebie rzeczach - staraj się przyjąć jego perspektywę widzenia świata, próbuj je zrozumieć, a nie pouczać.

Pomóż dziecku dobrze czuć się z sobą. Nastolatki są często niepewne siebie. Bardzo ważne jest dla nich, gdy wiedzą, że rodzice im ufają, wierzą w ich wartość, doceniają ich umiejętności, liczą się z ich zdaniem. Po prostu: w odpowiednich momentach chwal dziecko, okazuj mu swój podziw i aprobatę, bierz pod uwagę jego opinie i decyzje.

Pomóż dziecku zbudować sobie jasny system wartości. Silny system wartości, jasne poczucie, co jest dobre, a co złe, da dziecku odwagę podejmowania samodzielnych decyzji na podstawie własnego zdania, a nie presji kolegów.

Staraj się być dobrym modelem i przykładem dla dziecka. One dobrze znają twoje obyczaje i postawy - ich nie da się łatwo oszukać. Pamiętaj, że jeśli ty sam masz jakieś problemy, twoje dziecko ma większe niż jego koledzy szanse aby mieć podobne kłopoty.

Pomóż dziecku radzić sobie w sytuacjach nacisku ze strony kolegów. Zwłaszcza dzieci, które uczono, jak być miłym, serdecznym i sympatycznym mogą mieć trudności w opieraniu się naciskom otoczenia. Trudności w podejmowaniu niepopularnych decyzji będą mieć także te dzieci, dla których rówieśnicy są podstawowym punktem oparcia i odniesienia.

Ustal jasne zasady panujące u Was w domu. Powinny być one jasne i spójne. Powiedz dzieciom, że nie wolno im pić, palić, zażywać narkotyków oraz robić innych rzeczy, na które się nie zgadzasz. Niech znają też dobrze konsekwencje łamania tych reguł. Konsekwencje te powinny być dostosowane do wieku i wrażliwości, nie mogą też naruszać ich godności.

(dokończenie na str. 3)

(dokończenie ze str. 2)

Zachęcaj dzieci do rzeczy zdrowych i twórczych. Czy twoje dzieci mają dostatecznie dużo dobrych propozycji w życiu? Zorganizuj im coś ciekawego,



go, zachęć do sportu, jakiegoś hobby, zajęć pozaszkolnych - czegośkolwiek, co może im sprawić frajdę. Najlepiej, jeśli czasami sam też będziesz coś robił z nimi!

Porozmawiaj z rodzicami innych dzieci. Wszyscy przechodzą przez to samo, co ty.

Gdy twoje dziecko wybiera się z kolegami na prywatkę, upewnij się, że będzie tam jakaś „przyzwoitka” i że nie będzie żadnego alkoholu i narkotyków.

Wiedz, jak postąpić, gdy coś podejrzewasz. Naucz się rozpoznawać sygnały ostrzegawcze świadczące o tym, że twoje dziecko zaczęło „eksperymenty” z alkoholem czy narkotykami. Dowiedz się, do kogo możesz zwrócić się po radę lub pomoc.

Gdzie najbliższej szukać pomocy:

Pedagog/psycholog szkolny



Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dzielnicy Rembertów
ul. Plutonowych 10
tel. 022 611 91 56



Świetlica Socjoterapeutyczna „Przystań Baśniowa”,
ul. Plutonowych 10
Godziny otwarcia:
13:30-18:30

Ogniska Wychowawcze Towarzystwa Przyjaciół Dzieci

ul. Ziemińskiego 22
ul. Komandosów 8
Czynne w godz. 14-19

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 17

ul. Patriotów 217
Tel. 022 615 73 29

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Dzielnicy Wawer

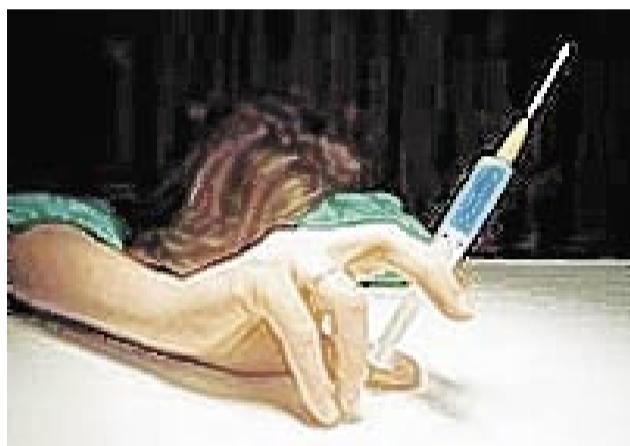
ul. Włókiennicza 54
Tel. 022 612 77 97

Osoba sięgająca pierwszy raz po narkotyki, a w szczególności osoba młoda, nigdy nie bierze na poważnie zagrożeń jakie się z tym wiążą. Nikt nie myśli o możliwości uzależnienia. Pierwsze wzięcie narkotyku nie zakończy się uzależnieniem, jednak człowiek który próbował nie jest już w tej samej sytuacji jak ci, którzy takich prób nie mieli. Tabu zostało przełamane, droga otwarta.

Oczywiście różne są powody dla których sięgamy po narkotyki, może to być chęć odurzenia się, ciekawość, nuda, wpływ innych, ucieczka od problemów lub w przypadku dzieci chęć naśladowania, a jeszcze bardziej stania się dorosłym. To w większości przypadków od powodów, dla których sięgamy po narkotyki zależy jak długo będziemy z nich korzystać i jak daleko zabrnijemy.

uczyciele, rodzice, znajomi, miłość itp. powoduje gorsze samopoczucie, a ktoś z nas lubi się źle czuć. Wtedy przypomina się przyjemny stan odurzenia i zapomnienia dzięki narkotykam – pojawia się pomysł na poradzenie sobie z problemem. Ponieważ do tej pory z powodu używania nie było żadnych konsekwencji, żadnych strat, nie widać powodów, dla których trzeba by się było ograniczyć branie tylko do weekendowej zabawy czy „tylko” marihuany. Otwiera się droga do sięgania po inne narkotyki (haszysz, amfetaminę, extazy, kokainę, LSD) i zwiększenia częstotliwości ich brania. Niestety to powoduje, że efekty brania nie są już takie same jak przy pierwszych próbach, rośnie tolerancja i aby poczuć się tak samo trzeba zwiększać dawki lub sięgać po inne, mocniejsze narkotyki. To powoduje już zauważalne zmiany w zachowaniu. Zaczynają się problemy ze szkołą, obniżenie ocen,

Fazy używania narkotyków



„**To pierwszy raz, dla towarzystwa na imprezie**”. To pierwsza faza używania. Tym środkiem, od którego się zaczyna jest to, co najbardziej dostępne: marihuana, środki wziewne. Zazwyczaj sięga się po nie pod wpływem towarzystwa, żeby zaspokoić ciekawość, poznać „ten” stan. Często te pierwsze próby nie dają oczekiwanego efektu odurzenia, wręcz przeciwnie często kończą się nieprzyjemnie. Dla niektórych eksperymentujących jest to wystarczające aby zaniechać dalszych prób, inni jednak aby w końcu ten stan osiągnąć powtarzają próby bo przecież inni mówili, że w końcu będzie dobrze. Szczególnie dla dzieci i młodzieży te pierwsze wypalone jointy, wypity alkohol czy wypalone papierosy dają poczucie bycia dorosłym, atrakcyjnym wśród rówieśników, a w końcu dostarczają przyjemności. Te pierwsze eksperymenty, okazjonalne branie, nie niesie widocznych strat, nie przysparza problemów. Niska jeszcze tolerancja nie wymaga dużych ilości narkotyku, a co za tym idzie większych pieniędzy. Dla rodziców dzieci eksperymentujących często zmiany w zachowaniu dzieci są niezauważalne. Dodatkowo dziecko może wspierać się drobnymi kłamstwami aby odwrócić uwagę rodzica, który chętnie zgodzi się z tym, że ten problem jego dziecka na pewno nie dotyczy lub uwierzy w to iż był to tylko ten jeden pierwszy raz i więcej nie. Niestety, często jednak po tych pierwszych próbach osoba eksperymentująca osiąga stan odurzenia, zaczyna się z nim oswajając, staje się on tak przyjemny, że już nie potrafi z niego zrezygnować. Środek staje się stałym elementem zabawy, spędzania czasu, bo bez niego nie można się zrelaksować, poczuć przyjemnie.

„**Czasami, tylko na imprezach...**” ale tak naprawdę to już nie tylko. Narkotyki zaczynają pojawiać się w codziennym życiu. To już nie ciekawość, chęć dorównania innym, ale chęć odurzenia i wprowadzenia się w dobry nastrój przesądza o sięganiu po raz kolejny po narkotyki. Masa problemów: szkoła, oceny, na-

brak zainteresowania nauką, wagary. Coraz częstsze używanie narkotyków w trakcie kilku dni tygodnia obniża zdolności poznawcze dziecka; zdolność do koncentracji, przyswajania wiadomości, pamięć. Dziecko zaczyna tracić zainteresowania, „nic się nie chce”. Coraz częstsze myślenie o wzięciu narkotyków powoduje ukierunkowanie uwagi na zorganizowanie sobie źródeł narkotyku i zdobycie na niego pieniędzy, co w konsekwencji początkowo prowadzi do podbierania pieniędzy z domu, a z czasem kradzieży w domu i na ulicy.

Zaczyna się też poszukiwanie „podobnych sobie”. Stare znajomości giną, pojawiają się nowe. Jednak nie są to znajomości skoncentrowane wokół zainteresowań, uczucia, a wokół narkotyków, sposobu ich zdobywania.

Kontakt dziecka z rodziną jest coraz słabszy, często pojawiają się wybuchy złości, niechęć do członków rodziny, unikanie rodziców i innych bliskich. Okłamywanie rodziny staje się normą.

Pojawiające się coraz częściej konsekwencje brania narkotyków (zaniedbania szkolne, gorsze oceny, konflikty w domu) przypisywane są niesprzyjającym okolicznościom, głupocie innych, nadmiernym wymaganiom rodziców, nauczycieli itp.

To, co teraz dzieje się z dzieckiem to faza szkodliwego używania narkotyków i wymaga specjalistycznej terapii. Jeśli nie podejmie się żadnych działań w celu



przerwania brania, uświadomienia problemu, zmiany zachowania, to w kolejnym etapie brania narkotyków i chęć odurzania się stanie się jedynym motorem napędzającym do jakiegokolwiek działania.

„**Biorę bo lubię, mi nie szkodzi, zawsze mogę przestać, a poza tym wszyscy biorą...**” to najczęściej można usłyszeć od osoby biorącej narkotyki, gdy

(dokończenie na str. 4)

Fazy używania narkotyków

(dokończenie ze str. 3)

rozwiną się już mechanizmy uzależnienia.

Teraz życie staje się podporządkowane tylko zdobywaniu narkotyków i stałemu odurzaniu się. Te same narkotyki i dawki nie dają już takiego stanu jak kiedyś, potrzeba więcej i częściej. Pojawiają się silniejsze narkotyki (heroina).

Stałe używanie narkotyków, branie w ciągach powoduje pojawianie się coraz większej ilości problemów i konsekwencji dotyczących wszystkich obszarów życia. Porzucenie szkoły lub prawie stałe wagary, a co za tym idzie zaległości niemożliwe do nadrobienia.

Kontakt z rodziną jest znikomy lub praktycznie żaden. Dom służy jako miejsce noclegu, rodzice stają się wrogami stawiając jeszcze jakieś wymagania.

Na narkotyki potrzeba coraz więcej pieniędzy, rodzice już nie dają kieszonkowego, którego i tak brakło, zaczynają się więc, kradzieże nie tylko w domu ale i na ulicach. Niektórzy dochodzą do wniosku, że najlepszym sposobem stałego dostępu do narkotyku i pieniędzy będzie handel nimi. To jednak najczęściej doprowadza do długów i narażenie się na dodatkowe konsekwencje.

Narkotyki wpływają także na zdrowie fizyczne, przy niektórych narkotykach pojawia się uzależnienie fizyczne, co uniemożliwia odstawienie narkotyku chociażby na dzień, pojawiają się nawroty doznań, możliwość przedawkowania, zapaści i śmierci.

Osoba uzależniona zaczyna postrzegać stan pod wpły-

wem narkotyku jako stan normalny. Chwile bez narkotyku wywołują zły nastrój, agresję, niepokój.

Dodatkowo osoba taka wyobcowana z rodziny, bez przyjaciół, nękana przez policję z powodu konfliktów z prawem, a nie mogąca przestać brać, wyrwać się z tego błędnego koła, często zaczyna się zastanawiać nad samobójstwem. Potęguje te myśli obniżona samoocena, pojawiające się poczucie winy i wstydu. Narkotyki mogą wywoływać także zaburzenia psychiczne.

Osoba będąca w pułapce uzależnienia wymaga pomocy specjalistów, wsparcia bliskich. W tym momencie możliwa jest jeszcze skuteczna terapia.

„Narkotyk” w tej fazie niemożliwe jest odróżnienie stanu normalnego od stanu odurzenia. Jedynym elementem potrzebnym do funkcjonowania jest narkotyk i jest on niezbędny do podtrzymania „normalnego samopoczucia”. Nie ma rodziny, innych ludzi, jest tylko potrzeba narkotyku.

Wola osoby będącej w tym stadium uzależnienia do podjęcia leczenia jest nikła, więc jeśli się pojawi należy ją natychmiast wykorzystać. Jeśli się to nie uda, koniec jest jeden.

Hubert Krótkiewicz
Psycholog,
pracuje w Oddziale Diagnostyki i Krótkoterminowej Terapii dla Młodzieży Uzależnionej w Otwocku.



Świetlica Socjoterapeutyczna Ośrodka Pomocy Społecznej Dzielnicy Rembertów „Baśniowa Przystań”
ul. Plutonowych 10, I p. pok. 12 04-404 Warszawa
telefon: (022) 611 91 56
e-mail: swietlica@opsrembertow.waw.pl

Świetlica Socjoterapeutyczna jest placówką wsparcia dziennego, czynną w każdy dzień powszedni w godzinach 13.30 – 18.30. W czasie ferii i wakacji godziny pracy dostosowane są do potrzeb odbiorców.

Prowadzimy działalność opiekuńczą – wychowawczą i socjoterapeutyczną dla dzieci zamieszkałych na terenie dzielnicy Rembertów. Naszymi odbiorcami są dzieci uczęszczające do szkoły podstawowej i gimnazjalnej, przejawiające zaburzenia zachowania oraz wychowujące się w trudnych warunkach rodzinnych, w tym w rodzinach z problemem alkoholowym. Dysponujemy 22 miejscami.

Naszym celem jest przystosowanie wychowanków do prawidłowego funkcjonowania w ich środowisku – rodzinnym, szkolnym i rówieśniczym. Prowadzimy zajęcia grupowe (socjoterapeutyczne, ogólnorozwojowe i psychoedukacyjne) oraz pracę z wychowankami w kontakcie indywidualnym.

Każdy z wychowanków ma opracowany Indywidualny Plan Korekcyjno – Terapeutyczny oparty na diagnozie psychologicznej, sytuacji rodzinnej oraz szkolnej. Realizacja IPK-T jest systematycznie monitorowana i omawiana podczas zebrań kadry zatrudnionej w świetlicy. Wraz z osiąganiem założonych celów bądź trudnościami w ich osiągnięciu, program jest modyfikowany i dostosowywany do aktualnej sytuacji dziecka i jego rodziny.

Naszym celem jest pomoc rodzinie, zatem bardzo duże znaczenie ma współpraca z rodzicami/opiekunami naszych wy-

chowanków. Zespół zatrudniony w świetlicy współpracuje także z pracownikami socjalnymi OPS, Punktem Informacyjno – Konsultacyjnym, szkołami, kuratorami sądowymi, DZZRPPiRPA. Dzieci codziennie otrzymują posiłek, który przygotowują wspólnie z wychowawcami.

Pełniąc dyżury dbają o porządek i wystrój świetlicy. W odrabianiu lekcji pomagają im wolontariusze. Wspólna praca pozwala na wyrabianie w sobie dokładności, skrupulatności i odpowiedzialności za powierzone zadania.

Czas wolny dzieci spędzają w sposób aktywny, uczestnicząc m.in. w różnego rodzaju wycieczkach, wyjściach do kina czy na basen. Raz w tygodniu odbywają się zbiórki harcerskie Drużyny Nieprzetartego Szlaku. Latem dla wychowanków organizowane są obozy socjoterapeutyczne.

W każdy piątek odbywa się planowe spotkanie społeczności, w trakcie którego formułowane są wspólne zasady i normy postępowania oraz podejmowane są decyzje we wszystkich ważnych dla grupy sprawach. Decyzje podejmowane są poprzez głosowanie, jedynie podstawowe reguły dotyczące bezpieczeństwa, przestrzegania prawa oraz celów świetlicy nie podlegają głosowaniu. Każdy członek społeczności może ponadto zwołać zebranie całej grupy w każdej chwili, jeżeli ma po temu ważny powód.

W świetlicy propagowany jest system wartości oraz wzorce zachowania alternatywne wobec destrukcyjnych reguł obowiązujących w kontrkulturowych grupach młodzieżowych.

Młodzieżowe Koło Turystyczne PTSM 72 przy Szkole Podstawowej Nr 217 zaprasza dzieci i młodzież, rodziców do udziału w wycieczkach po najbliższej okolicy, wycieczkach autokarowych, rajdach, obozach turystycznych. Spotkania organizacyjne odbywają się w Szkole Podstawowej Nr 217 przy ul. Paderewskiego 45 (HARCÓWKA), **piątki godz. 17.**

W roku szkolnym 2007/ 2008 organizatorzy zaplanowali :

- rajd po miejscach Pamięci Narodowej (Rembertów i Olsztyńka Grochowska) oraz ognisko
- wycieczkę do Muzeum Wojska Polskiego

- zimowe zwiady terenowe
- zimowisko w Bielsku – Białej (koszt zimowiska dla członków PTSM 72 – 550 zł)
- rajdy PTTK
- wycieczkę autokarową do Twierdzy Modlin
- wycieczkę w Góry Świętokrzyskie (22 – 25 maja 2007 r.)
- wycieczkę do Kazimierza Dolnego i Janowca (czerwiec 2007 r.)
- obóz turystyczny „Zamki Dolnego Śląska” – lipiec 2007 r.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY

instruktor turystyki
Ireneusz Miernicki

poradnia <http://www.narkomania.org.pl/poradnia/>

<http://www.narkomania.org.pl/poradnia/>



0 22 611 91 56 - Punkt Informacyjny – Konsultacyjny dz. Rembertów

0 801 199 990 - Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki - Narkomania

Telefon oferuje: informację o sieci profesjonalnej pomocy, miniedukację, wsparcie psychologiczne. Czynny od 16.00 do 21.00 codziennie. Całe połączenie płatne tylko 35 gr.

0 800 12 02 89 - Infolinia Stowarzyszenia KARAN

Informacja skierowująca i pomoc w problemach związanych z narkotykami. Połączenie bezpłatne, czynne od pon. do pt., w godzinach 10.00 - 17.00

0 801 109 696 - Infolinia Pogotowia Makowego Towarzystwo „Powrót z U” czynny codziennie od pon.-pt. 10.00-20.00, soboty 10.00-19.00

Zespół redakcyjny:

Kinga Brendler – Dział ds. Uzależnień OPS dz. Rembertów (tel. 022 879 03 29)

Dominika Modzelewska – Dział ds. Uzależnień OPS dz. Rembertów (tel. 022 612 94 65)

Magdalena Krakowian-Rząca - Dział Pomocy Specjalistycznej OPS dz. Rembertów

Beata Humięcka – Wydział Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Dzielnicy Rembertów, (tel. 022 515 16 09)

Krystyna Korzeniowska – Dzielnicowy Zespół Realizacji Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych