

„Otwórz się na pomoc” - Powiesz dość alkoholowi nim przekroczysz granice ?

11/05/2022, dodał: **Maciej Liberda**

Gmina Mszana Dolna przyłączyła się do interaktywnego programu profilaktycznego o zdrowiu psychicznym i uzależnieniach „Otwórz się na pomoc”.

Choć niekiedy uważa się, że wypicie alkoholu w bardzo niewielkiej ilości nie jest problemem, to trzeba traktować tę kwestię ostrożnie: często powtarzane, pojedyncze toasty mogą szybko doprowadzić do nałogu alkoholowego, uzależnienia, które dotyka nie tylko dorosłych, ale także młodzież i dzieci. Szczególnym problemem jest fakt obniżania się granicy inicjacji alkoholowej: ten „pierwszy raz” coraz częściej staje się udziałem dwunasto i trzynastolatków, a nawet już dziesięciolatków! Trzeba temu zapobiegać, a profilaktyka uzależnień musi dostać społeczne zielone światło!

Profilaktycy ostrzegają, że rodzice nie mogą lekceważyć młodego wieku swoich dzieci i uznawać, że są zbyt młodzi, by wpaść w nałóg. Badania dowodzą, że dzieci, które zaczęły sięgać po alkohol przed 15. rokiem życia, cztery razy częściej uzależniają się od alkoholu niż ci, którzy zaczęli pić go po przekroczeniu dwudziestego roku życia. Co więcej – zaledwie półtora roku, dwa lata regularnego picia alkoholu przez dziecko, czy nastolatka, prowadzi do uzależnienia. A dzieci poznają smak alkoholu niejednokrotnie przy aprobacie właśnie rodziców, którzy akceptują „tylko spróbowanie” w czasie imprezy rodzinnej, a później już nie zdają sobie sprawy, że dumna z siebie pociecha może przez to czuć się bardziej dorosła i zacząć pić – już w towarzystwie rówieśników, czy starszych kolegów.

O tym wszystkim ostrzega i informuje kampania „Otwórz się na pomoc”. Należący do niej projekt „Otwórz się na pomoc: Uzależnienie od alkoholu” wykorzystuje koncepcję interaktywnego filmu poświęconego profilaktyce uzależnień. Jego scenariusz jest realizowany we współpracy z Mają Pisarek, terapeutką i psychologiem.

Oglądając kilkunatowy film, musimy pomóc podjąć decyzje nastolatkowi, wkraczającemu w pełnoletność. Kierujemy losami chłopaka, który mierzy się z własnymi słabościami, okresem buntu, wpływem rówieśników oraz rodzinnym problemem alkoholowym, tak, by nasze decyzje nie skierowały go na drogę nałogu. Z jednej strony to tylko film – ale z drugiej – jego treść daje wiele powodów do przemyślenia!

Warto zatrzymać się też przy drugiej części projektu, która daje dużą dawkę wiedzy, udostępnianej przez rodziców nastolatków, mających problem z uzależnieniem od alkoholu. Znaczenie autentycznych opowiadań z serii „Posłuchaj historii” wzmacniają komentarze i rozwinięcia przygotowane przez terapeutkę Maję Pisarek.

Kolejnym atutem projektu „Otwórz się na pomoc: Uzależnienie od alkoholu” jest poradnik prasowy, zatytułowany dobitnie: „Alkoholizm. Młoda Polska w alkoholowych oparach”. Znajdziemy w nim ważne dane statystyczne dotyczące problemu alkoholowego u młodych ludzi, informacje pozwalające na ocenę i rozpoznanie momentu uzależnienia (nie oszukujmy się: młodzież uznając, że dobrze się

bawi i w pełni kontroluje swoje możliwości, może nie zauważyć, kiedy „zabawa” przerodzi się w niebezpieczną chorobę), czy dotyczące roli alkoholu w popkulturze. Artykuły tego poradnika przynoszą też zaskakujące doniesienia na temat społecznego przyzwolenia na nadużywanie alkoholu i nieznane szerzej kwestie syndromu Dorosłych Dzieci Alkoholików. Skradzione dzieciństwo to niestety także bolesny efekt uzależnienia alkoholowego w rodzinie i jego wpływ na dzieci i młodzież...

O tym, że nie wolno się poddawać, a warto pomagać dzieciom i nastolatkom, którzy są zagrożeni chorobą alkoholową, przekonuje rozmowa z psychologiem, dostępna wśród materiałów poradnika. Jak nie bagatelizować, nie odrzucać, a za to jak mądrze pomagać – naprawdę warto poznać porady specjalisty. Walorem dodatku prasowego jest również to, że zawiera on aktualną informację o tym, gdzie na terenie Gminy Mszana Dolna można skorzystać z bezpłatnej konsultacji w związku z problemami takimi jak uzależnienia od substancji (alkohol, narkotyki, leki), uzależnienia behawioralne (od zachowań: np. hazard, pracoholizm, uzależnienie od komputera lub smartfona, zakupoholizm i inne) oraz uzyskać informację o miejscach profesjonalnej pomocy udzielanej w przypadku uzależnień. Warto otworzyć się na pomoc. Każdy na nią załuguje.

Bezpłatny dodatek prasowy „Otwórz się na pomoc” dostępny jest na terenie Urzędu Gminy Mszana Dolna i w innych miejscach publicznych na terenie gminy.

Na podstawie materiałów profilaktycznych kampanii „Otwórz się na pomoc”

Harmonogram dyżurów w Punkcie konsultacyjnym - [pobierz](#)

opracowała Anna Petrycka

"https://mszanadolna.naszemiasto.pl/gmina-mszana-dolna-otworz-sie-na-pomoc-alkohol/re" style="border:0px #ffffff none;" name="myiFrame" scrolling="no" frameborder="1" marginheight="0px" marginwidth="0px" align="center" height="600px" width="100%" allowfullscreen webkitallowfullscreen mozallowfullscreen>