



Dopalacze - lepiej edukować i wspierać, niż leczyć

2018-10-28

O przypadkach stosowania dopalaczy - substancjach psychoaktywnych, działających jak narkotyki - słyszy się w mediach niemal codziennie. Dopalacze są niebezpieczne, zwłaszcza że najczęściej sięgają po nie ludzie młodzi, często nieświadomi, że nawet niewielkie dawki mogą być śmiertelne. W tym kontekście informacje, że Kraków problemu dopalaczy nie zauważa czy bagatelizuje, wprowadzają w błąd, ponieważ miasto od kilku lat prowadzi wiele programów edukacyjnych i profilaktycznych.

Od roku 2011 w Krakowie w każdym roku szkolnym pracownicy **Miejskiego Centrum Profilaktyki Uzależnień (MCPU)** wśród ok. 10 tys. uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych przeprowadzają ankietę. Dzięki niej poznają styl życia młodych oraz częstotliwość sięgania po substancje psychoaktywne. Na podstawie ankiety opracowuje się działania profilaktyczne. Raporty z badań dostępne są na stronie internetowej www.mcpcu.krakow.pl w zakładce Raporty.

W szkołach **dla dzieci, młodzieży, nauczycieli i rodziców** prowadzone są **szkolenia profilaktyczne**. Każda szkoła wybiera temat szkolenia adekwatny do potrzeb uczniów; obecnie działa 19 takich programów. Szkolenia pomagają uczniom ograniczać okazje do sięgania po substancje psychoaktywne bo **podnoszą poziom wiedzy i umiejętności społecznych. Ludzi młodych nie straszy się, ale wzmacnia w nich tzw. czynniki chroniące:** poczucie wartości własnej, uczy asertywności, radzenia sobie ze stresem, rozwija potrzebę posiadania różnych zainteresowań, ćwiczy umiejętność podejmowania decyzji i nawiązywania relacji z rówieśnikami i dorosłymi. Przekazywana jest również rzetelna wiedza o zagrożeniach związanych z dopalaczami. Uczniów informuje się, że użyciu takich substancji sprzyjają niepowodzenia szkolne, izolacja społeczna, brak sukcesów czy nieprzyjazna atmosfera w szkole.

Szkoli się również rodziców i nauczycieli; omawia skutki użycia przez dzieci i młodzież substancji psychoaktywnych, informuje o możliwościach uzyskania w Krakowie specjalistycznej pomocy. Szczegółowe informacje znajdują się na stronie www.mcpcu.krakow.pl w zakładce Szkolenia.

W 2017 roku zrealizowano **1 035 szkoleń**, w których wzięło udział **21 231 uczestników**. W tej grupie było 17 806 uczniów, 2 453 rodziców, 708 nauczycieli oraz 264 inne osoby. W tym roku, **od 1 stycznia do 30 czerwca**, przeprowadzono dotychczas **576 szkoleń** wśród **10 892 uczestników** (9310 uczniów, 1065 rodziców, 367 nauczycieli, 150 inne osoby).

W czasie szkoleń uczestnicy otrzymują także przystępnie opracowane **materiały informacyjno-edukacyjne**, przygotowane przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii. Są to: informator dla rodziców, nauczycieli i pedagogów, „Nowe narkotyki – dopalacze”, poradniki dla rodziców „Bliżej siebie – dalej od narkotyków” oraz „O lekach i marihuanie i dopalaczach bez hysterii”, a dla nauczycieli scenariusz spotkania z rodzicami w szkole na temat dopalaczy – do zastosowania przez pedagoga, psychologa lub wychowawcy klasy i plakat „Zatrucie narkotykami – pierwsza pomoc”.



W Miejskim Centrum Profilaktyki Uzależnień działa **bezpłatny punkt konsultacyjny**, w którym anonimowo udzielane są porady. Zgłaszają się osoby uzależnione lub nadużywające alkoholu, narkotyków, dopalaczy, leków. Często borykają się z równoległym uzależnieniem behawioralnym (takim jak hazard, cyfrowe media, seksoholizm, pracoholizm czy zaburzenia odżywiania). Punkt udziela porad prawnych również przez telefon (12 41 41 21 w. 115). W każdą sobotę o godzinie 10.00 odbywają się spotkania grupy wsparcia **Anonimowych Narkomanów**. W 2017 roku udzielono 10 531 takich porad i konsultacji, w pierwszej połowie tego roku było ich 5 492. Działa też **całodobowy Telefon Zaufania Alcotel** (12 411 60 44). W 2017 roku przeprowadzono 2 437 rozmów, od 1 stycznia do 30 czerwca 2018 roku – 691.

Kraków angażuje się też w działania **podnoszące poziom aktualnej wiedzy** nauczycieli, pedagogów, psychologów, specjalistów terapii uzależnień, lekarzy, kuratorów sadowych itp. Cyklicznie organizowane są **konferencje**, w czasie których uczestnicy poznają najnowsze wyniki badań i zdobywają praktyczną wiedzę na temat zagrożeń, możliwości i form specjalistycznej pomocy dla dzieci i młodzieży sięgającej po dopalacze. Obecnie taki cykl konferencji prowadzony jest dla trenerów, instruktorów sportowych i nauczycieli wychowania fizycznego, „**Profilaktyka uzależnień wśród dzieci i młodzieży poprzez sport i edukację**”. W 2017 roku zorganizowano 5 konferencji dla 1014 osób, od 1 stycznia do 31 sierpnia 2018 roku – 5 konferencji dla 1299 uczestników. Miejskie Centrum Profilaktyki Uzależnień od lat działa też w **Międzyinstytucjonalnej Platformie Współpracy**, koordynowanej przez Wojewódzkiego Eksperta ds. Informacji o Narkotykach i Narkomanii Województwa Małopolskiego. W ostatnim okresie uruchomiono program nowej kampanii profilaktycznej, skierowanej do młodych ludzi. W 2017 roku kwota przeznaczona na wszystkie powyższe działania profilaktyczne wynosiła 2 405 486,00 zł, natomiast w I półroczu tego roku – **1 203 176,00 zł**.

Kraków od lat prowadzi **Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii**, w którego ramach wspomagane są instytucje, stowarzyszenia i osoby fizyczne zajmujące się problemem uzależnień. Organizacje te m.in. **uczą młodych ludzi, jak można się bawić bez sięgania po dopalacze** podczas imprez klubowych. W 2017 roku zrealizowano 7 projektów, na podstawie umów z 5 organizacjami, za kwotę 163 233,00 zł, natomiast w 2018 roku dotychczas zrealizowano 5 projektów, na podstawie umów z 3 organizacjami, za sumę **196 172,00 zł**.

Gmina Miejska Kraków przeznacza też środki na **świadczenia dla osób korzystających z terapii uzależnień**. W 2017 roku łączna kwota przeznaczona na świadczenia wynosiła 2 849 997,00 zł. Od 1 lutego do 31 grudnia 2017 r. świadczenia zostały udzielone 3 151 osobom, z których największą liczbę stanowiły osoby w przedziale wiekowym 35–50 lat (1 246). W 2018 roku na świadczenia przeznaczono **2 900 000,00 zł**. W I półroczu 2018 roku świadczenia z zakresu terapii uzależnień udzielono 3 443 osobom, z czego największą liczbę ponownie stanowiły osoby w przedziale wiekowym 35–50 lat (1 458).

W Polskim Radiu Kraków w każdą niedzielę od godz. 21.00 do 22.00 emitowana



jest **audycja „Pierwszy krok”**, poświęcona m.in. uzależnieniu od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, problemowi współuzależnienia, przemocy w rodzinie. Mówi się o formach specjalistycznej pomocy, grupach wsparcia dla osób uzależnionych. Zbiór audycji jest dostępny na stronie www.mcpcu.krakow.pl w zakładce Audycje radiowe. W 2017 roku zrealizowano 50 takich audycji, a w I półroczu tego roku – 24.

Miasto współpracuje z **Komendą Miejską Policji w Krakowie**. Policja zabezpiecza wykryte dopalacze i monitoruje liczbę zatruc tymi substancjami. Prowadzi też działania mające na celu zatrzymanie osób, które za pośrednictwem Internetu lub telefonu próbują kupić takie substancje. Komenda Miejska Policji współpracuje w tym zakresie z Wojewódzką Stacją SANEPID. W wyniku takich działań zamknięto miejsca handlu substancjami psychoaktywnymi.

Kraków, poza problemem dopalaczy, zajmuje się również **profilaktyką uzależnień behawioralnych**. W 2017 roku przeprowadzono wśród uczniów badania na temat korzystania m.in. z telefonów komórkowych, internetu i gier komputerowych. Na ich podstawie powstał raport **„Korzystanie z urządzeń elektronicznych oraz z internetu przez dzieci i młodzież”**. Został on rozprowadzony w krakowskich szkołach, stał się też podstawą programów z zakresu profilaktyki uzależnień behawioralnych.