**UCHWAŁA NR XXIII/187/2025**
**RADY GMINY JABŁONKA**

z dnia 30 grudnia 2025 r.

**w sprawie przyjęcia Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2026**

Na podstawie art. 18 ust. 2 pkt 15 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (tekst jednolity: Dz. U. z 2025 r. poz. 1153 z późn.zm.), art. $4^1$ust. 2 i 5 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (tekst jednolity: Dz. U. z 2023 r., poz. 2151 z późn. zm.) oraz art. 10 ust. 2 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (tekst jednolity: Dz. U. z 2023 r. poz.1939 z późn. zm.) Rada Gminy Jabłonka uchwala, co następuje:

**§ 1.**

Uchwala się Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2026 w brzmieniu jak w załączniku do niniejszej uchwały.

**§ 2.**

Wykonanie uchwały powierza się Wójtowi Gminy Jabłonka.

**§ 3.**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia z mocą obowiązującą od 1 stycznia 2026 roku.

Przewodniczący Rady Gminy
Jabłonka

**Jan Głusiak**

Załącznik
do uchwały Nr XXIII/187/2025
Rady Gminy Jabłonka
z dnia 30 grudnia 2025 roku

# *Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2026*

*Jabłonka 2025*

# Spis treści

**Wprowadzenie** ..... **3**

**Rozdział I Diagnoza** ..... **5**

**Rozdział II Realizatorzy Programu** ..... **8**

**Rozdział III Cele operacyjne, kierunki oraz zadania w ramach Programu** ..... **9**

**Rozdział IV Finansowanie Programu** ..... **23**

**Rozdział V Przewidywane efekty** ..... **23**

**Rozdział VI Monitoring i ewaluacja Programu** ..... **24**

**Rozdział VII Zasady wynagradzania członków Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych** ..... **25**

## Wprowadzenie

Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2026 jest konsekwentną kontynuacją wielu działań profilaktyczno – terapeutycznych zainicjowanych w latach poprzednich. Zakłada komplementarność działań w zakresie edukacji, profilaktyki i terapii problemów uzależnień, przy wykorzystaniu wiedzy teoretycznej i praktycznej osób reprezentujących podmioty administracji samorządowej i rządowej oraz organizacji pozarządowych, które w ramach swych zadań statutowych podejmują zagadnienia z zakresu problemów uzależnień.

Zgodnie z ustawą z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi, ustawą z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii oraz ustawą z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym, prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii należy do zadań własnych gminy. Ich realizacja prowadzona jest w oparciu o roczny, gminny program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii, do którego opracowywania gmina jest ustawowo zobligowana.

Zgodnie z Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 30 marca 2021r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025 podejmowane działania powinny być realizowane w sposób powiązany, przeciwdziałając więcej niż jednemu zagrożeniu jednocześnie, w szczególności w obszarach, w których istnieją naukowe dowody powiązań zależności między zagrożeniami lub korelującymi czynnikami ryzyka i chroniącymi.

Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2025, zwany dalej „Programem", reguluje zagadnienia dotyczące profilaktyki i rozwiązywania problemów uzależnień oraz minimalizacji szkód społecznych i zdrowotnych związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi.

Program przedstawia zadania własne gminy w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii poprzez odpowiednie kształtowanie polityki społecznej, a w szczególności:

- tworzenie warunków sprzyjających realizacji potrzeb, których zaspokajanie motywuje powstrzymywanie się od spożywania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych;
- działalność profilaktyczno-wychowawczą, informacyjną oraz rozwiązywanie problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi;
- wzmocnienie kondycji psychicznej dzieci i młodzieży po przez objęcie ich wsparciem wychowawczym, profilaktycznym i pomocowym w różnorodnych formach i na jak najszerszą skalę;
- ochrona przed dostępnością alkoholu;
- leczenie;
- rehabilitację i reintegrację osób uzależnionych;
- zapobieganie negatywnym następstwom nadużywania alkoholu i ich usuwanie;
- przeciwdziałanie przemocy w rodzinie z uwzględnieniem zasobów, jakimi dysponuje gmina do realizacji omówionych zadań.

## Rozdział I - Diagnoza

**Strategiczne kierunki realizacji gminnego programu profilaktyki**

Na podstawie dokonanej diagnozy można stwierdzić, iż na terenie gminy Jabłonka niezbędne będzie podjęcie następujących działań:

1. Diagnozę problemów i pozytywnego potencjału młodzieży (diagnoza przekrojowa danego rocznika) umożliwiająca prowadzenie celowanych działań profilaktycznych oraz pracy na przekonaniach młodzieży w oparciu o model profilaktyki zintegrowanej.
2. Wzmocnienia kondycji psychicznej dzieci i młodzieży oraz kształtowanie odporność psychicznej jako jednej z najważniejszych kompetencji przyszłości w skomplikowanym i niestabilnym świecie zgodnie z rekomendacją wg raportu „*Jak wspierać młodzież w niestabilnym świecie? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i ochrony zdrowia psychicznego po trudnych latach 2020-2022." IPZIN 2023*
3. Działania w zakresie profilaktyki zachowań ryzykownych i problemowych w szkole w oparciu o programy wykorzystujące aktywność własną uczniów i programy profilaktyczne: rekomendowane, poddane ewaluacji formatywnej i inne.

   Działania te powinny być podejmowane przede wszystkim w oparciu „Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych" oraz opisanej w tej publikacji strategii „Siedmiu dźwigni skutecznej profilaktyki) (ORE, 2015) z uwzględnieniem szczegółowym modelu profilaktyki zintegrowanej zapobiegając wielu zachowaniom ryzykownym jednocześnie po przez wzmacnianie czynników chroniących a zapobieganie wielu czynnikom ryzyka jednocześnie.

a. Realizacja programów dotyczących zagadnień podnoszących świadomość w zakresie zdrowotnych, psychologicznych i społecznych konsekwencji używania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych przez osoby niepełnoletnie.

   Z wykorzystaniem sprawdzonych i skutecznych strategii profilaktycznych przekładających się na świadome podejmowanie decyzji nie korzystania z substancji psychoaktywnych.

b. Realizacja programów profilaktycznych kształtujących kompetencje osobowościowe młodych ludzi oraz ich zdolności interpersonalne niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania wśród rówieśników bez pomocy alkoholu, papierosów i narkotyków/dopalaczy. Ukazanie znaczenia asertywności i trening zachowań asertywnych oraz aktywizacja pozytywnych liderów młodzieżowych. Wspieranie pozytywnego rozwoju młodzieży i pomaganie w odkrywaniu jej potencjału.

   Młodzi ludzie znają dużo niepełnoletnich osób palących papierosy, spożywających alkohol czy zażywających narkotyki. Wraz z wiekiem badanych procent tych znajomości cały czas

niebezpiecznie wzrasta.

c. Realizacja programów profilaktycznych dotyczących zagadnień agresji. Szczególne zwrócenie uwagi na występowanie ośmieszania czy agresji słownej i fizycznej. Ukazanie zachowań agresywnych, jako niedojrzałego sposobu radzenia sobie z emocjami i nauka ich wyrażania.
Wyzwiska, ośmieszanie, stosowanie wulgaryzmów to sytuacje coraz częstsze. Jak wynika z badań osiągają one swoje apogeum wśród uczniów III etap edukacji. Zwiększanie wiedzy na temat tego, jak walczyć z takim zjawiskiem, jak sobie radzić w sytuacji problemowej jest niezbędne, aby młodzi ludzie potrafili funkcjonować wśród rówieśników, a występowanie tego zjawiska nie rzutowało na ich samoocenę i pewność siebie. Ponadto niezbędne jest zwrócenie uwagi na rolę osoby krzywdzącej. Tego jak bardzo silnie jej działanie może wpłynąć na psychikę ofiary, szczególnie w tak młodym wieku. Rozszerzenie działań o diagnozę zachowań agresywnych. dziecko jako sprawca może prezentować mechanizm obronny lub jego agresja może być wyuczonym schematem działania. Dziecko- agresor może być ofiarą przemocy.

d. Realizacja projektów profilaktycznych dotyczących zagadnienia przemocy rówieśniczej, a także nowych form przemocy za pośrednictwem urządzeń elektronicznych. Kształtowanie w uczniach od najmłodszych lat wrażliwości na zjawisko przemocy oraz właściwą postawę reagowania/zgłaszania dorosłym a nie jej ignorowania.
Niestety uczniowie stając się coraz starsi są na to zjawisko coraz bardziej narażeni, gdyż jak pokazały badania liczba ofiar doświadczających cyberprzemocy rośnie wraz z wiekiem ankietowanych.

e. Wychowanie ku odpowiedzialności za swoją seksualność**:** wzmacnianie udowodnionych naukowo czynników chroniących związanych z ryzykownymi zrachowaniami seksualnymi młodzieży (pogłębianie więzi z rodziną, nauczycielami); ukazywanie człowieka w kontekście wszystkich aspektów człowieczeństwa: fizycznego, emocjonalnego, intelektualnego, duchowego i społecznego (zgodnie z teorią E. Ericsona); identyfikacja z własnym systemem wartości - religijnym lub świeckim; wpisanie relacji seksualnej w kontekst miłości, szacunku i odpowiedzialności; przeciwdziałanie skutkom seksualizacji, w tym zjawisku „samo-uprzedmiotowienia"; ograniczenie korzystania z pornografii.

f. Ułatwianie dostępności informacji dotyczących niebezpieczeństwa jakim jest zawieranie nowych znajomości w Internecie. Niestety z badań wynika , iż naprawdę wielu uczniów zawiera okazjonalnie takie znajomości. Zatem informowanie, o tym jak tragiczne konsekwencje mogą nieść za sobą takie działania jest niezbędne.

g. Ułatwianie dostępności informacji dotyczących organizacji czy serwisów internetowych pomagających w sytuacji zetknięcia się z cyberprzemocą. Niestety badania pokazały, iż

ankietowana młodzież nie ma zbyt dużej wiedzy na temat takich serwisów internetowych czy organizacji.

h. Ułatwienie dostępności programów edukacyjnych dla osób dorosłych dotyczących problemów związanych z używaniem alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, przeciwdziałających przemocy, promujących zdrowy tryb życia m.in. poprzez preferowanie programów profilaktycznych w szkołach obejmujących oprócz młodzieży także rodziców/prawnych opiekunów.

i. Wspieranie działań inicjatyw tworzenia wsparcia dla mieszkańców np. Szkoła dla Rodziców

4. Kontynuowanie szkoleń i warsztatów dla uczniów z zakresu profilaktyki społecznej.
5. Kontynuowanie warsztatów dla nauczycieli i wychowawców w zakresie: tworzenia, realizacji, monitoringu i ewaluacji programów profilaktycznych.
6. Realizacja programów profilaktycznych dotyczących trzeźwości wśród mieszkańców (niestety bardzo wielu badanych przyznało, iż zna osoby nadużywające alkohol, a wielu sprzedawców zadeklarowało, że osoby nietrzeźwe podejmują próby zakupu alkoholu).
7. Realizacja programów profilaktycznych pomagających w sytuacjach ciężkich i stresujących.
8. Dawanie możliwości dzieciom i młodzieży rozwijania swoich pasji, zainteresowań i talentów. Stawianie na rozwój, poszerzanie horyzontów jest alternatywą dla ryzykownych zachowań dzieci i młodzieży.
9. Realizacja programów profilaktycznych dotyczących zjawiska mobbingu i wyzysku.
10. Kontynuowanie szkoleń dla członków Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
11. Kontrola punktów sprzedaży alkoholu oraz wyrobów tytoniowych przez odpowiednie służby powołane do tego celu.
12. Przestrzeganie przepisów ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi oraz ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii.
13. Wykorzystanie lokalnych zasobów do tworzenia koalicji na rzecz ograniczenia problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi zgodnie ze strategią „Siedmiu dźwigni skutecznej profilaktyki" (na podst. „Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży").
14. Realizacja zadań z zasadą maksymalnych efektów przy optymalnych kosztach we wszystkich kierunkach i obszarach prac Komisji zgodnie z szóstą dźwignią skutecznej profilaktyki w/w Vademecum.

## Rozdział II

## Realizatorzy Programu

Realizatorami Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii są następujące podmioty:

- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych,
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Jabłonce,
- Zespół Interdyscyplinarny,
- Policja,
- placówki oświatowe;
- gminne placówki kultury,
- placówki ochrony zdrowia działające na terenie gminy,
- organizacje pozarządowe oraz instytucje kościelne na podstawie przepisów ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie,
- inne instytucje i organizacje prowadzące działalność w obszarze realizacji Programu.

Wszyscy realizatorzy działań profilaktycznych i wychowawczych w spotkaniach z dziećmi i młodzieżą powinni spełniać Standardy ochrony małoletnich zgodnie z obowiązującymi przepisami.

## Rozdział III

## Cele operacyjne, kierunki oraz zadania w ramach Programu

Preambuła do celów operacyjnych:

Cele operacyjne w ramach Programu powinny być realizowane w sposób powiązany, przeciwdziałając więcej niż jednemu zagrożeniu jednocześnie, w szczególności w obszarach, w których istnieją naukowe dowody powiązań zależności między zagrożeniami lub korelującymi czynnikami ryzyka i chroniącymi.

Rozwiązywanie problemów uzależnień jest jednym z głównych obszarów działania administracji lokalnej. Polski model rozwiązywania tych problemów zakłada, iż większość kompetencji i środków finansowych zlokalizowana jest na poziomie samorządu terytorialnego.

W Narodowym Programie Zdrowia na lata 2021-2025 wskazany jest cel strategiczny, którym jest wydłużenie życia w zdrowiu, poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia ludzkiego oraz zmniejszenie nierówności społecznych w zdrowiu. Natomiast jednym z celów operacyjnych jest profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowanymi ryzykownymi.

Prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych, przeciwdziałania przemocy w rodzinie, redukcja szkód, rehabilitacja zdrowotna, społeczna i zawodowa oraz integracja społeczna osób uzależnionych od alkoholu, a także przeciwdziałanie narkomanii należą do zadań własnych gmin.

Cele dotyczące profilaktyki realizowane będą w obszarach:

- profilaktyki uniwersalnej – adresowanej do wszystkich mieszkańców gminy Jabłonka (dzieci, młodzieży i dorosłych) bez względu na stopień indywidualnego ryzyka występowania problemów związanych z używaniem alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowanymi ryzykownymi

- profilaktyki selektywnej – adresowanej do grup o podwyższonym ryzyku wystąpienia problemów związanych z używaniem alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowanymi ryzykownymi:
- profilaktyki wskazującej – adresowanej do grup lub osób, które demonstrują wczesne symptomy problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, ale nie spełniają kryteriów diagnostycznych picia szkodliwego lub uzależnienia.

**Cel operacyjny nr 1 –** Zwiększenie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych od alkoholu i narkotyków.

| Numer zadania | Rodzaj zadania | Podmiot odpowiedzialny | Termin realizacji | Budżet | Wskaźniki (rezultaty) realizacji zadania |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.1. | Prowadzenie Gminnego Punktu Konsultacyjnego Problemów Uzależnień i Przemocy w Rodzinie, w ramach którego realizowana jest również współpraca z poradnią psychologiczno- pedagogiczną tj. Punkt Konsultacyjny Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba udzielonych porad |
| 1.2. | Prowadzenie działalności informacyjnej na temat możliwości uzyskania pomocy psychologicznej, prawnej i socjalnej przez osoby uzależnione oraz dotknięte przemocą w rodzinie | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba i rodzaj rozpowszechnionych materiałów informacyjnych |
| 1.3. | Współpraca z innymi jednostkami samorządu i służbą zdrowia w zakresie rozpowszechniania informacji o świadczonej pomocy psychologicznej, terapeutycznej, lekarskiej | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba jednostek, z którymi podjęto współpracę |
| 1.4. | Organizowanie i finansowanie szkoleń w zakresie wiedzy na temat rozwiązywania problemów uzależnień | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych szkoleń<br>Liczba osób uczestniczących w szkoleniach |
| 1.5. | Finansowanie w razie potrzeb dyżurów psychologa w zakresie pomocy osobom uzależnionym oraz ich rodzinom | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba udzielonych porad |
| 1.6. | Finansowanie dojazdów do punktów konsultacyjnych dla osób skierowanych przez GKRPA | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba osób, które otrzymały zwrot kosztów dojazdu |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.7. | Świadczenie pomocy społecznej osobom uzależnionym i rodzinom osób uzależnionych dotkniętym ubóstwem i wykluczeniem społecznym i integrowanie ze środowiskiem lokalnym tych osób z wykorzystaniem pracy socjalnej i kontraktu socjalnego, aktywizacja i wsparcie osób bezrobotnych | OPS, JST, GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba osób/rodzin objętych pomocą społeczną |

**Cel operacyjny nr 2 –** Udzielanie rodzinom, w których występują problemy alkoholowe i narkomanii, wsparcia psychologicznego, społecznego i prawnego, a w szczególności ochrony przed przemocą w rodzinie.

| Numer zadania | Rodzaj zadania | Podmiot odpowiedzialny | Termin realizacji | Budżet | Wskaźniki (rezultaty) realizacji zadania |
|---|---|---|---|---|---|
| 2.1. | Udzielanie pomocy psychologicznej w Punkcie Informacji Wsparcia i Pomocy dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie | OPS | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba udzielonych porad |
| 2.2. | Udzielanie pomocy psychologicznej, prawnej ofiarom przemocy w rodzinie w Gminnym Punkcie Konsultacyjnym Problemów Uzależnień i Przemocy w Rodzinie | JST | zadanie ciągłe | - | Liczba udzielonych porad |
| 2.3. | Prowadzenie pracy socjalnej z osobami dotkniętymi przemocą | OPS | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba rodzin objętych pracą socjalną |
| 2.4. | Zbieranie informacji o przypadkach przemocy domowej i informowanie o tym odpowiednich służb | OPS | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba pozyskanych informacji |
| 2.5. | Inicjowanie powstania świetlic środowiskowych, punktów opiekuńczo-wychowawczych oraz pomoc finansowa w celu ich organizacji tj. remontów, adaptacji , a nawet budowy | JST, OPS | zadanie ciągłe | środki własne, środki zewnętrzne | Liczba utworzonych świetlic, punktów |
| 2.6. | Inicjowanie powstania grup wsparcia dla rodzin, w których występuje problem uzależnienia oraz przemocy w rodzinie | JST, OPS | zadanie ciągłe | środki własne, środki zewnętrzne | Liczba grup wsparcia |
| 2.7. | Współpraca z instytucjami zajmującymi się problemem przemocy w rodzinie | OPS | zadanie ciągłe | środki własne, środki zewnętrzne | Liczba spotkań, konsultacji |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2.8 | Współpraca z oddziałami leczenia uzależnień oraz finansowanie leczenia osób z problemami uzależnień | GKRPA, JST, OPS | zadanie ciągłe | środki własne, środki zewnętrzne | Liczba osób/rodzin objętych pomocą |

**Cel operacyjny nr 3 –** Prowadzenie profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej w szczególności dla dzieci i młodzieży w zakresie wzmacniania zdrowia psychicznego, przeciwdziałania i rozwiązywania problemów alkoholowych i narkomanii oraz związanych z używaniem innych substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowanymi ryzykownymi:

| Numer zadania | Rodzaj zadania | Podmiot odpowiedzialny | Termin realizacji | Budżet | Wskaźniki (rezultaty) realizacji zadania |
|---|---|---|---|---|---|
| 3.1. | Realizacja rekomendowanych oraz autorskich programów profilaktycznych opartych na modelu profilaktyki zintegrowanej takich jak „Archipelag Skarbów" dla klas 8 SP oraz Gwiazda Mocy dla klas 7 i 6 SP, oraz „Debata" dla klas 6 i 5 SP i inne. | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba przeprowadzonych programów profilaktycznych oraz odsetek osób zachęconych do podejmowania zachowań prozdrowotnych – wyniki ewaluacji bezpośredniej ze sprawozdania z realizacji |
| 3.2 | Realizacja rekomendowanych oraz autorskich programów profilaktycznych opartych na modelu promocji zdrowia takich jak: „Przyjaciele Zippiego",„Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej" i inne. | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba przeprowadzonych programów |
| 3.3. | Organizowanie lokalnych kampanii edukacyjnych oraz imprez związanych z profilaktyką problemów alkoholowych, przeciwdziałaniem narkomanii i przemocy w rodzinie oraz uzależnień od wysokich technologii – konkursy, festyny, przedstawienia, zawody sportowe, spektakle profilaktyczne, tworzenie autorskich działań profilaktycznych - tj. opracowanie plakatów profilaktycznych, tworzenie kolorowanek (finansowanie nagród rzeczowych dla uczestników kampanii, zawodów sportowych, działań profilaktycznych, oraz autorskich działań, sprzętu sportowego oraz | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych kampanii/imprez |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | specjalistycznego dla szkół, klubów sportowych i instytucji, stowarzyszeń, OSP ), itp. | | | | |
| 3.4. | Współudział w ogólnopolskich społecznych kampaniach edukacyjnych dotyczących profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych, przeciwdziałania narkomanii oraz przemocy w rodzinie, uzależnień od wysokich technologii. | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba kampanii, w których wzięto udział |
| 3.5. | Zakup literatury i wydawnictw o charakterze dydaktyczno – profilaktycznym z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki uzależnień do wykorzystania przez szkoły i mieszkańców gminy | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zakupionych materiałów |
| 3.6. | Organizowanie imprez rozrywkowych i zawodów sportowych - podczas których organizator zapewni wyżywienie nagrody i dowóz uczestnikom zawodów, odbywających się bez udziału alkoholu | GKRPA JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych imprez |
| 3.7. | Organizowanie i finansowanie letniego, zimowego wypoczynku dla dzieci z rodzin zagrożonych patologiami | GKRPA | wakacje | środki własne | Liczba osób uczestniczących w wypoczynku |
| 3.8. | Dofinansowanie wyjazdów młodzieży i opiekunów ze szkół na zajęcia profilaktyczne i sportowe | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba dofinansowanych wyjazdów |
| 3.9. | Współpraca z Orawskim Centrum Kultury w celu zabezpieczenia dzieciom i młodzieży czasu wolnego, dofinansowywanie do zakupów i | GKRPA JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba podjętych działań |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | wydatków związanych z realizacją programów adresowanych do młodzieży | | | | |
| 3.10. | Wspomaganie organizacyjno-finansowe działalności szkół, przedszkoli, stowarzyszeń, klubów sportowych i innych instytucji organizujących imprezy kulturalne adresowane do dzieci i młodzieży mających charakter promocji zdrowego stylu życia bez używek | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba instytucji, które otrzymały wsparcie |
| 3.11. | Podejmowanie działań o charakterze edukacyjnym dla nauczycieli, rodziców i uczniów, których celem jest wspieranie abstynencji dzieci (szkolenia dla nauczycieli, realizacja treści profilaktycznych na wywiadówkach szkolnych, konferencjach i warsztatach szkoleniowych - finansowanie w/w zadań szkoleniowych ), inicjatywy powstania Szkoły dla Rodziców. | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba podjętych działań |
| 3.12. | Zakup materiałów edukacyjnych na potrzeby promocji zdrowia i profilaktyki, w tym ulotek, broszur, plakatów, materiałów papierniczych itp. mających charakter profilaktyczny i edukacyjny | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba i rodzaj zakupionych materiałów |
| 3.13. | Doposażenie w sprzęt sportowo-rekreacyjny i audio-wizualny placówek oświatowo-wychowawczych, kulturalnych i sportowych, bądź tworzenie miejsc wolnych od uzależnień na spędzanie wolnego czasu bądź rozwijanie swoich pasji, zainteresowań sportowo – rekreacyjnych i artystycznych. | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba doposażonych placówek |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 3.14. | Dofinansowywanie zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych, rozwijających zainteresowania w tym zajęć sportowo-rekreacyjnych zawodów sportowych i imprez kulturalnych. Dofinansowanie zajęć z zakresu budowania własnej przyszłości, kreowania i rozwijania ścieżki edukacyjnej i zawodowej. | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba dofinansowanych zajęć |
| 3.15. | Dofinansowanie zajęć pozalekcyjnych dla uczniów zagrożonych demoralizacją, oraz dzieci które nie mają zorganizowanego wypoczynku i opieki rodziców oraz uczniów posiadających trudności edukacyjne podczas ferii szkolnych i wakacji | GKRPA | ferie, wakacje szkolne | środki własne | Liczba osób uczestniczących w półkoloniach |
| 3.16. | Finansowanie warsztatów socjoterapeutycznych dla grupy młodzieży szkolnej szczególnie zagrożonych demoralizacją | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba sfinansowanych warsztatów |
| 3.17. | Organizowanie i wspieranie szkoleń dla osób zajmujących się pracą z osobami uzależnionymi, w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów uzależnień oraz przemocy w rodzinie | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba osób uczestniczących w szkoleniach |
| 3.18. | Tworzenie bazy i warunków do organizowania zajęć i imprez sportowych oraz kulturalnych, które będą promowały zdrowy styl życia bez alkoholu i narkotyków oraz ich finansowanie w tym zakup środka transportu w celu przewożenia uczestników zajęć i imprez z dostosowaniem do osób niepełnosprawnych. Realizacja Profilaktycznego Programu „Profilaktyka poprzez Sport. Profilakyka poprzez rozwój" w formie zajęć sportowo – | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba podjętych działań |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | rekreacyjnych, zajęć rozwijającyh zainteresowania i pasje dla dzieci i młodzieży oraz ich rodziców"(stanowiący załącznik do Gminnego Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2026) z terenu gminy prowadzonych w salach gimnastycznych i boiskach sportowych przy szkołach podstawowych oraz remizach OSP – poprzez ich remontowanie. Wspieranie inicjatyw mających na celu rozwój zainteresowań, uzdolnień. Przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu oraz wyrównywanie szans edukacyjnych a także wzmacnianie czynników chroniących. | | | | |
| 3.19. | Pokrycie kosztów wyposażenia pomieszczenia, w którym znajduje się Gminny Punkt Konsultacyjny ds. Profilaktyki, Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Narkomanii zwanym w dalszej części „Punktem Konsultacyjnym" | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba podjętych działań |

**Cel operacyjny nr 4 –** Wspomaganie działalności instytucji, stowarzyszeń i osób fizycznych w zakresie przeciwdziałania i rozwiązywania problemów alkoholowych i narkomanii oraz związanych z używaniem innych substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowanymi ryzykownymi:

| Numer zadania | Rodzaj zadania | Podmiot odpowiedzialny | Termin realizacji | Budżet | Wskaźniki (rezultaty) realizacji zadania |
|---|---|---|---|---|---|
| 4.1. | Finansowanie oraz dofinansowywanie szkoleń i kursów specjalistycznych w zakresie pracy z dziećmi i młodzieżą, rozwijania umiejętności prowadzenia zajęć profilaktycznych, podnoszących ich kompetencje wychowawcze i profilaktyczne oraz ułatwiających tworzenie programów wychowawczych szkoły organizowanych dla nauczycieli i pedagogów | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba osób uczestniczących w szkoleniach/kursach |
| 4.2. | Realizacja rekomendowanych programów profilaktycznych oparty na modelu profilaktyki zintegrowanej w zakresie przeciwdziałania i rozwiązywania problemów alkoholowych i narkomanii oraz związanych z używaniem innych substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowanymi ryzykownymi. | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba osób uczestniczących w szkoleniach/kursach |
| 4.3. | Wdrażanie programów oraz przedsięwzięć profilaktycznych opracowywanych i realizowanych przez młodzież, skierowanych do grup rówieśniczych np. gazetki, kluby dyskusyjne, konkursy itp. | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba programów/przedsięwzięć |
| 4.4. | Prowadzenie działań informacyjnych dotyczących możliwości otrzymania pomocy w zakresie rozwiązywania problemów uzależnień oraz przemocy w rodzinie | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych działań |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 4.5. | Prowadzenie i analiza wyników badań diagnostycznych i sondaży pozwalających ocenić aktualny stan problemów alkoholowych, narkotykowych, problemów związanych z przemocą i innych. | GKRPA<br>JST<br>OPS | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba przeprowadzonych badań/sondaży |
| 4.6. | Zakup materiałów edukacyjno-informacyjnych, sprzętu specjalistycznego dla lekarzy pierwszego kontaktu, policji, straży pożarnej i szkół, itp. | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba i rodzaj zakupionych materiałów |
| 4.7. | Prenumerata czasopism przekazywanych organizacjom i instytucjom prowadzącym działania z zakresu profilaktyki uzależnień oraz przeciwdziałania przemocy | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba i rodzaj prenumerowanych czasopism |
| 4.8. | Organizowanie spotkań w celu wymiany doświadczeń i integracji środowiska zawodowego osób zajmujących się profilaktyką, rozwiązywaniem problemów alkoholowych, przeciwdziałaniem narkomanii oraz przemocą w rodzinie | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych spotkań |
| 4.9. | Współpraca z KCPU (Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom), oraz Pełnomocnikiem Zarządu Województwa Małopolskiego ds. Uzależnień w zakresie realizacji programów profilaktycznych, akcji, konferencji oraz szkoleń | JST, GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba podjętych działań |
| 4.10. | Współpraca z Zespołem Interdyscyplinarnym | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych spotkań |
| 4.11 | Możliwość powierzenia realizacji poszczególnych zagadnień gminnego programu organizacjom pozarządowym oraz Orawskiemu Centrum Kultury | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych zagadnień |

**Cel operacyjny nr 5 –** Podejmowanie interwencji w związku z naruszeniem przepisów określonych w art. $13^1$ i 15 ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.

| Numer zadania | Rodzaj zadania | Podmiot odpowiedzialny | Termin realizacji | Budżet | Wskaźniki (rezultaty) realizacji zadania |
|---|---|---|---|---|---|
| 5.1. | Kontrola punktów handlowych i gastronomicznych sprzedających i podających napoje alkoholowe, w szczególności kontrola zakazu sprzedawania alkoholu osobom nieletnim i nietrzeźwym | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba przeprowadzonych kontroli<br>Liczba skontrolowanych punktów |
| 5.2. | Podejmowanie interwencji w stosunku do osób prawnych i fizycznych w przypadku łamania przez nich ustawowego zakazu reklamy alkoholu | GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba podjętych interwencji |
| 5.3. | Organizowanie szkoleń dla sprzedawców napojów alkoholowych. | JST | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba zorganizowanych szkoleń<br>Liczba osób uczestniczących w szkoleniach |

**Cel operacyjny nr 6 -** Wspieranie reintegracji społecznej i działań na rzecz powrotu osób uzależnionych od alkoholu, wykluczonych społecznie lub zagrożonych wykluczeniem, do społeczności.

| Numer zadania | Rodzaj zadania | Podmiot odpowiedzialny | Termin realizacji | Budżet | Wskaźniki (rezultaty) realizacji zadania |
|---|---|---|---|---|---|
| 6.1. | Podtrzymanie motywacji do podjęcia leczenia odwykowego oraz eliminacja problemów socjalno-bytowych, utrudniających życie codzienne i mających źródło w uzależnieniu od alkoholu. | JST,OPS,GKRPA | zadanie ciągłe | środki własne | Liczba podjętych działań |

## Rozdział IV Finansowanie Programu

Ustawa z dnia 26 października 1982 roku o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi stanowi, że źródłem finansowania działań zawartych w gminnym programie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych są dochody pochodzące z opłat za zezwolenia na sprzedaż napojów alkoholowych wydawanych na podstawie art. 18 lub $18^1$ ww. ustawy oraz dochody uzyskane z opłat określonych w art. $11^1$ tejże ustawy, przy czym art. 182 określa, że dochody te nie mogą być przeznaczane na inne cele, nie związane z tym programem.

Zgodnie z ustawą z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu narkomanii zadania określone w gminnym programie przeciwdziałania narkomanii są finansowane ze środków własnych podmiotów wykonujących zadania w zakresie przeciwdziałania narkomanii, środków przeznaczonych na realizację programów, o których mowa w art. 48 ust. 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (T.J. z 2024 r. poz. 146, z późn. zm.), oraz środków Narodowego Funduszu Zdrowia innych niż przeznaczone na realizację programów zdrowotnych.

Wydatki przeznaczone na realizację ww. zadań własnych ujmuje się corocznie w planie finansowym gminy Jabłonka w dziale 851 – Ochrona Zdrowia, w rozdziale 85153 – Zwalczanie narkomanii oraz w rozdziale 85154 – Przeciwdziałanie alkoholizmowi.

## Rozdział V Przewidywane efekty

Zakładanym efektem realizacji programu jest ograniczenie występowania przyczyn oraz skutków nadużywania alkoholu przez mieszkańców Gminy Jabłonka , a także stworzenie wielopłaszczyznowego, spójnego systemu wsparcia oraz pomocy dla osób i rodzin zagrożonych/dotkniętych problemem alkoholowym oraz zwiększenie jego skuteczności poprzez:

- zmniejszenie skali dysfunkcji występujących w rodzinach poprzez modyfikowanie stylu życia, wolnego od wszelkich używek, szczególnie wśród dzieci i młodzieży, dzięki realizacji działań profilaktycznych w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych, tj. informacyjno-edukacyjnych, w tym prowadzenie pozalekcyjnych zajęć sportowych i rekreacyjnych

- podniesienie świadomości społecznej w obszarze przyczyn i skutków nadużywania alkoholu, organizowanie szkoleń dla mieszkańców i uczniów szkół
- udzielenie profesjonalnej pomocy osobom uzależnionym i ich rodzinom oraz podniesienie jakości usług świadczonych przez przedstawicieli instytucji realizujących zadania z zakresu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych
- zintensyfikowanie działań w stosunku do osób uzależnionych od alkoholu
- zmniejszenie liczby osób i rodzin dotkniętych problemem alkoholowym
- zwiększenie zaangażowania lokalnej społeczności w działania związane z ograniczeniem spożycia napojów alkoholowych.

Realizacja programu zwiększy skuteczność pomocy kierowanej do rodzin oraz stworzy możliwość współpracy pomiędzy instytucjami zajmującymi się problematyką alkoholową. Oczekiwanym rezultatem wspólnych działań będzie przeciwdziałanie uzależnieniom oraz patologizacji i zagrożeniu wykluczeniem społecznym. Interdyscyplinarne podejście daje możliwość rozwoju, zwiększenia świadomości w środowisku lokalnym, a tym samym podniesienia jakości życia mieszkańców Gminy Jabłonka.

## Rozdział VI

## Monitoring i ewaluacja Programu

Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałaniu Narkomanii na rok 2026 będzie zarządzany i monitorowany przez Przewodniczącego Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Ewaluacja programu odbywać się będzie na podstawie corocznej sprawozdawczości z wykonywania zadań (raport/sprawozdanie z monitoringu) oraz bieżącej analizy realizacji poszczególnych zadań ze szczególnym uwzględnieniem osiągania zaplanowanych rezultatów.

## Rozdział VII

## Zasady wynagradzania członków Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Ustala się następujące zasady wynagradzania pracy członków GKRPA:

1. Członkom komisji przysługuje wynagrodzenie za udział w pracach komisji przy realizacji programu.
2. Za każdy udział w posiedzeniu komisji jej członek otrzymuje wynagrodzenie w wysokości przewodniczący 220 złotych brutto pozostali członkowie 140,00 złotych brutto.
3. Za każdorazowe wykonanie czynności kontrolnych, w przypadku oddelegowania przez komisję, wynagrodzenie wynosi 130,00 złotych brutto.
4. Podstawę wypłaty wynagrodzenia stanowi lista obecności z odbytego posiedzenia lub kontroli.
5. Wynagrodzenie za dyżury w Punkcie Konsultacyjnym Problemów Uzależnień i Przemocy w Rodzinie stanowi zryczałtowana kwota wynagrodzenia dla terapeuty za wykonanie czynności określonych w umowie zleceniu w ramach odbywanych działań w wysokości 130,00 złotych brutto za godzinę zegarową
   Ustala się łączną tygodniową ilość godzin dyżuru – od 3 do 5 godz. tygodniowo.
6. Wynagrodzenie za przygotowanie i przeprowadzenie gminnego konkursu o tematyce profilaktycznej w wysokości 600,00 złotych brutto.
7. Praca w punkcie opiekuńczo-wychowawczym lub świetlicy wynagrodzenie za godzinę zegarową w wysokości 90, 00 złotych brutto.
8. Wynagrodzenie za godzinę zegarową w wysokości 90,00 złotych brutto przy realizacji zajęć sportowo – rekreacyjnych, profilaktycznych w ramach Realizacji Profilaktycznego Programu „Profilaktyka poprzez Sport".
9. Wynagrodzenie dla psychologa i prawnika za dyżury w Punkcie Konsultacyjnym Problemów Uzależnień i Przemocy w Rodzinie stanowi zryczałtowana kwota wynagrodzenia za wykonanie czynności określonych w umowie zleceniu w ramach odbywanych działań w wysokości 130,00 złotych brutto za godzinę zegarową.
   Dyżury ww. specjalistów będą pełnione po uprzednim otrzymaniu zgłoszenia takiej potrzeby z terenu Gminy.

Załącznik do Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2026: **„Profilaktyka poprzez sport. Profilaktyka poprzez rozwój"**

**I. Podstawa prawna:**

Program opracowany w oparciu o:

- Ustawę z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz.U. z 2023 r. poz. 193)
- Ustawę z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi
- Ustawę z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym
- Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2026

---

## II. Cel główny programu:

Zapobieganie uzależnieniom wśród dzieci i młodzieży poprzez aktywne promowanie zdrowego stylu życia, wzmacnianie czynników chroniących oraz tworzenie bezpiecznej przestrzeni do rozwoju fizycznego, psychicznego i społecznego.

Współczesne wyzwania cywilizacyjne, presja rówieśnicza, zmiany społeczne oraz łatwy dostęp do substancji psychoaktywnych sprawiają, że dzieci i młodzież są szczególnie narażone na rozwój zachowań ryzykownych, w tym sięganie po używki. Skuteczna profilaktyka uzależnień nie może ograniczać się wyłącznie do działań informacyjnych czy represyjnych – konieczne jest systemowe wzmacnianie tzw. czynników chroniących, które budują odporność młodego człowieka na wpływy środowiskowe sprzyjające uzależnieniom.

Czynniki chroniące to elementy środowiska rodzinnego, szkolnego i społecznego, a także cechy indywidualne, które ograniczają prawdopodobieństwo wystąpienia zachowań ryzykownych. Należą do nich m.in.: silna więź z rodzicami, jasne normy i zasady postępowania, wspierające relacje z dorosłymi, przynależność do pozytywnych grup rówieśniczych, wysoki poziom samooceny, umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz dostęp do atrakcyjnych i rozwijających form spędzania czasu wolnego, poszerzanie swoich horyzontów, rozwijanie kreatywności i przedsiębiorczości. Świadome kreowanie swojej edukacji i ścieżki kształcenia.

Wzmacnianie tych czynników nie tylko zapobiega sięganiu po substancje psychoaktywne, ale także wspiera ogólny rozwój psychospołeczny dzieci i młodzieży. Budowanie środowiska sprzyjającego zdrowemu stylowi życia ma długofalowy efekt ochronny i przyczynia się do kształtowania młodych ludzi jako świadomych, odpowiedzialnych obywateli.

Dlatego działania podejmowane w ramach gminnych programów profilaktyki powinny koncentrować się na wspieraniu rodzin, promowaniu pozytywnych wzorców, rozwijaniu kompetencji społecznych dzieci i młodzieży oraz tworzeniu bezpiecznej i wspierającej przestrzeni edukacyjno-wychowawczej. Tylko podejście systemowe, oparte na wzmacnianiu

czynników chroniących, może skutecznie przeciwdziałać uzależnieniom i wspierać zdrowy rozwój młodego pokolenia.

**Charakterystyka czynników chroniących:**

## 1. Wsparcie społeczne i rodzina

Silne wsparcie ze strony rodziny, pozytywne relacje z rodzicami oraz bliskimi osobami działają ochronnie przed sięganiem po używki. Rodziny, które komunikują się otwarcie, wspierają rozwój dziecka i wyznaczają jasne granice, budują odporność na czynniki ryzyka.
**Opis:**

- Bliska, wspierająca więź emocjonalna
- Jasne normy i zasady dotyczące zachowań
- Zaangażowanie rodziców w życie dziecka

## 2. Umiejętności społeczne i emocjonalne

Rozwinięte umiejętności radzenia sobie ze stresem, asertywność, umiejętność rozpoznawania i wyrażania emocji oraz rozwiązywania konfliktów chronią przed sięganiem po substancje psychoaktywne.
**Opis:**

- Asertywność i odmawianie presji rówieśniczej
- Regulacja emocji i rozwiązywanie problemów
- Umiejętność nawiązywania i utrzymywania pozytywnych relacji

## 3. Pozytywna tożsamość i poczucie własnej wartości

Silne poczucie własnej wartości i pozytywna samoocena sprawiają, że młodzież jest mniej podatna na negatywne wpływy i mniej skłonna do sięgania po substancje psychoaktywne jako formę ucieczki.
**Opis:**

- Wysoka samoocena i wiara we własne możliwości
- Poczucie sensu i celu w życiu
- Poczucie kontroli nad własnym życiem

## 4. Zaangażowanie w aktywności prozdrowotne i edukacyjne

Udział w zajęciach sportowych, artystycznych, wolontariacie czy innych formach konstruktywnego spędzania czasu wolnego wiąże się z niższym ryzykiem używania substancji psychoaktywnych.

**Opis:**

- Regularne uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych
- Budowanie pasji i zainteresowań
- Integracja z pozytywnymi grupami rówieśniczymi

### 5. Pozytywne normy społeczne i środowiskowe

Środowisko, które promuje zdrowe zachowania i nie toleruje używek, wspiera rozwój młodzieży i zmniejsza ryzyko uzależnień.

**Opis:**

- Jasne reguły społeczne i normy antynarkotykowe
- Wsparcie ze strony szkół i lokalnych społeczności
- Dostęp do informacji i edukacji profilaktycznej

---

## III. Cele szczegółowe:

1. Zwiększenie dostępności młodzieży do zajęć sportowo-rekreacyjnych.
2. Promocja aktywnego i zdrowego trybu życia jako alternatywy dla zachowań ryzykownych.
3. Budowanie więzi społecznych i kompetencji psychospołecznych wśród młodych osób.
4. Zmniejszenie czynników ryzyka prowadzących do sięgania po środki psychoaktywne.
5. Zwiększenie zaangażowania środowisk lokalnych (szkoły, rodziny, organizacje pozarządowe) w działania profilaktyczne.
6. Poprawa jakości i dostępności infrastruktury sportowej w gminie poprzez wykonywanie remontów i dostosowywane hali, sal gimnastycznych oraz świetlic OSP tak, by bezpiecznie i komfortowo realizować zajęcia w ramach programu.
7. Pomoc uczniom w rozpoznawaniu swoich mocnych stron, uzdolnień. Stworzenie systemu wsparcia dla uczniów którzy szukają możliwości rozwoju, kształtowania swojej przyszłości edukacyjnej i zawodowej (TUTORING, Praca z młodzieżą metodą portfolio)

---

## IV. Grupa docelowa:

- Dzieci i młodzież w wieku 6–18 lat zamieszkująca teren gminy.
- Rodzice i opiekunowie.
- Kadra nauczycielska, trenerzy, instruktorzy sportowi, członkowie OSP.

## V. Zakres działań:

**1. Organizacja bezpłatnych zajęć sportowo-rekreacyjnych:**

- Regularne treningi (piłka nożna, siatkówka, koszykówka, taniec, lekkoatletyka, sporty walki itd.)
- Zajęcia ogólnorozwojowe i profilaktyczne w formie gier i zabaw ruchowych.
- Wakacyjne i feryjne programy sportowe i rekreacyjne oraz rozwijające pasje i uzdolnienia
- Udział w zawodach i turniejach międzygminnych.
- Udział w wyjazdach studyjnych, spotkania z tutorami.

**2. Wprowadzenie komponentu profilaktycznego do zajęć:**

- Pogadanki i warsztaty z psychologiem, pedagogiem, specjalistą ds. uzależnień.
- Scenariusze zajęć zawierające elementy rozwijania umiejętności społecznych i radzenia sobie ze stresem.
- Współpraca z lokalnymi instytucjami (GOPS, Szkoły Podstawowe, Szkoła Muzyczna, Gminne Przedszkole Samorządowe, Orawska Biblioteka Publiczna, Orawskie Centrum Kultury, OSP)

**3. Wsparcie infrastruktury sportowej:**

- Remonty, doposażenie i dostosowanie obiektów sportowych, sal gimnastycznych, boisk, świetlic wiejskich, remiz OSP
- Dostosowanie przestrzeni do zajęć sportowo-profilaktycznych.
- Zakup sprzętu sportowego i materiałów dydaktycznych.
- Zapewnienie dowozu uczniom na wyjazdy studyjne, zajęcia sportowe
- Organizacja zajęć dla uczniów umożliwiających im rozwijanie uzdolnień, pasji.
- Organizacja spotkań dla rodziców „Szkoła dla rodziców”

## VI. Efekty realizacji programu:

- Zwiększenie uczestnictwa młodzieży w zajęciach sportowych.
- Obniżenie poziomu zachowań ryzykownych wśród uczestników.
- Wzmocnienie więzi rodzinnych, rówieśniczych.
- Wzmocnienie więzi społecznych i poczucia przynależności do środowiska lokalnego.
- Poprawa kondycji fizycznej i psychicznej młodzieży.
- Rozwój umiejętności interpersonalnych, wzmocnienie wiary we własne siły i możliwości.

- Młody człowiek będzie umiał określić swoje miejsce w przyszłości, będzie podejmował bardziej przemyślane i trafne decyzje dotyczące swojej edukacji i zawodowej przyszłości
- Zmodernizowana baza lokalowa i sprzętowa służąca długofalowym działaniom profilaktycznym.

## IV. Monitoring i ewaluacja

- Prowadzenie ewidencji uczestników zajęć.
- Ankiety ewaluacyjne wśród młodzieży i rodziców.
- Raporty roczne z realizacji programu przedkładane Radzie Gminy.
- Ocena wpływu programu na zachowania profilaktyczne i styl życia młodzieży.

## V. Współpraca z innymi instytucjami

- Szkoły podstawowe i średnie.
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Jabłonce.
- Orawskie Centrum Kultury.
- Orawska Biblioteka Publiczna
- Jednostki OSP
- Organizacje pozarządowe działające na rzecz dzieci i młodzieży.

## VII. Źródła finansowania:

- Środki z Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
- Dotacje z budżetu gminy.
- Środki pozyskane z funduszy zewnętrznych (np. programy rządowe, unijne).
- Wsparcie sponsorów i partnerów lokalnych.

## VIII. Monitoring i ewaluacja:

- Prowadzenie ewidencji uczestników zajęć.
- Ankiety ewaluacyjne wśród młodzieży i rodziców.
- Raporty roczne z realizacji programu przedkładane Radzie Gminy.
- Ocena wpływu programu na zachowania profilaktyczne i styl życia młodzież.

## III. Przykładowe zadania do realizacji

| Lp. | Zadanie | Źródło finansowania |
|---|---|---|
| 1. | Organizacja zajęć sportowo-rekreacyjnych dla dzieci i młodzieży | Gminna Komisja Rozwiązywania Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Uzależnień |
| 2. | Remont i doposażenie obiektów sportowych, świetlic OSP, wykorzystywanych do zajęć profilaktycznych | Gminna Komisja Rozwiązywania Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Uzależnień |
| 3. | Zakup sprzętu sportowego i materiałów dydaktycznych do zajęć profilaktycznych | Gminna Komisja Rozwiązywania Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Uzależnień |
| | 4. Prowadzenie warsztatów z zakresu profilaktyki uzależnień w ramach zajęć sportowych | |
| | 5. Zapewnienie dowozu uczniom na wyjazdy studyjne, zajęcia sportowe | |
| | 6. Organizacja zajęć dla uczniów umożliwiających im rozwijanie uzdolnień, pasji. | |
| | 7. Organizacja spotkań dla rodziców „Szkoła dla rodziców” | |

## Proponowane zajęcia możliwe do zrealizowania w ramach programu „Profilaktyka poprzez sport. Profilaktyka poprzez rozwój”

## Zajęcia w hali sportowej (po remoncie):

### 1. Treningi drużynowe z elementami profilaktyki

- Piłka nożna halowa
- Siatkówka
- Koszykówka
- Piłka ręczna

➢ *Każdy cykl treningowy może być poprzedzony krótkim warsztatem nt. radzenia sobie ze stresem, emocjami, presją rówieśniczą itp.*

### 2. Zajęcia ogólnorozwojowe

- Aerobik młodzieżowy
- Crossfit młodzieżowy lub zajęcia obwodowe
- Trening funkcjonalny (bez sprzętu lub z gumami/oporami)

➢ *Dodatkowo: wplecenie tematu zdrowego stylu życia, roli aktywności w zapobieganiu nałogom.*

### 3. Zajęcia z elementami sztuk walki

- Judo, zapasy, karate, kickboxing, samoobrona
- Warsztaty pod hasłem „Moc bez agresji”

➢ *Połączenie dyscypliny fizycznej z nauką kontroli emocji i budowania pewności siebie bez przemocy.*

### 4. Turnieje i zawody sportowe

- Międzyświetlicowe, międzyszkolne rozgrywki profilaktyczne
- „Sport zamiast używek” – festyny, mecze z udziałem drużyn młodzieżowych i lokalnych liderów

➢ *Elementy integracji środowiskowej, promocji zdrowego stylu życia, włączania rodziców i opiekunów.*

## Zajęcia w remizach OSP

Świetlice to idealna przestrzeń do **zajęć kameralnych, warsztatowych i ruchowych** przy ograniczonej przestrzeni.

### 1. Zajęcia taneczne i rytmiczne

- Zumba dla młodzieży
- Hip-hop, breakdance
- Warsztaty fotograficzne, filmowe, z użyciem IA, teatralne, literackie
- Tańce integracyjne i narodowe (np. dla dzieci i młodszych grup)

➢ *Zajęcia wspierające samoekspresję, komunikację bez przemocy, budowanie pozytywnej tożsamości.*

### 2. Zajęcia sportowo-rekreacyjne na małej przestrzeni

- Gry zespołowe (np. unihokej, ringo, badminton, mini-piłka nożna)
- Gry ruchowe, zabawy integracyjne (np. tor przeszkód, „profilaktyczny escape room")

### 3. Zajęcia warsztatowe + ruchowe komponenty

- Profilaktyczne warsztaty tematyczne:
  - „Nie daj się presji – jak odmawiać asertywnie?"
  - „Emocje pod kontrolą – bez używek"
  - „Media i nałogi – jak się nie uzależnić?"

➢ *Z elementami dramy, gier symulacyjnych, ćwiczeń grupowych.*

### 4. Kółka tematyczne z komponentem profilaktycznym

- Kółko pierwszej pomocy z OSP
- Kółko sportowo-historyczne (np. gry terenowe z tematyką patriotyczną i zdrowotną)
- Kółko „Młody lider" – rozwój osobisty przez ruch i aktywność

**ANKIETA EWALUACYJNA DLA UCZESTNIKÓW ZAJĘĆ REALIZOWANYCH W RAMACH GMINNEGO PROGRAMU „PROFILAKTYKA POPRZEZ SPORT. PROFILAKTYKA POPRZEZ ROZWÓJ."**

**Rodzaj zajęć …….**
**Miejsce ……**
**Wiek uczestnika …….**
**Płeć: □ dziewczyna □ chłopiec**

*Ankieta jest anonimowa. Twoje odpowiedzi pomogą nam lepiej planować przyszłe zajęcia.*

**1. Jak oceniasz udział w zajęciach?**

- □ Bardzo mi się podobało
- □ Było w porządku
- □ Trochę mi się nudziło
- □ W ogóle mi się nie podobało

**2. Czy czułeś(-aś) się bezpiecznie podczas zajęć?**

- □ Zawsze
- □ Czasami
- □ Rzadko
- □ Nigdy

**3. Czy nauczyłeś(-aś) się czegoś nowego (np. zasad fair play, współpracy w grupie, nowych umiejętności)?**

- □ Tak, dużo
- □ Trochę
- □ Niewiele
- □ Nic nowego

**4. Czy dzięki tym zajęciom:**

*(Możesz zaznaczyć więcej niż jedną odpowiedź)*

- □ Poznałeś(-aś) nowych kolegów i koleżanki
- □ Częściej się ruszasz / uprawiasz sport
- □ Lepiej radzisz sobie z emocjami i stresem
- □ Spędzasz mniej czasu przed ekranem (telefon, komputer)
- □ Czujesz się bardziej pewny/-a siebie
- □ Nic się nie zmieniło

**5. Czy podczas zajęć dowiedziałeś(-aś) się, jak radzić sobie w trudnych sytuacjach (np. presja rówieśnicza, stres, odmawianie używek)?**

- □ Tak, dużo się nauczyłem(-am)
- □ Trochę się nauczyłem(-am)
- □ Niewiele się dowiedziałem(-am)
- □ Nie, nic nowego się nie dowiedziałem(-am)

**6. Które aktywności najbardziej Ci się podobały?**

*(Możesz wymienić konkretne sporty, gry, zabawy)*

……

**7. Co mogłoby być lepsze w tych zajęciach?**

**……**

**8. Czy chciał(a)byś uczestniczyć w takich zajęciach w przyszłości?**

- □ Tak
- □ Nie
- □ Nie wiem

**9. Czy polecił(a)byś te zajęcia koledze/koleżance?**

- □ Tak
- □ Nie
- □ Nie wiem