

Projekt

z dnia 3 marca 2022 r.

Zatwierdzony przez .....

**BURMISTRZ**  
*mgr Grzegorz Watycha*

**UCHWAŁA NR .....  
RADY MIASTA NOWY TARG**

z dnia ..... 2022 r.

**w sprawie przyjęcia Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz  
Przeciwdziałania Narkomanii w Nowym Targu na lata 2022-2024**

Na podstawie art.18 ust. 2 pkt.15 w związku z art.7 ust.1 pkt 5 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2021 r. poz. 1372), art. 4<sup>1</sup> ust. 1, 2 i 5 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (Dz. U. z 2021 r. poz. 1119 z późn. zm.), art. 10 ust. 1-3 w związku z art. 2 ust. 1 pkt. 1-3 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. z 2020 r. poz. 2050)

Rada Miasta w Nowym Targu uchwała co następuje:

**§ 1.**

Przyjmuje się Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2022-2024, stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

**§ 2.**

Wykonanie Uchwały powierza się Burmistrzowi Miasta Nowego Targu.

**§ 3.**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia z mocą obowiązującą od 1 kwietnia 2022 r.

**§ 4.**

Traci moc uchwała Nr XXXVII/400/2021 Rady Miasta Nowy Targ z dnia 22 grudnia 2021 r. w sprawie przyjęcia Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na rok 2022.

Naczelnik Wydziału Obsługi  
Mieszkańców i Przedsiębiorców

*mgr Edyta Garb*

**SKARBNIK MIASTA**

*mgr Łukasz Dłubacz*

**ADWOKAT**

*Elżbieta Pustówka*



## UZASADNIENIE

Przepisy wynikające z ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi oraz ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii nakładają na gminę obowiązek uchwalania i realizowania Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii.

W zeszłym roku 22 grudnia Rada Miasta Nowy Targ podjęła uchwałę nr **XXXVII/400/2021** w sprawie Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Nowym Targu na rok 2022.

Jednak w związku z ustawą z dnia 17 grudnia 2021 r. o zmianie ustawy o zdrowiu publicznym oraz niektórych innych ustaw pojawił się art. 21 mówiący, iż uchwalone przed dniem 1 stycznia 2022 r gminne programy profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz gminne programy przeciwdziałania narkomanii zachowują moc nie dłużej niż do dnia 31 marca 2022 r., i są finansowane na dotychczasowych zasadach.

Program został uzupełniony elementami związanymi z uzależnieniami behawioralnymi.

Wobec powyższego zachodzi konieczność podjęcia niniejszej uchwały, by móc w sposób ciągły realizować zadania profilaktyczne.

BURMISTRZ  
  
mgr Grzegorz Watycha



Załącznik nr 1  
do Uchwały Nr .....  
Rady Miasta w Nowym Targu  
z dnia .....

M I A S T O  
NOWY TARG



**MIEJSKI PROGRAM  
PROFILAKTYKI I ROZWIĄZYWANIA  
PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH ORAZ  
PRZECIWDZIAŁANIA NARKOMANII  
W NOWYM TARGU  
NA LATA 2022-2024**

## I. WSTĘP

W związku z nowelizacją ustawy o zdrowiu publicznym oraz niektórych innych ustaw, która weszła w życie z dniem 1 stycznia 2022 r. (Dz. U z 2021 r. poz. 2469) nałożono na gminy obowiązek opracowania nowych, wspólnych gminnych programów profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii, w ramach których realizowane będą zadania własne gminy wynikające z art. 41 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi oraz art. 10 ust. 1 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii uwzględniające cele operacyjne dotyczące profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii określone w Narodowym Programie Zdrowia.

Nowym elementem wprowadzonym do Programu jest profilaktyka i rozwiązywania problemów uzależnień behawioralnych. Program adresowany jest do wszystkich grup społecznych w jakikolwiek sposób związanych z problemem uzależnienia od alkoholu, narkomanii oraz uzależnień behawioralnych, bądź zagrożonych prawdopodobieństwem ich wystąpienia.

Zadania w zakresie przeciwdziałania alkoholizmowi wykonuje się przez odpowiednie kształtowanie polityki społecznej, w szczególności:

- tworzenie warunków sprzyjających realizacji potrzeb, których zaspokajanie motywuje powstrzymanie się od spożywania alkoholu,
- działalność wychowawczą i informacyjną,
- ustalanie odpowiedniego poziomu i właściwej struktury produkcji napojów alkoholowych przeznaczanych do spożycia w kraju,
- ograniczanie dostępności alkoholu,
- leczenie, rehabilitację i reintegrację osób uzależnionych od alkoholu,
- zapobieganie negatywnym następstwom nadużywania alkoholu i ich usuwanie,
- przeciwdziałanie przemocy w rodzinie,
- wspieranie zatrudnienia socjalnego poprzez finansowanie centrów integracji społecznej.

Przeciwdziałanie narkomanii realizuje się przez odpowiednie kształtowanie polityki społecznej, gospodarczej, oświatowo-wychowawczej i zdrowotnej, a w szczególności:

- działalność wychowawczą, edukacyjną, informacyjną i profilaktyczną,
- leczenie, rehabilitację i reintegrację osób uzależnionych,
- ograniczanie szkód zdrowotnych i społecznych,
- nadzór nad substancjami, których używanie może prowadzić do narkomanii,
- zwalczanie niedozwolonego obrotu, wytwarzania, przetwarzania, przerebu i posiadania substancji, których używanie może prowadzić do narkomanii,
- nadzór nad uprawami roślin zawierających substancje, których używanie może prowadzić do narkomanii.

Szkody zdrowotne wywołane alkoholem nie ograniczają się tylko do szkód występujących u osób uzależnionych (lub nadużywających alkoholu). Negatywne konsekwencje wynikające z jego nadużywania występują w wielu wymiarach:

- jednostkowym - oddziałują negatywnie na zdrowie fizyczne i psychiczne osób pijących,

- społecznym - negatywne oddziaływanie na zdrowie fizyczne i psychiczne członków rodzin i osób żyjących w najbliższym otoczeniu alkoholika, przemoc w rodzinie, zakłócenia bezpieczeństwa publicznego, wypadki drogowe, przestępczość, ubóstwo, bezrobocie,
- ekonomicznym - koszty: leczenia osób uzależnionych jak i współuzależnionych, systemu pomocy społecznej, zaangażowania wymiaru sprawiedliwości, przedwczesnej umieralności, spadek wydajności pracy.

Nie można ich uniknąć, ale można zmniejszyć ich rozmiary i dotkliwość. Picie alkoholu w dalszym ciągu postrzegane jest jako swoisty sposób na życie, na rozwiązywanie problemów. Należy stwierdzić, że alkohol we wszystkich jego postaciach jest łatwo dostępny i nie ma problemu z jego nabyciem. Problem uzależnienia od alkoholu jest znaczący zarówno w skali kraju, jak również w wymiarze lokalnym i regionalnym. Koniecznym staje się podejmowanie działań zmierzających do ograniczania popytu i podaży tych środków, oraz realizacja zadań mających na celu redukcję szkód zdrowotnych i społecznych wynikających z używania substancji psychoaktywnych. Szczególnie istotne jest, by działania te podejmowane były już na poziomie lokalnym. Wszelkie działania redukujące tego typu szkody i zapobiegające powstawaniu problemów stanowią podstawę do przywracania równowagi zdrowotnej i społecznej jednostki oraz osób uwikłanych w uzależnienie. Zadania w zakresie redukcji szkód dotyczą wszystkich grup społecznych i stanowią usystematyzowany proces działań profilaktycznych i terapeutycznych.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) to właśnie alkohol zajmuje niechlubne trzecie miejsce wśród czynników wywołujących ryzyko zdrowotne. Wyprzedzają go tylko palenie tytoniu i nadciśnienie tętnicze. Lekarze wiążą ze spożywaniem alkoholu ponad 200 chorób i dolegliwości. Alkohol, a konkretnie - występujący w napojach alkoholowych etanol, jest substancją silnie toksyczną.

Terminem „uzależnienia behawioralne” czy „uzależnienia od czynności” określane są zaburzenia zachowania o charakterze nałogowym, niezwiązane z przyjmowaniem substancji psychoaktywnych. Do takiej formy zaburzeń należą zaburzenia uprawiania hazardu, jak również liczne zachowania wykonywane w sposób kompulsyjny np: związane z Internetem i grami (zburzenia grania w gry), z zakupami (zaburzenia kompulsyjnego kupowania), z aktywnością fizyczną (zaburzenia uprawiania ćwiczeń), z seksem (zaburzenia uprawiania seksu) czy z pracą (silna potrzeba wykonywania pracy lub innych czynności z nią związanych), ale także zachowania związane ze zdrowym odżywianiem się (ortoreksja) czy opalaniem (tanoreksja). Tego typu zachowania, mimo że dotyczą czynności regularnych (przystosowawczych), stają się kompulsywne, co oznacza, że bardzo trudno jest nad nimi zapanować i prowadzą one do negatywnych konsekwencji dla jednostki i jej otoczenia. Celem tych zachowań, wykonywanych w sposób patologiczny jest nie tyle uzyskanie przyjemności, co obniżenie negatywnego afektu - złego samopoczucia, obniżonej samooceny, ponurego nastroju.

**Hazard** - z badania CBOS wynika, że 37% Polaków powyżej 15 roku życia uprawia hazard. Jednocześnie widać wzrost w grupie osób grających tylko w jedną grę.

**Gry komputerowe** - gry komputerowe to najpopularniejszy sposób korzystania z komputera wśród dzieci w wieku 4-14 lat. Tak spędza czas 60% dzieci. Gry komputerowe są bardziej popularne wśród chłopców niż wśród dziewcząt. Wiek dziecka jest czynnikiem wyraźnie

różnicującym sposób korzystania z komputera. Im starsza grupa wiekowa, tym większy odsetek dzieci korzysta z komputera.

**Zakupoholizm** - z danych CBOS wynika, że problem kompulsywnego kupowania dotyczyć może obecnie 3,7% populacji Polaków od 15 roku życia. Z analiz statystycznych wynika, że kluczowe znaczenie dla rozwoju tego uzależnienia ma wiek. Ludzie młodzi, poniżej 35 roku życia, zdecydowanie częściej niż starsi wykazują symptomy kompulsywnego kupowania. Kategorią szczególnie zagrożoną uzależnieniem od zakupów są osoby w wieku od 15 do 17 lat. W ciągu ostatnich pięciu lat zjawisko kompulsywnego kupowania bardzo wyraźnie nasiliło się wśród ludzi bardzo młodych, mających od 15 do 17 lat.

**Fonoholizm** - telefon komórkowy jest przedmiotem powszechnego użytku. Z badania CBOS wynika, że w 2019 r. korzystało z niego 93,8% osób w wieku 15 i więcej lat. Deklaracje wskazują, że popularniejszy od „tradycyjnego” aparatu jest smartfon, którym posługuje się 2/3 ogółu badanych (66%).

**Pracoholizm** - z badań CBOS wynika, że w 2019 roku blisko jedną dziesiątą Polaków mających 15 lat i więcej (9,1%) można zaliczyć do grupy tych, dla których uzależnienie od pracy stanowi rzeczywisty problem, natomiast w przypadku ponad dwóch trzecich (70,2%) ankietowanych istnieje prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu.

## II. ORGANIZACJA PROGRAMU

**Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Nowym Targu, zwany dalej Programem, określa miejską strategię w zakresie profilaktyki oraz minimalizowanie szkód społecznych i zdrowotnych, wynikających z używania alkoholu i narkotyków.**

Budowanie spójnej strategii przeciwdziałania problemom uzależnień w Nowym Targu, opiera się na systemowym i konsekwentnym wdrażaniu programów profilaktycznych i terapeutycznych realizowanych we współpracy z różnymi środowiskami prowadzącymi działania w tym zakresie. Działania te w sposób kompleksowy przedstawia niniejszy Program uwzględniający rozwiązywanie problemów, które dotyczą uzależnień od napojów alkoholowych i środków psychoaktywnych oraz uzależnień behawioralnych.

Sposoby realizacji zadań zawartych w Programie dostosowane są do zdiagnozowanych potrzeb i możliwości ich realizowania w oparciu o posiadane zasoby instytucjonalne i osobowe. Program na lata 2022-2024 opracowano zgodnie z założeniami Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025. Przy opracowaniu niniejszego Programu uwzględnione zostały również wskazówki wynikające z Rekomendacji Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych do realizowania i finansowania gminnych programów profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych. Wykorzystano także publikację Krajowego Biura ds. Zapobiegania Narkomanii pn. „Zasady tworzenia Gminnych Programów Przeciwdziałania Narkomanii” oraz diagnozę problemów lokalnych.



### III. PODSTAWA PRAWNA I MERYTORYCZNA PROGRAMU

Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2022-2024 opracowano na podstawie:

1. Ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (Dz. U. z 2021 r. poz. 1119).
2. Ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. z 2020 r. poz. 2050).
3. Ustawy z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym (Dz.U. z 2021 r. poz. 1956 z późn. zm.).
4. Ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i wolontariacie (Dz. U. z 2020 r. poz. 1057 z późn. zm.).
5. Ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2021 r. poz. 711 z późn. zm.).
6. Ustawy z dnia 13 czerwca 2003 r. o zatrudnieniu socjalnym (Dz. U. z 2020 r. poz. 176 z późn. zm.).
7. Ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2021 r. poz. 1372 z późn. zm.).
8. Ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2021 r. poz. 2268 z późn. zm.).
9. Ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. z 2021 r. poz. 1249 z późn. zm.).

Dokumenty krajowe, regionalne i lokalne, z realizacją których koresponduje Program.

1. Narodowy Program Zdrowia na lata 2021-2025 z dnia 30 marca 2021 r.
2. Krajowy Program Przeciwdziałania Przemocy w rodzinie na rok 2022 z dnia 21 grudnia 2021 r.
3. Strategia Rozwoju Problemów Społecznych Miasta Nowy Targ na lata 2021-2030.

### IV. ADRESACI PROGRAMU

Adresatami Programu są wszyscy mieszkańcy Miasta Nowy Targ, a w szczególności:

1. Dzieci i młodzież.
2. Rodzice, opiekunowie i wychowawcy.
3. Konsumenty i sprzedawcy napojów alkoholowych.
4. Osoby pijące w sposób ryzykowny, szkodliwy oraz osoby uzależnione.
5. Rodziny osób z problemem uzależnień i przemocy.
6. Kobiety w ciąży i inne osoby dorosłe, w tym kierowcy.
7. Pracownicy podmiotów działających na terenie Miasta, zajmujący się zawodowo lub służbowo profilaktyką i rozwiązywaniem problemów uzależnień.

### V. DOSTĘPNOŚĆ NAPOJÓW ALKOHOLOWYCH NA TERENIE MIASTA NOWY TARG

Alkohol to towar legalny, jednak wymagający specjalnych regulacji prawno-administracyjnych i finansowych ze względu na powodowanie strat społecznych, ekonomicznych oraz zdrowotnych. Należy podkreślić, że alkohol nie jest takim samym

towarem rynkowym jak inne towary i co za tym idzie nie podlega zasadom wolnego rynku - polska polityka alkoholowa wprowadziła wobec alkoholu regulacje o charakterze reglamentacyjnym. Oznacza to, że państwo polskie zezwala na handel alkoholem, ale ingeruje w kwestie związane z jego dostępnością.

Wprowadzony od 1 stycznia 2021 r. poprzez nowelizację ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (art. 9<sup>3</sup> ust. 4) podatek od tzw. małpek (opłata napojów alkoholowych o objętości mniejszej niż 300 ml) jest nowym instrumentem na rynku polskim i dopiero w przyszłości będzie można zweryfikować skuteczność wprowadzonej regulacji. Zgodnie z zapisem ust. 4 wyżej cytowanego przepisu: „Gmina przeznaczając środki, o których mowa w ust. 3 pkt 1, na działania mające na celu realizację lokalnej międzysektorowej polityki przeciwdziałania negatywnym skutkom spożywania alkoholu”. Zdaniem PARPA w pierwszej kolejności opłaty powinny być przeznaczane na zadania, o których mowa w art. 4<sup>1</sup> ust. 1 ustawy. Dotyczy to zwłaszcza tych sytuacji, w których samorząd gminny uzyskuje dochody z opłat za korzystanie z zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych w wysokości niewystarczającej na realizację wszystkich zadań wskazanych w ustawie oraz w Narodowym Programie Zdrowia. W dalszej kolejności, opłaty mogą być przeznaczane na zadania nie ujęte do tej pory w gminnych programach profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych. Z tym, że zadania te muszą mieć związek z przeciwdziałaniem negatywnym skutkom spożywania alkoholu. Związek ten każdorazowo będą musiały wykazać gminy, które zdecydują się na finansowanie zadań nieujętych w gminnych programie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych.

Na poziomie lokalnym to Rada Miasta podejmuje uchwały w zakresie ograniczania dostępności alkoholu poprzez: limitowanie punktów sprzedaży, określa zasady usytuowania tych punktów oraz może wprowadzić ograniczenia w godzinach nocnej sprzedaży napojów alkoholowych przeznaczonych do spożycia poza miejscem sprzedaży. Ograniczenia w nocnej sprzedaży alkoholu dobrze wpisują się w realizację rekomendowanych przez Światową Organizację Zdrowia, konkretnych działań, mających wpływ na ograniczenie problemów powodowanych przez picie alkoholu. Zmniejszenie dostępności fizycznej alkoholu jest jednym z trzech najważniejszych postulatów. Dwa pozostałe to podniesienie cen alkoholu i wprowadzenie zakazów i ograniczeń w sprawie reklamy alkoholu.

W 2018 roku weszła w życie ustawa nowelizująca ustawę o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi, która przyznała Radzie Miasta kompetencje do określenia maksymalnej liczby zezwoleń, w miejsce dotychczasowej możliwości wskazywania maksymalnej liczby punktów sprzedaży napojów alkoholowych zawierających powyżej 4,5 % alkoholu (z wyjątkiem piwa). Ponadto, wprowadziła obowiązek określenia liczby zezwoleń na sprzedaż alkoholu do 4,5 % oraz piwa - zarówno w przypadku placówek handlowych (do spożycia poza miejscem sprzedaży), jak i w przypadku lokali gastronomicznych (do spożycia poza miejscem sprzedaży). Warto zaznaczyć, że liczba punktów sprzedaży na sprzedaż piwa nie była dotychczas limitowana.

W związku z nowelizacją cyt. wyżej ustawy Rada Miasta w Nowym Targu podjęła Uchwałę Nr LI/492/2018 Rady Miasta Nowy Targ z dnia 23 lipca 2018 r. w sprawie ustalenia dla

terenu Miasta Nowy Targ maksymalnej liczby zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych przeznaczonych do spożycia poza miejscem sprzedaży jak i w miejscu sprzedaży.

Rada Miasta Nowy Targ również określiła nowe zasady usytuowania punktów sprzedaży napojów alkoholowych na terenie Nowego Targu, zgodnie z którymi punkty sprzedaży napojów alkoholowych przeznaczonych do spożycia w miejscu oraz poza miejscem sprzedaży nie mogą być usytuowane w odległości mniejszej niż 30 metrów od obiektów chronionych, którymi są: szkoły, przedszkola oraz obiekty kultu religijnego, w których regularnie odbywają się zgromadzenia.

Dostępność alkoholu ma wpływ na wielkość konsumpcji, a ta z kolei ma wpływ na rozpowszechnienie problemów. Wzrost liczby punktów sprzedaży, przedłużenie godzin otwarcia, samoobsługa prowadzi do wzrostu konsumpcji, natomiast ograniczenie dostępności - do jej spadku.

Rodzaje zezwoleń	Sprzedaż napojów alkoholowych przeznaczonych do spożycia poza miejscem sprzedaży (tzw. handel detaliczny)					Sprzedaż napojów alkoholowych przeznaczonych do spożycia w miejscu sprzedaży (tzw. gastronomia)				
	Limit określony w uchwale	Limit wykorzystany				Limit określony w uchwale	Limit wykorzystany			
		2018	2019	2020	2021		2018	2019	2020	2021
Zezwolenia na sprzedaż napojów alk. zawierających do 4,5% alk. oraz piwa (A)	<b>100</b>	74	76	75	83	<b>80</b>	54	59	52	63
Zezwolenia na sprzedaż napojów alk. o zawartości od 4,5% do 18% alk. z wyjątkiem piwa (B)	<b>85</b>	69	74	76	83	<b>60</b>	33	36	35	41
Zezwolenia na sprzedaż napojów alk. zawierających powyżej 18% alkoholu (C)	<b>85</b>	67	71	71	76	<b>60</b>	31	34	30	35

Dane statystyczne rejestrowane od kilku lat wskazują, że rynek napojów alkoholowych w mieście, w tym liczba punktów sprzedaży przeznaczonych do spożycia poza miejscem sprzedaży oraz do spożycia w miejscu sprzedaży charakteryzują się tendencją zwyżkową.

Analizując lokalną dostępność alkoholu należy również zwrócić uwagę na rozmiar zjawiska sprzedaży napojów alkoholowych wobec nieletnich. Nie bez znaczenia pozostają tutaj wyniki badań przeprowadzonych w Nowym Targu w formie „tajemniczego klienta” dotyczące dostępności alkoholu dla niepełnoletniej młodzieży. W maju 2021 r. na 37 punktów sprzedaży napojów alkoholowych w 15 punktach sprzedawca nie poprosił o okazanie dowodu osobistego oraz chciał sprzedać alkohol osobie, która w bieżącym roku ukończyła 18 rok życia, lecz pomimo metrykalnego wieku jej wygląd budził wątpliwości co do pełnoletności. Jak wynika z raportu, aby skutecznie ograniczyć niewłaściwe zachowania sprzedawców napojów alkoholowych należy kontynuować podjęte w Nowym Targu systemowe działania edukacyjne, w tym szkolenia terenowe w punktach sprzedaży alkoholu.

W polityce wobec alkoholu widoczna jest tzw. podwójna natura alkoholu. Polega ona na tym, że z jednej strony alkohol jest towarem konsumpcyjnym, generuje zyski dla producentów i sprzedawców, daje możliwości zatrudniania, przynosi dochody dla rządów i samorządów, ale z drugiej strony jest substancją toksyczną i psychoaktywną, tak więc wszelkie korzyści z handlu alkoholem idą w parze z kosztami związanymi z jego używaniem. Zyski płynące z handlu alkoholem i interesy gospodarcze, nie mogą przesłaniać prawdy o tym, że alkohol to nie tylko towar rynkowy, ale też substancja toksyczna, psychoaktywna i źródło poważnych obciążeń ekonomicznych dla poszczególnych krajów.

## **VI. DIAGNOZA PROBLEMÓW UZALEŻNIEŃ**

### **1. DIAGNOZA - PROBLEMY ALKOHOLOWE**

Diagnostując problemy alkoholowe w Mieście Nowy Targ posłużono się informacjami pochodzącymi:

- z materiałów pochodzących od instytucji działających w obszarze problematyki alkoholowej oraz przeciwdziałania przemocy w rodzinie,
- informacji zawartych w gminnych zasobach, dotyczących prowadzenia działalności w zakresie zadań nałożonych na gminę ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi,
- z Diagnozy lokalnych zagrożeń społecznych Miasta Nowy Targ 2020,
- doświadczenia z lat ubiegłych.

#### **SKALA PROBLEMÓW MAJĄCYCH ZWIĄZEK Z ALKOHOLEM WYKAZANYCH PRZEZ KOMENDĘ POWIATOWĄ POLICJI W NOWYM TARGU**

Dane liczbowe dotyczące naruszeń przepisów ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi oraz zdarzeń mających związek z alkoholem w latach 2018-2021 przedstawione przez Komendę Policji w Nowym Targu (dane dla Powiatu Nowotarskiego).

Rodzaj problemu:	ROK		
	2018	2019	2020
Liczba zatrzymanych nietrzeźwych kierowców	52	50	45
Rozboje	8	6	4
Liczba sporządzonych wniosków o ukaranie do Sądu Rejonowego, w związku z zakłóceniem spokoju i porządku publicznego, przez osoby będące pod wpływem alkoholu	36	48	49
Liczba sporządzonych wniosków do Sądu Rejonowego o ukaranie za spożywanie napojów alkoholowych wbrew zakazowi	24	36	37
Liczba - mandaty karne za spożywanie napojów alkoholowych wbrew zakazowi (KPP Nowy Targ)	508	479	273
Liczba przypadków sprzedaży napojów alkoholowych osobom nieletnim			
art.208KK	0	1	0
art. 43UWTPiA	2	0	3
Nietrzeźwi kierujący rowerem	0	2	2

Policjanci w ramach codziennej służby patrolowej i obchodowej dokonywali również doraźnych kontroli punktów sprzedaży napojów alkoholowych pod kątem przestrzegania przepisów ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.

#### DANE LICZBOWE DOTYCZĄCE LECZENIA OSÓB UZALEŻNIONYCH OD ALKOHOLU

Na terenie Nowego Targu funkcjonuje Poradnia Leczenia Uzależnień. Poniżej bilans osób podejmujących leczenie odwykowe na przestrzeni kilku lat.

ROK	UZALEŻNIENI	WSPÓLUZALEŻNIENI
2016	451	39
2017	455	45
2018	459	50
2019	500	51
2020	357	46

<b>LICZBA OSÓB PODANYCH LECZENIU</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>
Oddziale Psychiatrycznym	89	15
Oddziale Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych	88	107
Oddziale Leczenia Uzależnień	12	30

**DZIAŁANIA MIEJSKIEJ KOMISJI PROFILAKTYKI  
I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH**

Miejska Komisja Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Nowym Targu, działa w oparciu o ustawę z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.

Komisja przeprowadzała rozmowy bezpośrednie z osobami zgłaszającymi się na dyżur, diagnozując problem całej rodziny, w której występuje nadużywanie alkoholu. Wśród osób, z którymi Komisja przeprowadziła rozmowy były osoby wnioskujące, członkowie rodzin osób z problemem alkoholowym, a także osoby, wobec których toczyło się postępowanie w sprawie podjęcia leczenia odwykowego. Celem rozmów było zmotywowanie ich do podjęcia działań w kierunku leczenia odwykowego i ograniczenia spożycia alkoholu. Członkowie Komisji informowali osoby mające problem z nadużywaniem alkoholu o szkodliwości napojów alkoholowych oraz wszelkich zagrożeń związanych z jego nadmiernym spożywaniem. Wskazywano również miejsca, gdzie można uzyskać specjalistyczną pomoc, z uwzględnieniem dyżurów psychologów, prawnika, terapeuty uzależnień, Grupy Anonimowych Alkoholików.

<b>ROK</b>	<b>2016</b>	<b>2017</b>	<b>2018</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>	<b>2021</b>
<b>Łość postanowień dot. zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych</b>	103	145	124	86	109	65
<b>Liczba przyjętych wniosków o leczenie odwykowe</b>	70	74	72	71	24	27
<b>Liczba wniosków skierowanych do Sądu</b>	24	37	31	27	15	12
<b>Łość osób, z którymi przeprowadzono rozmowę interwencyjno - motywującą</b>	63	48	64	62	42	102

**POMOC I WSPARCIE UDZIELANE MIESZKAŃCOM NOWEGO TARGU  
PRZEZ MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ**

Poniższa tabela obrazuje liczbę rodzin i osób żyjących w rodzinach z problemem alkoholowym, korzystających z pomocy Ośrodka Pomocy Społecznej w Nowym Targu.

<b>Rok</b>	<b>Liczba rodzin</b>	<b>Liczba osób w rodzinach</b>
2016	48	79
2017	51	83
2018	46	80
2019	37	61
2020	39	68
2021	39	52

Należy zauważyć, iż z roku na rok liczba rodzin z problemem alkoholowym, korzystających z pomocy świadczonej przez OPS, na przestrzeni ostatnich lat utrzymywała się na podobnym poziomie.

Istotną rolę odgrywa działalność Zespołu Interdyscyplinarnego. W okresie od stycznia do grudnia 2021 roku odbyły się 4 posiedzenia Zespołu Interdyscyplinarnego. Odbyło się 152 posiedzeń grup roboczych, założono 47 Niebieskich Kart, w tym: 32 przez Policję i 15 pomoc społeczną.

W Ośrodku Pomocy Społecznej w Nowym Targu działa Punkt Informacji i Wsparcia dla Osób Uwikłanych w Przemoc, w którym udzielane jest poradnictwo w zakresie prawnym, psychologicznym, socjalnym i terapeuty uzależnień, przeznaczone głównie dla osób uwikłanych w przemoc. Dyżury pełnione były w 2021 roku przez prawnika, psychologa oraz terapeuty uzależnień. Dodatkowo dyżury pełnili również poszczególni pracownicy socjalni. Z poradnictwa specjalistycznego w zakresie przemocy skorzystały 139 osoby - łącznie udzielono 306 porady, w tym:

- 47 porad w zakresie psychologii,
- 40 porady w zakresie prawa,
- 80 porad terapeuty uzależnień,
- 139 porad socjalnych.

**DIAGNOZA LOKALNYCH ZAGROŻEŃ SPOŁECZNYCH MIASTA NOWY TARG**

**Odpowiedzi dorosłych mieszkańców**

**Percepcja skali zagrożeń społecznych w mieście**

Dorośli mieszkańcy jako najistotniejsze wyzwania stojące przed miastem uznają uzależnienie od alkoholu (52% wskazań) i niszczenie środowiska naturalnego (49%). Co trzecia osoba

wymienia uzależnienie od narkotyków, co czwarta - wyludnianie się miasta, a co piąta - problem bezdomności i przemoc rówieśniczą wśród dzieci.



## Spożywanie alkoholu

15% ankietowanych nigdy nie spożywa alkoholu. Co piąty dorosły sięga po niego przynajmniej co drugi dzień. W sumie połowa respondentów spożywa napoje alkoholowe rzadziej niż raz w tygodniu. Podczas standardowej okazji ankietowani najczęściej spożywają 1 lub 2 porcje alkoholu (48%), jednak co piąta osoba wypija 6 lub więcej porcji. Najczęściej spożywana jest wódka (40% wskazań) i wino (38%), a w dalszej kolejności piwo (22%).

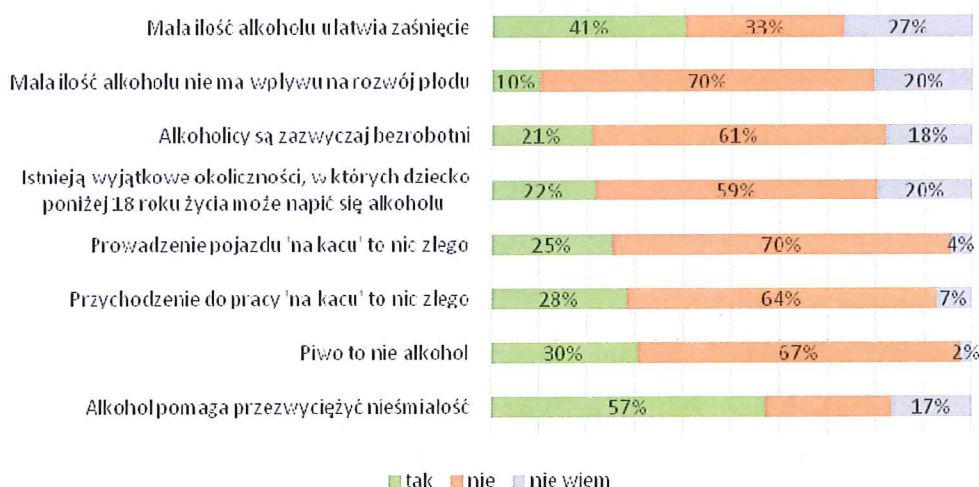
Jeśli chodzi o wskaźniki ryzykownego spożywania alkoholu, to co trzecia osoba miała w ostatnim roku przynajmniej raz poczucie utraty kontroli nad spożywaniem alkoholu po jego rozpoczęciu, a 13% określa, że zdarzało się to częściej niż raz w tygodniu. 33% przyznało, że pod wpływem alkoholu uczestniczyli w sytuacji naruszenia norm społecznych, w tym u 18% dzieje się tak przynajmniej raz w tygodniu. 30% osób odczuwało wyrzuty sumienia po spożyciu alkoholu, przeważnie jednak miało to miejsce raz w miesiącu lub rzadziej. Ogólnie około 1/3 respondentów przejawiała w ostatnim roku ryzykowny styl spożywania alkoholu, a około 10% może znajdować się w grupie osób z utrwalonym niekorzystnym wzorcem spożywania alkoholu, nad którym nie mają kontroli, co może oznaczać problem uzależnieniowy.

Aż 49% dorosłych mieszkańców miasta biorących udział w badaniu twierdzi, że osobiście spotkała się z sytuacją prowadzenia pojazdu w stanie nietrzeźwości. 27% przyznaje, że im samym zdarzyło się usiąść za kierownicą po spożyciu alkoholu. 52% dostrzega problem sprzedaży napojów alkoholowych niepełnoletniej młodzieży w okolicznych punktach.

70% ankietowanych rozumie, że nawet mała ilość alkoholu wypitego przez kobietę w ciąży może mieć wpływ na rozwój dziecka. Ponad połowa osób zgadza się ze stwierdzeniem, że alkohol pomaga przezwyciężyć nieśmiałość i nawiązywać kontakty społeczne, a 41% postrzega go jako środek ułatwiający zaśnięcie. Około 1/3 respondentów twierdzi, że piwo nie powinno być zaliczane do napojów alkoholowych. Co czwarty dopuszcza przychodzenie do pracy lub prowadzenie pojazdów na „kacu”. Tylko 59% zdecydowanie opowiada się przeciwko dopuszczalności spożywania alkoholu przez osoby niepełnoletnie.



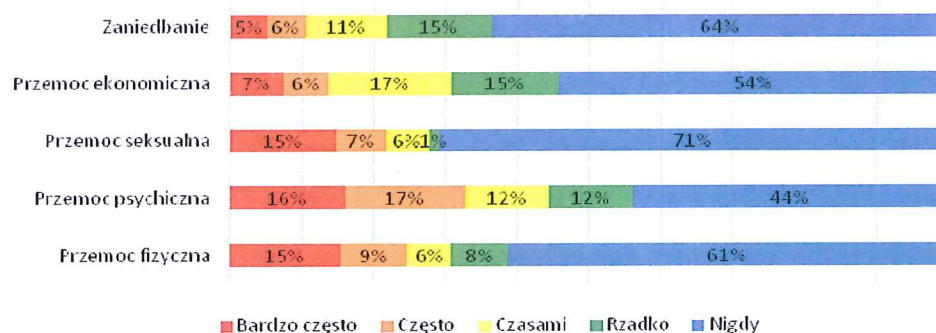
### Opinie na temat alkoholu (odpowiedzi dorosłych mieszkańców)



### Problem przemocy

Zdaniem ankietowanych najczęściej przemocy doświadczają w rodzinach kobiety (62% wskazań), a w dalszej kolejności młodsze dzieci (38%), starsze dzieci (24%). Co piąta osoba wymienia także mężczyzn, a 14% - seniorów. Jeśli chodzi o ich osobiste przeżycia, to najczęściej wskazywano przemoc psychiczną (56%), a w dalszej kolejności przemoc ekonomiczną (46%), fizyczną (39%) oraz zaniedbywanie (36%). Najrzadziej zdarzała się przemoc seksualna (29% wskazań, jednak w większości określana jako częste lub bardzo częste). Co trzeci mieszkaniec miasta często lub bardzo często doświadcza krzywdzenia psychicznego, a co czwarty – fizycznego.

### Doświadczenie przemocy (odpowiedzi dorosłych mieszkańców)



Sami ankietowani najczęściej przyznają się do stosowania przemocy fizycznej (38%) i psychicznej (35%), z czego po 12% określa je jako bardzo częste działania. W mniejszym stopniu występuje zaniedbywanie i przemoc ekonomiczna.

## Dorośli ankietowani - podsumowanie

Mieszkańcy Nowego Targu za najpoważniejsze problemy miasta uznają uzależnienie od alkoholu i narkotyków oraz dewastację środowiska naturalnego. 2/3 zna osobiście kogoś uzależnionego od alkoholu, a 1/3 – osobę uwikłaną w przemoc domową, problem narkotykowy lub hazard. Świadczy to o dużej skali tych zjawisk.

1/6 respondentów bardzo często bierze udział w różnego rodzaju grach hazardowych (zakładach bukmacherskich, totalizatorach sportowych, automatach do gier, grach liczbowych lub pieniężnych).

Co piąty mieszkaniec Nowego Targu spożywa alkohol (najczęściej wódkę lub wino), co najmniej kilka razy w tygodniu. Blisko 1/3 respondentów przejawiała w ostatnim roku ryzykowny styl spożywania alkoholu (poczucie utraty panowania nad pićm, wyrzuty sumienia, naruszanie norm, trudności w przypomnieniu sobie sytuacji po spożyciu alkoholu), a około 10% może znajdować się w grupie osób z utrwalonym niekorzystnym wzorcem spożywania alkoholu, nad którym nie mają kontroli, co może oznaczać uzależnienie. 28% respondentów otrzymało w ostatnim roku radę na temat ograniczenia spożywania alkoholu.

Pomocne mogą tutaj być różnego rodzaju materiały informacyjne dla osób doświadczających trudności i ich bliskich, często współuzależnionych. Bardzo ważna jest szeroka edukacja społeczności na temat symptomów uzależnienia i możliwości wsparcia oraz poszerzenie dostępu do porad psychologicznych, psychoterapii, terapii uzależnień oraz leczenia odwykowego. Skala potrzeb ujawnionych w badaniach znacznie przekracza obecnie dostępne możliwości leczenia, stwarzając ryzyko narastania długofalowych konsekwencji społecznych problemu alkoholowego (częstszej niezdolności do pracy osób w wieku produktywnym, szkód zdrowotnych i konieczności leczenia chorób wywołanych przez długotrwałe spożywanie alkoholu, utrwalanie niekorzystnych wzorców radzenia sobie z trudnościami życiowymi w następnym pokoleniu, zwiększone ryzyko przemocy domowej i rozpadów rodzin, częstsze występowanie różnorodnych trudności psychicznych wśród bliskich osób uzależnionych itp.).

Zarówno w ogólnym przekonaniu, jak i osobistych doświadczeniach mieszkańców, najczęściej w domach występuje przemoc psychiczna i fizyczna. Co trzeci mieszkaniec miasta często lub bardzo często doświadcza krzywdzenia psychicznego, a co czwarty – fizycznego lub seksualnego. Konieczne jest tutaj zwiększenie wsparcia ze strony służb pomocowych, w szczególności Ośrodka Pomocy Społecznej w porozumieniu z innymi kluczowymi partnerami. Istotne jest rozpowszechnianie informacji o możliwych rozwiązaniach problemu, wsparcie dla par w konflikcie, doskonalenie kompetencji wychowawczych dla rodziców, monitorowanie sytuacji w rodzinach wieloproblemowych przez pracowników socjalnych, uwrażliwianie nauczycieli w szkołach na przejawy krzywdzenia dzieci oraz szkolenia z zakresu procedury postępowania w sytuacji podejrzenia stosowania przemocy domowej. Ważne z perspektywy systemowej wydaje się przygotowanie spójnego programu przeciwdziałania przemocy w rodzinie uwzględniającego współpracę międzyresortową – instytucji pomocy społecznej, oświaty oraz organizacji pozarządowych.

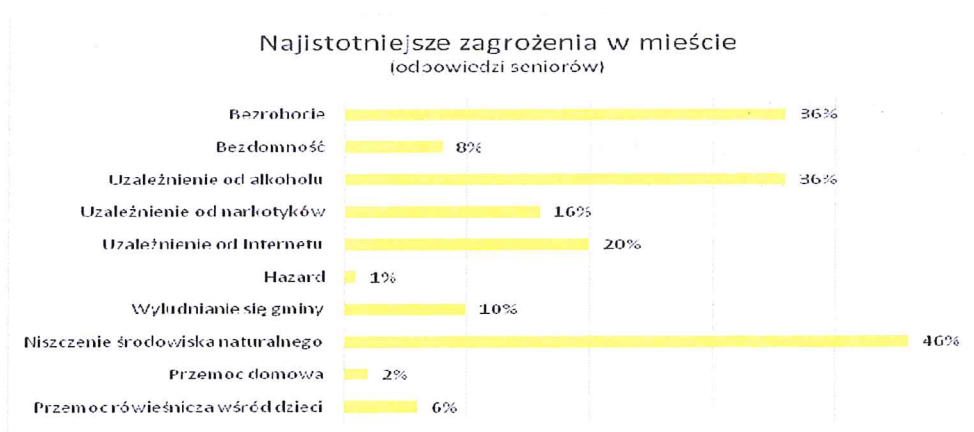
Alkohol bywa uznawany za metodę na większą otwartość towarzyską i środek nasenny. Brakuje zdecydowanego sprzeciwu wobec spożywania go przez ciężarne kobiety i niepełnoletnią młodzież. W społeczności dość częstymi zjawiskami jest prowadzenie pojazdu po spożyciu alkoholu (do czego przyznaje się 27% ankietowanych) i sprzedaż

alkoholu dzieciom. W tym kontekście konieczne jest połączenie działań kontrolnych (kontrole drogowe, kontrole punktów sprzedaży alkoholu) z działaniami edukacyjnymi i profilaktycznymi. Szczególną uwagę należy przywiązywać do kwestii sięgania po używki przez kobiety w ciąży, aby zapobiec nieodwracalnym konsekwencjom zdrowotnym dla dziecka.

## Odpowiedzi seniorów

### Percepcja skali zagrożeń społecznych w mieście

Wśród seniorów przeważa pogląd, że najpoważniejszym wyzwaniem stojącym przed miastem jest problem niszczenia środowiska naturalnego (46% odpowiedzi). Kolejnymi istotnymi zagrożeniami jest w opinii 1/3 ankietowanych problem uzależnienia od alkoholu oraz bezrobocie w mieście. Pozostałe kwestie są postrzegane jako mniej znaczące dla lokalnej społeczności. Szczegółowy rozkład poszczególnych odpowiedzi prezentuje poniższy wykres.



### Spożywanie alkoholu

Połowa ankietowanych seniorów spożywa napoje alkoholowe rzadziej niż raz w miesiącu, a 23% deklaruje abstynencję. Co piąta osoba pije alkohol około raz w tygodniu. 2% sięga po niego częściej niż 4 razy w tygodniu. 2/3 seniorów spożywa 1 lub 2 porcje alkoholu przy standardowej okazji (spotkanie ze znajomymi lub rodziną), 26% - 3 lub 4 porcje, zaś 5% przyznaje, że zdarza się im wypić więcej. 1/4 respondentów przyznaje, że sporadycznie spożywa alkohol w samotności.



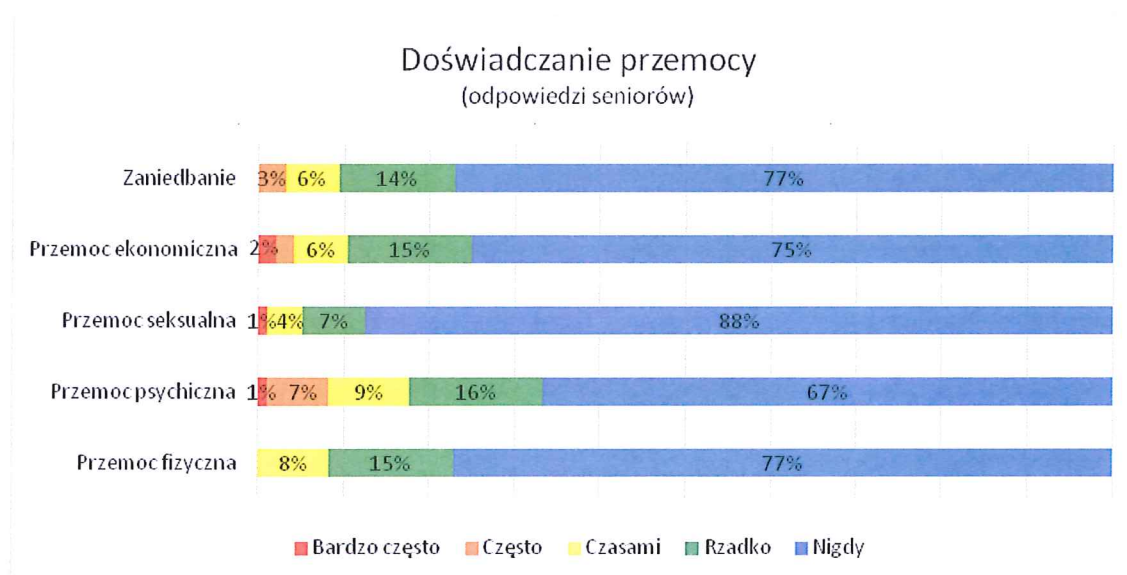
Najczęściej spożywanym przez seniorów alkoholem jest wino (51% odpowiedzi), a następnie piwo (31%) oraz wódka (18%). Osoba odmawiająca picia alkoholu w towarzystwie najczęściej może spodziewać się zdaniem ankietowanych zrozumienia i akceptacji (40% odpowiedzi).

Jeśli chodzi o opinie dotyczące alkoholu i problemu z jego spożywaniem, to co trzecia ankietowana osoba w wieku powyżej 60 lat postrzega alkohol jako środek na przewycięzenie nieśmiałości, a co piąta – metodę na szybkie zaśnięcie. Wśród respondentów panuje dość jednoznaczny brak przyzwolenia na prowadzenie pojazdów i przychodzenie do pracy na kacu. 22% osób nie ma wiedzy, że nawet mała ilość alkoholu może mieć wpływ na rozwój dziecka w okresie prenatalnym. 83% seniorów nie dopuszcza żadnych okoliczności tłumaczących spożycie alkoholu przez osoby niepełnoletnie.

Jeśli chodzi o postrzeganie problemów z alkoholem wśród lokalnej społeczności, to 20% seniorów spotkało się z sytuacją, kiedy osoba nietrzeźwa prowadziła pojazd. 2% ankietowanych przyznaje, że im samym zdarzyło się usiąść za kierownicą po spożyciu alkoholu. 29% zna przypadki zakupu napojów alkoholowych przez osoby niepełnoletnie w okolicznych sklepach.

### Problem przemocy

6% seniorów deklaruje, że w ostatnim roku zetknęło się z przejawami dyskryminacji w swoim środowisku, a 51% nigdy nie spotkało się z krzywdzeniem ze strony innych ludzi. Najczęstszą formą przemocy, jakiej doświadczały osoby starsze, była przemoc psychiczna (dotyczy 33%, w tym 8% często lub bardzo często). W przypadku co piątego seniora zdarzało się zaniedbywanie, przemoc fizyczna lub ekonomiczna.



Jeśli chodzi o stosowaną w ubiegłym roku przemoc, to 19% respondentów przyznaje, że zdarzyło im się zaniedbywać bliskich. 15% deklaruje stosowanie przemocy psychicznej, a 13% - fizycznej (raczej rzadko w ich ocenie). Co dziesiąta osoba stosuje przemoc ekonomiczną. W porównaniu do częstotliwości doświadczania przemocy, stosowanie jej występuje znacznie rzadziej i dotyczy mniejszego odsetka seniorów.

## Seniorzy - podsumowanie

Częstotliwość spożywania alkoholu wśród seniorów jest mniejsza niż wśród pozostałych dorosłych mieszkańców Nowego Targu. Prezentują bardziej krytyczne postawy wobec picia alkoholu przez młodzież, prowadzenia pojazdów po spożyciu alkoholu. Co dziesiąty senior był namawiany do ograniczenia spożywania alkoholu w ostatnim roku. Z doświadczeń ankietowanych wynika, że częściej spotykają się z akceptacją i zrozumieniem odmowy spożywania alkoholu w towarzystwie niż młodszy respondenci - zapewne wynika to z faktu, że często stan zdrowia osób starszych i przyjmowane leki stanowią znaczące przeciwwskazanie do sięgania po alkohol, co jest wiedzą raczej powszechną.

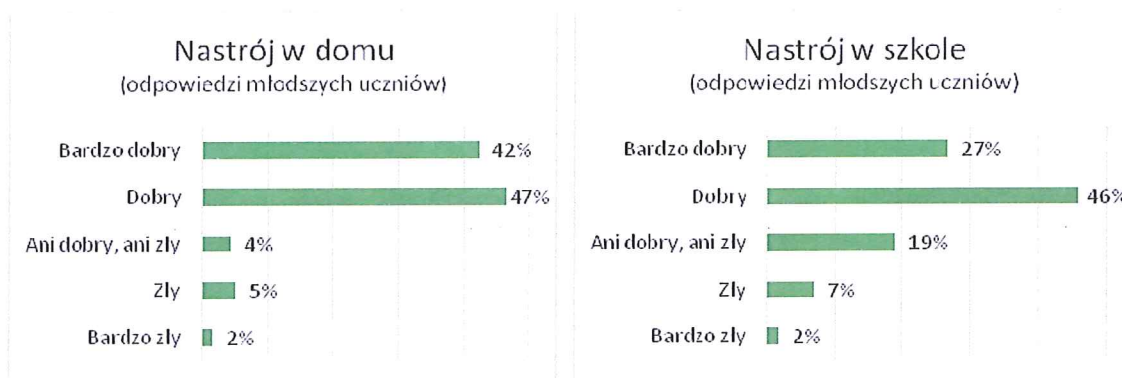
## Odpowiedzi młodszych uczniów

### Opis grupy

W badaniu za pośrednictwem ankiety internetowej wzięło udział łącznie 197 uczniów z klas 1-4 szkół podstawowych w Nowym Targu. 57% stanowiły dziewczynki, a najliczniej reprezentowane były klasy trzecie.

### Samopoczucie i relacje społeczne

89% młodszych uczniów czuje się w domu dobrze lub bardzo dobrze. 7% deklaruje złe lub bardzo złe samopoczucie. Nastrój w szkole jest nieco gorszy niż w domu, jednak 3/4 dzieci czuje się w placówce dobrze lub bardzo dobrze. Trudność w określeniu samopoczucia w szkole ma 19% ankietowanych. 9% nie czuje się w szkole dobrze.



W trudnej sytuacji dzieci najchętniej zwróciłyby się po wsparcie do rodziców (54% obdarza zaufaniem obojga opiekunów, 38% - przede wszystkim mamę, 15% - tatę). Co piąty uczeń zwróciłby się do swojego wychowawcy, a 16% poszukiwałoby pomocy u kolegów i koleżanek. 4% ankietowanych nie wskazuje osoby, która mogłaby być dla nich oparciem w doświadczanych trudnościach.

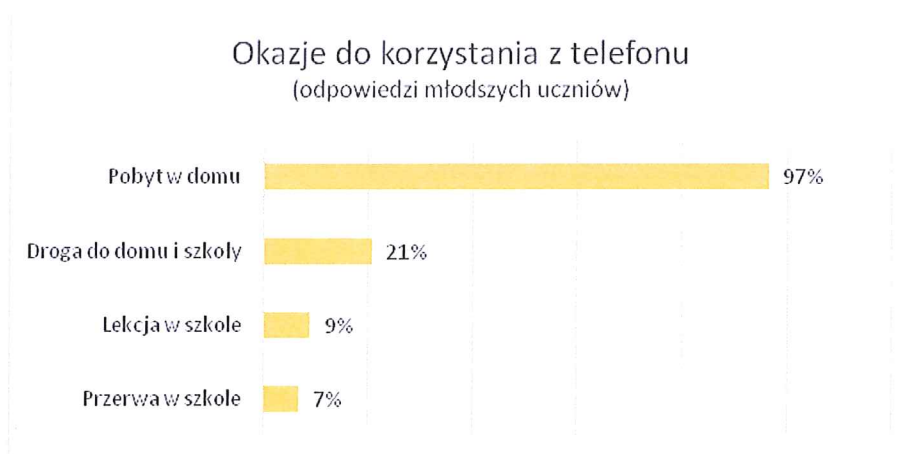
### Poczucie bezpieczeństwa w szkole i problem przemocy rówieśniczej

Zdecydowana większość ankietowanych uczniów klas 1 - 4 czuje się w szkole bezpiecznie i ma dobry kontakt ze swoim wychowawcą. lub przez większość czasu nie czuje się bezpiecznie w szkole 4% dzieci. 41% młodszych uczniów jest świadkiem niepokojących sytuacji związanych z przemocą rówieśniczą w szkole. Najczęściej zdarza się wyśmiewanie (16%), dokuczanie (11%) i przemoc fizyczna (15%). Z obserwacji połowy respondentów wynika, że w ich szkołach młodzież pali papierosy i spożywa alkohol. Według 6% zdarza się to często lub bardzo często.

### Nowoczesne technologie i cyberzagrożenia

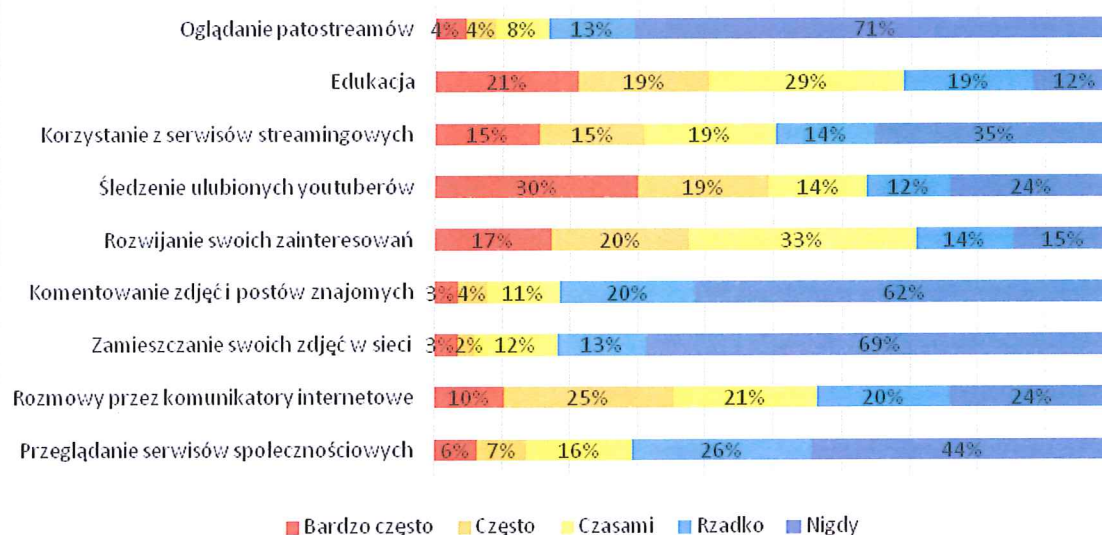
Młodszy uczniowie określali, ile czasu dziennie spędzają na korzystaniu z Internetu. Połowa z nich w przestrzeni wirtualnej przebywa przez 1 do 2 godzin, a co trzecia osoba - krócej. 13% uczniów klas 1 - 4 korzysta z Internetu przez 3 do 5 godzin dziennie, a 4% - 6 godzin lub więcej, a więc w zasadzie cały dostępny poza szkołą czas wolny.

3/4 dzieci w wieku poniżej 11 lat posiada własny telefon komórkowy. 9% uczniów korzysta z Internetu w telefonie podczas zajęć w szkole, a 7% - na przerwach. Prawie wszyscy sięgają po urządzenia ekranowe w domu, a 21% - podczas drogi do szkoły.



Młodszy uczniowie dokonywali także charakterystyki swoich aktywności w Internecie. Do najczęstszych należą: śledzenie ulubionych youtuberów, nauka, rozwijanie zainteresowań, korzystanie z serwisów streamingowych (muzycznych, filmowych) oraz rozmowy za pośrednictwem komunikatorów internetowych. Najbardziej dzieci oglądają patostreamy (relacje na żywo z zachowań demoralizujących takich jak libacje alkoholowe, przemoc, zażywanie narkotyków czy inne zachowania ryzykowne, gdzie często biorą udział niepełnoletnie osoby). Na uwagę zasługuje jednak fakt, że 29% respondentów poniżej 11 roku życia zetknęło się przynajmniej jednokrotnie z takimi treściami. Młodszy uczniowie rzadko zamieszczają swoje zdjęcia w sieci i komentują treści umieszczone przez znajomych, niezbyt często przeglądają też serwisy społecznościowe. Szczegółowe częstości poszczególnych działań prezentuje poniższy wykres.

## Aktywności w Internecie (odpowiedzi młodszych uczniów)



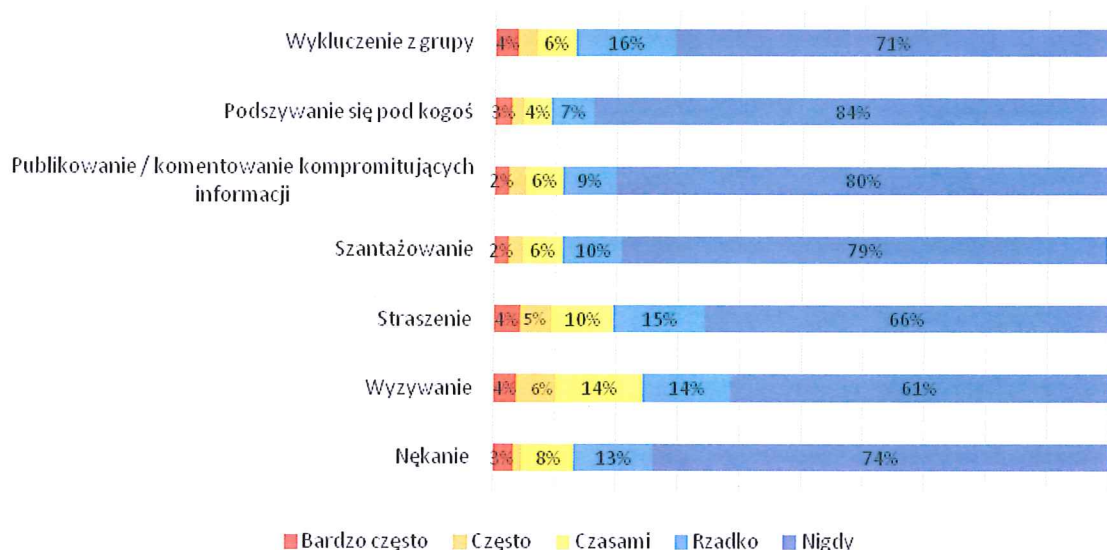
44% ankietowanych posiada konto na Facebooku, pomimo braku minimalnego wymaganego wieku (13 lat). Co piąte dziecko nie zna wszystkich osób, które zaprosiło do grona znajomych na portalu. 23% korzysta z TikToka. 7% uczniów doświadczyło włamania na ich konto na portalu społecznościowym, platformie z grą lub konto mailowe.

93% uczniów klas 1 – 4 gra w gry internetowe, najczęściej za pośrednictwem telefonu (48%). Co piąta osoba korzysta przede wszystkim z komputera lub konsoli. 1/3 respondentów często lub bardzo często uczestniczy w grach wieloosobowych (multiplayer games).

Według 72% uczniów, rodzice kontrolują ich aktywność w Internecie, w tym gry, jakie wybierają. Oznacza to, że 28% respondentów w wieku 10 lat i mniej pozostaje bez nadzoru rodzicielskiego w tym zakresie, a 18% przyznaje, że zdarza im się grać w gry przeznaczone dla starszych użytkowników.

Respondentom z klas 1 – 4 zadano trzy pytania związane z niepokojącymi zachowaniami w przestrzeni wirtualnej – ogólne przekonanie, jak często wśród rówieśników się one zdarzają, jak często ankietowani osobiście ich doświadczyli oraz czy im samym zdarzyło się je stosować. Ogólnie w opinii uczniów najczęściej dochodzi do wyzywania i straszenia oraz wykluczania z grupy. Pokrywa się to też z doświadczanymi formami cyberprzemocy – 15% dzieci było wyzywanych czy obrażanych przez inne osoby w Internecie lub straszono je, a 11% bywało wykluczanych z jakiejś grupy. Kilkanaście procent respondentów nie jest pewnych, czy wobec nich doszło do tego typu niepokojących zachowań. 28% uczniów zawiera nowe znajomości za pośrednictwem Internetu. Jeśli chodzi o stosowanie przemocy w sieci, to co dziesiąty uczeń wyzywał lub straszył kogoś w Internecie, pozostałe zachowania zdarzały się rzadziej. Poniższe wykresy ilustrują wszystkie trzy zagadnienia.

## Skala cyberprzemocy wśród rówieśników (odpowiedzi młodszych uczniów)



Połowa uczniów przyznaje, że w szkole lub w domu dorośli poruszają temat zagrożeń w Internecie. 16% ma poczucie, że spędza w sieci dużo czasu i czasem ogląda tam niedozwolone treści.

### Odpowiedzi starszych uczniów

#### Opis grupy

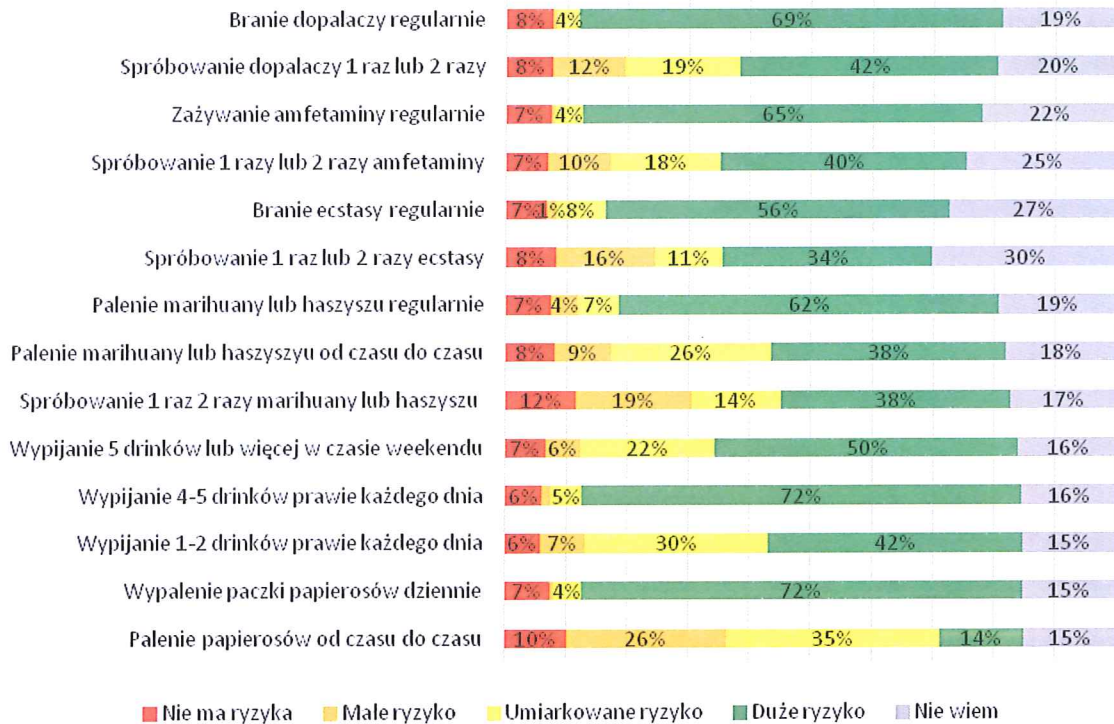
W badaniu za pośrednictwem internetowej ankiety do samodzielnego wypełniania wzięło udział 311 uczniów szkół podstawowych z klas 5-8. Przeważały dziewczęta (58%). Najliczniej reprezentowane były klasy 7, zaś najmniej odpowiedzi udzielili uczniowie klas 5.

#### Ogólne przekonania młodzieży na temat używek

Starsi uczniowie zostali poproszeni o ocenę ryzykowności poszczególnych zachowań związanych z poszczególnymi używkami. Jak widać na załączonym wykresie, część młodzieży jest gotowa kwestionować jakiegokolwiek negatywne skutki alkoholu, narkotyków i papierosów dla zdrowia lub pomniejszać ich znaczenie. Za najbardziej „bezpieczne” respondenci uznają sporadyczne palenie papierosów, jedno - lub dwukrotne zażywanie marihuany, haszyszu czy ecstasy, a także eksperymentowanie z dopalaczami czy amfetaminą. W ich postrzeganiu sporadyczne sięganie po narkotyki niesie ze sobą niewielkie ryzyko uzależnienia lub szkód zdrowotnych. Za najgroźniejsze zachowania zgodnie uznają regularne zażywanie dopalaczy, amfetaminy, marihuany, haszyszu, palenie paczki papierosów dziennie i wypijanie 4-5 drinków prawie codziennie. Z bardzo dużą tolerancją spotyka się natomiast spożywanie znacznej ilości alkoholu w czasie weekendów.

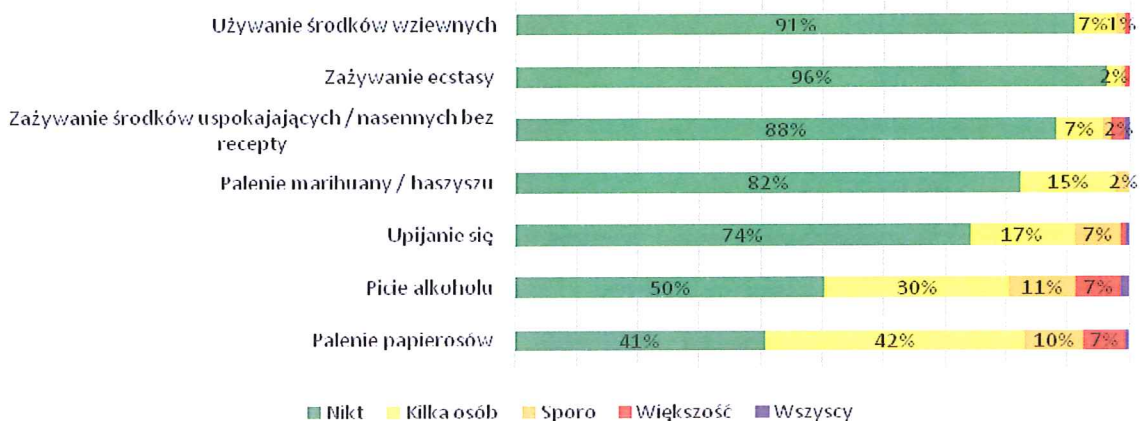


### Ocena ryzyka związanego z używkami (odpowiedzi starszych uczniów)



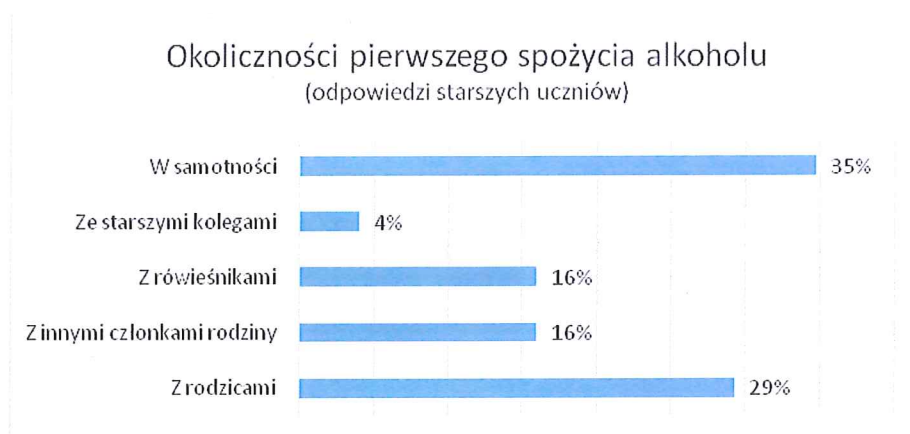
Wśród rówieśników respondentów najczęściej znajdują się osoby palące papierosy i spożywające alkohol (zazwyczaj jest to kilka osób). 26% ma w swoim otoczeniu nastolatków, którzy się upijają, a 18% - zażywających narkotyki, takie jak marihuana czy haszysz. Nieco rzadszym zjawiskiem jest zażywanie środków uspokajających lub nasennych bez recepty i wskazań lekarza oraz używanie wziewnych środków odurzających. 4% uznało, że ich koledzy zażywają ecstazy.

### Skala używania substancji psychoaktywnych wśród młodzieży (odpowiedzi starszych uczniów)

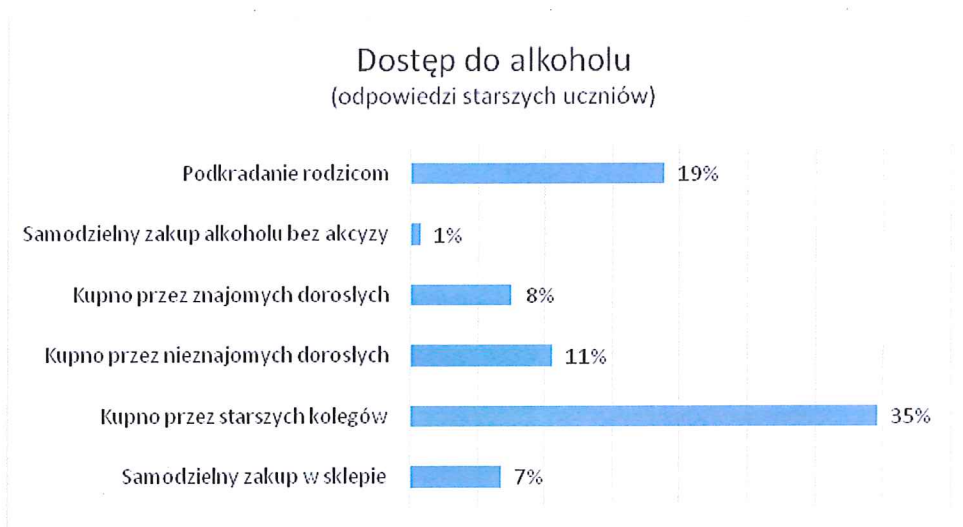


## Spożywanie alkoholu

Inicjację alkoholową przeszło już 32% ankietowanych uczniów z klas 5-8. 4% spożywało alkohol w ostatnim miesiącu. Pierwszy raz po alkohol młodzież sięga zazwyczaj w samotności (35%) lub w obecności rodzica - o czym wspomina 29% młodzieży. Rzadziej wymienianymi okolicznościami jest spotkanie z rówieśnikami oraz innymi członkami rodziny (po 16%) czy starszymi kolegami (zaledwie 4% odpowiedzi). Co dziesiąty ankietowany twierdzi, że jego rodzice akceptują okoliczności uzasadniające spożywanie alkoholu przez osoby niepełnoletnie.



Zdaniem młodzieży biorącej udział w badaniu, najczęściej w okolicy można uzyskać dostęp do alkoholu prosząc o przysługę starszych kolegów (35%). Co piąta osoba wymienia kradzież rodzicom z domu, a co dziesiąta twierdzi, że nieznajomi dorośli spotkani niedaleko sklepu zgadzają się kupić im alkohol. 7% respondentów jest zdania, że może samodzielnie kupić alkohol w pobliskim sklepie i nie spotyka się to ze sprzeciwem sprzedawców czy innych klientów. Nastolatki najczęściej sięgają po piwo (43%), a w dalszej kolejności - szampana (25%) i wódkę (19%). Wino oraz cydr są wskazywane przez nieliczne osoby.

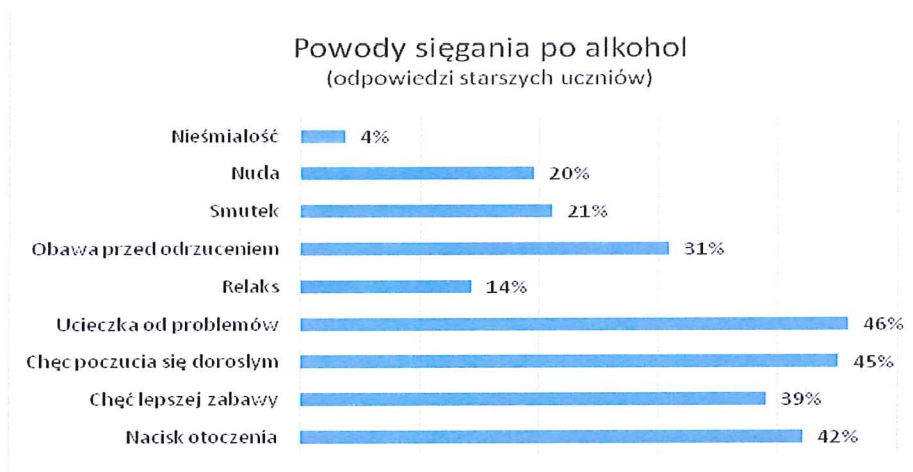


Pijąca alkohol część respondentów odpowiadała również na pytania związane z ich zachowaniami po jego spożyciu. Do najczęściej wymienianych zaliczają się: stłuczenia i uszkodzenia ciała (8%), poważna kłótnia (8%), zniszczenie swojej odzieży (5%) oraz bójka

(4%) i zgubienie swoich rzeczy (4%). 1% uczniów przyznaje się do kłopotów z policją z powodu spożywania alkoholu.

Jako spodziewane skutki spożycia alkoholu, uczniowie wymieniają najczęściej: szkody dla zdrowia (28%), zachowania nieakceptowane społecznie (24%), uczucie mdłości (22%), kaca (20%) i kłopoty z policją (18%). Część osób postrzega alkohol w bardzo pozytywnym świetle – jako środek na odprężenie (11%), szczęście (8%), zapomnienie o swoich problemach (14%), zwiększenie otwartości w kontaktach społecznych (8%) i dobrą zabawę (14%). 12% nastolatków obawia się utraty kontroli nad swoim spożywaniem alkoholu.

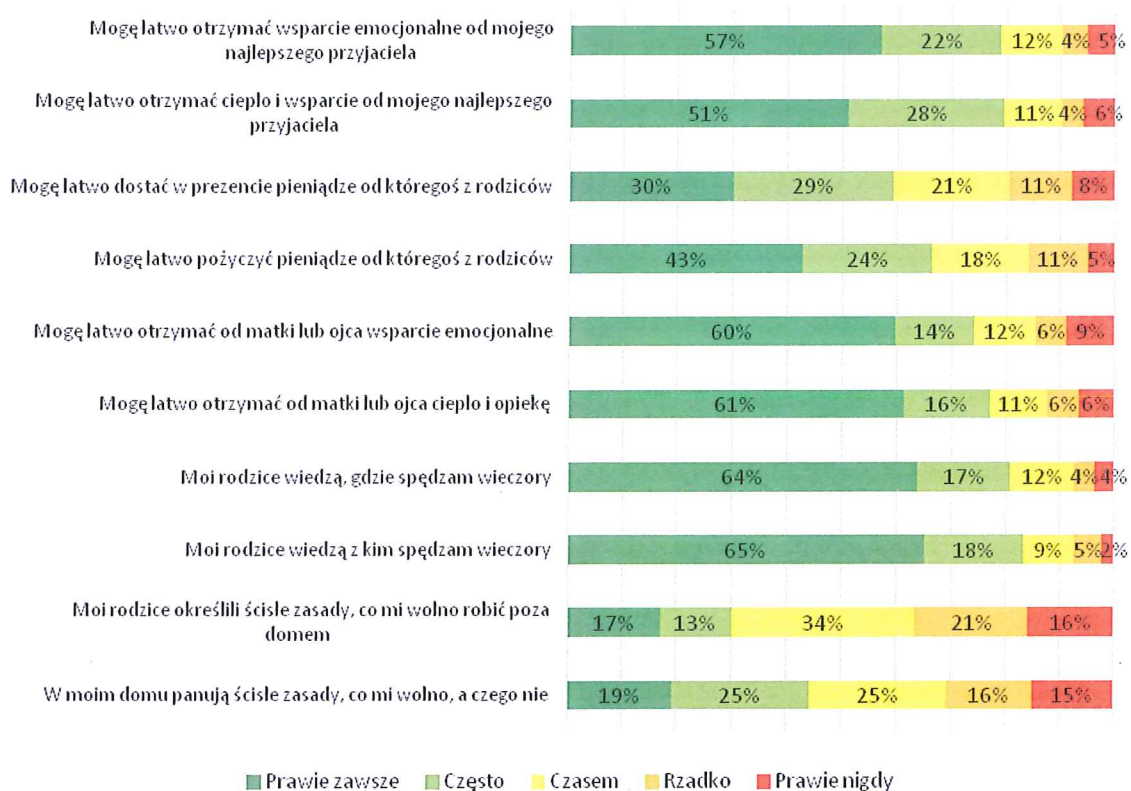
Wszyscy ankietowani określali, dlaczego ich zdaniem młodzież spożywa alkohol. Alarmujące jest, że najczęściej udzielaną odpowiedzią jest chęć poradzenia sobie z problemami (46% wskazań!). 45% twierdzi, że powodem jest chęć pocucia się dorosłym, 42% - presja otoczenia, zaś 39% - nadzieja na lepszą zabawę. Co trzeci nastolatek obawia się odrzucenia ze strony kolegów, kiedy wyłamie się z pijącego towarzystwa. Co piąta osoba wymienia także nudę i smutek jako motywy do sięgania po napoje alkoholowe. Wykres poniżej prezentuje rozkład odpowiedzi.



### **Relacje społeczne i przemoc rówieśnicza**

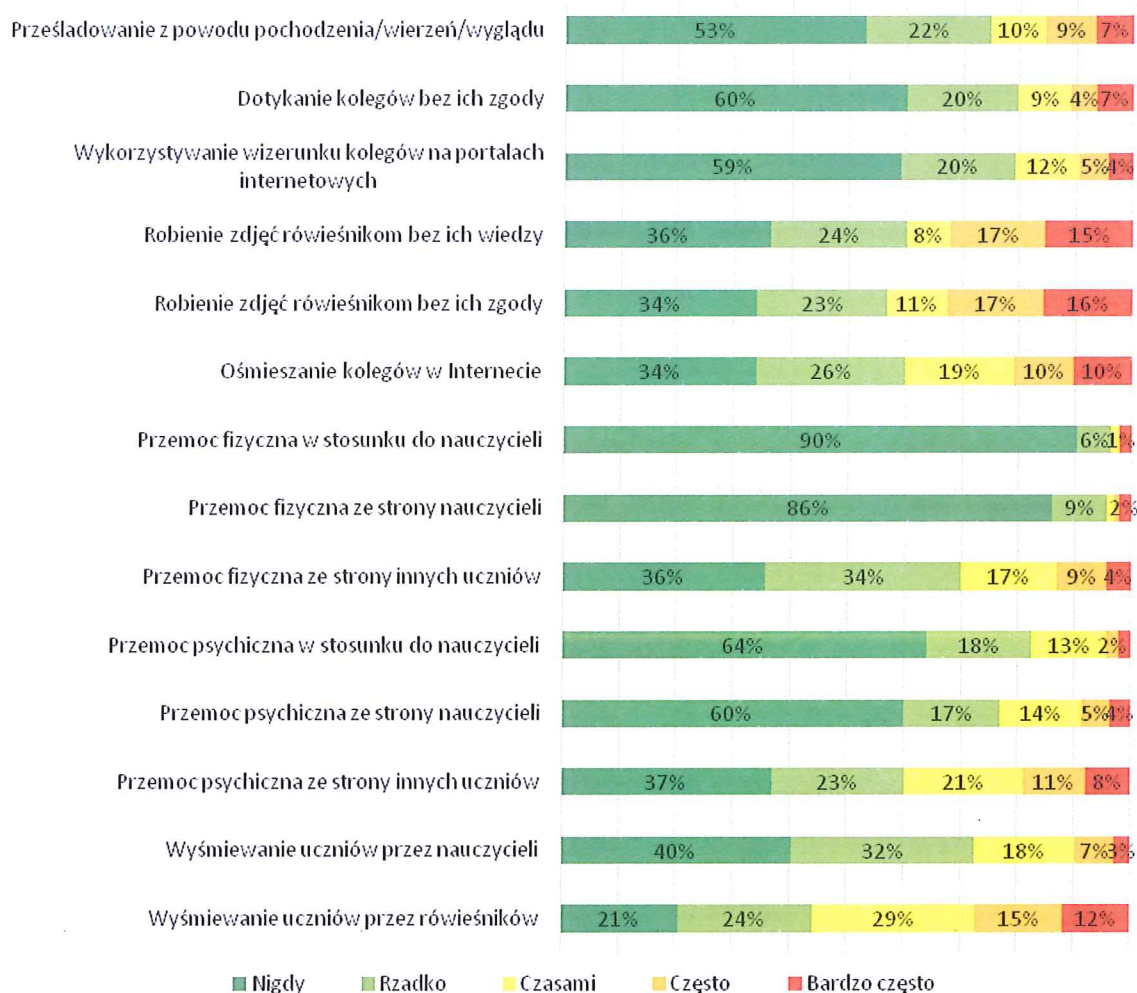
Uczniowie z klas 5 – 8 dokonywali charakterystyki swoich relacji z rodzicami i przyjaciółmi. 44% badanych jest zdania, że w ich domu często lub prawie zawsze panują jasne zasady do tego, co jest dozwolone, a co nie. Brak takich zasad sygnalizuje co szósty nastolatek. Nieco słabiej określone są zasady zachowania się młodzieży poza domem, kiedy kontrola rodziców jest ograniczona. 3/4 starszych uczniów jest przekonanych, że mogą łatwo uzyskać wsparcie emocjonalne oraz ciepło i opiekę od swoich rodziców i przyjaciół. Patrząc na wykres, widać, że pewna grupa ankietowanych (około 1/6) deklaruje, że ich rodzice nie wiedzą ani z kim, ani gdzie spędzają wieczory, nie mają poczucia bliskości emocjonalnej i opieki z ich strony, brakuje im też innej bliskiej osoby np. przyjaciela. Szczegółowe rozkłady poszczególnych odpowiedzi zaprezentowane są na wykresie.

## Relacje społeczne (odpowiedzi starszych uczniów)



Do najczęstszych przejawów przemocy w szkole należą zdaniem starszych ankietowanych takie zachowania, jak wyśmiewanie i przemoc psychiczna wśród uczniów. Dość często zdarzają się także sytuacje związane z przemocą w Internecie - ośmieszanie, wykonywanie zdjęć bez wiedzy lub zgody osób na nich uwiecznionych. Ze strony nauczycieli sporadycznie dochodzi do wyśmiewania uczniów. Co czwarta osoba przynajmniej raz była świadkiem prześladowania kogoś w szkole ze względu na jego pochodzenie, wygląd lub przekonania. Bardzo rzadko dochodzi do stosowania przemocy fizycznej w stosunku do nauczycieli lub z ich strony wobec uczniów, a także do przemocy psychicznej w stosunku do nauczycieli i dotykaniu kolegów i koleżanek bez ich zgody.

### Skala przemocy w szkole (odpowiedzi starszych uczniów)



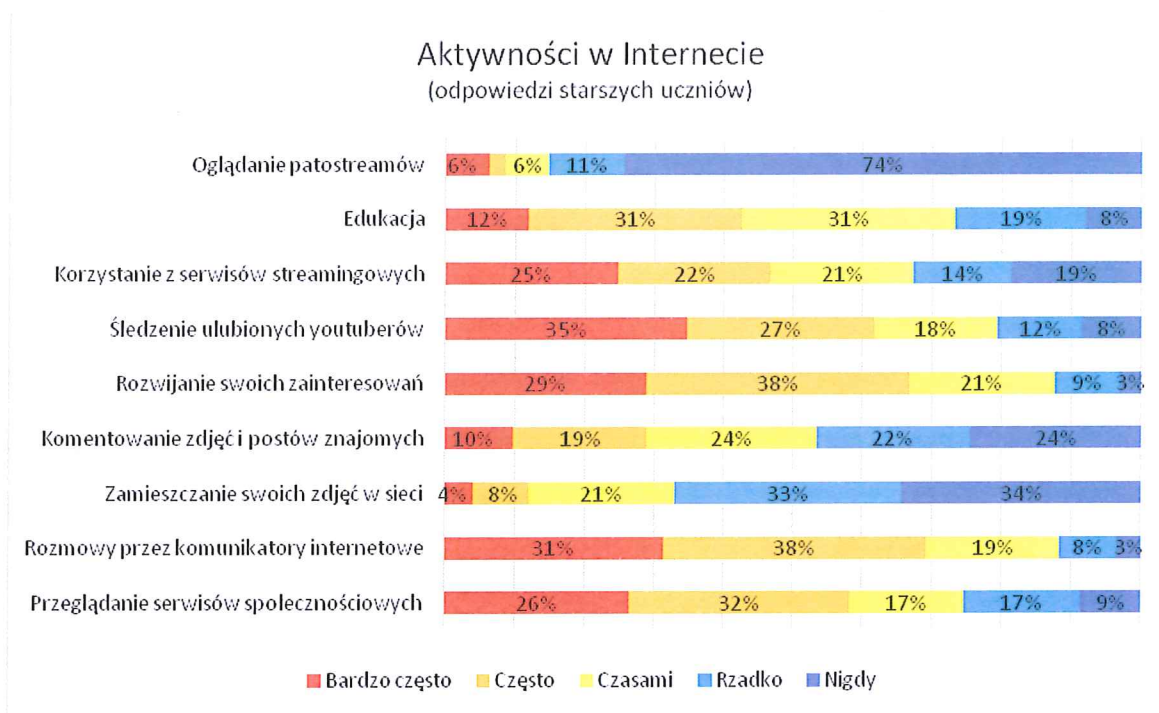
15% uczniów ze starszych klas przyznało, że im samym zdarza się stosować tego rodzaju zachowania krzywdzące innych, a co czwarta osoba utrzymuje, że nie pamięta, czy podejmowała tego typu działania. 45% respondentów osobiście doświadczyło przemocy w szkole, z czego w przypadku co czwartego miało to miejsce więcej niż raz.

#### Nowoczesne technologie i cyberzagrożenia

Częstotliwość korzystania z Internetu wśród starszych uczniów jest znacznie wyższa niż w przypadku ich kolegów z klas 1-4. Młodzież najczęściej spędza w sieci od 3 do 5 godzin dziennie (43% osób). Co trzeci uczeń deklaruje, że czas ten wynosi od 1 do 2 godzin, a 5% twierdzi, że jeszcze mniej. 18% starszej młodzieży wypełnia praktycznie cały dostępny czas na aktywnościach online - 6 godzin lub więcej.

25% młodzieży korzysta z Internetu w swoim telefonie podczas pobytu w szkole. Generalnie najczęściej respondenci w sieci skupiają się na kontaktach poprzez komunikatory internetowe, przeglądaniu portali społecznościowych, rozwijaniu swoich zainteresowań i nauce, śledzeniu ulubionych youtuberów oraz korzystaniu z serwisów streamingowych.

Rodzaj aktywności jest więc podobny do młodszych ankietowanych, natomiast wraz z wiekiem rośnie ich częstota. 12% nastolatków często lub bardzo często zamieszcza swoje zdjęcia w sieci, a 8% regularnie ogląda nagrania patostreamerów (1/4 zetknęła się z nimi przynajmniej raz). Szczegółowe częstoty poszczególnych działań prezentuje poniższy wykres.



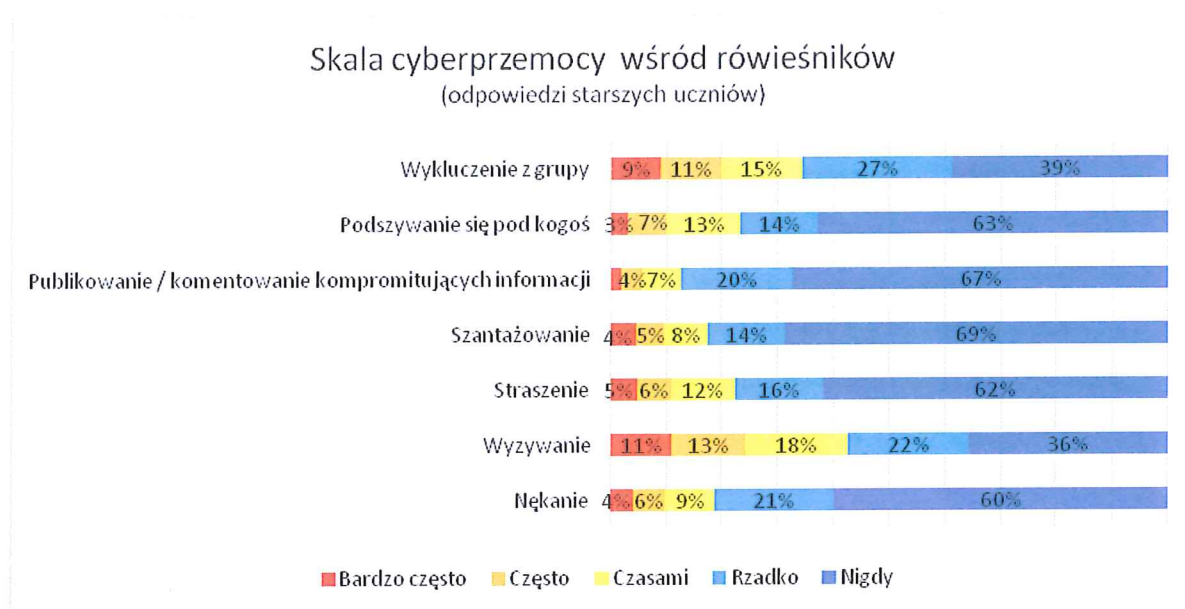
81% ankietowanych posiada konto na Facebooku. Ponad połowa uczniów nie zna osobiście wszystkich swoich znajomych z tego portalu społecznościowego. Aż 28% doświadczyło włamania na swoje konto mailowe lub na portalu internetowym.

Każdy ankietowany nastolatek przyznał, że gra w gry internetowe - głównie na komputerze (49%). 32% wybiera przede wszystkim gry na smartfona, a 19% - na konsolę. 55% respondentów często lub bardzo często uczestniczy w grach wieloosobowych (multiplayer games).

W przypadku starszych uczniów, odsetek rodziców kontrolujących ich poczynania w Internecie jest niższy i wynosi 58%. 42% młodzieży nie ma poczucia, że ktokolwiek interesuje się ich aktywnościami w sieci. Jednocześnie aż 31% nastolatków gra w gry dedykowane starszym odbiorcom (z treściami wulgarnymi, erotycznymi, przemocą, zachowaniami dewiacyjnymi).

Jeśli chodzi o przemoc w przestrzeni wirtualnej, to jako często lub bardzo częste zdarzenia wymieniane są: wykluczenie z grupy (20%) i wyzywanie (24%). Co dziesiąta osoba wskazuje też na podszywanie się pod czyjąś tożsamość w Internecie, szantażowanie, straszenie i nękanie. Najrzadziej dochodzi do publikowania lub komentowania kompromitujących kogoś informacji lub materiałów. Skala osobiście doświadczanej przez ankietowanych starszych uczniów cyberprzemocy, jest znacznie większa niż w przypadku młodszych respondentów. Aż 42% bywa wyzywanych czy obrażanych w sieci, a 24% doświadcza wykluczania z grupy. 16% odkryło, że ktoś się pod nich podszywał. 14% nastolatków było obiektem zastraszania, 12% - szantażowania, a 9% - nękania w Internecie czy publikowania

kompromitujących ich treści. Sami ankietowani najczęściej wyzywają innych (22%) i wykluczają z grupy (15%). 8% przyznaje, że udawali w Internecie kogoś innego. Pozostałe zachowania wskazuje mniejszy odsetek uczniów. Szczegóły zostały zaprezentowane na poniższych wykresach.



### Odpowiedzi rodziców młodszych uczniów

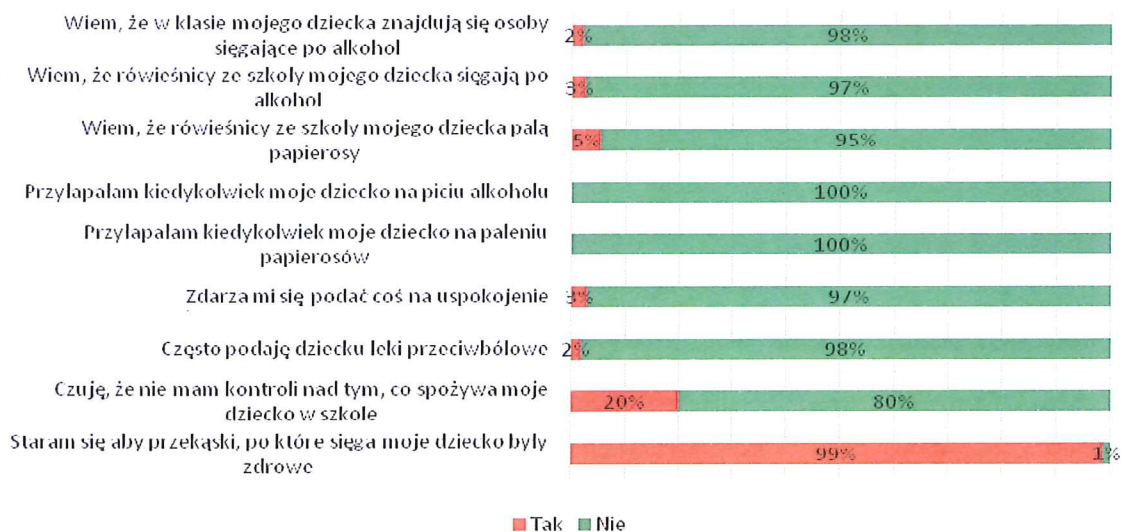
#### **Opis grupy**

W ankiecie internetowej wzięło udział 276 rodziców uczniów klas 1-4 szkół podstawowych w Nowym Targu. 84% ankietowanych stanowiły kobiety.

#### **Zdrowie dzieci**

Rodzice młodszych uczniów odpowiadali na zestaw pytań związanych ze zdrowiem swoich dzieci – odżywianiem, zażywaniem leków, paleniem papierosów i piciem alkoholu. Kilku rodziców (2%) przyznaje, że często podaje swoim dzieciom leki przeciwbólowe, a 3% opiekunów podaje preparaty na uspokojenie (herbaty, tabletki ziołowe i inne). Żaden z rodziców uczniów z klas 1 – 4 nie przyłapał dziecka na paleniu papierosów ani piciu alkoholu, jednak część ma świadomość, że ich rówieśnicy podejmują takie zachowania. 2% jest przekonanych, że problem spożywania alkoholu przez dzieci dotyczy kolegów z klasy ich syna lub córki.

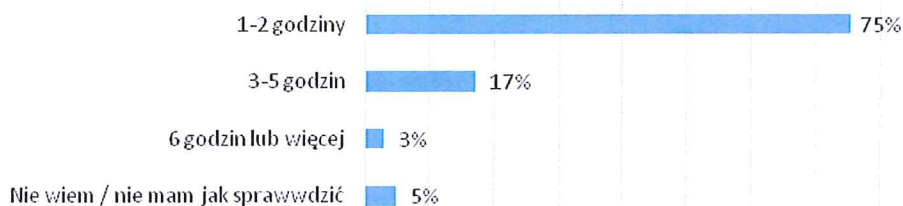
## Opinie na tematy związane ze zdrowiem dzieci (odpowiedzi rodziców młodszych uczniów)



### Korzystanie z nowoczesnych technologii przez dzieci

75% rodziców młodszych uczniów szacuje, że ich dzieci spędzają w sieci od 1 do 2 godzin dziennie. 17% twierdzi, że jest to od 3 do 5 godzin. 3% respondentów stwierdziło, że jest to jeszcze dłuższy czas. Łącznie 5% opiekunów nie orientuje się, jak długo ich dzieci korzystają z Internetu. Tylko 4% przyznaje, że nie kontroluje aktywności dziecka w sieci. Jednocześnie 28% wie, że dziecko ma konto na portalu społecznościowym przeznaczonym dla starszych dzieci. 90% ankietowanych rodziców nie pozwala swoim dzieciom na korzystanie z telefonu komórkowego na terenie szkoły, 1% daje takie przyzwolenie nawet na lekcjach.

### Ilość czasu spędzana przez dzieci w Internecie (odpowiedzi rodziców młodszych uczniów)



### Odowiedzi rodziców starszych uczniów

#### Opis grupy

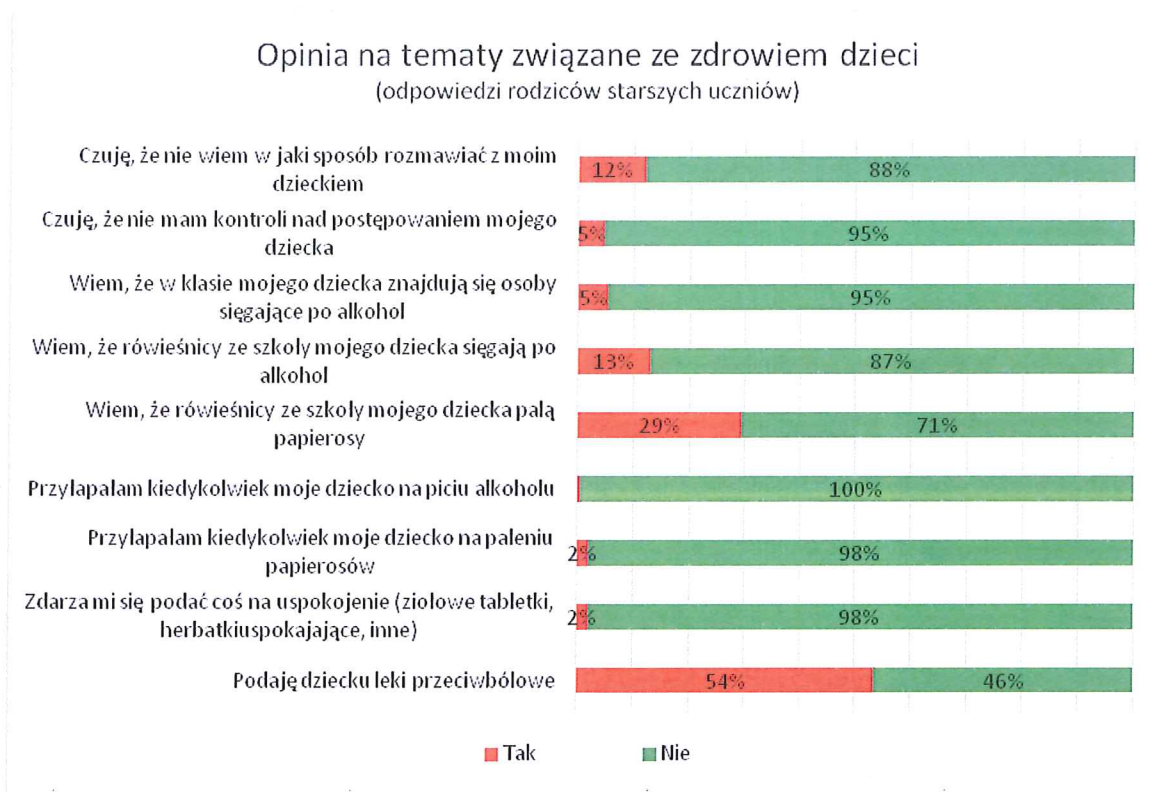
W ankiecie internetowej wzięło udział 241 rodziców uczniów klas 5-8 szkół podstawowych w Nowym Targu, 69% ankietowanych stanowiły kobiety.

#### Zdrowie dzieci

Podobnie jak rodzice młodszych uczniów, także opiekunowie dzieci z klas 5-8 odpowiadali na pytania związane ze zdrowiem i zagrożeniami wśród młodzieży. 5% ankietowanych



przyznaje, że czuje, że nie ma kontroli nad zachowaniem swojego dziecka, a 12% nie ma pomysłu, jak prowadzić z nim rozmowę. W opinii rodziców bardziej powszechne wśród nastolatków ze szkoły jest palenie papierosów (29% wskazań) niż spożywanie alkoholu (15%). Żaden z opiekunów nie przyłapał swojego dziecka na spożywaniu alkoholu. 2% widziało, że ich dziecko pali papierosy. Nieliczni rodzice podają swoim dzieciom środki na uspokojenie, ale ponad połowa młodzieży za ich pozwoleniem przyjmuje tabletki przeciwbólowe. Szczegóły znajdują się na poniższym wykresie.



### Korzystanie z nowoczesnych technologii przez dzieci

55% rodziców starszych uczniów twierdzi, że ich dzieci spędzają w sieci od 1 do 2 godzin dziennie. 1/3 respondentów twierdzi, że jest to od 3 do 5 godzin. 5% respondentów jest zdania, że jest to jeszcze dłuższy czas. Łącznie 7% opiekunów nie orientuje się, jak długo ich dzieci korzystają z Internetu. 16% przyznaje, że nie kontroluje aktywności dziecka w sieci. 29% rodziców pozwala młodzieży na korzystanie z telefonu komórkowego w szkole, z czego co szósty wyraża zgodę na wykorzystywanie go podczas lekcji. 73% wie, że ich dziecko ma konto na portalu społecznościowym.

### Odpowiedzi wychowawców młodszych uczniów

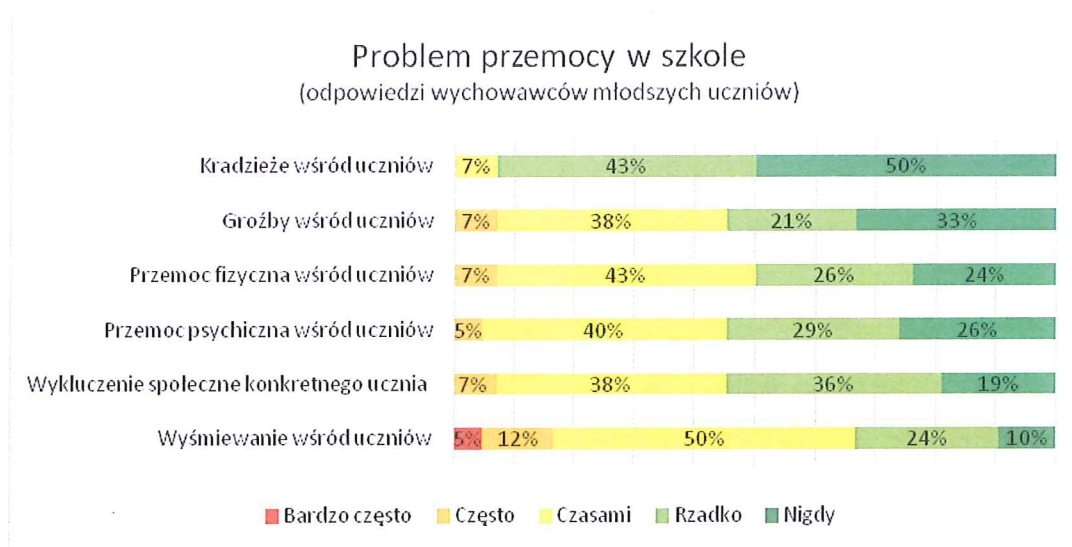
#### Opis grupy

W kwestionariuszu dotyczącym obserwowanych przez nauczycieli problemów wśród dzieci wzięło udział 42 wychowawców z klas 1-4. Najliczniejszą grupę stanowili nauczyciele klas 3 (31%) oraz 1 (24%).

#### Przemoc rówieśnicza

Za najczęstsze przejawy przemocy rówieśniczej w klasie nauczyciele uznają wyśmiewanie (14% określa je jako częste lub bardzo częste). Częściej dochodzi do aktów przemocy

fizycznej niż do wykluczania z grupy. Kradzieże, groźby i przemoc psychiczna zdarzają się rzadko. Postrzegana częstotliwość przemocy wśród uczniów z innych klas jest wyższa - także dominuje wyśmiewanie, jednak około 7% odpowiedzi nauczycieli wskazuje na częste występowanie pozostałych wymienionych zachowań. Szczegółowe odpowiedzi znalazły się na wykresach.



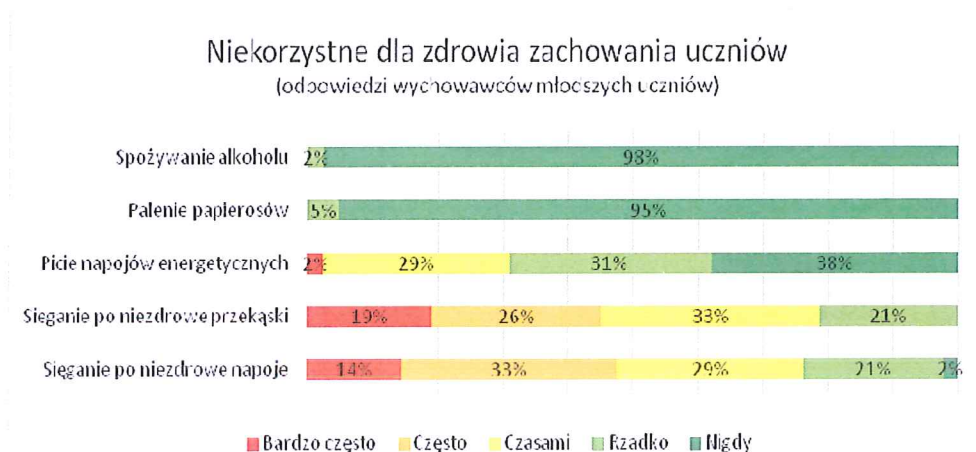
### Przemoc domowa

5% wychowawców ma świadomość, że do ich klasy uczęszczają dzieci z rodzin dotkniętych problemem przemocy domowej. Aż 40% nie potrafi określić, czy mają takich uczniów pod opieką, a 55% nauczycieli widzi potrzebę podniesienia kompetencji w tym zakresie. Co dziesiąty wychowawca obserwuje ślady przemocy fizycznej na ciele jakiegoś ucznia.

### Użytki i korzystanie z telefonów w szkole

88% nauczycieli obserwuje, że uczniowie z klas 1-4 korzystają z telefonów komórkowych w szkole, a według 29% ma to miejsce na lekcjach.

Zdaniem wychowawców młodszych klas, dzieci często lub bardzo często sięgają po niezdrowe napoje i przekąski w szkole (odpowiednio 47% i 45%). 1/3 respondentów obserwuje też czasami spożywanie napojów energetycznych. Według pedagogów palenie papierosów i spożywanie alkoholu przez uczniów w szkole to sytuacje bardzo rzadkie.



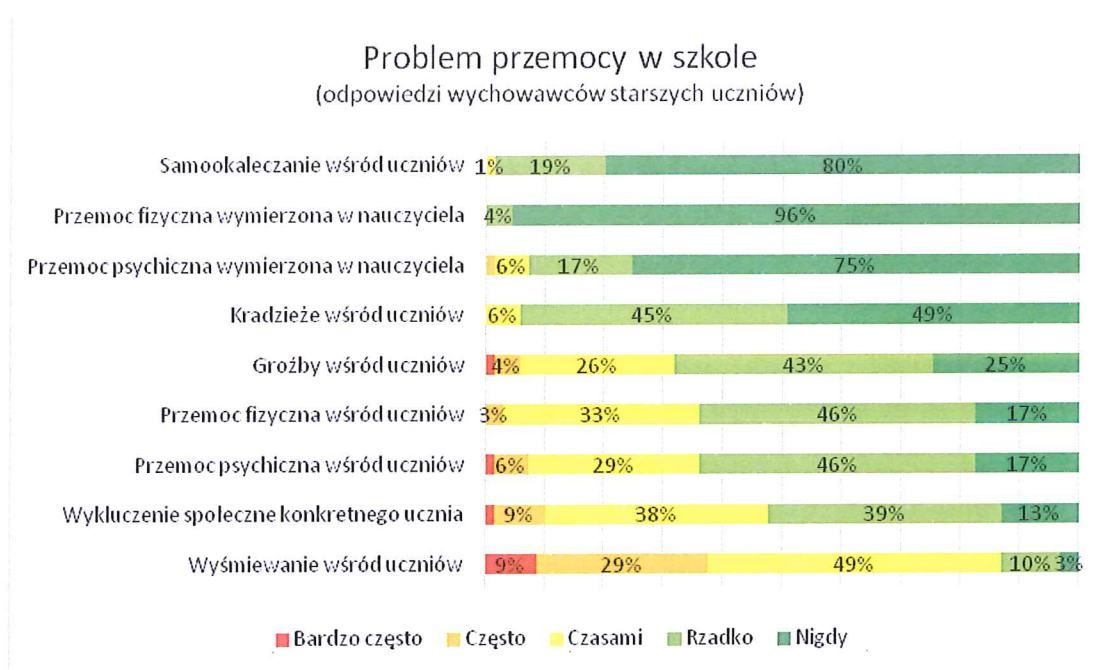
## Odpowiedzi wychowawców starszych uczniów

### Opis grupy

W kwestionariuszu dotyczącym obserwowanych przez nauczycieli problemów wśród dzieci wzięło udział 69 wychowawców z klas 5 - 8.

### Przemoc rówieśnicza

Prawie każdy wychowawca obserwował w szkole sytuację wyśmiewania się uczniów z kolegów lub koleżanek. Zdaniem 38% ma to miejsce często lub bardzo często w szkole. Czasami występuje wykluczanie z grupy rówieśniczej, stosowanie przemocy psychicznej, fizycznej lub grózb.



### Przemoc domowa

9% wychowawców starszych klas ma pod opieką uczniów pochodzących z rodzin dotkniętych problemem przemocy domowej. Podobnie, jak w przypadku nauczycieli młodszych klas, 48% ankietowanych nie potrafi tego zdiagnozować i chciałoby podnieść swoje kompetencje w rozpoznawaniu sygnałów świadczących o krzywdzeniu dzieci i sposobów reagowania na nie.

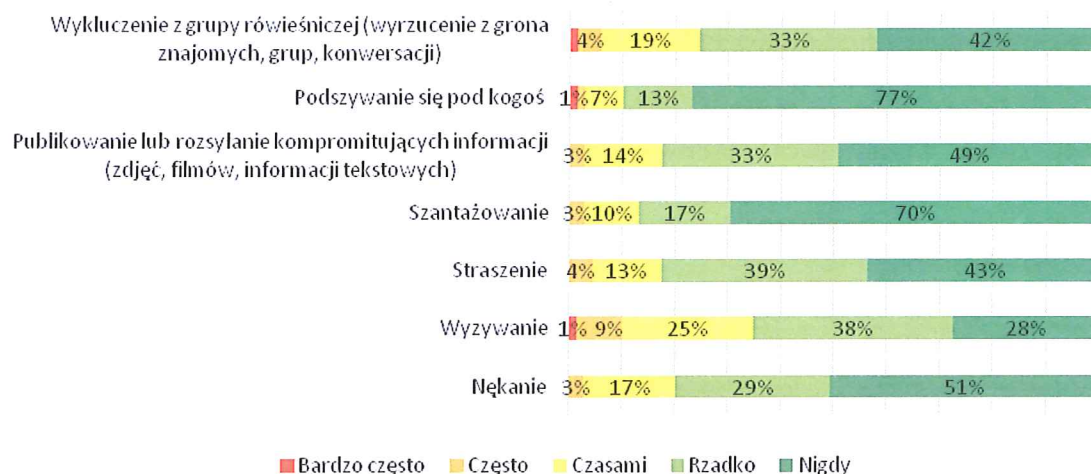
### Problemy obserwowane u młodzieży

94% nauczycieli obserwuje, że uczniowie z klas 5 - 8 korzystają z telefonów komórkowych w szkole, a według połowy ma to miejsce także na lekcjach.

W ocenie wychowawców przejawy cyberprzemocy zdarzają się w stosunku do młodzieży raczej rzadko. Wśród najczęściej spotykanych wymieniają wyzywanie, straszenie i wykluczanie z grupy. Zdaniem nauczycieli sporadycznie ma miejsce podszywanie się pod kogoś innego w sieci, szantażowanie, publikowanie kompromitujących kogoś treści i nękanie. Szczegółowy rozkład odpowiedzi prezentuje wykres.

## Problem cyberprzemocy wśród młodzieży

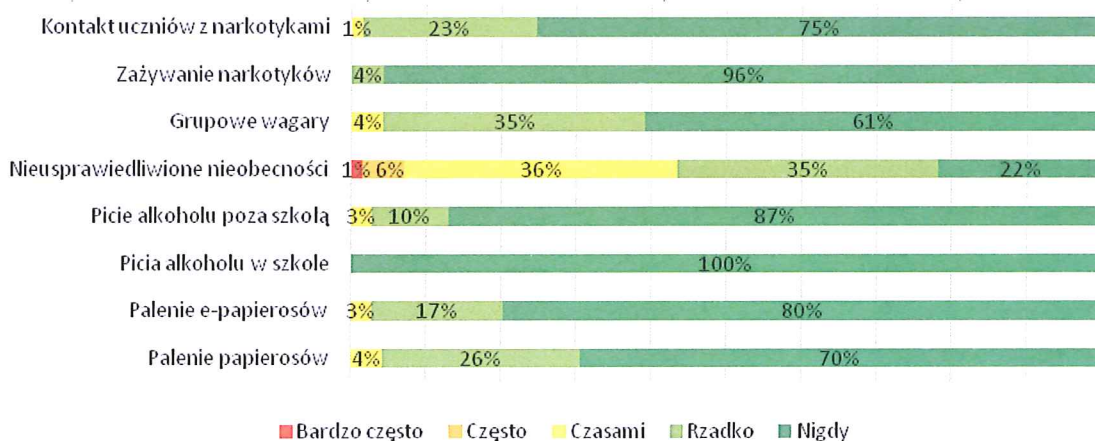
(odpowiedzi wychowawców starszych uczniów)



W opinii wychowawców klas starszych, do najczęstszych problemów, z jakimi spotyka się młodzież ze szkoły, należą nieusprawiedliwione nieobecności, obserwowane czasami lub częściej przez 43% nauczycieli. 39% ankieterowanych spotyka się z grupowymi wagarami (większość rzadko). Spośród używek, najczęściej uczniowie sięgają po papierosy i e-papierosy. Żaden z nauczycieli nie spotkał się z piciem alkoholu przez młodzież na terenie szkoły. 1/4 wychowawców ma świadomość, że nastolatki mogą mieć kontakt z narkotykami. Poniżej zaprezentowano rozkład wszystkich odpowiedzi.

## Problemy młodzieży ze szkoły

(odpowiedzi wychowawców starszych uczniów)



## Młodzi uczniowie, ich rodzice i wychowawcy - podsumowanie

Większość dzieci dobrze czuje się zarówno w domu, jak i w szkole. Po wsparcie w trudnej sytuacji zwróciliby się przede wszystkim do swoich rodziców. Korzystne byłyby działania skupione na pogłębianiu relacji uczniów z wychowawcą i budowaniu zaufania. Będzie miało

to wymierne efekty w postaci zwiększenia poczucia bezpieczeństwa w szkole i poszerzenia sieci wsparcia społecznego dla dzieci zagrożonych różnego rodzaju problemami (przemocą rówieśniczą, przemocą domową, zachowaniami ryzykownymi).

Część młodszych uczniów ma trudność z bezpośrednim odmówieniem wobec presji rówieśników - informują dorosłych o zdarzeniach lub unikają kolegów. Należy położyć nacisk na kształtowanie kompetencji interpersonalnych dzieci, zwiększanie ich pewności siebie i samoświadomości oraz poszerzanie dostępnych strategii samodzielnego radzenia sobie w konfliktowych sytuacjach, szczególnie że zdaniem zarówno dzieci, jak i wychowawców, najczęściej dochodzi w szkole do wyśmiewania i wykluczania z grupy jako form przemocy rówieśniczej.

17% dzieci do 10 roku życia spędza przed urządzeniami ekranowymi 3 lub więcej godzin. Uczniowie podejmują aktywności rozwijające ich wiedzę i zainteresowania, ale także oglądają filmy i słuchają muzyki. Około 1/3 dzieci mogło mieć dostęp do demoralizujących treści w Internecie - przede wszystkim za pośrednictwem znanych youtuberów. 15% doświadczyło jakiegoś przejawu przemocy w sieci. 44% dzieci posiada konto na Facebooku, nie wszyscy znają osobiście wszystkie osoby zaproszone do grona znajomych, co stwarza ryzyko kontaktu z użytkownikami podającymi się za ich rówieśników, chcących wyłudzić pieniądze, wymusić spotkanie lub inne potencjalnie groźne zachowania (co czwarta osoba w tym wieku nawiązuje nowe znajomości w Internecie). 1/3 uczniów klas 1-4 jest przekonana, że nie są kontrolowani przez swoich rodziców, część osób gra w gry przeznaczone dla starszych użytkowników.

Na wagę zwraca fakt, że dzieci postrzegają zazwyczaj swoich opiekunów jako niezbyt sprawnie korzystających z nowoczesnych technologii. Tylko połowa rozmawiała z rodzicami lub nauczycielami o zagrożeniach w Internecie. Warto dostarczyć rodzicom wsparcia informacyjnego na temat programów kontroli rodzicielskiej i stron internetowych pomocnych w rozmowach z dziećmi na temat cyberzagrożeń. Jak widać, nie dotyczą one wyłącznie starszej młodzieży, a korzystne nawyki związane z bezpieczeństwem i higieną korzystania z nowoczesnych technologii będą procentowały na przyszłość. Szczególnie istotne jest uwrażliwianie dzieci na kwestie zawierania znajomości przez Internet - uczniowie w tym wieku nie mają dobrze wykształconego krytycznego i abstrakcyjnego myślenia, obdarzają zaufaniem osoby „po drugiej stronie ekranu”, co naraża ich na nadużycia.

27% rodziców młodszych dzieci stosowało lub nadal stosuje wobec nich kary fizyczne, pomimo deklarowanego negatywnego stosunku do tego typu środków wychowawczych. Co dziesiąta osoba czasami poszturchuje swoje dziecko, a co piąta - często lub bardzo często na nie krzyczy. Niezbędnym elementem ogólnej profilaktyki w społeczności powinny być działania wzmacniające kompetencje wychowawcze rodziców np. w formie grup wsparcia, warsztatów tematycznych, konsultacji z pedagogiem szkolnym czy diagnoza problemów dziecka i rodziny w poradniach zdrowia psychicznego czy psychologiczno - pedagogicznych. Osobne działania szkoleniowe powinny być skierowane do nauczycieli, którzy przyznają, że nie zawsze potrafią rozpoznać przejawy przemocy domowej i odpowiednio zareagować.

### **Starsi uczniowie, ich rodzice i wychowawcy - podsumowanie**

Większość młodzieży ma dobre relacje z rodzicami, otrzymuje od nich wsparcie. Na ogół w ich domach panują jasno określone zasady zachowania, nieco rzadziej zasady te sformułowane są w stosunku do zachowania podczas wyjść ze znajomymi. Istnieje jednak

grupa uczniów, którzy mogą doświadczać zaniedbania potrzeb emocjonalnych, słabych więzi z opiekunami, gdzie rodzice nie wiedzą z kim i kiedy się spotykają i nie mają nad tym kontroli. Takie opuszczone osoby będą szukać swojej grupy odniesienia poza domem, czasem w środowiskach niekorzystnych wychowawczo. Wczesne identyfikowanie młodzieży z tego typu trudnościami i dostarczenie im alternatywy na spędzanie czasu wolnego, chociażby w świetlicach środowiskowych, klubach młodzieżowych, domu kultury itp. oraz w razie potrzeby objęcie pomocą terapeutyczną – indywidualną i rodzinną, da szansę na rozwój potencjału młodego człowieka i jego pełne przystosowanie do zasad życia społecznego.

Zdaniem nastolatków sporadyczne sięganie po narkotyki, papierosy czy alkohol niesie ze sobą niewielkie ryzyko uzależnienia lub szkód zdrowotnych. Wykazują też dużą akceptację dla spożywania dużej ilości alkoholu podczas weekendów. Część rówieśników ankietowanych uczniów zażywa narkotyki (nie tylko marihuanę, ale też np. ecstasy czy amfetaminę). 15% starszych uczniów pali papierosy, które samodzielnie kupuje lub dostaje od starszych kolegów. 32% młodzieży piło alkohol. Pierwsze jego spożycie często następuje albo w samotności, albo w obecności rodzica. Dostęp do alkoholu uzyskują za pośrednictwem starszych kolegów lub podbierając w domu. Można podejrzewać, że rodzice w większości nie mają świadomości, że ich dzieci mogą mieć kontakt z rówieśnikami sięgającymi po alkohol czy papierosy albo same palić papierosy czy spożywać alkohol.

W odpowiedziach uczniów widoczna jest różnica pomiędzy postrzeganiem alkoholu przez osoby po inicjacji alkoholowej i te, które jeszcze go nie spożywały. Pijące alkohol nastolatki dostrzegają przede wszystkim ich negatywne skutki (szkody dla zdrowia, mdłości, nieakceptowane zachowania, kłopoty z policją).

Jednocześnie wśród ogółu badanych, dominująca motywacja do sięgania po piwo czy wódkę to radzenie sobie z problemami, chęć wyluzowania, zaistnienia w towarzystwie, poczucia się doroślejszym czy nieumiejętność odmowy. Takie przekonania mogą nieść za sobą duże ryzyko nie tylko sięgania po alkohol i inne środki psychoaktywne, ale też ich częstego zażywania, szczególnie w okresie postrzeganym jako szczególnie trudny, czyli w momencie zmiany etapu edukacyjnego na szkołę ponadpodstawową. Najstarsi uczniowie szkół podstawowych powinni zostać objęci szczególną troską w tym kontekście – nie tylko pod względem uzależnień, ale poprzez wzmacnianie ich kompetencji i rozwój zainteresowań, monitorowanie ich dobrostanu emocjonalnego i dostarczanie wsparcia dla rodziców nastolatków w tym szczególnym okresie życia. Bardzo istotne jest, aby młodzież miała przynajmniej jednego dorosłego, do którego ma zaufanie i który będzie mógł służyć wsparciem. Może to być rodzic, wychowawca, pedagog, wychowawca czy wolontariusz ze świetlicy, sąsiadka – ważne, aby osoba taka nie miała poczucia, że zostaje sama ze swoimi problemami.

Warto uświadamiać rodziców i nastolatków o konsekwencjach częstego przyjmowania środków przeciwbólowych i innych leków dostępnych bez recepty, gdyż problem może dotyczyć sporej grupy uczniów.

Starsi uczniowie spędzają znacznie więcej czasu w sieci niż ich młodszy koledzy. Zazwyczaj jest to od 3 do 5 godzin dziennie (rodzice w dużym stopniu niedoszacowują tego czasu). Podejmowane aktywności są podobne wśród obu grup, jednak nastolatki częściej i w bardziej różnorodny sposób korzystają z portali społecznościowych (nie tylko do rozmów ze znajomymi, ale także do zamieszczania swoich zdjęć czy wpisów, komentowania treści). Młodzież jest rzadziej kontrolowana przez rodziców w zakresie korzystania z Internetu

i chętnie z tego faktu korzysta. 8% regularnie ogląda patostreamerów, prezentujących wulgarne, brutalne czy demoralizujące treści. Pomimo pozornej biegłości w obsłudze nowoczesnych technologii, część osób w niewłaściwy sposób zabezpiecza swoje hasła lub udostępnia je innym, a ponad połowa użytkowników nie zna wszystkich osób, które ma w gronie znajomych w sieci. Co trzecia osoba gra w gry, nie spełniając kryterium wieku użytkownika.

Podobnie, jak u młodszych uczniów, także 26% rodziców starszych stosuje lub stosowała wobec nich kary fizyczne. Częściej jednak podejmują rozmowę z nastolatkiem, upominają go lub stosują pogadanki. Co piąty rodzic często lub bardzo często krzyczy, a co trzeci okresowo nie odzywa się do dziecka.

## 2. DIAGNOZA PROBLEM NARKOMANII

Problem narkotyków i narkomanii ulega ciągłym zmianom: w zakresie stosowanych substancji, sposobów dystrybucji i wzorców ich przyjmowania. Używanie narkotyków prowadzi do określonych negatywnych konsekwencji społecznych i zdrowotnych zarówno w wymiarze indywidualnym jak i publicznym. Narkotyki są przyczyną przewlekłych problemów zdrowotnych, powodują zatrucia, generują wypadki.

### SKALA PROBLEMÓW MAJĄCYCH ZWIĄZEK Z NARKOTYKAMI WYKAZANYMI PRZEZ KOMENDĘ POWIATOWĄ POLICJI W NOWYM TARGU

Rodzaj problemu:	ROK		
	2018	2019	2020
Przestępstwa narkotykowe	27	22	36
Ilość zatrzymanych narkotyków ogółem w KPP Nowy Targ	4 kg 617,25gr	13 kg 305,7gr	45 kg 289,4 gr

### POMOC I WSPARCIE UDZIELANE MIESZKAŃCOM NOWEGO TARGU PRZEZ MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ

Ze statystyki Ośrodka Pomocy Społecznej wynika, iż w roku 2018 objęto pomocą 3 rodziny, w której występował problem narkomanii, zaś w 2019 i 2020 nie występowała żadna rodzina, w 2021 r. 1 rodzina z ww. problemami.

### DIAGNOZA LOKALNYCH ZAGROZEŃ SPOŁECZNYCH MIASTA NOWY TARG

#### Odpowiedzi dorosłych mieszkańców

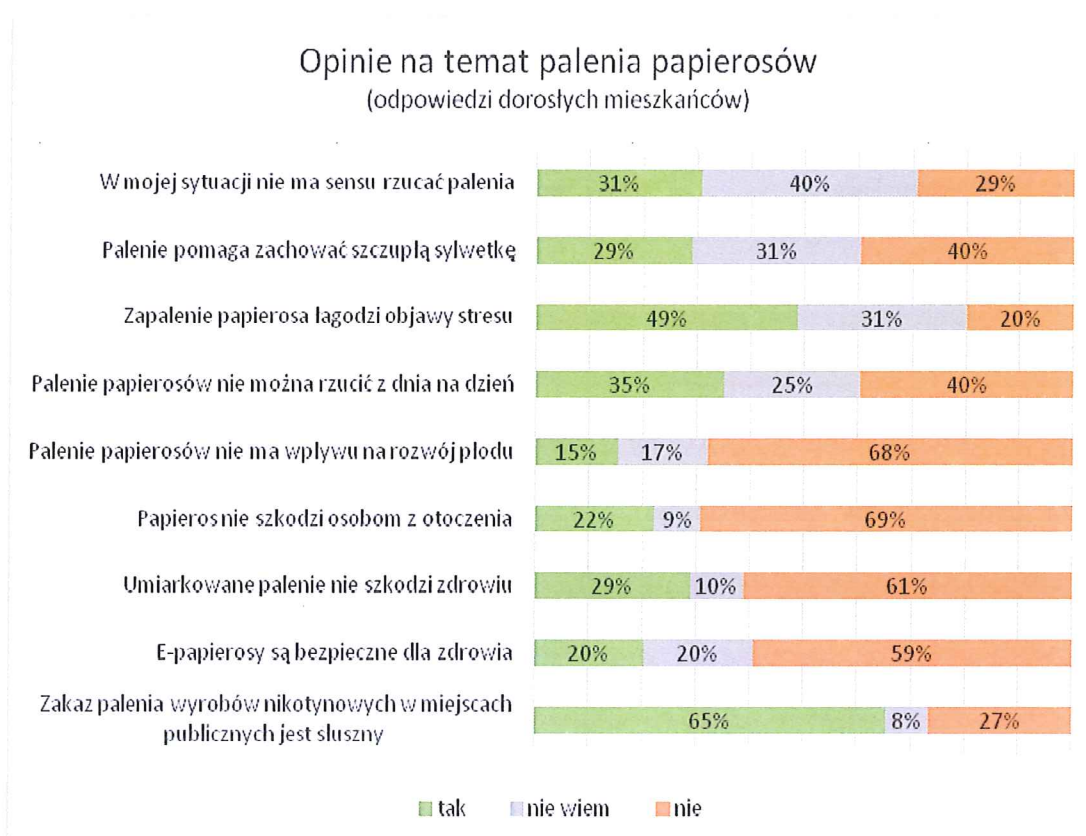
##### **Palenie papierosów**

30% dorosłych ankietowanych pali papierosy. Blisko połowa osób palących sięga po 4 do 10 papierosów dziennie, a 33% pali powyżej 10 papierosów dziennie. Wśród palaczy przeważają

osoby sięgające po tradycyjne papierosy (71%), mniejsza grupa sięga po ich elektroniczne wersje (29%).



Jeśli chodzi o przekonania na temat palenia, to 2/3 mieszkańców popiera zakaz palenia w miejscach publicznych. Połowa respondentów postrzega papierosy jako środek na złagodzenie stresu, a 29% - jako sposób na szczupłą sylwetkę. Co trzecia osoba twierdzi, że w jej sytuacji nie ma sensu podejmowanie próby zerwania z nałogiem nikotynowym. 22% uważa, że palenie nie szkodzi osobom z otoczenia, a 29% (!) jest zdania, że umiarkowane palenie nie ma wpływu na stan zdrowia. Co piąta osoba postrzega palenie elektronicznych papierosów jako bezpieczne, a 15% dopuszcza palenie przez osobę ciężarną, kwestionując wpływ nikotyny na rozwój płodu.





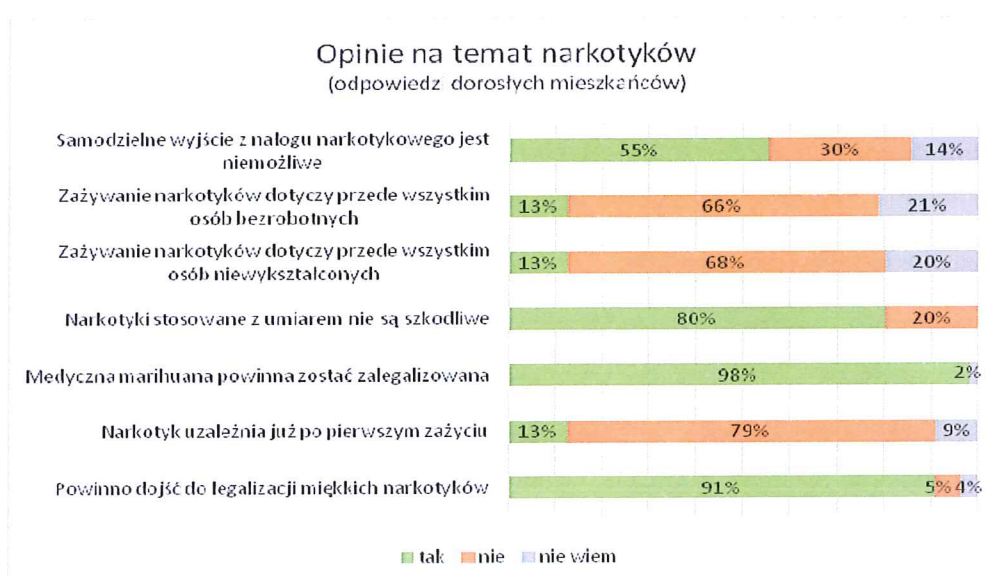
## Problem narkotykowy

Prawie połowa respondentów nie potrafi określić czy można mieć dostęp do narkotyków na terenie miasta. Wśród pozostałych przeważa opinia, że kupno takich substancji w okolicy jest łatwe lub bardzo łatwe. 40% respondentów osobiście otrzymało propozycję zakupu narkotyków.



35% badanych eksperymentowało z narkotykami, głównie marihuaną, dopalaczami i amfetaminą oraz ecstazy. W przypadku 8% ankietowanych ostatni kontakt z tego typu środkami miał miejsce ponad rok temu, a co dziesiąta osoba około raz w miesiącu zażywa je nadal. Podobny odsetek (11%) określa, że bierze narkotyki raz w tygodniu lub częściej.

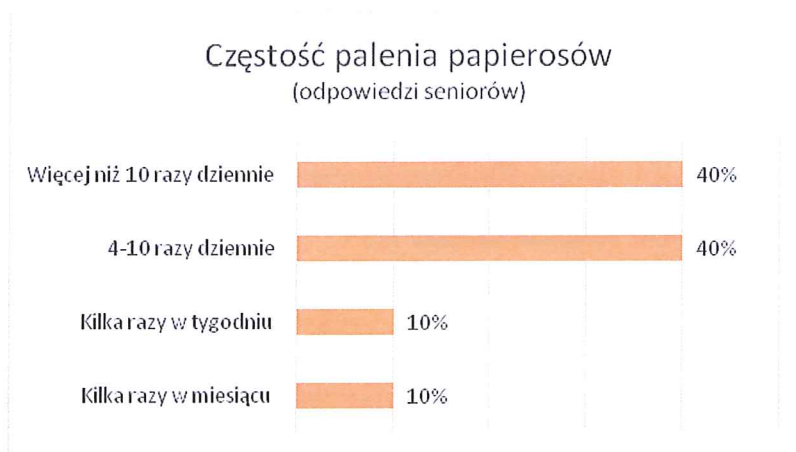
Dorośli mieszkańcy miasta biorący udział w ankiecie jednoznacznie opowiadają się za legalizacją medycznej marihuany (98% wskazań) oraz niektórych rodzajów narkotyków - potocznie zwanych „miękkimi” (91%). Aż 80% twierdzi, że umiarkowane zażywanie narkotyków nie powoduje szkód zdrowotnych i nie prowadzi do uzależnienia. Respondenci mają świadomość, że problem narkotykowy nie dotyczy jakiejś konkretnej grupy społecznej (osób bezrobotnych czy o niskim wykształceniu). 79% osób kwestionuje możliwość uzależnienia od narkotyku po jego pierwszym zażyciu. Połowa ankietowanych jest zdania, że samodzielne przezwyciężenie uzależnienia jest niemożliwe.



## Odpowiedzi seniorów

### **Palenie papierosów**

Co dziesiąty senior biorący udział w badaniu pali papierosy. Wybierają przede wszystkim papierosy klasyczne (90%). 40% osób pali więcej niż 10 papierosów dziennie. Tak samo liczna grupa deklaruje, że pali w ciągu dnia od 4 do 10 papierosów. Co piąty respondent po 60 roku życia pali okazjnie (kilka razy w tygodniu lub rzadziej).



Seniorzy prezentują zróżnicowane poglądy na kwestie związane z paleniem papierosów. 79% osób popiera zakaz palenia w miejscach publicznych. Zbliżony odsetek respondentów ma świadomość, że nikotyna ma wpływ na rozwój płodu, a osoby z otoczenia palacza są narażone na negatywne skutki wdychania dymu nikotynowego. Co czwarty senior upatruje w paleniu metody na rozładowanie stresu, a co siódmy - na zachowanie szczupłej sylwetki. W obu pytaniach około 1/3 osób nie ma sprecyzowanego zdania na ten temat. Niepokojące jest, że 1/3 badanych nie orientuje się, że elektroniczne papierosy są niebezpieczne dla zdrowia lub wyraża pogląd przeciwny. Zbliżony odsetek za obojętne dla zdrowia uznaje palenie tradycyjnych papierosów. Najbardziej zróżnicowana opinia panuje co do tego, czy nałóg nikotynowy można porzucić z dnia na dzień - 32% osób popiera taki pogląd, a 36% jest przeciwnego zdania. Większość badanych wierzy w to, że nawet po ukończeniu 60 roku życia można rzucić palenie papierosów. Poniżej zaprezentowano rozkład odpowiedzi w poszczególnych pytaniach.

### **Problem narkotykowy**

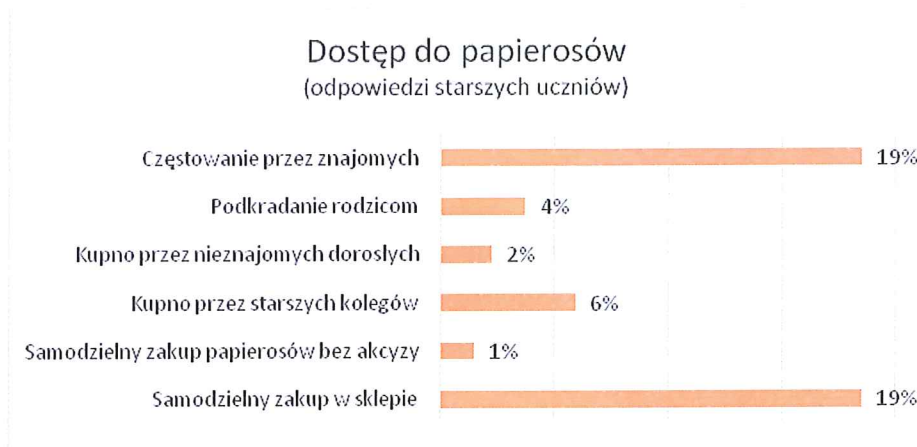
70% seniorów nie ma wiedzy na temat skali problemu narkotykowego na terenie miasta. Co piąta osoba uważa, że dostęp do tego typu substancji jest łatwy lub bardzo łatwy, przeciwnego zdania jest 8% respondentów.

## Odpowiedzi starszych uczniów

### **Palenie papierosów**

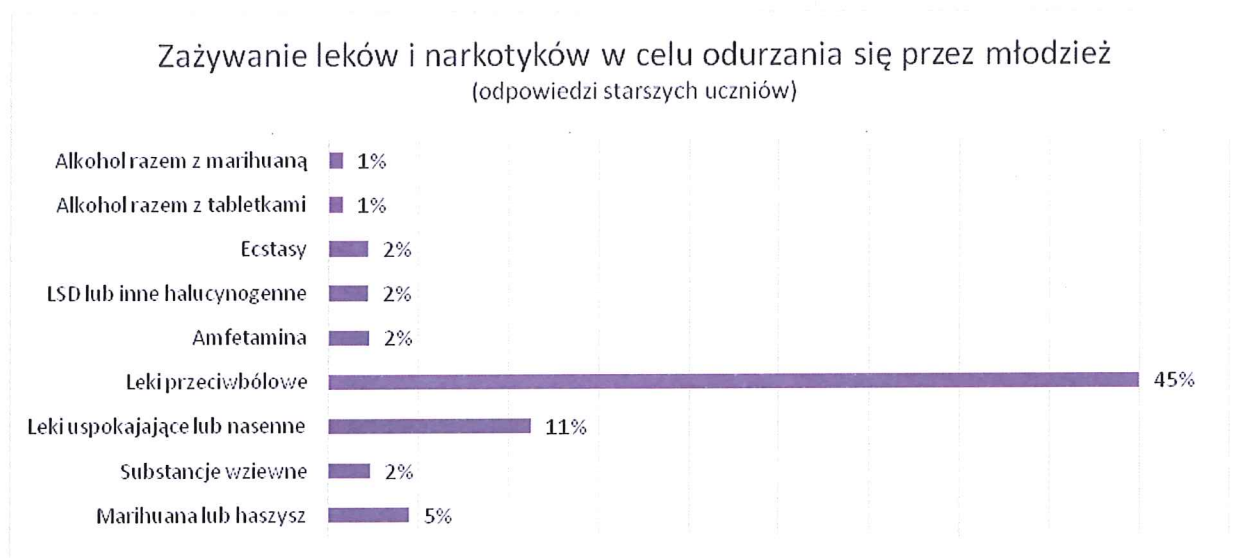
15% młodzieży z klas 5-8 przyznało, że palili papierosy, a 17% - e-papierosy. 5% uczniów sięgnęło po papierosy w ostatnim miesiącu - kilka razy w tygodniu. 28% respondentów jest przekonanych, że palenie papierosów elektronicznych jest bezpieczniejsze niż palenie tradycyjnych.

Zdaniem uczniów niepełnoletnie osoby na terenie miasta mogą uzyskać dostęp do papierosów przede wszystkim poprzez samodzielny zakup w sklepie lub otrzymywanie ich od znajomych (po 19% wskazań). Inne możliwości (zakup przez starszych kolegów, podkradanie rodzicom, prośba o zakup osoby dorosłe z okolicy, pozyskiwanie papierosów z nielegalnych źródeł) wybierane są sporadycznie.



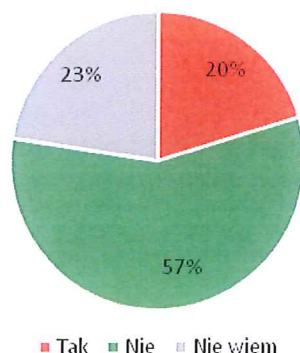
### Zażywanie narkotyków i dopalaczy

Ankietowana młodzież określała, które z substancji używali kiedykolwiek, aby się odurzyć. Aż 45% nastolatków z klas 5-8 wskazuje, żeby brali w tym celu leki przeciwbólowe, a 11% - leki uspokajające lub nasenne. Żaden z uczniów nie sięgnął po dopalacze. Inne substancje psychoaktywne są wymieniona przez 1-2% osób, a szczegółowe ich zestawienie znajduje się na poniższym wykresie.



78% starszych uczniów nie wie, w jaki sposób można w okolicy uzyskać dostęp do narkotyków czy dopalaczy. Co piąta osoba uznaje, że nie stanowi to problemu. Zorientowani w tej kwestii ankietowani podają, że są to miejsca wyznaczone przez dealera (13%), dyskoteka (12%), szkoła (9%) i dom dealera (7%). Co dziesiąty nastolatek ma świadomość, że w łatwy sposób można uzyskać dostęp do środków psychoaktywnych za pośrednictwem Internetu.

### Możliwość samodzielnego zakupu narkotyku w okolicy (odpowiedzi starszych uczniów)



Badanych zapytano, podobnie jak w przypadku picia alkoholu, o spodziewane efekty przyjmowania narkotyków lub innych środków odurzających. Nie dominuje wyraźnie jakiś jeden – pozytywny lub negatywny skutek. Wśród częściej wymienianych znalazły się: trudności z koncentracją (29%), utrata wątku myślenia (25%), intensyfikacja radości (24%), trudności w prowadzeniu rozmowy (23%), a w dalszej kolejności: lęk (17%), wzrost otwartości (15%), zmniejszenie nieśmiałości i bardziej intensywne doznania percepcyjne i zmniejszenie zahamowań (po 14%) oraz większa intensywność doświadczeń (11%) i poczucie bycia prześladowanym (9%).

#### Dorośli ankietowani - podsumowanie

Mieszkańcy Nowego Targu za najpoważniejsze problemy miasta uznają uzależnienie od alkoholu i narkotyków oraz dewastację środowiska naturalnego.

30% respondentów pali papierosy, zazwyczaj co najmniej kilka dziennie. Elektroniczne papierosy są uznawane za bezpieczniejsze, jednak w praktyce ankietowani rzadko po nie sięgają.

40% mieszkańców osobiście spotkało się z propozycją zakupu narkotyków. Co trzecia osoba zażywała kiedyś marihuanę, dopalacze, amfetaminę lub ecstasy. Co piąty dorosły sięga po środek psychoaktywne przynajmniej raz w miesiącu. Częste zażywanie środków psychoaktywnych może prowadzić do podobnych skutków społecznych i osobistych, jak w przypadku uzależnienia od alkoholu. Wymaga to szeroko zakrojonej profilaktyki narkotykowej oraz identyfikowania możliwych źródeł dostępu do środków psychoaktywnych w okolicy.

Część ankietowanych żywi bardzo niekorzystne dla zdrowia przekonania. Nikotyna jest postrzegana jako środek łagodzący stres i wspomagający szczupłą sylwetkę. Neguje się szkodliwość palenia dla otoczenia, kobiet w ciąży i zdrowia samego palacza, o ile pali niedużo.

Znaczna większość respondentów (około 80%) nie dostrzega negatywnych konsekwencji zażywania narkotyków i ryzyka uzależnienia, gdy są przyjmowane w niewielkich ilościach. Bardzo pozytywnie wypowiadają się na temat możliwości legalizacji niektórych rodzajów narkotyków i leczniczej marihuany.

## Seniorzy - podsumowanie

Częstotliwość palenia papierosów wśród seniorów jest mniejsza niż wśród pozostałych dorosłych mieszkańców Nowego Targu. Prezentują bardziej krytyczne postawy wobec palenia.

## Starsi uczniowie, ich rodzice i wychowawcy

Zdaniem nastolatków sporadyczne sięganie po narkotyki, papierosy czy alkohol niesie ze sobą niewielkie ryzyko uzależnienia lub szkód zdrowotnych. Część rówieśników ankietowanych uczniów zażywa narkotyki (nie tylko marihuanę, ale też np. ecstasy czy amfetaminę). 15% starszych uczniów pali papierosy, które samodzielnie kupuje lub dostaje od starszych kolegów.

Warto uświadamiać rodziców i nastolatków o konsekwencjach częstego przyjmowania środków przeciwbólowych i innych leków dostępnych bez recepty, gdyż problem może dotyczyć sporej grupy uczniów.

Na koniec należy wspomnieć o ważnym badaniu jakim jest ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Drugs), które było przeprowadzone w maju i czerwcu 2019 r. wśród uczniów 15-16 lat oraz 17-18 lat. Celem badań, powtarzanych co 4 lata począwszy od 1995 r. jest monitorowanie natężenia problemu używania przez młodzież substancji psychoaktywnych, a także ocena czynników wpływających na rozpowszechnienie, ułożenie zarówno po stronie popytu na substancje, jak i podaży. W 2019 r. badanie zostało zrealizowane przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii oraz Państwową Agencję Rozwiązywania problemów Alkoholowych przy współpracy Instytutu Psychiatrii i Neurologii. Ważona próba ogólnopolska liczyła 2814 uczniów trzecich klas szkół gimnazjalnych oraz 3089 uczniów drugich klas szkół ponadgimnazjalnych, chociaż w sumie zebrano 12434 ankiet.

## Alkohol

Napoje alkoholowe są najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży. Chociaż raz w ciągu całego swojego życia piło 84% uczniów z młodszej grupy i 96% uczniów z starszej grupy.

Porównanie wyników badania z 2019 r. z wynikami wcześniejszych badań wskazuje na trend spadkowy rozpowszechnienia picia wśród gimnazjalistów zapoczątkowany w 2007 r. Wcześniej obserwowano tendencje wzrostową.

W zakresie wskaźników picia alkoholu przez gimnazjalistów w latach 1995-2007 obserwowano proces zacierania się różnic między dziewczętami i chłopcami, który w 2011 r. uległ zahamowaniu. W czasie ostatnich ośmiu lat odnotować trzeba wznowienie tego procesu. W 2019 r. odsetki dziewcząt, które piły w czasie ostatnich 30 przed badaniem są nieznacznie wyższe, niż jak analogiczne odsetki chłopców. Stało się tak za sprawą większego spadku rozpowszechnienia picia wśród chłopców niż wśród dziewcząt.

Począwszy od pierwszych badań ESPAD najbardziej popularnym napojem alkoholowym wśród całej młodzieży jest piwo, a najmniej - wino.

Uwagę zwraca wysoki poziom dostępności napojów alkoholowych przejawiający się w ocenach respondentów. W zakresie ocen dostępności napojów alkoholowych odnotować trzeba powolną, ale konsekwentnie pozytywną tendencję zmniejszania się odsetek uczniów określających swój dostęp jako bardzo łatwy. Ponadto zmniejszają się też odsetki uczniów dokonujących zakupów napojów alkoholowych zwłaszcza piwa.

### **Tytoń**

Doświadczenia z paleniem papierosów ma połowa gimnazjalistów oraz dwie trzecie uczniów ze starszej kohorty, a w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem wyroby tytoniowe paliło 23% gimnazjalistów i prawie 36% uczniów szkół ponadgimnazjalnych. Wyniki te są znacznie lepsze od wyników z 2003 r. Wedle ocen respondentów spadła także znacznie dostępność papierosów. Jednocześnie pojawiły się nowe formy wprowadzenia nikotyny do organizmu, np. e-papierosy. W starszej kohorcie ich popularność dorównuje już popularności tradycyjnych wyrobów tytoniowych, a w młodszej nawet ją przewyższa.

### **Narkotyki**

Zgodnie z oczekiwaniami wyniki badania wskazują na znacznie niższy poziom rozpowszechnienia używania substancji nielegalnych niż legalnych, zwłaszcza alkoholu. Większość badanych nigdy po substancje nielegalne nie sięgała. Wśród tych, którzy mają za sobą takie doświadczenia większość stanowią osoby, które co najwyżej eksperymentowały z marihuaną lub haszyszem. Chociaż raz w ciągu całego życia używało tych substancji 21% młodszych uczniów i 37% starszych uczniów. Na drugim miejscu wśród uczniów gimnazjów pod względem rozpowszechnienia substancji nielegalnych jest amfetamina (4%), a wśród uczniów szkół wyższego poziomu - ecstasy (5%).

Inne wskaźniki problemu marihuany i haszyszu, takie jak postrzegana dostępność czy oferty tych substancji, jak również zasięg używania ich w otoczeniu badanych wykazują podobne tendencje jak rozpowszechnienie używania. W młodszej grupie w 2019 r. zaznaczył się spadek, w starszej stabilizacja lub także spadek. Potwierdza to tezę o odwróceniu trendu wzrostowego problemu przetworów konopi wśród młodzieży szkolnej.

W obszarze oceny ryzyka związanego z używaniem substancji obserwujemy trend spadkowy odsetek badanych przypisujących używaniu marihuany lub haszyszu duże ryzyko, niezależnie od tego czy pytamy o eksperymentowanie z tymi substancjami, ich okazjonalne, czy nawet regularne używanie.

### **Nowe substancje psychoaktywne („dopalacze”)**

Odsetki uczniów, którzy używali nowych substancji psychoaktywnych są znacznie niższe niż odsetki używających przetworów konopi. Nie odnotowano wzrostu tych odsetek między 2011 i 2015 r. Wśród uczniów ze starszej kohorty odnotowano nawet spadek rozpowszechnienia używania tych substancji na przestrzeni całego życia oraz w czasie ostatnich 12 miesięcy. W 2019 r. w obu kohortach zmniejszyły się odsetki uczniów, którzy używali „dopalaczy” kiedykolwiek w życiu, zaś w młodszej kohorcie także tych, którzy sięgali po nie w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem.

### **Wstępne wnioski**

Wyniki badania ESPAD sugerują pewne sukcesy w ograniczaniu dostępności alkoholu dla nieletnich. Ten długoterminowy proces wart jest dalszego wsparcia. Ograniczanie dostępności alkoholu, to jedna z najbardziej obiecujących strategii ograniczania problemów alkoholowych.

Wzrost liberalnego podejścia rodziców, do picia alkoholu przez ich dzieci może rodzić obawy o trwałość pozytywnego trendu w rozpowszechnieniu picia przez młodzież.

Niepokoić może znaczna popularność e-papierosów. Wprawdzie wydają się one mniej szkodliwe niż tradycyjne wyroby tytoniowe, to jednak nie są one obojętne dla zdrowia. Warto dodać, iż zdecydowana większość młodzieży jest zdania, iż próbowanie e-papierosów nie niesie żadnego ryzyka lub co najwyżej wiąże się z małym ryzykiem. Nowe wyroby tytoniowe zdają się stanowić wyzwanie dla profilaktyki.

Analiza trendów rozpowszechnienia używania nowych substancji psychoaktywnych, czyli tzw. "dopalaczy" napawa optymizmem. Tendencjom spadkowym w tym zakresie towarzyszy wzrost przekonań o ryzyku związanym z używaniem tych substancji, nie tylko w sposób regularny, ale także na poziomie eksperymentowania. Trzeba dodać, iż wskaźniki dostępności tych substancji także weszły w trend spadkowy.

Szczególnym wyzwaniem pozostaje znaczne rozpowszechnienie palenia tytoniu i picia alkoholu przez dziewczęta. Wyniki uzyskane w 2019 r. potwierdziły skalę potrzeb w zakresie profilaktyki alkoholowej oraz tytoniowej adresowanej do dziewcząt. Większość wskaźników picia alkoholu i palenia tytoniu u dziewcząt jest podobna do notowanej u chłopców. Tradycyjnie zarówno picie, jak palenie należały do męskich atrybutów. Zmiany obyczajowe jakich doświadczamy w ostatnich dziesięcioleciach zdają się kwestionować tę zasadę. W efekcie rodzi to nowe zagrożenia, na które odpowiedzią powinno być szersze uwzględnienie specyfiki dziewcząt jako adresatów profilaktyki.

### **3. DIAGNOZA UZALEŻNIEŃ BEHAWIORALNYCH**

#### **Cele i metodologia badania**

Punktem wyjścia wszelkiej interwencji zmierzającej do zniwelowania występujących w społeczności lokalnej problemów społecznych jest kompleksowa diagnoza obejmująca problemy oraz wynikające z nich potrzeby. Pomaga ona zidentyfikować negatywne, nieakceptowane zjawiska, a także niezaspokojone potrzeby i oczekiwania mieszkańców.

Niniejsza diagnoza ma na celu ukazanie skali uzależnień behawioralnych występujących na terenie Miasta Nowy Targ.

Diagnozę przeprowadzono z wykorzystaniem metod ilościowych i jakościowych.

#### **Zastosowane metody ilościowe**

- punktem wyjścia przeprowadzonych badań była analiza danych zastanych; analizie poddano informacje dotyczące skali zjawiska występowania uzależnień behawioralnych, doświadczeń w udzielaniu pomocy osobom dotkniętym uzależnieniami behawioralnymi oraz prowadzonych programów i działań profilaktycznych; na podstawie kwestionariuszy oraz ankiet dokonano analizy za lata 2019-2021,
- w celu poznania skali, doświadczeń oraz świadomości mieszkańców Miasta Nowy Targ w badanym obszarze przeprowadzono trzy badania ankietowe. Pierwsze skierowane do dorosłych mieszkańców Miasta Nowy Targ, drugie badanie skierowane było do dzieci i młodzieży szkół podstawowych, trzecie badanie skierowane do rodziców uczniów szkół podstawowych.

W badaniu ankietowym udział wzięło łącznie 979 osób, w tym 167 młodzieży od 16 roku życia i dorosłych mieszkańców Miasta Nowy Targ, 451 uczniów szkół podstawowych, 361 rodziców uczniów szkół podstawowych.

### Zastosowane metody jakościowe

- w celu poznania doświadczeń w obszarze pomocy osobom z uzależnieniami behawioralnymi przeprowadzono badanie sondażowe wśród profesjonalistów pracujących w tym obszarze w Mieście Nowy Targ; ankieta przekazana została psychologom i pedagogom szkolnym, profesjonalistom pracującym w Podhalańskim Szpitalu Specjalistycznym im. Jana Pawła II w Poradni Leczenia Uzależnień, Stowarzyszeniu Rozwoju Policji, Miejskiemu Ośrodkowi Pomocy Społecznej w Nowym Targu.

### Zasoby instytucjonalne w obszarze uzależnień behawioralnych

Na terenie Miasta działają następujące podmioty, które udzielają wsparcia osobom dotkniętym uzależnieniami behawioralnymi:

- Podhalański Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II: Poradnia Leczenia Uzależnień
- Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna
- Stowarzyszenie Rozwoju
- Placówki Oświatowe
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Targu
- Miejska Komisja Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

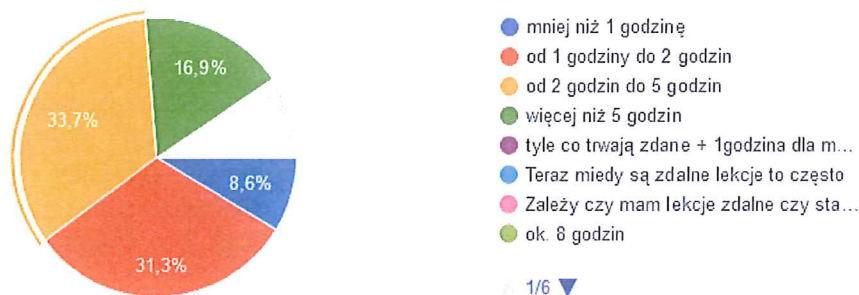
### Diagnoza uzależnień behawioralnych - wyniki badań

#### Wyniki badań ankietowych przeprowadzonych wśród dzieci i młodzieży szkół podstawowych

Ankietę wypełniło 451 osób, 243 dziewczynki oraz 208 chłopców. 87 uczniów było w wieku od 7 do 10 lat, 261 w wieku od 11 do 13 lat oraz 103 uczniów w wieku 14-15 lat.

33,7% ankietowanych uczniów spędza w sieci od 2 do 5 godzin, natomiast 16,9% ponad 5 godzin dziennie.

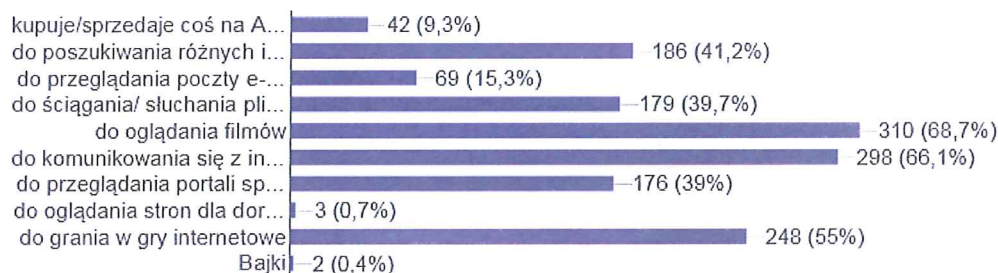
#### Ile dziennie spędzasz w sieci internetowej?



62,7% uczniów z sieci korzysta za pośrednictwem telefonu komórkowego, 32,4% za pomocą komputera i 4,9% a pomocą tabletu.



### Do czego najczęściej używasz Internetu?

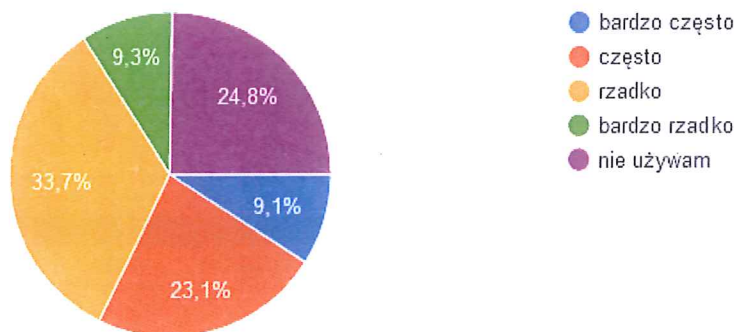


Legenda: kupuje/sprzedaje coś na Allegro, E-bay, innych stronach; do poszukiwania różnych informacji potrzebnych w szkole; do przeglądania poczty e-mail; do ściągania/ słuchania plików muzycznych; do oglądania filmów; do komunikowania się z innymi osobami, uczestniczenia w czatach internetowych; do przeglądania portali społecznościowych, forów internetowych; do oglądania stron dla dorosłych; do grania w gry internetowe; innych celów, jakich.....

Najczęściej Internetu używają do oglądania filmów (68,7%), komunikowania się z innymi (66,1%), do grania w gry internetowe (55%), do poszukiwania różnych informacji potrzebnych w szkole (41,2%), ściągania i słuchania plików muzycznych (39,7%), przeglądania portali społecznościowych (39%).

32,2% ankietowanych (odpowiedzi bardzo często i często) w Internecie poszukuje informacji służących rozwiązywaniu ich problemów.

### Czy używasz Internetu do rozwiązywania swoich problemów?



10,9% badanych uczniów używa płatnych stron internetowych.

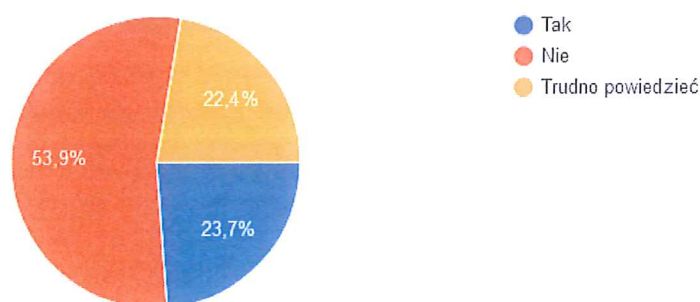
10% ankietowanych przyznaje, iż Internet tak pochłonął ich uwagę, że zaniedbało kontakty z najbliższymi członkami rodziny, kolegami, koleżankami. 27,9% badanych stwierdziło, iż zdarzyło się im, że Internet tak pochłonął ich uwagę, że zapomnieli o swoich codziennych obowiązkach.

27,7% uczniów odpowiedziało, iż Internet tak pochłonął ich uwagę, że zaniedbało naukę. 9,8% ankietowanych przyznało, iż Internet tak pochłonął ich uwagę, że zapomniało zjeść posiłek. 52,8% respondentom zdarza się korzystać z Internetu przez dłuższy czas niż mieli zaplanowane.

38,6% ankietowanych odczuwa znudzenie, gdy nie ma dłuższy czas dostępu do Internetu, 8,2% odczuwa zdenerwowanie, a 6,4% niepokoi się. 56,5% uczniów stwierdziło, iż nie wywiera to na nich żadnego wpływu.

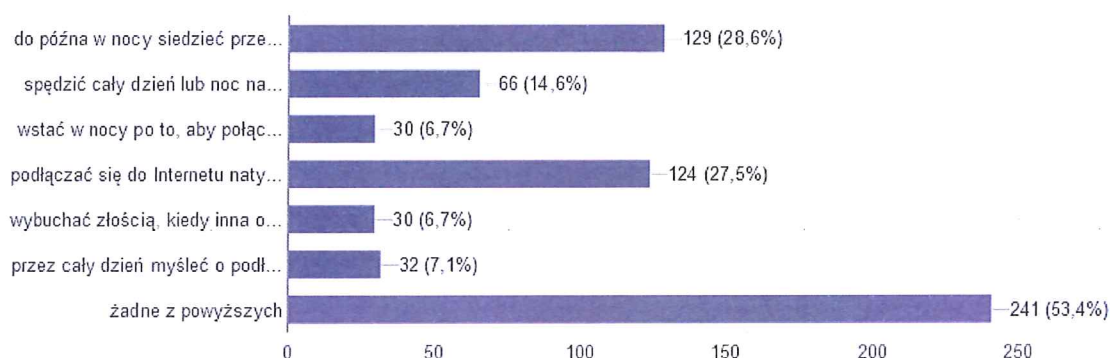
23,7% badanych twierdzi, iż przez korzystanie z Internetu zmieniło swoje zachowanie.

#### Czy uważasz, że przez korzystanie z Internetu zmieniłeś/zmieniłaś swoje zachowanie?



6,2% ankietowanych uważa, iż korzystanie z Internetu ma negatywny wpływ na ich relacje rodziną, rodzeństwem, kolegami, koleżankami, nauczycielami.

#### Czy zdarza ci się?

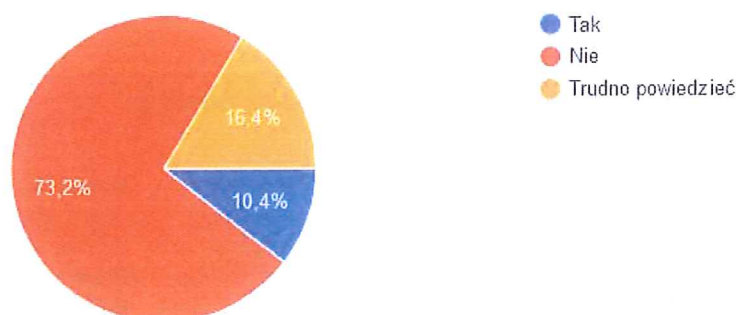


28,6% uczniom zdarza się do późna w nocy siedzieć przed komputerem, 27,5% podłączać się do Internetu natychmiast po przebudzeniu, 14,6% zdarzyło się spędzić cały dzień lub noc na graniu w gry komputerowe.

2,2% (10 uczniów) odpowiedziało, iż gra w gry hazardowe. 3 osoby przyznało, iż przegrało pieniądze, które potem, żeby je oddać musiało pożyczyć.

16,6% (75 osób) jest zaniepokojonych swoją wagą, 17,5% ankietowanych przyznało, iż często je, gdy nie jest głodna, a 8% zdarza się objadać w samotności. 6,4% przyznało, iż miewa napady obżarstwa, kiedy nie kontroluje tego, ile zjada. 10,4% pytanych stwierdziło, iż ich sposób jedzenia wpływa niszcząco na ich zdrowie.

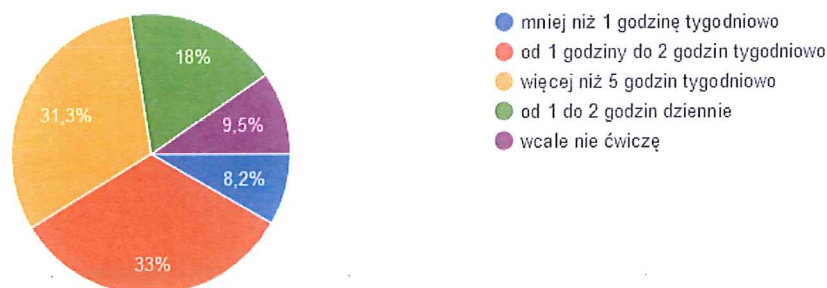
### Czy Twój sposób jedzenia wpływa niszcząco na Twoje zdrowie?



7,5% (34 osoby) przyznało, iż podejmuje próby kontrolowania wagi poprzez drastyczne diety i głodówki. 16,2% ankietowanych uczniów odczuwa potrzebę nieustannego myślenia o swojej wadze i wyglądzie.

31,3% uczniów poświęca na ćwiczenia fizyczne więcej niż 5 godzin tygodniowo, a 18% od 1 do 2 godzin dziennie.

### Ile czasu poświęcasz na ćwiczenia fizyczne?



23,5% ankietowanych uważa, że ćwiczenia fizyczne są najważniejsze w ich życiu. 3,8% uczniów przyznaje, iż ćwiczenia fizyczne są powodem kłótni i konfliktów z rodziną, przyjaciółmi.

Na pytanie, w jakich zajęciach organizowanych przez szkołę a dotyczących uzależnień i innych zagrożeń uczniowie brali udział, 54,1% ankietowanych stwierdziło, iż nie brało udziału w żadnych tego typu zajęciach.

### Wyniki badań ankietowych przeprowadzonych wśród rodziców dzieci szkół podstawowych

Ankietę wypełniło 361 osób (rodziców: 178 dziewczynek, 183 chłopców), mających dzieci w wieku: od 7 do 10 lat - 156 dzieci, w wieku 11 do 13 - 163 dzieci, od 14 do 15 - 42 dzieci. 59% rodziców wie na czym polegają uzależnienia behawioralne, 41% nie ma takiej wiedzy. 62,6% dzieci do surfowania po Internecie używa telefonu komórkowego, 27,1% komputera, 10,2% tabletu.

Na pytanie o ilość czasu spędzanego przez ich dzieci w sieci internetowej 23% rodziców odpowiedziało, że mniej niż godzinę, 31,6 % od 1 do 2 godzin. Obawy powinien budzić fakt, iż 29,1 % dzieci spędza w sieci od 2 do 5 godzin, a 13,3% więcej niż 5 godzin dziennie.

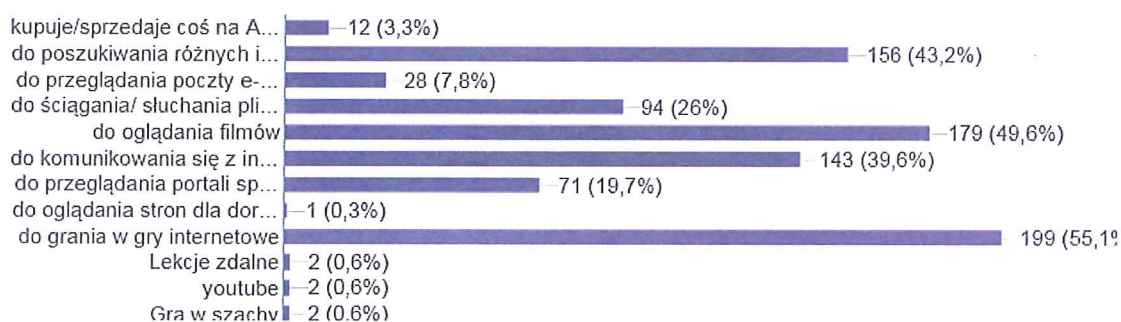
### Ile czasu dziennie spędza Pana/i dziecko w sieci internetowej?



Inne odpowiedzi: w tygodniu ok 2 godz., w trakcie trwania lekcji on-line pół dnia, w ogóle-sporadycznie w weekend, tylko w weekendy po 2 godziny, raz w tygodniu gry online, kilka razy w tygodniu po południu, nauka zdalna do 8 godz., ok. 1 godziny tygodniowo, sporadycznie.

Najczęściej zdaniem rodziców dzieci używają Internetu do grania w gry komputerowe, oglądania filmów, poszukiwania informacji potrzebnych w szkole, komunikowania się z innymi.

### Do czego najczęściej używa Pana/i dziecko Internetu?

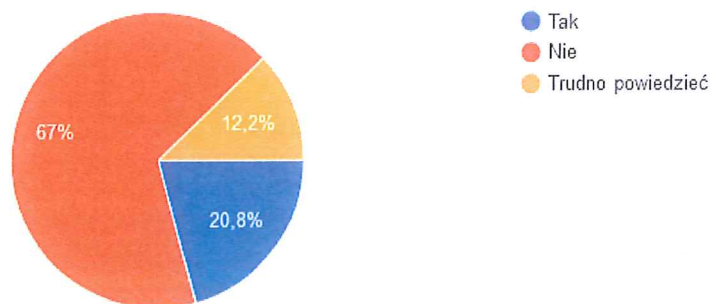


Legenda: kupuje/sprzedaje coś na Allegro, E-bay, innych stronach; do poszukiwania różnych informacji potrzebnych w szkole; do przeglądania poczty e-mail; do ściągania/ słuchania plików muzycznych; do oglądania filmów; do komunikowania się z innymi osobami, uczestniczenia w czatach internetowych; do przeglądania portali społecznościowych, forów internetowych; do oglądania stron dla dorosłych; do grania w gry internetowe; innych celów, jakich: youtube lekcje zdalne, gra w szachy

5% dzieci używa płatnych stron internetowych.

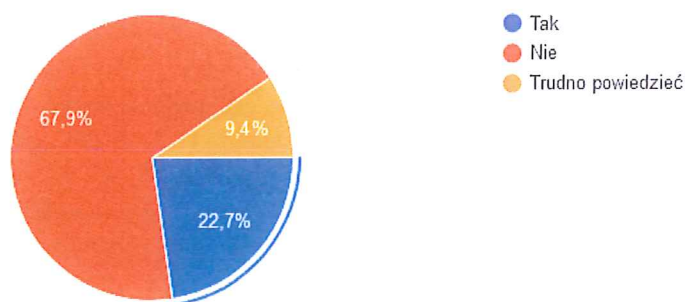
20,8 % rodziców (75 osób) stwierdziło, iż przez korzystanie z Internetu dziecko zaniedbało kontakty społeczne.

*Czy zdarzyło się, że Internet tak pochłonął uwagę Pana/i dziecka, że zaniedbało kontakty z najbliższymi członkami rodziny, kolegami/koleżankami?*



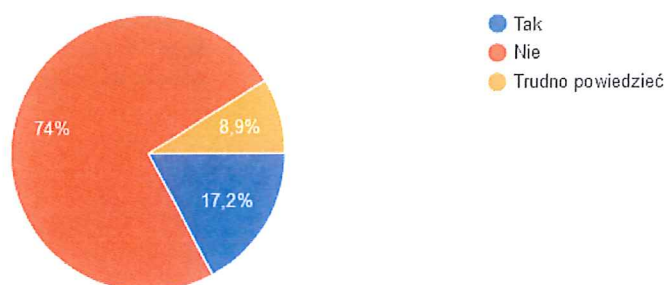
Zdaniem 22,7% rodziców (82 osoby) Internet ma negatywny wpływ na wykonywanie codziennych obowiązków przez dziecko.

*Czy Internet tak absorbuje uwagę Pana/i dziecka, że nie wykonuje swoich codziennych obowiązków?*



17,2 % rodziców (62osoby) uważa, iż przez Internet dziecko zaniedbało naukę.

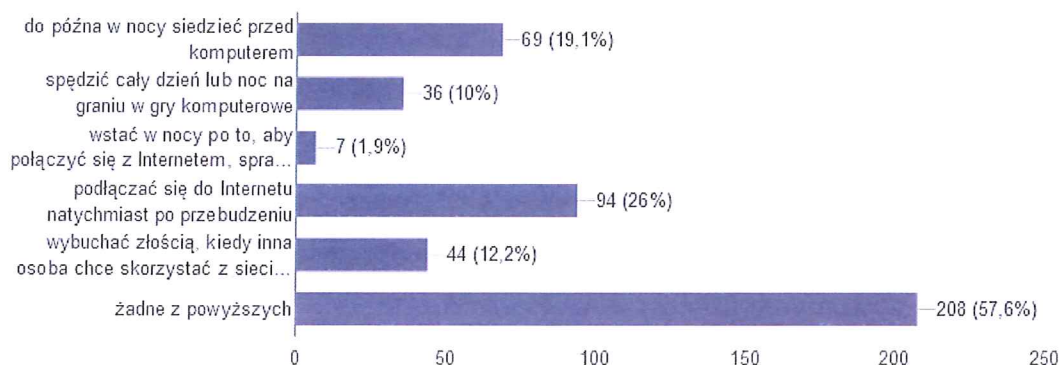
*Czy Internet tak absorbuje uwagę Pana/i dziecka, że zaniedbało naukę?*



Na pytanie, jak reaguje dziecko, gdy nie ma dostępu do Internetu, 38% rodziców odpowiedziało, że dziecko odczuwa znudzenie, 18,3% że jest zdenerwowane, 8,9% że się niepokoi. 49,6% odpowiedziało, iż nie wywiera to na ich dziecko żadnego wpływu.

Niepokojące jest to, iż 19,1% rodziców obserwuje, iż ich dziecko do późna w nocy siedzi przed komputerem, 10% dzieci zdarza się spędzić dzień lub noc na graniu w gry komputerowe, 12,2 % reaguje złością na to, kiedy inna osoba chce skorzystać z sieci na jego komputerze, smartfonie czy tablecie, a 26% dzieci podłącza się do Internetu zaraz po przebudzeniu.

#### Czy zdarza się Pana/i dziecku ....

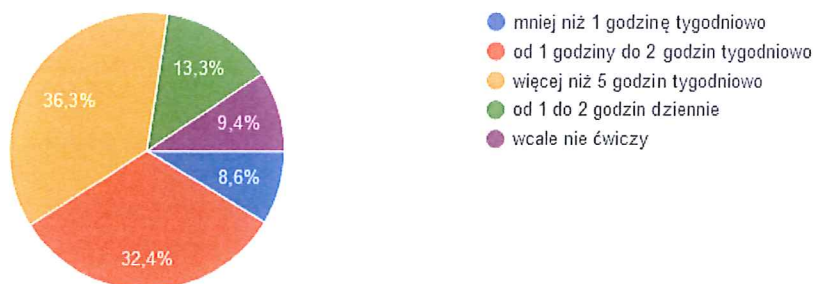


Zdaniem ankietowanych rodziców ich dzieci nie grają w gry hazardowe, nie zdarzyło się im także zagrać pieniędzy w grach hazardowych.

7,5% ankietowanych rodziców (27 osób) uważa, iż jego dziecko zbyt dużo je, 11,4% (41 osób) jest zaniepokojonych wagą swojego dziecka, 14,1 % (51 osób), uważa, iż sposób jedzenia jego dziecka wpływa niszcząco na jego zdrowie, 4,4% (16 osób) zaobserwowało u swojego dziecka napady obżarstwa, 1,9% (7 osób) odpowiedziało, iż jego dziecko podejmuje próby kontrolowania wagi poprzez wyniszczające diety czy głódówki.

13,3% rodziców odpowiedziało, iż ich dziecko na ćwiczenia fizyczne poświęca od 1 do 2 godzin dziennie, 36,3% że więcej niż 5 godzin tygodniowo.

#### Ile czasu poświęca Pana/i dziecko na ćwiczenia fizyczne?

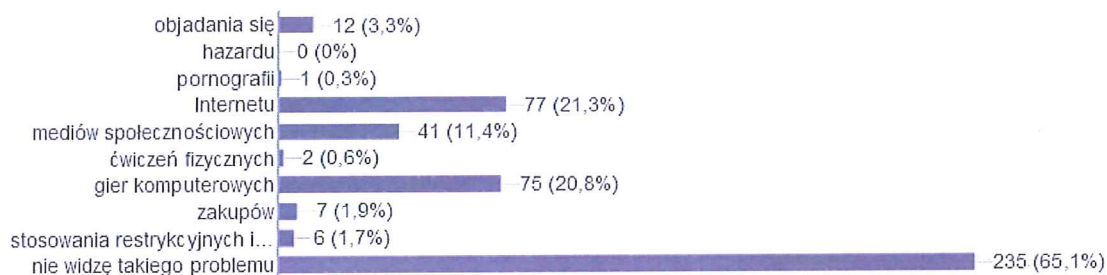


Jednocześnie 7 rodziców stwierdziło, iż zaangażowanie w ćwiczenia fizyczne jego dziecka jest powodem konfliktów na rodziną. 14 rodziców zaobserwowało, iż ich dzieci systematycznie zwiększają długość i intensywność ćwiczeń.

21,3% rodziców uważa, iż jego dziecko jest uzależnione od Internetu, 20,8% od gier komputerowych, 11,4% od mediów społecznościowych, 3,3% od objadania się. 65,1%

rodziców stwierdziło, iż nie widzi problemów z uzależnieniem behawioralnym u swojego dziecka.

**Czy podejrzewa Pan/i, iż wasze dziecko ma duży problem lub Pana/i zdaniem jest uzależnione od: ...**



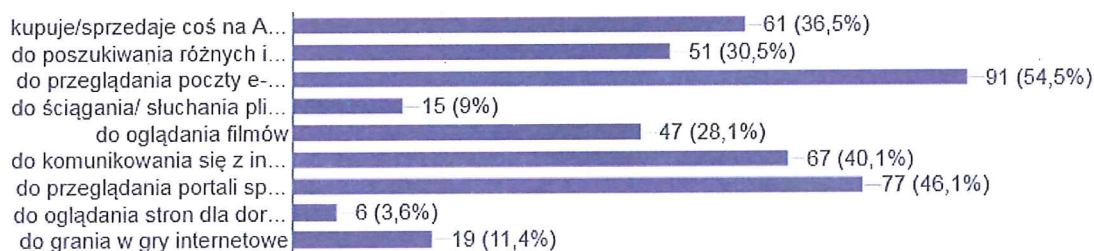
**Wyniki badań ankietowych przeprowadzonych wśród młodzieży od 16 roku życia i dorosłych mieszkańców Miasta Nowy Targ**

W badaniu udział wzięło 71,9% kobiet oraz 28,1% mężczyzn. 2,4% osób było w wieku od 16 do 18 lat, 48,5% osób w wieku od 18 do 60 lat i 49,1% osób w wieku powyżej 60 roku życia.

47,3% osób wie na czym polegają uzależnienia behawioralne, pozostali nie mają takiej wiedzy.

35,3% badanych spędza w sieci internetowej od 2 do 5 godzin dziennie, 13,2 % powyżej 5 godzin dziennie.

**Do czego najczęściej używa Pan/i Internetu?**

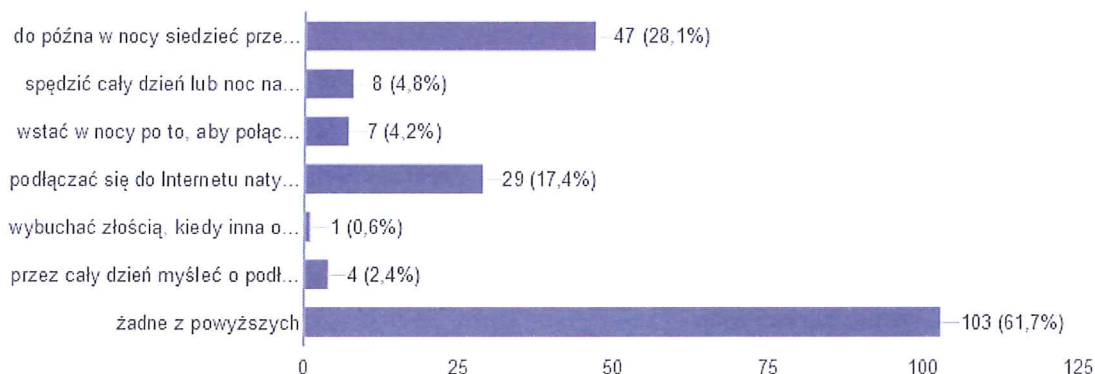


Respondenci najczęściej Internetu używają do przeglądania poczty elektronicznej (54,5%), do przeglądania portali społecznościowych (46,1%), komunikowania się z innymi (40,1%). 36,5% ankietowanych dokonuje zakupów w sieci, 10,8% używa płatnych stron internetowych.

13,2% ankietowanych przyznaje, iż Internet tak pochłonął ich uwagę, że zaniedbało kontakty z najbliższymi członkami rodziny, 13,8% zaniedbało kontakty z kolegami, koleżankami, przyjaciółmi. 13,2% badanych stwierdziło, iż zdarzyło się im, że Internet tak pochłonął ich uwagę, że zapomnieli o swoich codziennych obowiązkach. 10,2 % respondentów odpowiedziało, iż Internet tak pochłonął ich uwagę, że zaniedbało naukę/pracę.

12 % ankietowanych odczuwa znudzenie, gdy nie ma dłuższy czas dostępu do Internetu, 7,8% odczuwa zdenerwowanie, a 10,8% niepokoi się. 69,5% osób stwierdziło, iż nie wywiera to na nich żadnego wpływu.

### Czy zdarza się Panu/i ...

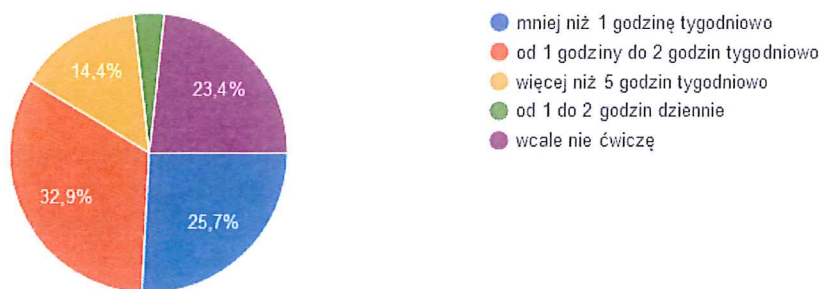


28,1% badanych zdarza się do późna w nocy siedzieć przed komputerem, a 17,4% podłączać do Internetu natychmiast po przebudzeniu.

3% ankietowanych przyznało, iż gra w gry hazardowe i/lub na automatach, a 3,6% zdarzyło się przegrać pieniądze, których nie mieli. 3% badanych odczuwa niepokój, gdy przez dłuższy czas nie ma dostępu do gier hazardowych i/lub automatów.

14,4% ankietowanych odczuwa potrzebę nieustannego myślenia o swoim wyglądzie, wadze i jedzeniu. 31,1% respondentów jest zaniepokojonych swoją wagą. 12,6% często je, gdy nie jest głodny, 7,8% w samotności objada się, a 6,6% miewa napady obżarstwa. 14,4% ankietowanych uważa, iż ich sposób jedzenia wpływa niszcząco na ich zdrowie. 11,4% osób podejmuje próby regulowania swojej wagi poprzez drastyczne diety i głodówki.

### Ile czasu poświęca Pan/i na ćwiczenia fizyczne?

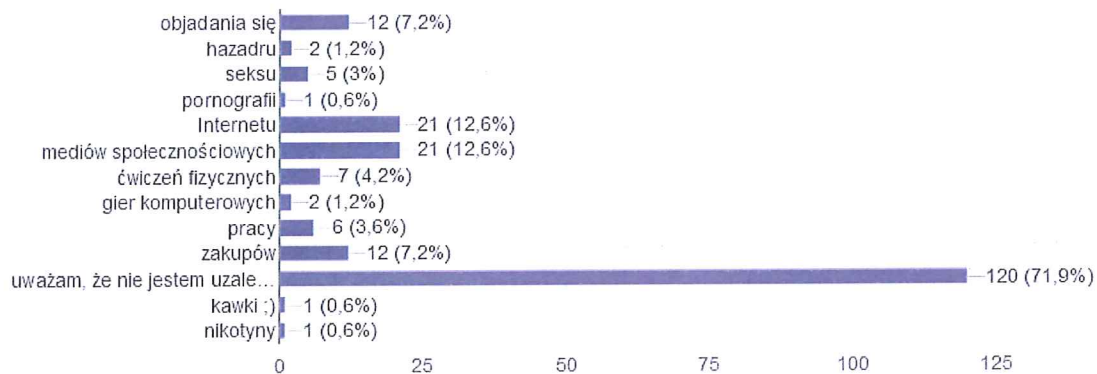


14,4% ankietowanych poświęca na ćwiczenia fizyczne więcej niż 5 godzin tygodniowo, a 3,6% osób od 1 do 2 godzin dziennie. 24,6% respondentów deklaruje, iż ćwiczenia fizyczne są najważniejsze w ich życiu, a 7,2% systematycznie zwiększa ilość lub długość codziennych ćwiczeń. 2,4% pytanych odpowiedziało, iż ćwiczenia fizyczne są powodem konfliktu z rodziną i/lub przyjaciółmi.



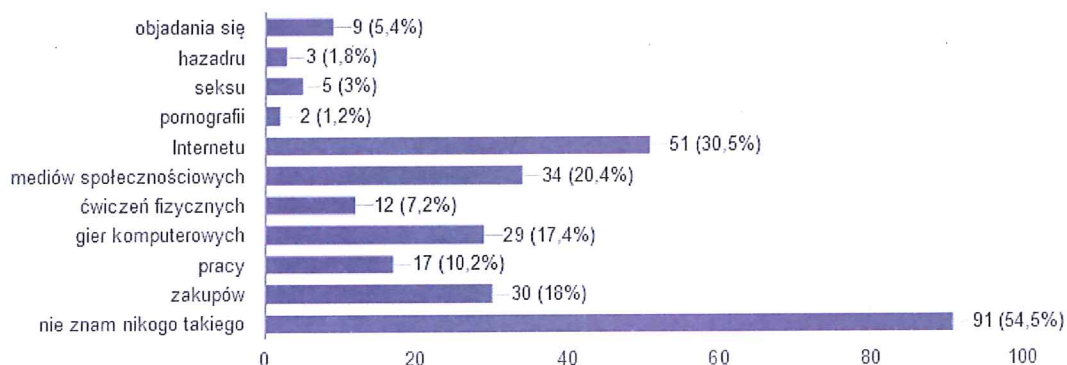
71,9% respondentów uważa, iż nie ma problemu z uzależnieniem behawioralnym. 12,6 podejrzewa u siebie uzależnienie od Internetu, 12,6% od mediów społecznościowych, 7,2% od zakupów, 7,2% od objadania się, 4,2% od ćwiczeń fizycznych, 3,6% od pracy, 3% od seksu, 1,2 od hazardu, 1,2 od gier komputerowych, jedna osoba od pornografii.

**Czy podejrzewa Pan/i, iż jest uzależniony/a od ....**



54,5% ankietowanych nie zna nikogo w swoim otoczeniu, kto by był uzależniony behawioralnie. 30,5% pytanych zna osobę uzależnioną od Internetu, 20,4% od mediów społecznościowych, 18% od zakupów, 17,4% od gier komputerowych, 10,2% zna osobę uzależnioną od pracy.

**Czy zna Pan/i kogoś w najbliższym otoczeniu, kto jest uzależniony/a behawioralnie? Jeśli tak, to proszę zaznaczyć od czego.**



Tylko 8 osób na 102 udzielających odpowiedzi (młodzież ucząca się) wie, iż w jego szkole podejmowane są działania o charakterze profilaktycznym. 84,9% nie uczestniczyło w żadnym tego typu zajęciach.

9,7% młodzieży brało udział w zajęciach związanych z poszerzeniem wiedzy na temat uzależnień od substancji psychoaktywnych: alkoholu, narkotyków, dopalaczy, 5,4% w programach związanych z tematyką uzależnień behawioralnych, w tym uzależnieniem od hazardu, Internetu, gier komputerowych, zakupów, 3,2% w działaniach pozwalających poszerzyć wiedzę na temat rozpoznawania przejawów zachowań ryzykowanych wśród

młodzieży, 4,3% w programach dostarczających aktualną wiedzę o pomocy specjalistycznej dla osób z problemami uzależnień od alkoholu, narkotyków, Internetu, hazardu, 4,3% w zajęciach uświadamiających zagrożenia związane z okresem dojrzewania i dorastania, 4,3% w działaniach podnoszących poziom wiedzy na temat konsekwencji prawnych związanych z naruszaniem przepisów prawa w związku z przemocą w szkole, piciem alkoholu, używaniem narkotyków, a także cyberprzemocy, w tym stalkingu, hackingu, utrwalaniem i przetwarzaniem nieuprawnionych treści.

### **Wyniki badań przeprowadzonych wśród pedagogów, psychologów szkolnych oraz profesjonalistów zajmujących się pomocą osobom z uzależnieniami behawioralnymi**

#### **Podhalański Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II: Poradnia Leczenia Uzależnień**

Do poradni zgłaszają się osoby z uzależnieniami behawioralnymi. Głównie są to uzależnienia od hazardu, uzależnienie od Internetu, uzależnienie od gier komputerowych, hiperseksualność. Uzależnienia behawioralne stanowią ok 8-10 procent ze wszystkich porad udzielanych przez poradnię. Poradnia oferuje następującą pomoc osobom zgłaszającym się z uzależnieniami behawioralnymi: praca z osobami dorosłymi program podstawowy i pogłębiony terapii uzależnień redukcja szkód, sesja indywidualna, sesja grupowa, praca z rodziną.

#### **Stowarzyszenie Rozwoju**

Najczęściej zgłaszane uzależnienia, to: kompulsywne objadanie się, hazard, od Internetu, od mediów społecznościowych, od gier komputerowych, od zakupów, od seksu i pornografii. W roku 2021 zgłosiło się 14 osób, w 2020 - 5 osób.

**Osoby zgłaszające się z uzależnieniem behawioralnym mogą liczyć na następującą pomoc:** przede wszystkim na wsparcie ze strony psychologa oraz terapeuty uzależnień, mogą przyjść na grupę wsparcia, na której otrzymają narzędzia, jak sobie radzić, mogą rozpocząć terapię ambulatoryjną, podczas której dowiedzą się, jak ta choroba działa i jak mogą sobie radzić z nią w życiu codziennym.

Dane najczęściej występujących uzależnień behawioralnych w nowotarskich szkołach

<b>Rodzaj uzależnienia behawioralnego</b>	<b>2019/2020</b>	<b>2020/2021</b>	<b>2021/2022</b>
Gry komputerowe	<b>24</b>	<b>44</b>	<b>40</b>
Restrykcyjne i niezdrowe diety.			
Internet			
Media społecznościowe			

Uczeń, który ma problem z uzależnieniem behawioralnym oraz jego rodzice mogą liczyć na następującą pomoc ze strony szkoły:

- odpowiednia terapia psychologiczna,
- objęcie ucznia pomocą pedagoga w postaci dodatkowych zajęć,
- trening umiejętności psychospołecznych, czyli naukę radzenia sobie z emocjami i stresem, porozumiewania się i utrzymywania dobrych relacji interpersonalnych,

podejmowania decyzji rozwiązywania problemów, twórczego i krytycznego myślenia, samoświadomości i empatii.

- zastąpienie gier umiejętnościami rozwijającymi umiejętności interpersonalne i jednocześnie zaspokajającymi podobne potrzeby motywacyjne,
- realizacja programów profilaktycznych,
- rozwijanie umiejętności rodzicielskich. Wśród pożądanych kompetencji i postaw rodzicielskich należy wskazać: umiejętności komunikacyjne (wpływające na przepływ informacji pomiędzy rodzicem/opiekunem a dzieckiem), spędzanie czasu z dzieckiem, zrozumienie potrzeb emocjonalnych dziecka i wspieranie jego rozwoju psychicznego. Ponadto wskazujemy na konieczność sprawowania kontroli i monitorowanie używania Internetu przez dziecko, zrozumienie potrzeb dziecka związanych z korzystaniem z Internetu, ustalenie przejrzystych zasad korzystania z sieci (dotyczących np. limitu czasu, określonego miejsca), rozmawianie z dzieckiem na temat korzyści i strat związanych z użytkowaniem Internetu, angażowanie dziecka w adaptacyjne zajęcia alternatywne.
- przekazanie adresów i numerów telefonów placówek świadczących profesjonalne wsparcie w tym zakresie.
- opracowanie strategii współpracy rodzice-szkoła w związku z terapią uzależnienia dziecka w odpowiednich placówkach, działania profilaktyczne, wskazanie instytucji oferujących terapię dla dzieci uzależnionych behawioralnie
- skierowanie na konsultacje z psychologiem w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.

Komenda Powiatowa Policji, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Targu oraz Miejska Komisja Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych nie prowadziły żadnej statystyki w kierunku uzależnień behawioralnych

## **WNIOSKI Z BADAŃ UZALEŻNIEŃ BEHAVIORALNYCH**

Badania przeprowadzone **wśród dzieci i młodzieży szkół podstawowych oraz rodziców** z terenu Miasta Nowy Targ na temat uzależnień behawioralnych wskazują na:

### **1. W obszarze uzależnienia od Internetu.**

- a. Wśród ankietowanych uczniów są uczniowie, którzy prezentują objawy problemowego użytkowania Internetu (PUI).
- b. Niepokój budzi duży odsetek dzieci i młodzieży korzystający z sieci za pośrednictwem telefonu komórkowego (62,7%), co wskazuje na łatwy i w zasadzie nieograniczony czasem i przestrzenią dostęp do Internetu. Bardzo zbliżone wyniki ankiet są wśród rodziców, którzy twierdzą, iż 62,6% dzieci do surfowania po Internecie używa telefonu komórkowego, 27,1% komputera, 10,2% tabletu.
- c. Niebezpieczny w kontekście możliwości uzależnienia od Internetu jest zbyt duży czas przebywania dzieci i młodzieży w sieci: 33,7% ankietowanych uczniów spędza w sieci od 2 do 5 godzin dziennie, natomiast 16,9% ponad 5 godzin dziennie; 28,6% uczniom zdarza się do późna w nocy siedzieć przed komputerem, 27,5% podłączać się do Internetu natychmiast po przebudzeniu, 14,6% zdarzyło się spędzić cały dzień lub noc na graniu w gry komputerowe; 52,8% respondentom zdarza się korzystać z Internetu przez dłuższy czas, niż mieli zaplanowane.

- d. Ankietowani rodzice potwierdzają powyższe wyniki, zdaniem rodziców 29,1 % dzieci spędza w sieci od 2 do 5 godzin, a 13,3% więcej niż 5 godzin dziennie. 19,1% rodziców obserwuje, iż ich dziecko do późna w nocy siedzi przez komputerem, 10% dzieci zdarza się spędzić dzień lub noc na graniu w gry komputerowe, 12,2 % reaguje złością na to, kiedy inna osoba chce skorzystać z sieci na jego komputerze, smartfonie czy tablecie, a 26% dzieci podłącza się do Internetu zaraz po przebudzeniu.
- e. Cele korzystania z Internetu wskazują na przewagę korzystania z Internetu w celach głównie rozrywkowych. Dzieci i młodzież uczestnicy badania najczęściej Internetu używają do oglądania filmów (68,7%), komunikowania się z innymi (66,1%), do grania w gry internetowe (55%), do poszukiwania różnych informacji potrzebnych w szkole (41,2%), ściągania i słuchania plików muzycznych (39,7%), przeglądania portali społecznościowych (39%); 10,9% badanych uczniów używa płatnych stron internetowych.
- f. Najczęściej zdaniem rodziców dzieci używają Internetu do grania w gry komputerowe, oglądania filmów, poszukiwania informacji potrzebnych w szkole, komunikowania się z innymi. Zdaniem rodziców 5% dzieci używa płatnych stron internetowych.
- g. Znaczący jest negatywny wpływ nadmiernego korzystania z Internetu na codzienne życie badanych: 10% ankietowanych przyznaje, iż zaniedbało kontakty z najbliższymi członkami rodziny, kolegami, koleżankami; 6,2% ankietowanych uważa, iż korzystanie z Internetu ma negatywny wpływ na ich relacje rodziną, rodzeństwem, kolegami, koleżankami, nauczycielami; 27,9% badanych stwierdziło, iż zdarzyło się im, że Internet tak pochłonął ich uwagę, że zapomnieli o swoich codziennych obowiązkach, 27,7% uczniów przez korzystanie z Internetu zaniedbało naukę; 9,8% ankietowanych przyznało, iż Internet tak pochłonął ich uwagę, że zapomniało zjeść posiłek; 23,7% badanych twierdzi, iż przez korzystanie z Internetu zmieniło swoje zachowanie.
- h. Badania wśród rodziców potwierdzają negatywny wpływ korzystania z Internetu na ich dzieci: 20,8 % rodziców (75 osób) stwierdziło, iż przez korzystanie z Internetu dziecko zaniedbało kontakty społeczne. Zdaniem 22,7% rodziców (82 osoby) Internet ma negatywny wpływ na wykonywanie codziennych obowiązków przez dziecko. 17,2 % rodziców (62 osoby) uważa, iż przez Internet dziecko zaniedbało naukę.
- i. U ankietowanych uczniów pojawiają się negatywne symptomy, gdy nie mają dostępu do Internetu: 38,6% ankietowanych odczuwa znudzenie, 8,2% odczuwa zdenerwowanie, a 6,4% niepokój. Rodzice również zauważają negatywne reakcje dzieci na brak dostępu do Internetu: 38% rodziców odpowiedziało, że dziecko odczuwa znudzenie, 18,3% że jest zdenerwowane, 8,9% że się niepokoi.
- j. 21,3% ankietowanych rodziców uważa, iż jego dziecko jest uzależnione od Internetu, 20,8% od gier komputerowych, 11,4% od mediów społecznościowych.

## 2. W obszarze uzależnienia od hazardu.

- a. 2,2% (10 uczniów) odpowiedziało, iż gra w gry hazardowe. 3 osoby przyznały, iż przegrały pieniądze, które potem, żeby je oddać musiało pożyczyć. Jest to co prawda niewielki odsetek w całej populacji badanych, niemniej jednak w projektowaniu oddziaływań nie należy zapominać o tym typie uzależniania.
- b. Zdaniem ankietowanych rodziców ich dzieci nie grają w gry hazardowe, nie zdarzyło się im także przegrać pieniędzy w grach hazardowych.

3. **W obszarze uzależnienia od kompulsywnego objadania się.**
- a. Znacznie więcej osób spośród badanych przyznało, iż ma problem z kompulsywnym objadaniem się. 16,6% (75 osób) jest zaniepokojonych swoją wagą, 16,2% ankietowanych uczniów odczuwa potrzebę nieustannego myślenia o swojej wadze i wyglądzie. 17,5% ankietowanych przyznało, iż często je, gdy nie jest głodna, a 8% zdarza się objadać w samotności. 6,4% przyznało, iż miewa napady obżarstwa, kiedy nie kontroluje tego, ile zjada. 10,4% pytanych stwierdziło, iż ich sposób jedzenia wpływa niszcząco na ich zdrowie. 7,5% (34 osoby) przyznało, iż podejmuje próby kontrolowania wagi poprzez drastyczne diety i głodówki.
  - b. Badania wśród rodziców potwierdzają, iż istnieje u ich dzieci problem z kompulsywnym objadaniem się. 7,5% ankietowanych rodziców (27 osób) uważa, iż jego dziecko zbyt dużo je, 11,4% (41 osób) jest zaniepokojonych wagą swojego dziecka, 14,1% (51 osób), uważa, iż sposób jedzenia jego dziecka wpływa niszcząco na jego zdrowie, 4,4% (16 osób) zaobserwowało u swojego dziecka napady obżarstwa, 1,9% (7 osób) odpowiedziało, iż jego dziecko podejmuje próby kontrolowania wagi poprzez wyniszczające diety czy głodówki. 3,3% ankietowanych rodziców stwierdziło, iż ich dziecko jest uzależnione od kompulsywnego objadania się.
4. **W obszarze uzależnienia od ćwiczeń fizycznych**
- a. Mimo iż codzienne ćwiczenia kojarzą się ze zdrowiem, uznaje je się za zjawisko patologiczne, gdy zaburzają codzienne funkcjonowanie oraz stają się jego głównym celem. 23,5% ankietowanych uczniów uważa, że ćwiczenia fizyczne są najważniejsze w ich życiu. Niepokojący w jest fakt, iż 31,3% ankietowanych uczniów poświęca na ćwiczenia fizyczne więcej niż 5 godzin tygodniowo, a 18% od 1 do 2 godzin dziennie. 3,8% uczniów przyznaje, iż ćwiczenia fizyczne są powodem kłótni i konfliktów z rodziną, przyjaciółmi.
  - b. Problem dotyczący uzależnienia od ćwiczeń fizycznych dostrzegają też ankietowani rodzice. 13,3% odpowiedziało, iż ich dziecko na ćwiczenia fizyczne poświęca od 1 do 2 godzin dziennie, 36,3% że więcej niż 5 godzin tygodniowo. Jednocześnie 7 rodziców stwierdziło, iż zaangażowanie w ćwiczenia fizyczne jego dziecka jest powodem konfliktów na rodziną. 14 rodziców zaobserwowało, iż ich dzieci systematycznie zwiększają długość i intensywność ćwiczeń.
  - c. Bardzo niska wśród ankietowanych uczniów jest świadomość dotycząca uzależnień behawioralnych - 72,1% ankietowanych uczniów nie wie, na czym polegają uzależnienia behawioralne. Większa świadomość jest wśród rodziców uczniów - 59% rodziców wie na czym polegają uzależnienia behawioralne.
  - d. 18,2% uczniów uważa, iż w jego szkole nie podejmuje się działań dotyczących przeciwdziałania różnego rodzaju uzależnieniom, a 56,3% nie wie o takich działaniach. 54,1% ankietowanych stwierdziło, iż nie brało udziału w żadnych zajęciach dotyczących uzależnień.
  - e. 32,8% uczniów brało udział w zajęciach związanych z poszerzeniem wiedzy na temat uzależnień od substancji psychoaktywnych: alkoholu, narkotyków, dopalaczy, 18% w programach związanych z tematyką uzależnień behawioralnych, w tym uzależnieniem od hazardu, Internetu, gier komputerowych, zakupów, 13,1% w programach dostarczających aktualną wiedzę o pomocy specjalistycznej dla osób z problemami uzależnień od alkoholu, narkotyków, Internetu, hazardu, 20,6% w zajęciach uświadamiających zagrożenia związane z okresem dojrzewania i dorastania, 20,6% w działaniach podnoszących poziom wiedzy na temat konsekwencji prawnych związanych z naruszaniem przepisów prawa w związku z przemocą w szkole, piciem alkoholu, używaniem narkotyków, a także

cyberprzemocy, w tym stalkingu, hackingu, utrwalaniem i przetwarzaniem nieuprawnionych treści.

- f. Przeprowadzone badania wśród dzieci i rodziców szkół podstawowych z terenu Miasta Gminy Nowy Targ pokazują ogromną potrzebę prowadzenia działań związanych z edukacją w obszarze uzależnień behawioralnych, zarówno wśród uczniów, jak i rodziców. Wskazują na konieczność opracowania i wprowadzenia programów profilaktycznych dedykowanych ściśle uzależnieniom behawioralnym, bez dołączania tych uzależnień do innego typu uzależnień (od alkoholu, narkotyków). Prowadzenie wspólnych dla wszystkich uzależnień programów profilaktycznych sprawia, iż uzależnienia behawioralne są albo pomijane, albo ich waga pomniejszana.

Badania przeprowadzone **wśród młodzieży i dorosłych mieszkańców** Miasta Nowy Targ na temat uzależnień behawioralnych wskazują na:

### **1. W obszarze uzależnienia od Internetu.**

- a. 35,3% badanych spędza w sieci internetowej od 2 do 5 godzin dziennie, 13,2 % powyżej 5 godzin dziennie. 28,1% badanych zdarza się do późna w nocy siedzieć przed komputerem, a 17,4% podłączać do Internetu natychmiast po przebudzeniu.
- b. Respondenci najczęściej Internetu używają do przeglądania poczty elektronicznej (54,5%), do przeglądania portali społecznościowych (46,1%), komunikowania się z innymi (40,1%). 36,5% ankietowanych dokonuje zakupów w sieci, 10,8% używa płatnych stron internetowych.
- c. 13,2% ankietowanych przyznaje, iż Internet tak pochłonął ich uwagę, że zaniedbało kontakty z najbliższymi członkami rodziny, 13,8% zaniedbało kontakty z kolegami, koleżankami, przyjaciółmi, 13,2% badanych stwierdziło, iż zdarzyło się im, że Internet tak pochłonął ich uwagę, że zapomnieli o swoich codziennych obowiązkach, 10,2 % respondentów zaniedbało naukę/pracę.
- d. 12 % ankietowanych odczuwa znudzenie, gdy nie ma dłuższy czas dostępu do Internetu, 7,8% odczuwa zdenerwowanie, a 10,8% niepokoi się.
- e. 12,6 % ankietowanych podejrzewa u siebie uzależnienie od Internetu, 12,6% od mediów społecznościowych, 1,2% od gier komputerowych.

### **2. W obszarze uzależnienia od hazardu.**

- a. 3% ankietowanych przyznało, iż gra w gry hazardowe i/lub na automatach, a 3,6% zdarzyło się przegrać pieniądze, których nie mieli. 3% badanych odczuwa niepokój, gdy przez dłuższy czas nie ma dostępu do gier hazardowych i/lub automatów.
- b. 1,2% ankietowanych uważa, iż jest uzależniona od hazardu.

### **3. W obszarze uzależnienia od kompulsywnego objadania się.**

- a. 14,4% ankietowanych odczuwa potrzebę nieustannego myślenia o swoim wyglądzie, wadze i jedzeniu. 31,1% respondentów jest zaniepokojonych swoją wagą. 12,6% często je, gdy nie jest głodny, 7,8% w samotności objada się, a 6,6% miewa napady obżarstwa. 14,4% ankietowanych uważa, iż ich sposób jedzenia wpływa niszcząco na ich zdrowie. 11,4% osób podejmuje próby regulowania swojej wagi poprzez drastyczne diety i głodówki.
- b. 7,2% respondentów podejrzewa u siebie uzależnienie od kompulsywnego objadania się

#### 4. W obszarze uzależnienia od ćwiczeń fizycznych.

- a. 14,4% ankietowanych poświęca na ćwiczenia fizyczne więcej niż 5 godzin tygodniowo, a 3,6% osób od 1 do 2 godzin dziennie. 24,6% respondentów deklaruje, iż ćwiczenia fizyczne są najważniejsze w ich życiu, a 7,2% systematycznie zwiększa ilość lub długość codziennych ćwiczeń. 2,4% pytanych odpowiedziało, iż ćwiczenia fizyczne są powodem konfliktu z rodziną i/lub przyjaciółmi.
- b. 4,2% ankietowanych podejrzewa u siebie uzależnienie od ćwiczeń fizycznych.
- c. 7,2% respondentów uważa, iż jest uzależniona od zakupów, 3,6% od pracy, 3% od seksu, jedna osoba od pornografii. 71,9% respondentów uważa, iż nie ma problemu z uzależnieniem behawioralnym.
- d. 54,5% ankietowanych nie zna nikogo w swoim otoczeniu, kto by był uzależniony behawioralnie. 30,5% pytanych zna osobę uzależnioną od Internetu, 20,4% od mediów społecznościowych, 18% od zakupów, 17,4% od gier komputerowych, 10,2% zna osobę uzależnioną od pracy.
- e. 47,3% osób wie na czym polegają uzależnienia behawioralne, pozostali nie mają takiej wiedzy.
- f. Tylko 8 osób na 102 udzielających odpowiedzi (młodzież ucząca się) wie, iż w jego szkole podejmowane są działania o charakterze profilaktycznym. 84,9% nie uczestniczyło w żadnych tego typu zajęciach.
- g. 9,7% młodzieży brało udział w zajęciach związanych z poszerzeniem wiedzy na temat uzależnień od substancji psychoaktywnych: alkoholu, narkotyków, dopalaczy, 5,4% w programach związanych z tematyką uzależnień behawioralnych, w tym uzależnieniem od hazardu, Internetu, gier komputerowych, zakupów, 3,2% w działaniach pozwalających poszerzyć wiedzę na temat rozpoznawania przejawów zachowań ryzykowanych wśród młodzieży, 4,3% w programach dostarczających aktualną wiedzę o pomocy specjalistycznej dla osób z problemami uzależnień od alkoholu, narkotyków, Internetu, hazardu, 4,3% w zajęciach uświadamiających zagrożenia związane z okresem dojrzewania i dorastania, 4,3% w działaniach podnoszących poziom wiedzy na temat konsekwencji prawnych związanych z naruszaniem przepisów prawa w związku z przemocą w szkole, piciem alkoholu, używaniem narkotyków, a także cyberprzemocy, w tym stalkingu, hackingu, utrwalaniem i przetwarzaniem nieuprawnionych treści.
- h. Przeprowadzone badania wśród młodzieży i dorosłych mieszkańców Miasta Gminy Nowy Targ pokazują ogromną potrzebę prowadzenia działań związanych z edukacją w obszarze uzależnień behawioralnych, zarówno wśród uczniów szkół średnich, jak i mieszkańców. Wskazują na konieczność opracowania i wprowadzenia do szkół programów profilaktycznych dedykowanych stricte uzależnieniom behawioralnym, bez dołączania tych uzależnień do innego typu uzależnień (od alkoholu, narkotyków). Prowadzenie wspólnych dla wszystkich uzależnień programów profilaktycznych sprawia, iż uzależnienia behawioralne są albo pomijane, albo ich waga pomniejszana.

Badania **przeprowadzone wśród pedagogów, psychologów szkolnych** oraz profesjonalistów zajmujących się pomocą osobom z uzależnieniami behawioralnymi.

Badania wskazują, iż głównym problemem dzieci i młodzieży jest uzależnienie od Internetu, uzależnienie od mediów społecznościowych, uzależnienie od gier komputerowych, od stosowania restrykcyjnych i niezdrowych diet. Jeśli chodzi o osoby dorosłe, to oprócz uzależnienia od Internetu problemem jest uzależnienie od hazardu oraz seksu.

Oferowana pomoc różni się w zależności od placówki: w szkołach oferowana jest pomoc rodzicom i dziecku polegająca na szeroko pojętej psychoedukacji, a także kierowanie do

placówek zajmujących się terapią uzależnień behawioralnych. Placówki zajmujące się terapią uzależnień oferują całe spektrum oddziaływań: terapię indywidualną, grupową, psychoedukację.

Przeprowadzone badania wskazują na potrzebę opracowania ścieżki pomocy dla dzieci i młodzieży z problemem uzależnień behawioralnych.

Konieczne jest wprowadzenie programów szkoleniowych dla nauczycieli i rodziców oraz profilaktycznych dla dzieci i młodzieży. W programach tych nacisk powinien być położony na rozwijanie kompetencji psychospołecznych dzieci i młodzieży oraz rozwijanie kompetencji wychowawczych rodziców i opiekunów. Programy powinny być przygotowane na wszystkich poziomach i obejmować zarówno promocję zdrowia psychicznego, jak i profilaktykę uniwersalną, selektywną i wskazującą.

## VII. CELE PROGRAMU

### Cel główny

Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii definiuje zakres i formę zadań realizowanych jako zadanie własne. Głównym celem jest tworzenie spójnego systemu działań profilaktycznych i naprawczych, zmierzających do przeciwdziałania powstawaniu nowych problemów, a także zmniejszeniu rozmiarów problemów już istniejących. Jest dokumentem wyznaczającym cele oraz sposoby rozwiązywania rzeczowych problemów i związanych z tą sferą życia dylematów rodzinnych i społecznych na terenie Miasta Nowy Targ.

### Cele szczegółowe

1. Prowadzenie i upowszechnienie działań informacyjno-edukacyjnych mających na celu podniesienie wśród mieszkańców, a w szczególności wśród młodzieży, rodziców, seniorów poziomu wiedzy o zagrożeniach wynikających ze spożywania alkoholu, zażywania substancji psychoaktywnych oraz nikotyny, występującej cyberprzemocy i uzależnień behawioralnych.
2. Wdrożenie rekomendowanych programów profilaktycznych obejmujących profilaktykę uniwersalną, selektywną, dla dzieci i młodzieży, które będą realizowane w szkołach podstawowych w Nowym Targu.
3. Ograniczenie zaburzeń życia rodzinnego i społecznego spowodowanych nadużywaniem alkoholu, w tym ograniczenie skali zjawiska przemocy w rodzinie.
4. Podejmowanie działań edukacyjnych skierowanych do sprzedawców napojów alkoholowych oraz działań mających na celu zapewnienie skutecznego przestrzegania prawa w zakresie sprzedaży oraz spożywania napojów alkoholowych, w szczególności działania na rzecz ograniczania dostępności alkoholu dla małoletnich.
5. Ograniczenie dostępności napojów alkoholowych na terenie miasta.

## VIII. ZADANIA I METODY DZIAŁAŃ W ZAKRESIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH, PRZECIWDZIAŁANIA NARKOMANII I UZALEŻNIENIOM BEHAVIORALNYM

1. Prowadzenie profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych, narkomanii, w szczególności dla dzieci i młodzieży.



- 1) Objęcie uczniów klas I-III szkół podstawowych programem profilaktycznym „Cukierki”.
- 2) Objęcie uczniów klas IV-V szkół podstawowych programem profilaktycznym „Odczuwaj, ufaj, mów”.
- 3) Objęcie uczniów klas VI-VII szkół podstawowych programem profilaktycznym „Debata”.
- 4) Objęcie wszystkich klas VIII szkół podstawowych programem profilaktycznym „Archipelag Skarbów”.
- 5) Spotkania pedagogów w zależności od potrzeb celem doskonalenia warsztatu pracy, wymiany doświadczeń, wzajemnej informacji.
- 6) Prowadzenie zajęć psychoedukacyjnych mających na celu zwiększenie umiejętności wychowawczych rodziców i opiekunów (Szkoła dla Rodziców).
- 7) Udział w ogólnopolskich kampaniach profilaktycznych.
- 8) Wspieranie inicjatywy Parafii pw. św. Jana Pawła II „Na Równi Szaflarskiej” w zakresie prowadzenia zajęć teatralnych z dziećmi i młodzieżą szkolną, zwieńczonych wystawieniem spektaklu „Misterium Męki Pańskiej”.
- 9) Organizacja przedsięwzięć (masowych) dla dzieci i młodzieży w zakresie profilaktyki informacyjno - edukacyjnej w formie festynów rodzinnych, trzeźwościowych, koncertów, dyskotek, zawodów sportowych, warsztatów teatralnych itp. (m. in. Jarmark Podhalański dla dzieci, Piknik Lotniczy, SACROSONG)
- 10) Współpraca z Miejskim Centrum Kultury w Nowym Targu w zakresie promocji zdrowego trybu życia poprzez organizację dzieciom, młodzieży i rodzinom czasu wolnego, dofinansowanie zakupów i wydatków, związanych z realizacją programów, adresowanych do dzieci i młodzieży. Organizacja czasu wolnego w okresach przerw w nauce w ramach akcji „Zima w mieście”, „Lato w mieście”, „Dzień Dziecka”, Jarmark Podhalański dla dzieci, itp dla dzieci i rodzin dysfunkcyjnych.
- 11) Organizowanie lokalnych kampanii profilaktycznych, udział w kampaniach ogólnopolskich („Zachowaj Trzeźwy Umysł”, „Sprawdź czy twoje picie jest bezpieczne”, „Cięża bez alkoholu”, No Promil No Problem i innych).
- 12) Działalność w zakresie promocji zdrowego trybu życia: organizowanie konkursów, spektakli teatralnych o charakterze profilaktycznym, koncertów profilaktycznych, imprez i zajęć sportowo rekreacyjnych.
- 13) Wspieranie programów i przedsięwzięć profilaktycznych opracowanych i realizowanych przez młodzież, skierowanych do grup rówieśniczych w zakresie organizacji: zawodów sportowych, koncertów i in.
- 14) Organizowanie zajęć, których zadaniem jest praca z dziećmi jak również całymi rodzinami w zakresie realizacji zajęć sportowo-rekreacyjnych na nowotarskich osiedlach i w plenerze. Organizacja turniejów sportowych.
- 15) Zachęcanie do tworzenia i wykorzystywania istniejącej bazy sportowo - rekreacyjnej (szkolnej i ośrodków sportowo - rekreacyjnych), w których dzieci i młodzież aktywnie i zdrowo mogą spędzać czas wolny.
- 16) Wspomaganie organizacyjno - finansowe działalności szkół, przedszkoli, uczniowskich klubów sportowych, klubów i stowarzyszeń sportowych, turystycznych, instytucji kultury, innych stowarzyszeń, imprez kulturalnych, adresowanych do dzieci i młodzieży nowotarskiej, mających charakter promocji trybu życia bez używek (Dzień Dziecka, Mikołajki, Dzień Seniora i in. zajęcia oraz imprezy).
- 17) Współpraca z Komendą Powiatową Policji w Nowym Targu w zakresie prowadzenia akcji informacyjno – edukacyjnej, mającej na celu przeciwdziałanie uzależnieniom wśród dzieci i młodzieży oraz poprawę bezpieczeństwa publicznego.

- 18) Podejmowanie działań o charakterze edukacyjnym dla nauczycieli i rodziców, których celem jest wspieranie abstynencji dzieci (warsztaty dla nauczycieli i rodziców, realizacja treści profilaktycznych podczas szkolnych wywiadówek).
- 19) Prowadzenie kampanii edukacyjnej dla kursantów prawa jazdy, mającej na celu przeciwdziałanie prowadzeniu pojazdów mechanicznych pod wpływem alkoholu pn. „Szkoła Trzeźwych Kierowców”.
- 20) Prowadzenie kampanii informacyjno-edukacyjnej w zakresie przeciwdziałania zjawisku spożywania alkoholu w okresie ciąży.
- 21) Podnoszenie kwalifikacji i wiedzy przez realizatorów Miejskiego Programu na temat choroby alkoholowej, sposobów jej leczenia oraz przeciwdziałania przemocy w rodzinie, organizowanie szkoleń i warsztatów, finansowanie udziału w szkoleniach realizatorów niniejszego programu (m.in. członkowie Miejskiej Komisji, Policja, OPS, członkowie zespołu ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie, pedagodzy i in.)
- 22) Prowadzenie kampanii edukacyjnej w lokalnych mass mediach, a także za pośrednictwem miejskiej strony internetowej, organizacja i współorganizacja lokalnych konferencji na temat przeciwdziałania alkoholizmowi.
- 23) Przygotowanie i zakup materiałów edukacyjnych na potrzeby promocji zdrowia i profilaktyki w tym ulotek, broszur, plakatów, prenumerata czasopism, opracowanie, wydanie i zlecenie druku broszur, ulotek i innych form służących oddziaływaniom profilaktycznym, jak również wydawanie publikacji.
- 24) Organizacja warsztatu szkoleniowego dla nauczycieli w zakresie przeprowadzania wywiadówek profilaktycznych. Włączanie przez nauczycieli treści profilaktycznych podczas wywiadówek szkolnych.
- 25) Współpraca z Państwową Agencją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Krajowym Biurem ds. Przeciwdziałania Narkomanii oraz przedstawicielami odpowiednich służb na szczeblu wojewódzkim i samorządu gminnego w zakresie realizacji programów profilaktycznych, szkoleń, monitorowania problemów alkoholowych.

**Prowadzenie profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej w zakresie uzależnień behawioralnych.**

- 1) Podejmowanie działań o charakterze edukacyjnym dla nauczycieli i rodziców dotyczących uzależnień behawioralnych (warsztaty dla nauczycieli i rodziców, realizacja treści profilaktycznych podczas szkolnych wywiadówek).
- 2) Objęcie uczniów szkół podstawowych programami profilaktycznymi dotyczącymi uzależnień behawioralnych z uwzględnieniem obszaru profilaktyki uniwersalnej, selektywnej i wskazującej.
- 3) Uczestnictwo w ogólnopolskich kampaniach informacyjno - edukacyjnych dotyczących uzależnień behawioralnych.
- 4) Opracowanie ścieżki pomocy dzieciom uzależnionym behawioralnie oraz ich rodzicom.
- 5) Organizacja szkoleń dla nauczycieli w obszarze uzależnień behawioralnych.
- 6) Informowanie o dostępności usług terapeutycznych i pomocowych dla osób uzależnionych behawioralnie i ich rodzin oraz prowadzenie edukacji w obszarze uzależnień behawioralnych.
- 7) Podejmowanie działań edukacyjnych w obszarze uzależnień behawioralnych skierowanych do lokalnej społeczności.

**WSKAŹNIKI REALIZACJI ZADANIA**

1. Liczba realizowanych programów profilaktycznych.
2. Liczba uczniów biorących udział w programach/ zajęciach profilaktycznych.

3. Liczba działań/imprez profilaktycznych i liczba ich odbiorców.
  4. Liczba realizowanych szkoleń, konferencji i innych form szkoleniowych i liczba odbiorców.
2. **Zwiększanie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych od alkoholu i narkotyków.**
- 1) Współpraca z innymi jednostkami samorządu i służbą zdrowia w zakresie rozszerzania oferty Poradni Leczenia Uzależnień Podhalańskiego Szpitala Specjalistycznego im. Jana Pawła II, świadczącej pomoc terapeutyczną, psychologiczną, lekarską.
  - 2) Finansowanie dodatkowych dyżurów psychologicznych w zakresie pomocy osobom uzależnionym i ich rodzinom.
  - 3) Dofinansowanie zajęć w programie ponadstandardowym dla osób uzależnionych i ich rodzin. Współpraca z Oddziałem Leczenia Uzależnień Podhalańskiego Szpitala Specjalistycznego.
  - 4) Koordynowanie na poziomie miasta działań podmiotów, realizujących zadania w zakresie profilaktyki i terapii uzależnień.
  - 5) Pomoc finansowa dla placówek leczenia odwykowego, stowarzyszeń i klubów w zakresie terapii uzależnień w celu utrzymania różnych form oddziaływań terapeutycznych.
  - 6) Informowanie o dostępności usług terapeutycznych i pomocowych dla osób uzależnionych i ich rodzin oraz prowadzenie edukacji o szkodliwości alkoholu i innych substancji psychoaktywnych.

#### **WSKAŹNIKI REALIZACJI ZADANIA**

1. Liczba osób korzystających z poradnictwa i usług.
  2. Liczba udzielonych porad, konsultacji itp.
3. **Udzielanie rodzinom, w których występują problemy alkoholowe i narkotykami pomocy psychospołecznej i prawnej, a w szczególności ochrony przed przemocą w rodzinie.**
- 1) Priorytetowym zadaniem jest dostarczanie pozytywnych wzorców spędzania wolnego czasu na bazie świetlic profilaktyczno - wychowawczych, działających na terenie wszystkich szkół podstawowych. W świetlicach winna być zatrudniana wykwalifikowana kadra. W ramach prowadzonych zajęć świetlic profilaktyczno - wychowawczych preferuje się programy profilaktyczne, zajęcia socjoterapeutyczne, reedukacyjne, sportowo - rekreacyjne i inne.
  - 2) Realizacja przez placówki oświatowe na terenie Nowego Targu zadań prewencyjnych, dotyczących zapobiegania problemom społecznym w oparciu o szkolne programy profilaktyki.
  - 3) Zlecenie w drodze konkursu ofert prowadzenia świetlic opiekuńczych środowiskowych jako placówek wsparcia dziennego.
  - 4) Współorganizacja z Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Polskim Komitetem Pomocy Społecznej i innymi organizacjami udzielającymi pomocy dla rodzin osób uzależnionych w zakresie poprawy warunków materialnych, żywienia, pomocy psychospołecznej.
  - 5) Udzielanie pomocy prawnej rodzinom uzależnionych od alkoholu i narkotyków, a w szczególności dla ofiar przemocy w rodzinie.

- 6) Współpraca z Komendą Powiatową Policji, Sądem Rejonowym w Nowym Targu, służbami administracyjnymi, wobec sprawców przemocy w rodzinie w celu zwiększenia szybkości i skuteczności oddziaływania szczególnie w przypadku przemocy wobec dzieci.
- 7) Rozwijanie form udzielanej pomocy przez zespół ds. przeciwdziałania przemocy domowej.
- 8) Realizacja Miejskiego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie dla Miasta Nowy Targ.
- 9) Współpraca z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Nowym Targu oraz Ośrodkiem Pomocy Społecznej w zakresie pomocy ofiarom przemocy w rodzinie.
- 10) Pomoc dla rodzin zagrożonych alkoholizmem i przemocą w rodzinie poprzez umożliwienie uczestnictwa w prowadzonych na terenie miasta grupach terapeutycznych. Pomoc w formie zapewnienia miejsca w mieszkaniu chronionym.
- 11) Udzielanie dzieciom z rodzin zagrożonych zjawiskiem przemocy domowej pomocy socjoterapeutycznej na bazie istniejących przy szkołach świetlic. Udzielanie dzieciom i młodzieży zagrożonej tym problemem pomocy psychologicznej.

#### WSKAŹNIKI REALIZACJI ZADANIA

1. Liczba grup wsparcia/grup dla osób doświadczających przemocy/ liczba osób uczestniczących w spotkaniach grup.
  2. Liczba szkoleń i innych form szkoleniowych/ liczba uczestników.
  3. Liczba dzieci uczęszczających na zajęcia prowadzone w placówce wsparcia dziennego w formie świetlicy opiekuńczej
  4. Liczba założonych „Niebieskich Kart”.
  5. Liczba rodziców biorących udział w działaniach edukacyjnych.
4. **Wspomaganie działalności instytucji, stowarzyszeń i osób fizycznych służącej rozwiązywaniu problemów alkoholowych, z narkotykami i w obszarze uzależnień behawioralnych.**
- 1) Organizacyjne i finansowe wspomaganie działalności lokalnych instytucji, stowarzyszeń i osób fizycznych, działających w zakresie profilaktyki i pracy z grupami ryzyka, przemocy w rodzinie, rehabilitacji osób uzależnionych i współuzależnionych.
  - 2) Udzielanie dotacji na projekty z zakresu przeciwdziałania alkoholizmowi zgodnie z obowiązującymi przepisami.
  - 3) Współpraca z organizacjami i jednostkami działającymi na rzecz rozwiązywania problemów uzależnień.
  - 4) Organizacja, współorganizacja z przedstawicielami ekonomii społecznej przedsięwzięć o charakterze informacyjnym - konferencje trzeźwościowe.
  - 5) Prowadzenie sportowych zajęć pozalekcyjnych, prowadzenie zajęć sportowych na terenie szkół, a także wykorzystanie w tym celu bazy w znajdującej się dyspozycji klubów i stowarzyszeń sportowych oraz obiektów miejskich, jak również realizacja zadania w formie wyjazdowej.
  - 6) Przeprowadzenie wspólnie z Komendą Powiatową Policji w Nowym Targu akcji informacyjno - edukacyjnej w zakresie przeciwdziałania nadużywaniu alkoholu przez osoby korzystające ze stoków narciarskich.
  - 7) Zabezpieczenie organizacyjno - finansowe warunków działalności Miejskiej Komisji Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

## WSKAŹNIKI REALIZACJI ZADANIA

1. Liczba organizacji, którym udzielono wsparcia.
  2. Liczba wniosków skierowanych do Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
  3. Liczba wniosków skierowanych do Sądu o zobowiązanie do podjęcia leczenia odwykowego.
- 5. Przeciwdziałanie naruszeniom prawa w związku z prowadzeniem sprzedaży napojów alkoholowych.**
- 1) Przeprowadzanie przez Miejską Komisję Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych kontroli wstępnych wraz z krótką formą szkolenia dla właścicieli nowych podmiotów, starających się o wydanie zezwolenia na sprzedaż napojów alkoholowych.
  - 2) Przeprowadzanie kontroli punktów sprzedających i podających napoje alkoholowe w zakresie przestrzegania zasad wynikających z ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi oraz aktów prawa miejscowego, dotyczących w szczególności zakazu sprzedawania alkoholu osobom nieletnim i nietrzeźwym oraz reklamy alkoholu.
  - 3) Podejmowanie interwencji w stosunku do osób prawnych i fizycznych w przypadku łamania przez nich ustawowego zakazu reklamy alkoholu.
  - 4) Prowadzenie regionalnej kampanii edukacyjnej wśród sprzedawców napojów alkoholowych, prowadzenie szkoleń tematycznych dla sprzedawców w zakresie przestrzegania zakazu sprzedaży alkoholu osobom niepełnoletnim.
  - 5) Podjęcie działań mających na celu ograniczenie dostępności napojów alkoholowych.

## WSKAŹNIKI REALIZACJI ZADANIA

1. Liczba wydanych postanowień/opinii.
2. Liczba przeprowadzonych kontroli w punktach sprzedaży napojów alkoholowych.

## X. ZASADY FINANSOWANIA ZADAŃ MIEJSKIEGO PROGRAMU ORAZ SPOSÓB POZYSKIWANIA REALIZATORÓW PROGRAMU.

1. Program realizowany będzie w ramach środków finansowych określonych w uchwałach budżetowych na lata 2022-2024.
2. Źródłem finansowania zadań będą dochody uzyskane z opłat za korzystanie z wydanych zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych w Mieście Nowy Targ.
3. Ujęcie w planie budżetowym na dany rok nie stanowi o przyznaniu dotacji lub innej formy finansowania.
4. Uruchomienie środków następuje na podstawie umowy, porozumienia lub zlecenia Burmistrza Miasta.
5. Pozyskiwanie realizatorów Programu odbywa się poprzez:
  - a. zlecenie instytucjom wykonania określonych zadań Programu na podstawie umów cywilno - prawnych.
  - b. zlecenie organizacjom pozarządowym, kościelnym oraz organizacjom pożytku publicznego wykonania określonych zadań Programu w formie dotacji zgodnie z przepisami prawa w tym zakresie.
  - c. finansowanie ofert lub ich zakup od osób fizycznych i prawnych, na podstawie umów cywilno - prawnych.

- d. ogłaszanie konkursów ofert na tematyczne zadania programu (np. szkolenia, imprezy) wg zapotrzebowania.
- e. wyszukiwanie osób przygotowanych profesjonalnie do działań i pracy w zakresie realizacji Programu, zawieranie umów - zleceń na realizację określonych zadań Programu, wspomaganie ich doskonalenia zawodowego.
- f. pozyskiwanie wolontariuszy do pomocy w realizacji Programu, poprzez dofinansowywanie ich udziału w szkoleniach, warsztatach, seminariach itp.

## **XI. MIEJSKA KOMISJA PROFILAKTYKI I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH**

### **I. Zadania Miejskiej Komisji**

1. Inicjowanie działań w zakresie realizacji zadań gminy związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych ujętych w Programie.
2. Współpraca z podmiotami realizującymi zadania z zakresu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych.
3. Prowadzenie działalności informacyjnej, służącej rozwiązywaniu problemów alkoholowych.
4. Podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowanie w stosunku do osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu w zakładzie lecznictwa odwykowego, w tym:
  - a. motywowanie osób do podjęcia leczenia odwykowego,
  - b. udzielanie informacji o sposobach i miejscach uzyskania pomocy w rozwiązywaniu problemów alkoholowych,
  - c. kierowanie do sądu wniosków w sprawie orzeczenia o zastosowanie wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu w zakładzie lecznictwa odwykowego,
  - d. udział w postępowaniu sądowym.
5. Opiniowanie wydawania zezwoleń na sprzedaż lub podawanie napojów alkoholowych pod względem zgodności lokalizacji punktu sprzedaży z uchwałami Rady Miasta, o których mowa w art. 12 ust. 1 i 3 ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (limit i lokalizacja punktów, w których sprzedawane i podawane są napoje alkoholowe);
6. Współdziałanie w kontrolowaniu przestrzegania zasad i warunków korzystania z zezwoleń zgodnie z zapisami Ustawy.
7. Udział przedstawiciela Miejskiej Komisji Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w pracach zespołu interdyscyplinarnego w zakresie przeciwdziałania przemocy.

### **II. Zasady wynagrodzenia członków Miejskiej Komisji**

1. Członkom Miejskiej Komisji Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Nowym Targu przysługuje wynagrodzenie za udział w posiedzeniach kolegialnych Komisji.
2. Udział w posiedzeniach stwierdza się podpisem na liście obecności, która stanowi podstawę do wypłaty wynagrodzenia.
3. Członek Komisji traci prawo do wynagrodzenia, jeżeli opuści salę obrad przed zakończeniem posiedzenia i zostanie to odnotowane w protokole.
4. Ustala się, że za udział i wykonaną pracę w poszczególnych zespołach roboczych komisji przysługuje wynagrodzenie w wysokości 4 % wynagrodzenia brutto

w sektorze przedsiębiorstw z kwartału poprzedzającego wypłaty za każde posiedzenie robocze oraz kontrolę punktów sprzedaży napojów alkoholowych.

5. Przewodniczący Komisji otrzymuje wynagrodzenie za udział w posiedzeniu w wysokości 110% kwoty, o której mowa w ust. 4.
6. Wysokość wynagrodzenia będzie waloryzowana kwartalnie wraz ze wzrostem przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia.
7. Wynagrodzenie zaokrągla się do 1 zł.
8. Kwoty wypłacanych wynagrodzeń będą obciążać fundusz z rozdziału 85154 - przeciwdziałanie alkoholizmowi.
9. Członkom Komisji będącym pracownikami Urzędu Miasta nie przysługuje wynagrodzenie, jeżeli posiedzenie odbywa się w godzinach pracy Urzędu.

## **XII. SPOSÓB KONTROLI RELIZACJI MIEJSKIEGO PROGRAMU**

Burmistrz Miasta sporządzi raport z wykonania w danym roku miejskiego programu i efektów jego realizacji, który przedłoży Radzie Miejskiej do dnia 30 czerwca roku następującego po roku, którego dotyczy raport.

## **XIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Pod użytym w Programie pojęciem „światlice profilaktyczno - wychowawcze” rozumie się zajęcia w zakresie pomocy psychologiczno-pedagogicznej w formach określonych stosownym Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej.
2. Program stanowi element realizowanych przez miasto Nowy Targ celów polityki społecznej określonych w „Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych dla Miasta Nowy Targ”.
3. Za ustalenie szczegółowego planu realizacji do niniejszego Programu odpowiedzialny jest Burmistrz Miasta.
4. Program obejmuje zadania do realizacji od dnia 1 kwietnia 2022 r. do dnia 31 grudnia 2024.
5. Wykonawcą Programu jest Burmistrz Miasta, który określi podwykonawców zgodnie z zasadami przyjętymi w niniejszym Programie.
6. Realizacja i koordynowanie niniejszego programu spoczywają na Pełnomocniku Burmistrza Miasta ds. Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom we współpracy z Miejską Komisją Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
7. Realizacja działań wynikających z Programu dostosowywana jest do warunków i sytuacji epidemicznej kraju, a wszelkie czynności modyfikujące w zaplanowanych zadaniach, realizowane są w oparciu o obowiązujące przepisy oraz rekomendacje m.in. Ministerstwa Zdrowia, Ministerstwa Edukacji Narodowej, Głównego Inspektora Sanitarnego, Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Od wystąpienia w naszym kraju epidemii koronawirusa, w związku z wprowadzonymi ograniczeniami i zakazami, nastąpiło wiele zmian w realizacji zadań. W roku 2022 można spodziewać się dalszych utrudnień i ograniczeń w tym zakresie. Każdorazowo należy kierować się priorytetowymi wartościami, którymi są życie i bezpieczeństwo człowieka. We wszystkich podejmowanych działaniach profilaktycznych, w tym również w stanie zagrożenia epidemicznego, powinno się dążyć do ograniczenia negatywnych konsekwencji społecznych wynikających z używania alkoholu, w szczególności szkód zdrowotnych i zaburzeń życia rodzinnego spotęgowanych izolacją całych rodzin, w których występuje problem alkoholowy i przemoc.

