

Zachowaj Trzeźwy Umysł

ZA NAMI KOLEJNA EDYCJA KAMPANII PROFILAKTYCZNEJ „ZACHOWAJ TRZEŻWY UMYŚL”

Pomagają podejmować trafne decyzje

Ponad dziewięć tysięcy uczniów i około 150 nauczycieli z 45 placówek oświatowych wzięło udział w tegorocznej edycji ogólnopolskiej kampanii profilaktycznej „Zachowaj Trzeźwy Umysł”. Młodzi ludzie uczestniczyli m.in. w licznych konkursach, które miały na celu rozwijanie ich umiejętności i zainteresowań. Akcję podsumowano 22 listopada w Miejskim Ośrodku Kultury.



► Koordynatorzy akcji: Jan Szulik, Janina Wysocka i Urszula Koszutska Fot. UM Zabrze



► Przygotowane przez uczestników kampanii przedstawienie Fot. UM Zabrze

– Od 18 lat uczymy młodych ludzi różnych kompetencji, które pozwalają łatwiej radzić sobie w życiu codziennym. W tym roku, można powiedzieć, dotarliśmy do dojrzałości – uśmiecha się Urszula Koszutska, dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Zabrzu i jeden z koordynatorów kampanii. – Hasłem tegorocznej edycji akcji były słowa „Chce mi się chcieć”. Pokazywaliśmy, że motywacja, która ma ogromne znaczenie dla podejmowania zadań, jest w naszym wnętrzu. To my powinniśmy ją z siebie

wykresać, pielęgnować i tak działać, żeby każde wyzwanie zakończyło się określonym sukcesem – dodaje.

– Cele są proste. Pokazujemy młodym ludziom, że można się rozwijać, uczyć się, mieć przyjaciół, nie korzystając przy tym z dostępnych używek. Należy mieć wybór i my im ten wybór chcemy ułatwić – tłumaczy Jan Szulik, przewodniczący Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zabrzu. – Początki kampanii nakierowane były na to, żeby przestrzegać przed alkoholem i tytoniem.

Dziś są inne zagrożenia, więc i my musieliśmy zmienić strategię, by młodzi ludzie nauczyli się od razu wybierać drogę bez wspomagaczy – dodaje.

Uczestnicy kampanii brali udział m.in. w konkursach plastycznym i literackim. – W tym roku mamy naprawdę wielu laureatów, bo nagrodziliśmy aż 50 osób. Oprócz konkursów szkoły organizują również inne działania profilaktyczne, jak występy, inscenizacje, imprezy sportowe, festyny, wycieczki – wylicza Janina Wysocka, również koordynator kampanii. MM

POLITECHNIKA ŚLĄSKA ZAPROSILA NA KONFERENCJĘ „WOLNOŚĆ OD... WOLNOŚĆ DO...”

O pokonywaniu własnych słabości

„Tajemniczy ogród. Dziedziczenie traumy” – to tytuł wykładu, jaki prof. Jadwiga Jośko-Ochojska wygłosiła podczas konferencji „Wolność od... Wolność do... Drogi i rozdroża pokonywania własnych słabości”. Czwarta już odsłona przedsięwzięcia przygotowana została na Wydziale Organizacji i Zarządzania Politechniki Śląskiej.

– W naszym życiu jest wiele jasnych dni i dobrych przeżyć, ale są też ciemne i straszne zakamarki, o których nie chcemy pamiętać i mówić. Gdy przeżywamy coś złego, nasze życie staje się takie, jak zanie-

dbany, tajemniczy ogród. Wszystkie złe uczucia niszczą nas, niszczą nasz mózg tak silnie, że dochodzi do zaniku neuronów w mózgu – mówiła podczas konferencji prof. Jadwiga Jośko-Ochojska.

Konferencja „Wolność od... Wolność do...” to wspólna inicjatywa Zabrze, Wydziału Organizacji i Zarządzania Politechniki Śląskiej oraz Komendy Miejskiej Policji w Zabrzu. Wpisuje się ona w działania z zakresu profilaktyki uzależnień. GOR

