

ŚWIAT Dziecka



Miesięcznik Towarzystwa Przyjaciół Dzieci
Oddział Okręgowy w Koszalinie

Nr 5 (15) ROK II * maj 2017 r.

W numerze m.in.:

Od słów do czynów, czyli co dla kogo jest ważniejsze – str. 2
Jubileusz profesora Stanisława Leszka Stadniczeńko – str. 2
Zabawa dla dzieci, wyróżnienia dla działaczy – str. 3
Wiadomości z ognisk i przedszkoli TPD – str. 4-5
Podkładki uczące dzieci już w stolówkach – str. 5
Zagrożenie uzależnieniami behawioralnymi dzieci i młodzieży województwa zachodniopomorskiego – str. 6
Fetal Alkohol Syndrom – Plodowy Zespół Alkoholowy – str. 7
TPD na Festiwalu Organizacji Pozarządowych – str. 8

Czasopismo bezpłatne

Program telewizji „Max” „Świat twojego dziecka”, realizowany z inicjatywy i przy wsparciu koszalińskiego oddziału Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (TPD), otrzymał nagrodę telewizji lokalnych w ogólnopolskim konkursie „To nas dotyczy”.

Nagroda dla programu „Świat twojego dziecka”

Odcinek programu „Świat twojego dziecka”, autorstwa red. Magdaleny Wojtaszek, realizowany przez koszalińską telewizję „Max” (Telewizja Kablowa Koszalin), wyemitowany 19 lutego 2017 roku, zajął trzecie miejsce w XII Konkursie Telewizji Lokalnych „To nas dotyczy”.

Audycja otrzymała nominację w kategorii „Dzieci bić nie wolno – nigdy!”. Konkurs, który odbył się pod patronatem Rzecznika Praw Dziecka, organizuje Polska Izba Komunikacji Elektronicznej (PIKE).

„Dzieci bić nie wolno – nigdy!”

Na tegoroczną edycję konkursu, 38 telewizji lokalnych i regionalnych nadających programy w sieciach kablowych, operatorów zrzeszonych w PIKE, nadesłało 163 materiały filmowe w kategoriach tematycznych: „Telewizja blisko ludzi”, „Moja Mała Ojczyzna – jestem stąd”, „Nasze utalentowane dziecko”, „Dzieci bić nie wolno – nigdy!” oraz „Ludzie z pasją”. Komisja programowa, oceniając nadesłane materiały, kierowała się między innymi kryteriami: doboru tematu (lokalność, oryginalność, wrażliwość, atrakcyjność); wartości przekazu, realizacji (kadr, światło, dźwięk, oprawa, montaż), wrażeń ogólnych.

W ocenie komisji, audycje reprezentowały wysoki poziom merytoryczny. „Prace są dowodem, że obecnie nie ma różnic pomiędzy tzw. profesjonalnymi telewizjami, a nadającymi w sieciach kablowych telewizjami lokalnymi” – czytamy w podsumowaniu konkursu.

Wszystkie aktualne problemy

„Świat twojego dziecka” to – najkrócej mówiąc – program inny od wszystkich, bo pokazuje proces wychowania dziecka od podszewki, czyli analizując reakcje, wskazując prawidłowe-

go rozwiązania, ucząc rzeczy, które pozornie wydają się łatwe, ale wielu rodzicom sprawiają trudności.

Tematów i problemów dostarcza samo życie. Kilka odcinków zawierało instruktaże, kilka innych – z inscenizacjami sytuacji rodzinnych – powstało przy współpracy z aktorskim Studiem Artystycznym im. Ziemińskich, działającym w Centrum Kultury 105 w Koszalinie, którym kieruje Ewa Czapiń-Kowalewska.

Dotychczas powstało 17 odcinków poświęconych: opiece nad niemowlakami, bezpieczeństwu dzieci w domu i kontaktom z obcymi, nauce cierpliwości, słuchania dorosłych, wychowaniu rodzeństwa bez rywalizacji, opiece nad dziećmi z ADHD i Zespołem Aspergera, hejłowi w sieci i innym przejawom cyberprzemocy, przemocy domowej, uzależnieniom dzieci i młodzieży.

Zmiany z odcinka na odcinek

– Program jest dobrą okazją, żeby dowiedzieć się czegoś więcej, poszerzyć swoją wiedzę z zakresu wychowania dzieci – przekonuje red. Magdalena Wojtaszek. – Na niektóre sprawy, problemy, szczególnie w codziennym życiu po prostu nie zwracamy uwagi. Rady specjalistów ułatwiają opiekunom wychowanie dzieci.

– Nagroda jest dla mnie dużym wyróżnieniem, tym bardziej, że pracuję w Telewizji Kablowej Koszalin dopiero rok – dodaje dziennikarka. – Motywuje i uświadamia, że formuła programu jest atrakcyjna, a treści przygotowane przez specjalistów – wartościowe. Na sukces pracowało wiele osób, program nie ruszyłby bez inicjatywy Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Koszalinie.

– Staramy się też wytykać rodzicom błędy i pokazywać, jak należy zachować się poprawnie – wyjaśnia red. Magdalena Wojtaszek. – Położna Urszula Mikuć radziła młodym mamom,



jak mają zadbać o swoje pociechy. Program zmienił się z odcinka na odcinek. Wychodzimy poza mury i nagrywamy na przykład w lesie. Nie ograniczamy wyobraźni. Chodzi nam przede wszystkim o to, żeby przekaz był użyteczny dla widza.

Kompendium wiedzy

Ekspertami zapraszonymi do audycji są przedstawiciele TPD. W 2016 roku organizacja zaproponowała telewizji „Max” współpracę przy realizacji programu edukacyjnego dla rodziców o problemach związanych z wychowywaniem dzieci. Pomysł zyskał akceptację zarządu Telewizji Kablowej Koszalin.

– Telewizja „Max”, w naszej ocenie, jest najlepszym medium w regionie do przekazywania tego rodzaju informacji – uważa Henryk Zabrocki, prezes TPD w Koszalinie. – Utrzymujemy stałą współpracę, która dobrze służy dzieciom i rodzicom. W założeniach program miał być zbiorem porad, tymczasem z kolejnymi odcinkami stał się czymś więcej – profesjonalnym, nowoczesnym, podanym w przystępnej formie, kompendium wiedzy o opiece i wychowaniu dzieci i młodzieży.

Po emisji telewizyjnej, kolejne odcinki „Świata twojego dziecka” dostępne są na kanale YouTube „Maxa” – <https://www.youtube.com/user/TKKoszalin>. Program emitowany jest co dwa tygodnie.

Magdalena Grzybowska
Fot. telewizja „Max”



Magdalena Wojtaszek, autorka nagrodzonego programu: – „Świata twojego dziecka” nie byłoby bez inicjatywy TPD w Koszalinie. Dzięki wszystkim specjalistom, którzy biorą w nim udział. Osobom, które pomagają w docieraniu do rozmówców. Za zdjęcia i scenki inscenizowane odpowiada w dużej mierze Krzysztof Wilczek [operator „Maxa”]. Dzięki niemu program tak wygląda, a inscenizacje przypominają serialową produkcję. Za montaż odpowiedzialny jest Damian Lachowicz – to on spina całość w spójny obraz. Aktorzy występujący w scenkach nie są profesjonalistami, mimo to radzą sobie świetnie.

Jubileusz profesora Stanisława Leszka Stadniczeńko



Obrońca praw człowieka, działacz Towarzystwa Przyjaciół Dzieci, wykładowca akademicki – 12 maja br. prof. **Stanisław Leszek Stadniczeńko** (na zdjęciu w centrum) świętował jubileusz 40-lecia pracy naukowo-dydaktycznej i 70. rocznicę urodzin. W uroczystej konferencji, zorganizowanej przez Wyższą Szkołę Finansów i Zarządzania, uczestniczyli między innymi: **Henryk Zabrocki**, prezes TPD w Koszalinie i **Zygmunt Pyszkowski**, prezes organizacji w regionie zachodniopomorskim.

Prof. Stanisław Leszek Stadniczeńko od lat aktywnie działa na rzecz praw dziecka. W latach 2002-2006 był członkiem Rady Naukowo-Doradczej przy Rzeczniku Praw Dziecka, ak-

tualnie jest jego społecznym doradcą. W 2016 roku był przewodniczącym komitetu naukowego, zorganizowanej przez TPD w Koszalinie, konferencji naukowej „Dziecko między prawem a rzeczywistością”.

– TPD ogromnie dużo zyskuje dzięki pomocy wybitnych ludzi nauki, a wkład w naszą działalność pana profesora, jako wiceprezesa Zarządu Głównego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci, jest nie do przecenienia – mówił podczas uroczystości (wręczając jubileuszowy list gratulacyjny) **Wiesław Kołak**, prezes TPD.

(mg)

Fot. Irena Malanowska

Sukces przedszkolaków z „Przyjaciela Dziecka”



Dawid i Karol z koszalińskiego przedszkola TPD „Przyjaciel Dziecka” otrzymali dyplomy uznania za prace w konkursie plastycznym „Książka moim przyjacielem – postaci z bajek”, zorganizowanym przez filię 15 Koszalińskiej Biblioteki Publicznej (KBP).

Wernisaż wystawy prac odbył się 9 maja br. Patronat nad konkursem, ogłoszonym z okazji 70-lecia KBP, objęło Stowarzyszenie Bibliotekarzy Polskich. Prace nagrodzone upominkami oraz wyróżnione dyplomami znalazły się na specjalnej prezentacji, którą można obejrzeć w filii bibliotecznej.

(mg)

Fot. KBP

Życzenia i laurki na Dzień Matki

26 marca br., z okazji Dnia Matki, jak co roku we wszystkich placówkach koszalińskiego TPD, przedszkolach i ogniskach, dzieci składały życzeniami swoim Mamom, a przy okazji i Tatom. Nie obyło się bez laurów, ciepłych słów, występów, słodkich poczęstunków i spotkań w gronie rodziców.

Fot. Joanna Kwiatkowska



„Droga do Domu” w Radiu Koszalin

Liczba dzieci, które pozostają poza rodzinną biologiczną wciąż nie maleje. Oznacza to, że dotychczasowy system nie jest wydolny. Wsparciem może być program „Droga do domu”.

200 rodzin i 200 dzieci z województwa zachodniopomorskiego zostało objętych specjalną pomocą psychologiczną w świetlicach i placówkach Towarzystwa Przyjaciół Dzieci.

„Jakie są drogi do domu?” – na to pytanie, w programie red. **Danuty Czerniawskiej** w Radiu Koszalin, odpowiadali członkowie rodzin objętych programem i pracujący z nimi specjaliści: **Henryk Zabrocki** (prezes TPD w Koszalinie), **Katarzyna Faryniarz** i **Beata Gidaszewska**.

Posłuchajcie: <http://www.prk24.pl/29796186/droga-do-domu-danuta-czerniawska>.

Od słów do czynów, czyli co dla kogo jest ważniejsze



Chyba krzepią dużo skuteczniej od słów, choćby te słowa były najpiękniejsze i najszczęśliwsze, a stojące za nimi intencje nie budziły najmniejszych wątpliwości. Każdy z nas lubi budujące deklaracje, ale o ileż większe znaczenie przypisujemy działaniu, zwłaszcza, gdy dotyczy ono najmłodszych.

Refleksja to nie nowa, mam świadomość, ale wciąż aktualna, a może nawet teraz aktualniejsza niż kiedykolwiek wcześniej. Towarzyszyła mi w ostatnich dniach, gdy uczestniczyłem między innymi w otwarciu po remoncie naszego ogniska „Północ” w Koszalinie i festynie rodzinnym w okolicach Wałcza, zorganizowanym przez tamtejszy oddział TPD.

Wspaniałe nasze panie zadbały również o troskliwą opiekę nad najmłodszymi zwiedzającymi oraz o efektywną oprawę stanowiska TPD podczas majowego Festiwalu Organizacji Pozarządowych na rynku w Koszalinie. Uśmiechnięte buzie dzieci świadczyły o dobrej zabawie, a czy nie o to właśnie chodzi? Żeby dzieciństwo kojarzyło się z lekkością, beztróską, uśmiechem, pogodnym nastrojem, czyli niemal wszystkim tym, czego często brakuje nam w dorosłości.

Wciąż więc mam nadzieję, że sprawdzamy się w działaniu, a nie w słowach, czego dowodem praca i zaangażowanie ludzi od lat związanych z naszą organizacją: pracowników, współpracowników, wolontariuszy, sympatyków, sponsorów. Dzięki nim, a z myślą o naszych podopiecznych, remontujemy wnętrza placówek, dajemy dzieciom spokój, opiekę, radość i oparcie, wspieramy rodziców, integrujemy, kształcimy.

Postaci, twarzy, rąk do pracy i konkretnych dokonań już nie sposób zliczyć, codziennie pojawiają się nowe, co wskazuje, że rozwijamy się, nie tracimy czasu, a co najważniejsze – nadążamy za zmianami. Wiele osób pracuje i pomaga nam społecznie i bezinteresownie, co dzisiaj, w dobie agresywnej i gwałtownej komercjalizacji życia, zasługuje na najwyższe uznanie.

Przy każdej okazji staramy się dziękować im za wsparcie i obecność, ale coraz częściej dochodzę do wniosku, że ludzie wielkiego serca i szerokiego gestu nie tyle oczekują tych podziękowań, co choćby drobnych przejawów skuteczności swojego działania. Uśmiech dziecka dla kogoś, kto mu pomaga znowu znaczy więcej niż potok słów.

Henryk Zabrocki,
prezes TPD w Koszalinie

67. rocznica działalności Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (TPD) w powiecie waleckim była okazją do zorganizowania 20 maja br. w Chwiramie festynu rodzinnego.

Zabawa dla dzieci, wyróżnienia dla działaczy



Dla najmłodszych spotkanie było okazją do dobrej zabawy. Przedstawiciele zarządu powiatowego TPD w Wałczu podziękowali za pomoc, pracę i zaangażowanie pracowników, wolontariuszom i sponsorom. Poza gospodarzami, w festynie i uroczystościach wzięli udział: Henryk Zabrocki, prezes koszalińskiego oddziału TPD oraz Piotr Pawłowski, przewodniczący społecznej rady programowej oddziału.

– Dla nas to doskonała okazja do spotkania z działaczami i wyrażenia swojej wdzięczności za to, co na co dzień, w różnej formie, robią dla dzieci – mówił Henryk Zabrocki. – W Wałczu i całym powiecie, przedstawiciele naszej organizacji są niezwykle aktywni; to wyróżniają się oddział w regionie. Za pośrednictwem – działających społecznie, z pomocą samorządowców – dwudziestu dwóch kół, których liderami często są sołtysi lub inni mieszkańcy z inicjatywą, realizujemy misję opieki i rozwiązywania problemów dzieci i młodzieży.

Ewa Bączkowska, prezes zarządu powiatowego TPD w Wałczu przypomniała, że organizacja realizuje obecnie – razem ze starostwem – dwa projekty: „Sport to zdrowie” i „Ekologia nas kręci”. Dzieci chętnie biorą w nich udział. Konkursy i występy najmłodszych podczas festynu także miały związek z programami edukacyjnymi i rozwojowymi.

Spotkanie plenerowe, ze słodkim poczęstunkiem (ciastami własnego wypieku), dmuchanymi figurami do zabaw dzieci, pokazami sztuk walk wschodu, występami młodych i najmłodszych artystów (wokalistów, tancerzy), malowaniem twarzy, grillem i loterią fantową, przyciągnęło wielu mieszkańców Chwirama i okolicznych miejscowości.

Statuetkę „Przyjaciół Dziecka”, z rąk Henryka Zabrockiego, odebrała Ewa Bączkowska. Złote dyplomy „Przyjaciół Dziecka” otrzymali przedstawiciele podmiotów wspomagających TPD, w tym: firm, Bank Żywności w Pile, Komendy Powiatowej Policji w Wałczu. Złotą odznakę „Zasłużony działacz TPD” odebrała Joanna Stańczak, a odznakę „Przyjaciół Dziecka”: Piotr Łosiewski, Przemysław Maksymowicz, Marek Michalski i Arkadiusz Niefiedowicz.

(id)
Fot. Piotr Pawłowski



Brzeźno: święteczny zajacek z ananasem



W Środowiskowym Ognisku Wychowawczym „Mrowisko” w Brzeźnie, w przedświątecznej atmosferze, odbył się cykl zajęć, które miały na celu pielęgnowanie i kultywowanie tradycji wielkanocnych.

Wychowankowie między innymi wykonali kolorowe palmy z bibuły i wstążek oraz pisanki, używając różnych technik zdobienia. Poznali najważniejsze potrawy wielkanocne. Podczas warsztatów kulinarnych – w ramach programu „Żółty Talerz” – własnoręcznie przygotowali potrawy z jajek: jajka faszerowane szynką, tuńczykiem i twarogiem, myszki i muchomorki z jajek.

– *Dzieci upiekły tradycyjnego mazurka z kajmakiem i lukrowaną babkę wielkanocną* – relacjonuje **Elżbieta Ziętak**, nauczycielka z „Mrowiska”. – *Szczególną atrakcją dla gości, rodziców i młodszego rodzeństwa oraz innych młodych mieszkańców miejscowości, był spektakl „Wielkanocne obyczaje”, przygotowany specjalnie na tę okazję przez naszych wychowanków.*

Kulminacją świątecznego spotkania było wspólne śniadanie wielkanocne z tradycyjnymi potrawami. Na stole pojawiła się również zdrowa niespodzianka (ananas) od zajaczka wielkanocnego, która sprawiła dzieciom ogromną radość.

Koszalin: z wizytą w Centrum Edukacji Ekologicznej

Dzieci z koszańskiego przedszkola TPD „Przyjaciel Dziecka” uczestniczyły w pokazach i zajęciach przygotowanych przez Nadleśnictwo Karnieszewice w Centrum Edukacji Ekologicznej (CEE) w miejscowości Trawica pod Koszalinem.

W CEE każdy może zostać leśnikiem. Dzieci uczą się nowych rzeczy poprzez zabawę; nikt nie sprawdza stanu wiedzy, nikt nikogo nie ocenia. – *W trakcie zajęć staramy się, aby dzieci samodzielnie poznawały przyrodę, konstruowały pytania i wnioski* – tłumaczy edukatorzy z CEE.

Zajęcia odbywają się nie tylko w sali, ale także w lesie, gdzie „młodzi leśnicy” samodzielnie rozróżniają gatunki drzew, odkrywają formy życia na – pozornie martwej – kłodzie drewna, badają nieznaną teren. Centrum Edukacji Ekologicznej to przestrzeń dla eksperymentowania, konstruowania, dyskusowania i odkrywania świata na własną rękę.



Kluczkowo: uroczyste pasowanie przedszkolaków

Ten dzień z pewnością na długo pozostanie w pamięci przedszkolaków z „Republiki Malucha” w Kluczkowie. Dzieci – pod okiem nauczycielek: **Aleksandry Kachel** i **Katarzyny Ryś** – zaprezentowały swoje umiejętności, dając tym samym dowód, jak szybko się uczą i jak dużo potrafią.

Przedszkolaki z powodzeniem wcieliły się w rolę zwierząt i warzyw ze znanych wierszy Jana Brzechwy. Były więc piosenki i wiersze. Po części artystycznej, dzieci przyrzekały, że będą dzielnym przedszkolakiem, zgodnie bawić się z innymi, słuchać nauczycielek i pomagać im, a przede wszystkim swoim koleżankom i kolegom.

Po tej symbolicznej przysiędze, **Bartosz Zabrocki**, dyrektor przedszkola TPD w Koszalinie i **Kazimierz Lechocki**, wójt gminy Świdwin dokonali uroczystego pasowania każdego dziecka na przedszkolaka. Na pamiątkę maluchy otrzymały dyplomy pasowania oraz upominki książkowe.



Słonowice: spotkanie przy świątecznym stole

„Zaraz jajkiem wielkanocnym podzielimy się jak sercem” – to motto przyświecało spotkaniu przedświątecznemu, które odbyło się 13 kwietnia br. w punkcie przedszkolnym TPD „Bolek i Lolek” w Słonowicach. W uroczystości uczestniczyli: rodzice wychowanków, władze gminy, radni oraz mieszkańcy.

Sala przedszkola prezentowała się imponująco; dominowały żółte i zielone dekoracje, czyli symbole budzącego się życia. Zielony owies, z którego, zerkają zajaczki i baranki, kolorowe pisanki oraz palmy wprowadziły wszystkich zgromadzonych w nastrój zbliżających się świąt Wielkiej Nocy.

Punktem kulminacyjnym spotkania była inscenizacja, którą – pod okiem nauczycielek: **Marii Ryś** i **Marty Siudaj** – przygotowały dzieci „Wieżiemy tu kogucika”. Przedszkolaki wystąpiły w strojach ze świątecznymi rekwizytami, co podkreśliło wymowę barwnego przedstawienia. Sympatycznym i miłym akcentem było obdarowanie wszystkich zaproszonych własnoręcznie wykonanymi przez maluchy drewnianymi zajaczki.

Natomiast 5 maja br. wychowankowie „Bolka i Lolka” uczestniczyli w atrakcyjnym przedsięwzięciu – spektaklu „Tańcząca gazela i magiczny tam-tam” w szczecińskim Teatrze Pleciuga. Przedstawienie dostarczyło dzieciom niezapomnianych wrażeń. Połączenie wielu różnych dziedzin sztuki, muzyki, tańca i teatru, było skojarzeniem odkrywczym i zaskakującym. Maluchy zwiedziły ponadto Wały Chrobrego.



Wielkanocne warsztaty w ognisku „Przystań”

W Środowiskowym Ognisku Wychowawczym TPD „Przystań” w Koszalinie, w atmosferze przedświątecznej, w ramach realizacji ogólnopolskiego programu „Żółty Talerz”, odbyły się warsztaty pod nazwą „Wielkanoc”.

„Święta to wyjątkowy czas, który każdy powinien spędzić przy wspólnych stole w domu” – wychodząc z tego założenia, wychowawczynie z „Przystani” namówiły dzieci na spotkanie w kuchni. Już kilka dni wcześniej w ognisku rozpoczęły się przygotowania do świąt.

Najpierw powstało menu, czyli spis tego, co każdy lubi najbardziej oraz potraw związanych z tradycją świąt wielkanocnych. Zgodnie z zapisami menu, które uwzględniało wartości odżywcze oraz stopień kaloryczności zaplanowanych do przygotowania posiłków, dzieci ustaliły, co trzeba kupić.

Obok samego przygotowania potraw, zakupy produktów były dla wychowanków „Przystani” największą atrakcją warsztatów. Dokonywania właściwych wyborów w zakupach sklepowych – to podstawa zdrowego stylu życia. Tym bardziej, że dzieci wyruszyły na zakupy po rozmowie na temat pożytecznych i szkodliwych w żywieniu produktów.

W ten sposób, wyposażone w plan działania, menu, wiedzę i artykuły spożywcze, dzieci – pod okiem wychowawczyń – przystąpiły do przygotowania posiłków. Najważniejsze oczywiście było samo spotkanie. Wszyscy z uśmiechem na twarzy dzielili się jajeczkiem, jedli białą kielbasę oraz pyszne ciasta i owoce.



Kusice: Order Przyjaciela Przyrody dla przedszkolaków

Tegoroczny Dzień Ziemi przedszkolaki z Kusic obchodzą niezwykle intensywnie. Przygotowały się do niego przez cały tydzień poprzez różnorodne zajęcia, na których zapoznaly się z zasadami segregacji odpadów, dbałości o czystość wody i powietrza oraz recyklingu, czyli możliwości wykorzystywania przedmiotów drugi raz, nadając im nowe życie i zastosowanie.

Wykonały tulipany z pojemników po jogurtach, które teraz pięknie dekorują salę i zaprojektowały stroje dla najmłodszych modeli i modelek z użyciem plastikowych nakrętek i worków, w których zaprezentowały się na małym wybiegu. Na zakończenie maluchy oficjalnie podpisały umowę, w której zobowiązały się do szanowania przyrody, a nagrodą był Order Przyjaciela Przyrody.



Opracowanie tekstów na podstawie informacji nadesłanych z placówek: Magdalena Grzybowska. Zdjęcia: archiwum TPD Koszalin.

Wielka wysyłka ruszyła, a prezenty dotarły również do – uczestniczącego w projekcie „Żółty Talerz” – koszalińskiego oddziału TPD.

Podkładki uczące dzieci już w stołówkach



Ponad 7750 dzieci w prawie 300 stołówkach w Polsce będzie odtańcać posiłki na wesolych podkładkach, z których pozdrawia je Piotruś.

Piotruś to bajkowy bohater akcji żywienia dzieci „Żółty Talerz”, którą Kulczyk Foundation prowadzi w sojuszu z pięcioma największymi organizacjami pomocowymi w naszym kraju. Podkładka, poza humorem, przekazuje dzieciom wartości związane z empatią oraz zdrowym żywieniem.

– *Stołówka to powinno być wspiane miejsce, gdzie wszyscy są razem i czują się dobrze* – podkreśla **Marta Schmude-Olczak** z Kulczyk Foundation. – *Niezwykle ważnym elementem nauki odpowiedniego żywienia jest estetyka, czyli także to, jak i na czym jemy. Chcieliśmy więc zrobić dzieciom prezent, ale też ciekawą rysunkami, które mają konkretne znaczenie. Opowiadają o tym, że należy dzielić się jedzeniem, szanować je, pomagać innym i pamiętać o tym, że jedzenie ma być nie tylko dobre, ale i zdrowe.*

– *Co ważne, na naszych podkładkach będą jeść wszystkie dzieci w stołówkach, w których prowadzimy akcję* – dodaje **Marta Schmude-Olczak**. – *Nie tylko te, które uczestniczą w akcji dożywiania. Nasza podkładka łączy!*

Do ogólnopolskiego programu, któremu patronuje Rzecznik Praw Dziecka, Kulczyk Foundation zaprosiła poza TPD również Caritas, Banki Żywności, Polski Czerwony Krzyż i SOS Wioski Dziecięce. **Dominika** i **Sebastian Kulczyk** na program dożywiania dzieci przeznaczyli 4 miliony złotych, po to, aby ciągu 12 miesięcy, poczynając od września 2016 roku, dzieci otrzymały milion pełnowartościowych posiłków.

„Żółty Talerz” ma być wsparciem dla ogólnopolskiego systemu żywienia dzieci, jako unikalny standard pomocy. Unikalny, ponieważ wszystkie zaproszone organizacje realizują cztery takie same cele: wzrost liczby zdrowo odżywianych się dzieci, poprawa jakości jedzenia, dostęp dla wszystkich do wiedzy o zdrowym odżywianiu i aktywizacja dorosłych, by angażowali się w działania na rzecz prawidłowego żywienia dzieci.

oprac. (mg)

Fot. Kulczyk Foundation

Zagrożenie uzależnieniami behawioralnymi dzieci i młodzieży województwa zachodniopomorskiego, część I

Raport z badań ankietowych młodzieży w wieku 9-18 lat z województwa zachodniopomorskiego



Badania zostały zrealizowane 1-15 października 2016 roku przez dr **Macieja Kowalewskiego** ze Studium Badań Społecznych „E-sondaż”. Próba badawcza wyniosła 1.005 osób (łącznie zrealizowano 1.014 wywiadów kwestionariuszowych, z czego dziewięć usunięto z analizy z powodu przewagi niekompletnych odpowiedzi lub odpowiedzi wskazujących na niepoważne potraktowanie ankiety).

Ośmieszyć, sprawić przykrość, nastraszyć

Wśród negatywnych skutków korzystania z sieci jest rozwój cyberprzestępczości i mowy nienawiści (w tym tzw. hejtu). Jedną z form takich dysfunkcji jest nękanie, którego ofiarami padło 18,8 proc. badanych, a 11 proc. zamieściło wpis na portalu społecznościowym lub na forum, który miał kogoś ośmieszyć, sprawić mu przykrość lub go nastraszyć.

Z analizy danych dotyczących sposobu korzystania z internetu w ciągu całego tygodnia wynika, że najwięcej czasu poświęca się korzystaniu z serwisów społecznościowych, takich jak: Facebook, Instagram i inne (55,6 proc. badanych zaznaczyło odpowiedź „cały tydzień”), oglądaniu filmów i słuchaniu muzyki (53,1 proc.), a także korzystaniu z komunikatorów i programów pocztowych (49,5 proc.). Jedynie niewielki odsetek badanych deklaruował granie w gry na pieniądze w internecie w ciągu ostatniego tygodnia.

Struktura przebadanych uczniów

W próbie znalazło się 46,1 proc. dziewcząt oraz 53,9 proc. chłopców. Zgodnie z przyjętymi założeniami doboru próby, struktura przebadanych kategorii szkół odpowiada ich udziałowi w populacji generalnej uczniów województwa zachodniopomorskiego w wieku 9-18 lat.

Przebadani uczniowie uczęszczali do następujących szkół: podstawowej (345 uczniów), gimnazjum (301), liceum ogólnokształcącego (126 uczniów), technikum (172 uczniów), zasadniczej szkoły zawodowej (43 uczniów).

Respondenci byli mieszkańcami wsi (35,5 proc.), miast poniżej 20 tysięcy mieszkańców (7,6 proc.), miast od 20 do 100 tysięcy mieszkańców (23,3 proc.), miast powyżej 100 tysięcy mieszkańców (33,7 proc.). Uczniowie poproszeni o ocenę sytuacji materialnej swojej rodziny, w większości uznali ją, jako raczej dobrą (47,6 proc.) lub bardzo dobrą (28,8 proc.). Tylko niecałe 4 proc. określiło ją, jako złą lub bardzo złą.

Dobre relacje z bliskimi

Z analizy opinii badanych wynika, że ponad połowa z nich nie do końca czuje się usatys-

fakcjonowana swoją pozycją w klasie. Ponad 50 proc. uczniów uważa, że nie są osobami popularnymi. 83,6 proc. nie obawia się wykluczenia z grupy przyjaciół, a 77,6 proc. ocenia swoje relacje z bliskimi, jako dobre.

Większość badanych postrzega siebie pozytywnie, 67,7 proc. uważa się za osoby wartościowe, 78,4 proc. akceptuje swój wygląd (po zsumowaniu odpowiedzi zdecydowanie tak i raczej tak), przeciwnego zdania jest 21,6 proc. Jedną z przyczyn niezadowolenia z własnego wyglądu są problemy z nadwagą (59,3 proc. badanych zdecydowanie niezadowolonych z własnego wyglądu podjęło już próbę odchudzenia się). W badanej próbie chciałoby schudnąć 41,9 proc. badanych, a co najmniej jedną próbę odchudzania się ma za sobą 34,9 proc. uczniów. Wśród dziewcząt chęć schudnięcia deklaruje 56,4 proc., natomiast wśród chłopców 29,1 proc..

Przygnębienie i negatywna samoocena

Niepokojąca jednak jest negatywna samoocena ponad 30 proc. badanych. Ponad 20 proc. respondentów często ma poczucie przygnębienia. Ponad 20 proc. zdarza się być agresywnym wobec innych, bez wyraźnego powodu. Równie niepokojącą jest opinia, którą wyraża 8 proc. uczniów o swoim problemie z alkoholem.

Najbardziej powszechne w badanej próbie jest korzystanie ze smartfonów (93,5 proc.), przy czym zdecydowana większość respondentów posiada to urządzenie na własność (85 proc.).

Niemal równie powszechne jest korzystanie z laptopa (23,3 proc. ma dostęp do urządzenia,

w wieku 9-12 lat): tablet na własność ma 61,1 proc. (a np. tylko 37,3 proc. badanych w wieku 16-18 lat), smartfon – 83,2 proc. (to wielkości podobne jak w starszych kategoriach wiekowych). Urządzenia dostępne są w jednakowym zakresie wśród uczniów zamieszkujących miejscowości o różnej liczbie mieszkańców.

Internet: 6 godzin dziennie i więcej

Jak wynika z deklaracji, zbliżone co do wielkości są grupy respondentów, którzy korzystają z internetu: 3-4 godziny (18,9 proc.), 4-5 godzin (16 proc.), 1-2 godziny (16,3 proc.). Mniej liczne kategorie stanowią osoby korzystające mniej niż 3 godziny dziennie. Blisko ¼ uczniów korzysta dziennie z sieci 6 godzin i więcej.

Tak wysokie odsetki wiążą się ze współczesnym sposobem funkcjonowania urządzeń i charakterem dostępu do sieci, który ma charakter permanentny. Niewylogowywanie się z serwisów i portali społecznościowych, stałe włączenie komunikatorów powoduje, że ze względu na powszechność wymienionych urządzeń podział na rzeczywistość online i offline (świat wirtualny i realny) w wielu obszarach i sposobach funkcjonowania młodzieży – zacieśnia się wyraźnie.

Z danych wynika, iż odsetki kategorii chłopców i dziewcząt, korzystających z internetu w ciągu dnia w wyróżnionych przedziałach czasowych niewiele się różnią. Wyjątek stanowią jedynie respondenci, którzy spędzają 3-4 godziny dziennie online.

Uzależnienie od internetu

O roli, jaką odgrywa internet w życiu badanych uczniów świadczą wysokie odsetki osób, które korzystają z sieci w każdej z możliwych do wykorzystania sytuacji. Ponad 40 proc. przyznało, że jedną z pierwszych, wykonywanych rano czynności jest sprawdzenie nowych wiadomości, ponad 50 proc. korzysta z internetu na przerwach w szkole, 26,9 proc. badanych gra w gry komputerowe kosztem snu.

Blisko 50 proc. respondentów dostrzega zagrożenie uzależnieniem od internetu i próbowało w związku z tym ograniczyć ilość czasu spędzanego online. W ich opinii problem ten jest dostrzegany również przez rodziców, uważających, że zbyt dużo czasu spędzają oni w internecie (38,6 proc.).

Jednym z symptomów uzależnień od czynności jest pogorszenie nastroju w sytuacji, kiedy nie ma możliwości korzystania z internetu. Wśród badanych, 12,5 proc. stwierdza, że jest w złym nastroju, kiedy nie jest online.

801 889 880

Telefon Zaufania

dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych i ich bliskich

CZYM SĄ UZALEŻNIENIA BEHAVIORALNE?

są to wszystkie uzależnienia, które nie są związane z zażywaniem substancji psychoaktywnych (alkoholu, narkotyków), m.in.:

- uzależnienie od HAZARDU
- uzależnienie od INTERNETU, KOMPUTERA
- uzależnienie od SEKSU, PRACY
- uzależnienie od ZAKUPÓW czy OBJADANIA SIĘ

a 63,6 proc. ma je na własność), komputera stacjonarnego (odpowiednio: 20,3 proc. i 39,6 proc.) i tabletu (18,3 proc. i 45,9 proc.).

Co interesujące, niektóre z tych urządzeń są bardziej dostępne w najmłodszej grupie uczniów

*oprac. (mg)
Część II – za miesiąc,
w wydaniu czerwcowym.*

Fetal Alcohol Syndrom – Płodowy Zespół Alkoholowy

FAS/FASD w Polsce – FAS/FASD na świecie, część I

„Oto teraz jesteś niepełna i nie rodziłaś, ale poczniesz i porodysz syna. Lecz odąd strzeż się: nie pij wina ani sycery i nie jedz nic nieczystego”. Jest to pierwsza wskazówka – i powinna pozostać ostatnią – jak dbać ma o siebie kobieta w ciąży; wskazówka sprzed wielu lat, a jakże aktualna obecnie.

Pierwsze publikacje na temat szkodliwego wpływu alkoholu na płód ukazały się w 1968 roku; zostały opisane przez Paula Lemoine. Wtedy to również zostały pierwszy raz opisane cechy dymorficzne twarzy oraz opóźnienie wzrostu. Nauka dużo wcześniej daje dowody na szkodliwe skutki spożywania alkoholu w ciąży.



Skutki picia alkoholu w ciąży

„W 1957 roku dr Dora Papara-Nicholson (USA) bada ciężarne świnki morskie. Kilka razy w tygodniu podaje im alkohol. Młode świnki mają niską wagę urodzeniową, trudności z przemieszczaniem się, problemy ze ssaniem i jedzeniem. W Rumunii w 1968 roku dr Stefan Sandor, wstrzykuje alkohol do kurzych jaj. Obserwuje deformacje i opóźnienie wzrostu u kurcząt. Minęło ponad czterdzieści lat od tej pierwszej publikacji. Bardzo wiele zmieniło się w diagnostyce FAS. Udoskonalono techniki diagnostyczne dotyczące trudności rozwojowych dzieci dotkniętych tym syndromem. Kraje takie, jak Stany Zjednoczone, Kanada, Wielka Brytania przodują w badaniach nad Alkoholowym Zespołem Płodowym, w Polsce wciąż jest to choroba mało znana. Dzieci po prenatalnej ekspozycji na alkohol często są diagnozowane, jako nadpobudliwe, autystyczne, rozwijające się nieharmonijnie, tymczasem ich problemem są różnego typu uszkodzenia organów, w tym mózgu, związane ze spożywaniem alkoholu przez ich matki podczas ciąży.”

127 przeanalizowanych przypadków

Paul Lemoine analizując 127 przypadków dzieci urodzonych przez matki alkoholiczki, przedstawił dokładny opis skutków wpływu alkoholu na płód, a także odległe skutki takiej ekspozycji.

Do charakterystycznych cech występujących u opisanych dzieci zaliczył:

1. niedorozwój psychofizyczny,
2. małogłowie,
3. niską wagę urodzeniową,
4. charakterystyczne rysy twarzy: płaskie czoło, mały zadarty do góry nos, wąska warga górna, płaskie policzki, małożuchwie, deformacje uszu,
5. wrodzone wady rozwojowe: rozszczep podniebienia, wady w budowie ucha, wady serca, wady naczyniowe.

Jednak dopiero badania wykonane w 1973 roku w Seattle sprawiły, że nadano tym wadom rozwojowym cechy syndromu. Zaczęto również interesować się wpływem alkoholu na rozwijające się struktury mózgu.

Zmiany neuropatologiczne

Zauważono wiele zmian neuropatologicznych w strukturach mózgu, zaobserwowano takie deformacje jak: dysgeneza, czyli niedorozwój mózgu, a także powiększone lub zredukowane komory mózgu albo brak komór mózgu, hydrocefalia, czyli wadliwy przepływ płynu mózgowo-rdzeniowego, mikrocefalia, czyli małogłowie, holoprosencefalia – brak ciała modzelowatego – substancji łączącej obie półkule mózgu oraz szereg innych dezorganizacji ośrodkowego układu nerwowego.

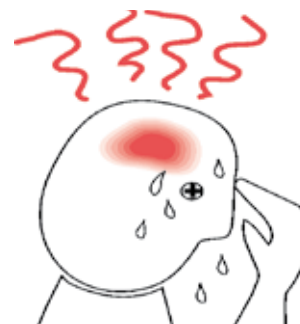
Taka heterogeniczność deformacji mózgu u dzieci z FAS wskazuje, że nie istnieje żadna specyficzna dla FAS zmiana strukturalna mózgu.

Współcześnie możliwą alternatywą stały się badania żywego mózgu za pośrednictwem technik neuroobrazujących, które pozwoliły na wyróżnienie kilku specyficznych dla FAS zmian w tkance nerwowej mózgu.

Po raz pierwszy odnotowano przypadek FAS w Kanadzie w 1970 roku. FAS – Fetal Alcohol Syndrome (Płodowy Zespół Alkoholowy) charakteryzuje się: dymorfiami twarzy, opóźnieniami wzrostu oraz nieprawidłowościami OUN. Obecne kryteria diagnostyczne zawierają te same czynniki kliniczne.

Alkohol uszkadza mózg,

a więc jest teratogenem neurobehavioralnym, należącym do grupy teratogenów powodujących uszkodzenie mózgu oraz wpływających na zachowanie. Teratogenne skutki wpływu alkoholu na płód związane są ściśle z dawką alkoholu, jaką przyjmuje przyszła matka, przy czym nawet niewielka dawka alkoholu może doprowadzić do uszkodzeń płodu. Badania wykazały, że bardzo szkodliwe są jednorazowe duże dawki alkoholu wypite przez kobietę w ciąży, ponieważ dziecko nie ma szansy na metabolizowanie



szkodliwych toksyn zawartych w alkoholu i dochodzi do różnego rodzaju uszkodzeń narządów, które się rozwijają.

W każdym trymestrze mogą wystąpić specyficzne skutki spożywania alkoholu przez przyszłą matkę. W pierwszym zaburzona jest migracja komórek, których wynikiem mogą być samoistne poronienia (bardzo rzadko), a także dochodzi do powstawania wad rozwojowych. Alkohol spożywany w drugim trymestrze ciąży powoduje powstawanie cech dymorficznych u dzieci, mogą także nastąpić uszkodzenia OUN. Trzeci trymestr i spożywanie alkoholu przez przyszłą matkę prowadzi do pogłębienia wszystkich wad, które już powstały u dziecka, szczególnie wrażliwy na toksykację alkoholową jest hipokamp.

FSA – „ukryta wada”

Bardzo często w literaturze FAS jest nazywany „ukrytą wadą”, ponieważ dzieci z tym syndromem są na ogół pogodne, towarzyskie, uśmiechnięte, ale to tylko maska dla nerologicznych dysfunkcji.

Rodzaj uszkodzeń uzależniony jest od kilku czynników, takich jak: ogólny stan zdrowia matki, warunki socjalno-bytowe, w jakich matka przebywa, odżywianie, nikotynizm, suplementacja witaminowa, predyspozycje genetyczne matki, stan samego płodu.

Spektrum Poalkoholowych Zaburzeń Płodu (FASD) – to zaburzenia dziecka wynikające z prenatalnego narażenia płodu na działanie alkoholu.

Zaliczamy do nich:

1. Alkoholowy Zespół Płodowy (FAS),
2. Płodowy Efekt Alkoholowy (FAE),
3. Poalkoholowe zaburzenia układu nerwowego – Alcohol Related Neurodevelopmental Disorder (ARND),
4. Uszkodzenia płodu spowodowane alkoholem – Fetal Alcohol Related Conditions (FARC),
5. Wady wrodzone spowodowane alkoholem – Alcohol Related Birth Defects (ARBD).

Obecnie prowadzone badania rozwijają się z jednej strony w kierunku opracowania skutecznych metod terapii i pracy z dziećmi z syndromem FAS, a z drugiej – w kierunku poszukiwania mechanizmu, który prowadzi do powstawania uszkodzenia.

Agnieszka Jager

Koszaliński oddział Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (TPD) wziął udział 20 maja br. w – towarzysząc tegorocznym obchodom Dni Koszalina – Festiwalu Organizacji Pozarządowych (FOP).

TPD na Festiwalu Organizacji Pozarządowych



Inicjatorem i głównym organizatorem FOP była Pracownia Pozarządowa. Na placu przed ratuszem stanęło 50 stoisk stowarzyszeń i fundacji.

Odbyły się pokazy pojazdów wodnych i motorowych, ratownictwa medycznego, sportowe, sprawnościowe, taneczne. Przedstawiciele TPD z powodzeniem wzięli udział w meczu piłki siatkowej „Samorząd kontra organizacje pozarządowe”. Skoro w organizację włączyło się CK 105, nie zabrakło występów muzycznych.

– Założeniem festiwalu jest prezentacja mieszkańcom działalności organizacji – mówi **Łukasz Cieśliński** z Pracowni Pozarządowej. – Przez kilka sobotnich godzin, stoiska i scena na Placu Ratuszowym tętniły życiem, energią, pozytywnymi emocjami. Udział i dostęp do wszystkich atrakcji był bezpłatny. Na swoich stanowiskach przedstawiciele stowarzyszeń opowiadali, co robią na co dzień, w czym się specjalizują. Organizacje pozarządowe mają ogromny wpływ na współczesną rzeczywistość. Kultura, zdrowie, sport, hobby, edukacja, dobroczyn-



ność. One budują świat, a my im w tym pomagamy.

Na zwiedzających czekały: konkursy, zabawy, malowanie twarzy, zwierzątka z balonów, wyzwania sportowe, warsztaty ekologiczne i plastyczne, pokaz psów rasowych, poczęstunki. Aktorzy Bałtyckiego Teatru Dramatycznego zaprezentowali na scenie fragmenty bajki „Cykor – bojąca dusza”, a Koszalińska Biblioteka Publiczna w ramach akcji bookcrossing wystawiła biblioteczeki z książkami na wymianę.

– Jesteśmy dumni z osiągnięć naszych dzieci i z tego, co na co dzień robią nasi pracownicy, współpracownicy, wolontariusze – przyznaje **Henryk Zabrocki**, prezes TPD w Koszalinie. – Udziałem w festiwalu daliśmy wyraz temu odczuciu. Z radością współtworzymy koszalińską społeczność organizacji pozarządowych, która z roku na rok ma coraz więcej do powiedzenia i coraz większy wpływ na rzeczywistość.

(mg)

Fot. Izabela Rogowska (4), TPD (3), Pracownia Pozarządowa (1)

