



**Ogólnopolska Fundacja na Rzecz Zapobiegania Narkomanii od wielu lat realizuje „Kompleksowy program zdrowienia” przy wsparciu finansowym Urzędu Miasta Toruń.**

Od lutego 2024 r. fundacja otrzymała dofinansowanie w kwocie 43 120 zł na: aktywizację i integrację osób wykluczonych społecznie i uzależnionych, w tym pomoc żywnościowa, praca resocjalizacyjna oraz specjalistyczne poradnictwo, konsultacje dotyczące trudności wynikających z uzależnienia od substancji psychoaktywnych.

Dofinansowanie zostało przyznane w związku ze złożeniem przez fundację oferty na wykonanie w 2024 r. zadania publicznego w zakresie zdrowia publicznego określonego w Narodowym Programie Zdrowia na lata 2021-2025, w ramach celu operacyjnego 2. „Profilaktyka uzależnień”.

Kompleksowy program wspierania zdrowienia stara się sprostać zróżnicowanym potrzebom środowiska uzależnionych od narkotyków i alkoholu młodych osób dorosłych (22-50 lat), które podjęły decyzję o leczeniu i życiu na trzeźwo.

Podstawowym i najważniejszym założeniem programu jest wspieranie ich zdrowienia, a także w mniejszym zakresie pomoc ich bliskim.

Program rozpoczyna się od pomocy i wsparcia osób, które podjęły leczenie w zakresie nabycia praktycznych umiejętności związanych z życiem na trzeźwo. W okresie od 1 lutego do 30 września 2024 r. z tej części programu skorzystało 65 osób rozwijając swoje kompetencje. Umiejętności te dają osobie uzależnionej po zakończeniu terapii szansę na samodzielne funkcjonowanie w społeczeństwie oraz podjęcie pracy zawodowej. Stanowią one alternatywę do zachowań związanych z zażywaniem narkotyków.

Następnym etapem programu jest stworzenie oferty pomocy socjalnej i terapeutycznej osobom uzależnionym od narkotyków po podstawowym programie rehabilitacyjnym w celu pełnego usamodzielnienia się i utrwalenia postaw prospołecznych, a także wspieranie zachowań pomocnych w utrzymaniu abstynencji od alkoholu i narkotyków.

Ta część programu ma charakter postrehabilitacyjnej pomocy hostelowej. Pomoc hostelowa jest formą pośrednią między terapią w placówce stacjonarnej, jaką jest ośrodek, a samodzielnym funkcjonowaniem osoby uzależnionej. Mieszkanie w hostelu umożliwia osobom uzależnionym bezpieczny powrót do społeczeństwa, podjęcie pracy i nauki w warunkach wsparcia terapeutycznego. Pozwala na nawiązanie nowych, bliskich więzi z osobami spoza ośrodka, uczy korzystania z różnych miejsc wsparcia między innymi Wspólnoty Anonimowych Narkomanów, Anonimowych Alkoholików oraz konsultacji terapeutycznych poza ośrodkiem. Pobyt w hostelu umożliwia także praktyczną naukę planowania, rozwiązywania problemów, prowadzenia treningu finansowego.

Kolejną częścią programu jest prowadzenie konsultacji dla osób, które ukończyły podstawowy program terapeutyczny, jako pomoc „after care”. Jest to ważna część programu, gdyż oferuje pomoc w różnych aspektach zdrowienia:

- w rozwiązywaniu głębszych problemów utrudniających zdrowienie,
- udzielaniu wsparcia osobom trzeźwiejącym znajdującym się w kryzysie,
- analizie nawrotu choroby i pomocy w zaplanowaniu i realizacji działań zaradczych,
- monitorowaniu umiejętności niezbędnych do życia na trzeźwo, zdobytych w trakcie terapii uzależnienia,
- poprawie jakości życia osób trzeźwiejących i rozwoju osobistego.

Kolejnym elementem programu są zajęcia z jogi, które w znaczący sposób wpływają na poprawę zdrowia fizycznego i psychicznego pacjentów ośrodka. Regularna praktyka jogi przez pacjentów uczestniczących w zajęciach wspomagała ich proces terapeutyczny, umożliwiając lepsze radzenie sobie ze stresem, regulację emocji i wzrost poczucia własnej wartości.

- [Powrót](#)
- [Udostępnij na: X](#)
- [Udostępnij na: FB](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)