Община Разград

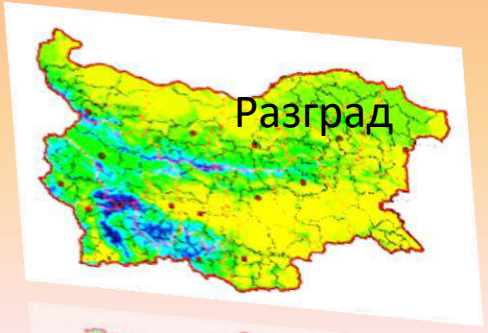
Електронен бюлетин на Общински съвет по наркотични вещества и Превантивно-информационен център град Разград

Подобри… днес деня си!



Желана територия на всеки

Брой №1
Април
2020г.



Притча за Учителят и пеперудата







Преди много години в един далечен град живял Учител, заобиколен от своите ученици. Веднъж най-способният от тях решил да го предизвика.

- Учителю, имам въпрос, на който няма да можеш да отговориш!

Младият мъж отишъл на ливадата, хванал най-красивата пеперуда и я скрил в дланите си. Тя шавала с пипалцата си и го гъделичкала. Усмихвайки се, той отишъл при Учителя и го попитал:

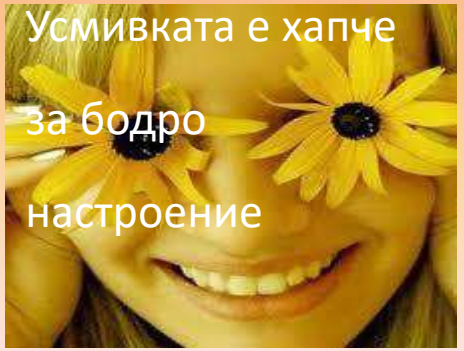
- Каква пеперуда имам между дланите си - жива или мъртва?

Ученикът държал здраво пеперудата, готов да я смачка заради своята истина.

Учителят спокойно отговорил:

- Всичко е в твоите ръце!

Екипът на Общински съвет по наркотични вещества и Превантивно-информационен център гр.Разград, съвместно с доброволците към Младежки съвет по наркотични вещества, се обръщаме към вас с посланието: „От себе си към себе си!“. Каквито и фактори да определят поведението на един човек, основният мотиватор е желанието ни да се чувстваме добре. За да предпазим децата и младежите от опасностите, свързани с употребата на наркотични вещества, искаме заедно с вас – да стимулираме здравословния и свободен от зависимости живот с усмивка …Една усмивка, две усмивки…Усмивките носят позитивни емоции. Бъдете отворени за тях!



Общински съвет по наркотични вещества (ОбСНВ)

***ОбСНВ към Община Разград** е създаден през 2005 г. като орган за провеждане на Националната политика срещу злоупотребата с наркотични вещества, както и за борба с наркотрафика на общинско ниво.*

Съветът е колективен орган, който се състои от председател, секретар и членове. Членове на съвета са представители на заинтересуваните служби и ведомства, определени след решение на Общинския съвет – Разград: ОДМВР Разград; МКбППМН към Община Разград; РЗИ – Разград; Районна Прокуратура Разград; отдел „Закрила на детето“ към Дирекция „Социално подпомагане“- Разград ; Отдел „Здравеопазване“ и Отдел „Образование“ в Община Разград; Районна служба „Изпълнение на наказанията“- Разград; „Детска педагогическа стая“ към РУ на МВР Разград; РУО – Разград; Отделение по психиатрия към МБАЛ „Св. Иван Рилски“ АД; Общински съветници.

***Основна задача**: координация, взаимодействие, сътрудничество между институциите, имащи отношение по проблема с наркотиците на местно равнище, ограничаване на разпространението и употребата на психоактивни вещества.*





ОСНОВНА ДЕЙНОСТ НА ПИЦ

Към Общинския съвет по наркотични вещества е изграден и **Превантивно-информационен център по наркотични вещества**, който извършва мониторинг и изследвания относно тенденциите по злоупотреба с наркотични вещества; събира и разпространява информация относно националните и чуждестранни практики, касаещи наркотичните вещества; повишава ангажираността на гражданското общество чрез информиране, публикации и обучения.

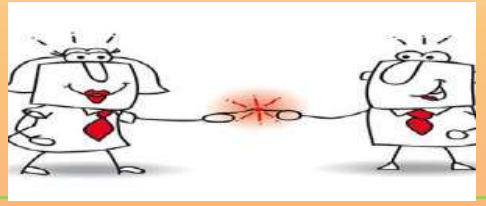
Дейността на ПИЦ е насочена към всички млади хора на територията на общината в училищна възраст.

ПИЦ разработва програми за превенция на употребата на наркотични вещества; организира лекции, семинари и дискусии по тези теми с ученици, учители, родители, педагогически съветници и медицински специалисти от училищата.

Осъществява консултативна дейност с деца/младежи в риск и техните родители.

Провежда социологически проучвания, поддържа информационна система и база данни. Изработва и издава информационни материали за проблемите, свързани с употребата на наркотични вещества – листовки, брошури, плакати и други.

Младежки съвет по наркотични вещества (МСНВ)



Неговите задачи са:

- повишаване на информираността на младите хора по проблемите, свързани с употребата на цигари, алкохол и наркотични вещества.
- придобиване на умения за разпознаване и установяване на натиск от страна на връстници, относно употребата на ПАВ.
- оползотворяване свободното време на децата и младежите – организиране на алтернативни дейности.

Инициативи

- членовете на МСНВ работят по програма „Връстници обучават връстници“
- участват и организират кръгли маси, хепънинги, работят с медиите
- разработват и разпространяват информационни материали, съобразно прицелните групи – деца, младежи, родители, педагози
- участват и организират превантивни кампании
- участват в Общинска програма за борба с наркотиците



Ние изпълняваме Националната стратегия за борба с наркотиците. Във връзка с това, провеждаме дейности по посока на въпросите за употреба и злоупотреба с наркотични вещества. Ключов инструмент в нашата работа са: Д О Б Р О В О Л Ц И Т Е от Младежки съвет по наркотични вещества







СТАНИ ДОБРОВОЛЕЦ КЪМ ОбСНВ И ПИЦ - РАЗГРАД

Какво е да си доброволец?

„Доброволец” не е нова дума в българския език, макар, че „да си доброволец” в България все още е понятие, което набира скорост и се мъчи да догони своите еквиваленти по света!

За тези, които биха искали да знаят повече - **„доброволец”**, идва от латинската дума **„voluntaries”**, което означава «доброволен», «от свободна воля». На български език думата звучи като съчетание от „добро” и ”воля”, т.е. на добра, свободна воля или пък воля да правиш добро. Работата на доброволеца несъмнено удовлетворява негови вътрешни потребности и стремления , именно това я прави толкова привлекателна за повече хора от различни възрасти.







Какво е да си доброволец - въпрос, който има много отговори:

Да си Доброволец – това е свобода на духа

Да си Доброволец – това е пътешествие

Да си Доброволец – това е приключение

Да си Доброволец – това е безценен житейски опит

Да си Доброволец – това е възможност да помагаш за кауза, която ти е близка

Да си Доброволец – това е умението да направиш нещо полезно за обществото

Да си Доброволец – това е ново приятелство

Да си Доброволец – това е предизвикателство

Да си Доброволец – това е незабравим спомен.

Да си Доброволец – …… ***тук остава да напишеш нещо ти!***

Правото на лично мнение и неговото изразяване е свобода, която произтича от ценността на самата личност

Казвам се Анна, ученичка от 11 клас в ППМГ. Участвам като доброволец от 2 години и смело мога да кажа, че се чувствам изключително заредена след всяко събиране по зададен проект или тема. Времето минава неусетно, когато си заобиколен от усмихнати и отговорни хора, а от друга страна научаваш нещо ново или помагаш в дадена ситуация. Миналата година бях част от проведения обучителен семинар на тема "Зависимостите - същност и превенция" в гр. Габрово. На подобен тип места се разглеждат теми и проблеми засягащи, както възрастни, така и тийнейджъри на нашата възраст. Цялото вълшебство преминава не просто в суха теория, а в игри, запознанства с хора от цяла България и много смях. Съветвам всеки, който обича да бъде полезен на околните, да се присъедини към нашия отбор.



Казвам се Радина и съм възпитаник на математическата гимназия в Разград! За доброволческия ни екип разбрах преди една година от приятели, които вече бяха там. Започнах участието си с обучение, което се проведе в село Червена локва, област Габрово на тема "Зависимостите - същност и превенция". Дните там минаха неусетно. Запознах се с много хора от различни места на страната и натрупах познания по темата чрез различни беседи и игри. Всеки, който обича да помага на хората, да участва в инициативи и обича новите запознанства, е добре дошъл при нас!



Името ми е Симона и съм ученичка от 11 клас в ППМГ „Академик Никола Обрешков". Макар да съм доброволец от скоро, съм изключително щастлива, че съм част от тази организация. Екипът ни е отговорен и инициативен, заедно комбинираме своите идеи и умения за постигането на цели и подготвянето на проекти. Събиранията ни преминават с лекота и усмивки, докато обсъждаме бъдещи планове. Всеки, който желае да бъде по-деен и да разчупи ежедневието си, има идеи и иска да се забавлява, нека се присъедини към нашия екип.



Казвам се Максим и съм ученик в НПТГ,, Шандор Петьофи " град Разград. Доброволец съм от почти една година. Първият път, в който се срещнах с другите доброволци и с хората от съвета по наркотични вещества, беше в подготовката за предстоящото обучение против наркотиците, което се проведе в Габрово. Това беше първото ми обучение. Главно станах доброволец, защото се научават много неща, които могат да ти бъдат само полезни за напред.



Казвам се Ива, ученичка от 12 клас в ПГИ „Робер Шуман". От около две години съм доброволец. Ще ви разкажа накратко какво е "професия" доброволец и защо си казвам всеки ден благодаря, че отидох на първото обучение, защо не ми стигна само едно, последваха и още многооо. През тези две години разбрах, че има смисъл да бъда част от това семейство - да, на 100% мога да го кажа. Толкова много научих на тези тренинги, да не говорим за приятелствата, които създадох, много са... Времето прекарано в една уникално отпускаща среда с много забавни, интерестни и мотивиращи хора е наистина незабравимо чувство. И ако някой приятел ти подхвърли идеята да станеш доброволец, изобщо не се замисляй, действай, ти си човека!



Аз се казвам Карделен и съм ученичка в ПГИ ,,Робер Шуман". Не от дълго съм доброволец към ОбСНВ. Но за това кратко време мога да кажа, че екипът ни е страхотен. Можем да разговаряме по всякакви теми без да се притесняваме и изразяваме свободно мнението си. Събираме се с цел да бъдем в полза на някой в нужда и да помогнем с каквото можем. Всички, които са част от екипа са страхотни, винаги са позитивно настроени към всички. Тук при нас може да се запознаете с още приятели. Всеки, който смята, че има желание да бъде част от нас, може да заповяда. Ние ще се радваме да се запознаем с нови хора.



Казвам се Габриела и съм ученичка от 10 клас в ПГИ ,,Робер Шуман". От скоро съм доброволец и съм изключително щастлива и доволна, че съм част от тази организация. Екипът ни е много отговорен. Заедно се събираме и обсъждаме различни теми , по които можем да помогнем на някого. Когато сме заедно времето минава бързо и забавно. Всеки, който желае, иска да помогне на някого, да разведри ежедневието си, да го прекара забавно, може да се присъедини към нашият екип.



Казвам се Божидара и съм 11 клас ПГПЧЕ „Екзарх Йосиф", град Разград. Доброволец съм от 9 клас и съм много щастлива, че имам възможността да работя с този екип. Обученията обогатяват знанията ни постоянно, винаги сме имали интересни лектори, които ни предаваха информацията по един много интересен начин, като не забравяха и за игрите за сплотяване, а то играе голяма роля, защото накрая всички сработваме като един. Помня първото си обучение, познавах една шепа хора и беше странно в началото. Но за няколко часа успяхме да създадем някаква група на приятелството и докато се усетим, вечерта всички се бяхме събрали да играем, да си споделяме и да си говорим дори за бъдещето. От тогава чакам с нетърпение всяко обучение. С вярата, че ще се случи същото, което досега винаги е ставало. Събитията, в които вземаме участие ме карат да се чувствам много щастлива, че мога да направя нещо за някого. Откакто съм част от този клуб винаги изпитвам удоволствие. Ако някой има желание да участва в дейност, но не знае каква, то няма по-добър вариант от това да си доброволец, да се чувстваш като тази част от обществото, която трябва да бъде мнозинство и да помага.

Тийнейджъри … ВИЕ СТЕ!

В днешно време младите хора са доста по-информирани по въпросите, свързани с наркотиците от своите родители, и за жалост се сблъскват с тях в значително ранна възраст. А какво ще кажете за пословиците и поговорките? Имат ли място в живота ви? Оползотворете свободното си време в «състезание» с родителите си. Пословиците и поговорките ще ви помогнат. Използвайте настоящата ситуация да покажете,че сте млади хора, които се вълнуват от здравето и социалното функциониране на отделния човек, че сте подготвени за утрешния ден, че можете да излезете на «дуел» с народните мъдрости, които е сътворил живота.

"Мързелът не убива, а мори."

"Каквото посее човек, това ще и да пожъне."

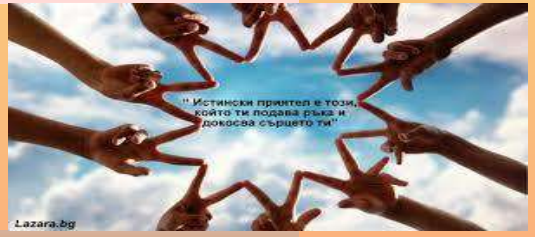
"Приятел в нужда се познава."

"Никой не се е родил научен."

"За човека можеш да съдиш по приятелите му."

"С какъвто се събереш, такъв ставаш."

„Който пее,зло не мисли"



Казвам се Виктория Димитрова и съм ученичка от ПГПЧЕ „Екзарх Йосиф" гр. Разград. Вече близо три години съм доброволец в ОбСНВ. През това време сме се занимавали с много интересни обществени занятия и обучения по различни превенции. Освен много нови и интересни сфери на обучение, намерих и много нови приятели и хора с общи интереси. Винаги срещите ни минават забавно и продуктивно. Ако някой има желание и ентусиазъм да се включи към ОбСНВ и да научи нещо ново и полезно, е винаги добре дошъл!



Свиренето на музикален инструмент е упражнение за целия мозък. Слушането и правенето на музика подобрява капацитета на паметта, научава ни как да работим в екип. Усвояването на конкретен музикален инструмент е доста трудно занимание, но за сметка на това е изключително забавно и може да се превърне в истинско удоволствие. Изчезват стреса, отчуждението, самотата, скуката,ниската смооценка и самочувствие, неуспехите в училище и липсата на цели и амбиции. Така умът работи за светло бъдеще без наркотици!



Пушенето на наргиле – най-новата мода сред тийнейджърите



Вярвайки, че е по-малко вредно от пушенето на тютюневи цигари, младите хора все по често пушат с наргиле. Те не познават опасностите и вредите за здравето от пушенето с наргиле.



ТЕМА НА БРОЯ

НЕГАТИВНИТЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ЗА ЗДРАВЕТО НА МЛАДИТЕ ХОРА ПРИ УПОТРЕБАТА НА НАРГИЛЕ И ЕЛЕКТРОННИ ЦИГАРИ

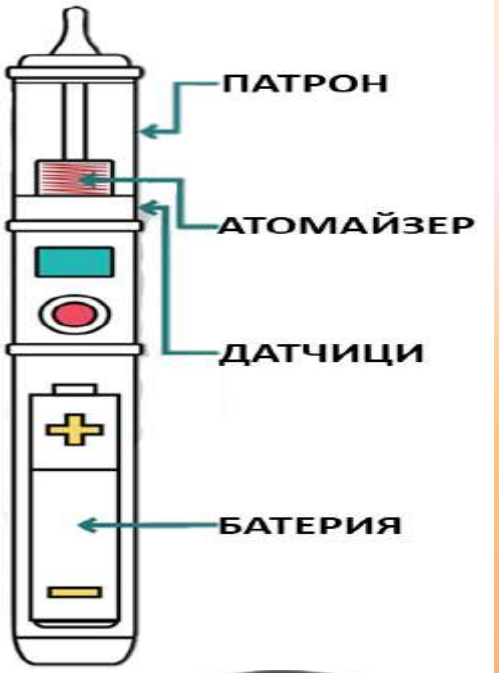




ЕЛЕКТРОННИТЕ ЦИГАРИ: ОПАСНА ТЕНДЕНЦИЯ

Растящата популярност на електронните цигари поставя здравето на тийнейджърите в опасност.







Както тютюневите цигари, така и повечето електронни цигари съдържат силно пристрастяващото вещество - никотин.

ВСЪЩНОСТ, ЕДИН ПАТРОН С ТЕЧНОСТ, МОЖЕ ДА СЪДЪРЖА ТОЛКОВА НИКОТИН, КОЛКОТО ЦЯЛ ПАКЕТ ТЮТЮНЕВИ ЦИГАРИ!

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВАТ ЕЛЕКТРОННИТЕ ЦИГАРИ?

Познати също като електронни изпарители или вейп писалки, електронните цигари са работещи с батерии устройства. Някои имат вид на тютюневи цигари, но външно много от тях приличат на предмети от всекидневието - като писалки или USB флаш памети. Устройствата често включват заменими патрони, които съдържат течност, която е смес от различни химикали като пропиленгликол, вода, глицерин, есенции и в повечето случаи никотин. Когато човек дръпва от устройството, течността вътре се нагрява и се превръща в пара, която се вдишва.

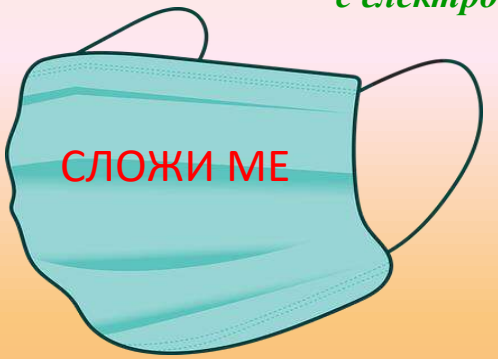
ПАРА СРЕЩУ ДИМ

ТРЕВОЖНАТА СТРАНА НА ТЕНДЕНЦИЯТА «ЕЛЕКТРОННИ ЦИГАРИ» Е, ЧЕ ТИЙНЕЙДЖЪРИТЕ НЕ ВЪЗПРИЕМАТ ЕЛЕКТРОННИТЕ ЦИГАРИ КАТО ОПАСНИ ЗА ТЯХНОТО ЗДРАВЕ. Това е защото електронните цигари произвеждат пара вместо остър дим, какъвто произвеждат традиционните цигари. Някои дори имат аромати подобни на бонбони.

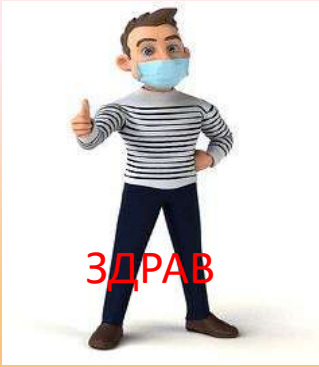
Електронните цигари са все още нови и учените не са открили всичките им влияния върху организма на човека.

#ОстанетеСиВкъщи

*с електронен бюлетин «**Подобри……днес деня си**»*













Във връзка с извънредното положение в страната, екипа на ОбСНВ и ПИЦ - гр. Разград е на своето място и приема обаждания и запитвания на телефон 084 66 13 95 и на електронната ни поща pic_rz@abv.bg. Всеки, който има нужда от съвет, консултация или мнение - ние сме на разположение.

Бъдете здрави!

30 прекрасни неща, които ще ни се случат, след като всичко това свърши




В момента е лесно да се отдадем на мрачните мисли и на страха, но трябва да помним едно - винаги има надежда, всичко преминава!

Ето защо днес решихме да вперим поглед в недалечното бъдеще, когато всичко ще е отново постарому, но с няколко съществени разлики - ще сме научили ценни уроци.

Помечтайте за по-добрите времена заедно с нас и си направете и вие списък с нещата, които искате да ви се случат, когато всичко това премине.

Ето го и нашият:

1. Ще се разходим спокойно навън без маски и ръкавици.

2. Ще оценим слънчевите лъчи, галещи лицата ни.

3. Ще вдишваме дълбоко, без страх.

4. Ще превърнем пазаруването отново в забавление, а не в тревожно суетене, опашки и графици за пазар.

5. Ще разберем колко мотивиращо е всъщност да работим от офиса .

6. Ще се радваме да се видим на живо с колегите, дори с онези, които преди ни бяха леко досадни.

7. Ще се возим в градския транспорт без страх.

8. Ще прегърнем и целунем най-близките ни хора.

9. Ще се събираме на семейни обеди и вечери, ще вдигаме наздравици и ще се смеем ЗАЕДНО.

10. Ще излезем на кафе с приятелите ни, ще се здрависаме с тях и ще ги прегърнем.

11. Ще имаме лукса да се разходим по магазините, да си изберем нова дреха, нова книга, нов уред, от който имаме нужда вкъщи.

12. Ще можем да отпразнуваме заедно всички празници и поводи, които пропуснахме.

13. Ще можем да изберем подаръци за празниците на близките ни и да ги зарадваме.

14. Ще изоставим автомобилите си и ще се движим много повече пеш.

15. Ще започнем да изкачваме върхове, да прекарваме повече време сред природата и да се радваме на всяко клонче и всяко цвете.

16. Ще отидем на кино, театър или концерт.

17. Ще сме станали много по-умели готвачи и ще приготвяме храна по-често вкъщи.

18. Но ще отидем и в любимия ни ресторант, за да хапнем храната, която ни е липсвала.

19. Ще пътуваме - наблизо и надалече.

20. Ще си правим смели планове за бъдещето.

21. Ще сме станали по-близки един с друг, макар и физически разделени, защото няма нищо по-важно от семейството.www.edna.bg

22. Ще сме осъзнали колко силни сме всъщност.

23. Ще сме разбрали на кои хора можем да разчитаме в тежки моменти.

24. Ще сме се научили да обръщаме повече внимание на близките си и винаги да намираме време за тях.

25. Ще сме станали по-добри, по-състрадателни, по-единни.

26. Ще оценим свободата да се движим, да спортуваме, да пътуваме, да се прегърнем.

27. Ще осъзнаем, че всъщност не ни трябва много, за да живеем - само здраве, покрив над главата и малко храна.

28. Ще разберем, че няма полза от презапасяване, особено с тоалетна хартия.

29. Ще спрем да мрънкаме колко сме заети и ще намираме време за важните неща и важните хора.

30. Ще разберем, че животът наистина е твърде кратък и не бива да губим нито секунда от него!





Милена Орешкова-Зам.Кмет на Община Разград

„Нищо не идва наготово. Важното е да си мотивиран, да си поставяш цели и … да постигаш цели.“

ИЗВАДКИ ОТ ИНТЕРВЮТО, КОЕТО ПОДГОТВИ: ***Вероника Ивайлова Иванова****, 10 клас*
клуб по Гражданско образование при НПТГ „Ш. Петьофи“ – град Разград,
РЪКОВОДИТЕЛ*: Цветалина Занкова*

– Госпожо Орешкова, в началото на нашето интервю бих искала да Ви благодаря за това, че отделихте от времето си и се съгласихте да се срещнем. Моля Ви, кажете какво Ви мотивира да поемете поста на заместник-кмет с ресор „Здравеопазване, образование и социални дейности“?

– Мотивира ме желанието да направя нещо полезно за нашия град и общината, за нашите деца. Имам много голямо желание това, което развихме в училище „И. С. Тургенев“, да го реализираме в един по-голям мащаб. Може би не със същите проекти, не със същите действия, но искам всички деца да се почувстват така уютно, така добре в училище, така добре в детската градина, както се чувстват в училището, което до скоро управлявах.

– Споделете какви са най-належащите проблеми в община Разград във Вашия ресор?

– В сферата на здравеопазването, образованието и социалните дейности винаги има проблеми и предизвикателства, защото те са обвързани с голям брой хора, които живеят в тази община. Няма човек, който да не се интересува от системата на образованието – да няма дете или внук или пък да е не е обвързан с тази система. Няма човек, който да не се интересува или да не се допира до социалните услуги, социалните дейности по една или друга причина. Социалните дейности са тези, които касаят хората от уязвимите групи, хора със заболявания, хора с увреждания. Належащи проблеми винаги ще има. Трябва да ги приемаме като предизвикателства, с които трябва да се справим. Няма нерешими проблеми, стига да имаме желание, воля и разбиране.

– Има ли въпрос, който не са Ви задавали все още, а Ви се иска да го направят?

- *Никой никога не ме е питал какво искам да постигна в живота си, но не като директор, не като политик, не като заместник-кмет, а като личност.*

- ***А какъв е отговорът на този въпрос?***

- *Много ми се иска да променя съзнанието на хората до степен да осъзнават своята сила, своята роля, да осъзнават смисъла на живота си, който в никакъв случай не е материален. Моята подсъзнателна цел е да съумея да променя всеки един човек към по-добро. Може би и затова учителската професия ме привлече, въпреки че моята единствена мечта беше да стана архитект. Да – не изграждам къщи, но се опитвам да изграждам хора. От всяко едно дете, всеки един ученик – човек.*

– Благодаря Ви за това интервю, г-жо Орешкова! Желая Ви здраве, за да можете да реализирате своите идеи за благополучието на разградчани!

Нашият екип:

Станислава Петрова – Председател на Общински съвет по наркотични вещества

Миленка Александрова – Секретар на Общински съвет по наркотични вещества

Йорданка Цонева – главен експерт в Превантивно-информационен център

Гергана Йорданова - главен експерт в Превантивно-информационен център

Димитър Трифонов - главен експерт в Превантивно-информационен център



И нашето послание към Вас мили млади хора:

„Училището е работилница, където се формира мисълта на подрастващото поколение, и трябва да го държите много здраво, ако не искате да изпуснете бъдещето от ръцете си." - Анри Барбюс

ОБЩИНСКИ СЪВЕТ ПО НАРКОТИЧНИ ВЕЩЕСТВА ГРАД РАЗГРАД - ЦПЛР –Ученическо общежитие, стая 112, тел.084/66-13-95; email:pic_rz@abv.bg; wwwpic-razgrad.com