

ERKON w ramach projektu oferuje:

DNI OTWARTE

27.10.2021r.

od 10:00-13:00

17.11.2021r.

od 10:00-13:00

ul. Hetmańska 28

Wsparcie specjalistów

-Specjalista ds. promocji oraz prewencji

-Psycholog

-Asystent pierwszego kontaktu

-Psychopedagog



Specjalistyczne placówki, w których znajdą pomoc osoby uzależnione i współuzależnione:

-Stowarzyszenie Klub Abstynenta "ŻUŁAWY"
ul. Kosynierów Gdyńskich 13 tel. 55 237 07 90

-Ośrodek terapii uzależnień "Szansa"
ul. Stefana Żeromskiego 22 tel. 55 233 94 94

-Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Poradnia Profilaktyki i Terapii Uzależnień
MONAR
ul. Generała Józefa Bema 80 tel. 55 236 92 13

-Centrum Odwykowo - Terapeutyczne NZOZ
ul. Trybunalska 11 tel. 55 232 56 89

-Anonimowi Alkoholicy Intergrupa Żuławy
ul. Robotnicza 69 tel. 801 033 242

-Teen Challenge Elbląg
ul. Zw. Jaszczurczgo 17 tel. 603 257 997

-Instytut Psychologii Zdrowia
TELEFON ZAUFANIA 801 889 880

-Telefon zaufania Ośrodka Pomocy Dziecku i
Rodzinie
ul. 1 Maja 37 tel. 55 233 82 10

Zadanie publiczne jest współfinansowane ze środków
otrzymanych od Gminy Miasto Elbląg



"Zapobieganie alkoholizmowi wśród osób z niepełnosprawnościami"

Jeśli jesteś OSOBĄ NIEPEŁNOSPRAWNĄ oraz:

- masz problem z uzależnieniem?
- jesteś dotknięty uzależnieniem w rodzinie?
- dotyka Cię przemoc ze strony osoby uzależnionej?

**Zgłoś się do nas.
U nas uzyskasz POMOC!**

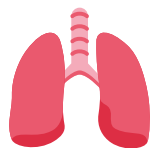
Siedziba ERKON
ul. Hetmańska 28
82-300 Elbląg

Jeśli podejrzewasz, że Ty lub Twój bliski pije zbyt dużo i zastanawiasz się, kiedy zaczyna się problem z alkoholem, odpowiedz na poniższe pytania:

- Czy szukasz okazji, by się napić?
 - Czy czekasz niecierpliwie na te okazje?
- Czy odczuwasz silne pragnienie picia?
- Czy pijesz w samotności?
- Czy picie jest dla Ciebie sposobem na odstresowanie się?
 - Czy odruchowo w sytuacjach napięcia myślisz o napiciu się?
- Czy tracisz kontrolę nad własnym zachowaniem po alkoholu?
- Czy bliscy sygnalizują Ci, że masz problem z alkoholem?
- Czy zaprzeczasz istnieniu problemu z alkoholem, bagatelizujesz go, unikasz rozmów?
- Czy nieustannie myślisz o alkoholu?
- Czy picie wymyka Ci się spod kontroli?
 - Czy możesz wypić jedno piwo i iść do domu?
- Czy pijesz coraz częściej?
- Czy alkohol wpływa na Twoje relacje rodzinne, pracę i życie?
- Czy jesteś podenerwowany lub agresywny, gdy nie możesz się napić?

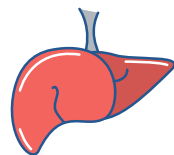
Jeśli chociaż na dwa pytania odpowiedź brzmiała „tak”, może to oznaczać, że masz problem z alkoholem.

Negatywne skutki działania alkoholu na organizm:



Płuca

obniżona odporność, zapalenie płuc, gruźlica



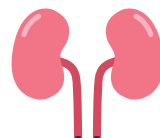
Wątroba

marskość, obrzęki, powiększenie, stan zapalny, zmniejszenie tolerancji na niektóre pokarmy



Żyły

osłabienie ścian, wychłodzenie organizmu, zakrzepica żył



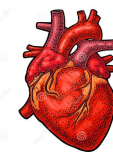
Nerki

zatrucie organizmu, ból przy oddawaniu moczu, kolka nerkowa, problemy z oddawaniem moczu



Mózg

problemy z pamięcią, ze wzrokiem, irracjonalność zachowania, depresja, nerwowość, przemoc



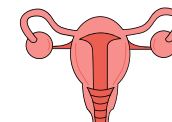
Serce

osłabienie i niewydolność, podwyższone ciśnienie krwi, kardiomiopatia, arytmia



Żołądek

podrażnienie błony śluzowej, wrzody, niedożywienie, nudności, ogólne wyniszczenie



Układ rozrodczy

zaburzenia hormonalne, zaburzenia owulacji, bezpłodność, opóźnienie pokwitania, przyspieszenie menopauzy

