**Problem alkoholowy**

Rodzina z problemem alkoholowym, to rodzina, w której choćby jeden z jej członków ma problem związany z piciem alkoholu. Alkoholizm dotyka całą rodzinę. Wszyscy jej członkowie wymagają pomocy. Najczęstsze uczucia, które towarzyszą rodzinie alkoholowej to: wstyd, strach, lęk, smutek, gniew, złość, bezradność, poczucie winy. Rodzina alkoholowa żyje w stanie chronicznego stresu. Zamiast dostarczać oparcia staje się źródłem różnorodnych problemów zdrowotnych, emocjonalnych i materialnych. Życie rodziny zaczyna koncentrować się wokół alkoholu i coraz bardziej jest zależne od picia osoby uzależnionej. Na początku rodzina alkoholika nie zdaje sobie sprawy z tego co się dzieje. Nie jest łatwo stanąć twarzą w twarz z rozwijającą się chorobą. Współmałżonków, rodziców, dorastające dzieci i innych najbliższych alkoholikowi nazywa się osobami współuzależnionymi. Nadużywanie alkoholu może prowadzić do powstania w psychice dziecka wielu bolesnych zranień. Są one zazwyczaj mniej widocznymi ofiarami tej choroby. Dzieci alkoholików żyją w olbrzymim stresie, z którym zazwyczaj nie potrafią sobie poradzić same. W domu rodzinnym najczęściej brakuje im bezpieczeństwa i wsparcia. Często doświadczają przemocy psychicznej i fizycznej. Dzieci te dorastają nie mając pewności co w życiu jest dobre a co złe, jak radzić sobie z problemami. Przemoc to zamierzone i wykorzystujące przewagę sił działanie skierowane przeciw członkowi rodziny, które narusza dobra i prawa osobiste człowieka, powodując cierpienie i szkody.

**Uzależnienie od alkoholu**

Osoba uzależniona nie jest w stanie przewidzieć długości trwania następnego picia, ani też dawki spożycia alkoholu. Charakterystyczne dla niej jest picie w sposób ciągły, choć możliwe
jest także picie sporadyczne z okresami abstynencji. Z uzależnieniem mamy do czynienia:

- kiedy człowiek w sposób powtarzający robi coś, co przynosi mu szkodę;
- kiedy mimo tych szkód robi to dalej;
- kiedy próbuje przestać i to mu się nie udaje.

**Aby rozpoznać swój problem wypełnił Test Rozpoznania Zaburzeń Związanych z Piciem Alkoholu „AUDIT”** – jego tekst znajdziesz tutaj.

*Pomoc dla osób i rodzin z problemem alkoholowym oraz doznających przemocy:*

**GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH**

Radomsko, ul. Piłsudskiego 34

tel. 44 683 27 07 w. 103, 44. 683 28 41 w. 126

Godziny urzędowania: od poniedziałku do piątku w godz. 7.30 – 15.30

**GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ**
Radomsko, ul Piłsudskiego 34
tel. 44 683 28 41
Godziny urzędowania: od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30

**ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY PRZY GMINIE RADOMSKO**
Radomsko, ul Piłsudskiego 34
tel. 44 683 28 41
Godziny urzędowania: od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30

**SZPITAL POWIATOWY W RADOMSKU - PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO I PORADNIA LECZENIA UZALEŻNIEŃ**

Radomsko, ul. Jagiellońska 36
tel. 44 685 47 87
czynna od poniedziałku do czwartku w godz. 7.00-20.00
piątek  w godz. 7.30-15.00

**NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ „COGITO”**

Radomsko, ul. Krasickiego 78

tel. 44 738 12 47

**KLINIKA PSYCHIATRYCZNA I TERAPII UZALEZNIEŃ „WOLMED”**

Dubie 1A, 97-420 Szczerców,

tel. 44.635 63 03, 667 951 824

Gabinet w Radomsku – ul. Kraszewskiego 4

tel. 691 929 292

**KOMENDA POWIATOWA POLICJI W RADOMSKU**
Radomsko, ul. Piłsudskiego 56
Pogotowie Policyjne – 997
Policyjny telefon zaufania – 44 683 56 40

**KLUB ABSTYNENCKI „MOŻNA INACZEJ”**
Radomsko, ul. Wyszyńskiego 27
Klub czynny: poniedziałek, wtorek, środa, piątek 12.00-20.00, czwartek 8.00 – 16.00, niedziela 17.00 – 20.00

**KLUB WZAJEMNEJ POMOCY „SZANSA”**
Radomsko, ul. Jagiellońska 16

Tel. 44 683 20 81
Klub czynny: poniedziałek, środa, piątek, niedziela 17:00 - 20:00

**STOWARZYSZENIE POMOCY „PANACEUM”**
Radomsko, ul. Sucharskiego 87a
tel. 44 307 01 37
placówka czynna 24h

**OGÓLNOPOLSKIE POGOTOWIE DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE NIEBIESKA LINIA**
infolinia: 800 120 002, niebieskalinia@niebieskalinia.info (całodobowo)

specjalistyczna pomoc prawnika – 22. 666-28-50 - poniedziałek, wtorek, godz. 17.00-21.00.

800-120-002 - środa, godz. 18.00-22.00