



STOWARZYSZENIE
WINIARZY
PODKARPACIA
ul. Suszyckich 9; 36-040 Boguchwała
NIP 813 349 00 42; KRS 0000263498

Stanowisko Członków Stowarzyszenia Winarzy Podkarpacia jest jednoznaczne i spójne ze stanowiskiem Związku Pracodawców Polska Rada Winiarstwa:

Spożywania alkoholu, w tym wina, powinny kategorycznie unikać 3 grupy osób:

- kobiety w ciąży,
- kierowcy,
- osoby małoletnie.



Członkowie SWP przestrzegają przepisów prawa, a także na każdej imprezie w której biorą udział wystawiają na stoiskach informacje ostrzegawcze. Jest to wyraz troski o zwiększenie świadomości konsumentów oraz o odpowiedzialność w spożywaniu alkoholu.

Jacek Dziedzic
Prezes Zarządu SWP

Alkohol? Jestem w ciąży. Odmawiam!



Całkowita abstynencja to jeden najważniejszych kroków, jakie powinna podjąć przyszła matka, aby zapewnić swojemu dziecku zdrowy start w życie.

Alkohol powoduje wady rozwojowe płodu i działa toksycznie. Spożywanie alkoholu w czasie ciąży nigdy nie jest bezpieczne. Nawet niewielka dawka może zaburzyć fizyczny i umysłowy rozwój dziecka.

Dlaczego spożywanie alkoholu w ciąży jest niebezpieczne?

Po wypiciu alkoholu przez kobietę ciężarną, cząsteczki etanolu przenikają przez łożysko, docierają do krwiobiegu dziecka i zaburzają prawidłowy rozwój. Stężenie alkoholu we krwi matki i dziecka jest takie samo, ale dziecko metabolizuje alkohol dwukrotnie dłużej niż matka, czego przyczyną jest niedojrzałość enzymatyczna wątroby.

Na kolejnych etapach ciąży, pod wpływem alkoholu, dochodzi do rozmaitych zaburzeń, których efektem będą problemy dotyczące rozwoju fizycznego, umysłowego, a również trudności społeczne dziecka.

Pierwszy trymestr

Kształtują się wtedy najważniejsze organy, ośrodkowy układ nerwowy i rdzeń kręgowy dziecka, zatem konsekwencją spożywania alkoholu przez matkę będą ich wady rozwojowe; może dojść do deformacji twarzoczaszki u dziecka, a nawet obumarcia płodu i poronienia

Drugi trymestr

Alkohol skutkuje uszkodzeniami ośrodkowego układu nerwowego, zaburzeniami rozwoju tkanki mięśniowej, kośćca oraz gruczołów wydzielania dokrewnego; nadal też istnieje ryzyko poronienia

Trzeci trymestr

Pijąca alkohol matka naraża swoje dziecko na ryzyko nieprawidłowego rozwoju mózgu, zmysłu wzroku i słuchu; ponadto, może dojść do patologii łożyska i przedwczesnego porodu



FASD (Fetal Alcohol Spectrum Disorders) to ogólny termin opisujący zespół zaburzeń występujących u osób, które były narażone na alkohol w życiu płodowym. Ich zakres jest szeroki i obejmuje rozmaite problemy fizyczne, behawioralne i poznawcze. Są to przede wszystkim:

- problemy z uczeniem się i pamięcią
- problemy z komunikacją i funkcjonowaniem społecznym
- opóźnienia w rozwoju
- problemy z przetwarzaniem sensorycznym
- wady wrodzone i problemy z rozwojem fizycznym

Jedynym sposobem zapobiegania zaburzeniom jest całkowita abstynencja w czasie ciąży!

Rady dla przyszłych mam:

Całkowicie zrezygnuj z alkoholu w ciąży!

Każda ilość alkoholu, nawet zawarta w jednej lampce wina, przekracza barierę, jaką jest łożysko i dostaje się do krwiobiegu rozwijającego się płodu. Odstawiając alkohol, zapobiegiesz szkodliwym dla rozwoju Twojego dziecka zaburzeniom.

Najnowsze badania wskazują, że warto zrezygnować z alkoholu nawet wcześniej, jeszcze przed poczęciem dziecka.

Walcz z mitem!

Niektórzy uważają, że kieliszek czerwonego wina w ciąży może przynieść korzyści zdrowotne dla matki i dziecka. Jest to bardzo szkodliwy mit! Mimo, że wino zawiera wiele substancji korzystnie oddziałujących na organizm, w ciąży należy z niego bezwzględnie zrezygnować ze względu na szkodliwe działanie etanolu na płód.

Alkohol? Jestem kierowcą. Odmawiam



Prowadzenie pojazdów pod wpływem alkoholu to nie tylko wykroczenie przeciwko przepisom, ale przede wszystkim ogromne zagrożenie dla życia i zdrowia zarówno kierowcy, jak i innych uczestników ruchu drogowego.

Decyzja, by zrezygnować z funkcji kierowcy po spożyciu alkoholu, może uratować życie Tobie i Twoim towarzyszom. Nie daj się zwieść przekonaniu, że „tym razem się uda”. Ryzyko jest zbyt duże. Konsekwencje mogą być dramatyczne.

Jak działa alkohol na organizm kierowcy?

Upośledza zdolność oceny sytuacji

Alkohol ogranicza zdolność do szybkiego i logicznego myślenia, upośledza sprawność intelektualną, ocenę własnych możliwości i powoduje znaczny spadek koncentracji i samokontroli.

Spowalnia reakcje

Nawet niewielka ilość alkoholu rozprasza uwagę, ogranicza zdolność prawidłowej percepcji bodźców i może znacząco spowolnić refleks.

Zaburza widzenie

Alkohol obniża ostrość widzenia i percepcję głębi, ogranicza zdolność dostrzegania kształtów z oddali, zawęża normalne pole widzenia i powoduje błędną ocenę odległości.

Obniża sprawność motoryczną

Alkohol zaburza koordynację ruchową, osłabia mięśnie, prowadzi do utraty kontroli nad pojazdem.



Dopuszczalne prawnie limity alkoholu

Pamiętaj, że najbezpieczniejszym limitem dla kierowcy jest zero. Jeśli prowadzisz samochód, najlepszą radą jest całkowita rezygnacja z napojów alkoholowych. A już na pewno, absolutnie nie należy przekraczać limitów prawnie ustanowionych dla kierowców!

W Polsce dopuszczalne stężenie alkoholu wynosi 0,2 promila we krwi (0,1 mg/l w wydychanym powietrzu). Wyjeżdżając za granicę, koniecznie sprawdź tamtejsze przepisy. Zwróć uwagę, że w Czechach, na Słowacji i Węgrzech nie dopuszczalne są żadne wartości większe od zera (0,00 promila).

Rady dla kierowców:

Wybieraj wina bezalkoholowe!

Nie musisz rezygnować ani ze smaku wina, ani z toastów. Wina bezalkoholowe znajdziesz niemal w każdym sklepie. A jeśli jesteś gospodarzem spotkania, zadbaj o to, by Twoi goście mieli bezalkoholową alternatywę.

Planuj!

Jeśli wiesz, że będziesz pić alkohol, zaplanuj powrót do domu. Umów się z kierowcą, który Cię odwiezie, skorzystaj z taksówki lub transportu publicznego.

Odmawiaj!

Nie daj się namawiać na alkohol, kiedy wiesz, że będziesz prowadził samochód. Reaguj stanowczo.

Alkohol? Jestem niepełnoletni. Odmawiam!



Młodzi ludzie są szczególnie wrażliwi na szkodliwe działanie alkoholu, ponieważ ich organizmy ciągle jeszcze się rozwijają. Spożywanie alkoholu w młodym wieku może mieć poważne skutki dla zdrowia fizycznego, psychicznego oraz społecznego. Rezygnacja ze spożywania alkoholu to inwestycja w przyszłość.

Dlaczego alkohol jest szkodliwy dla niepełnoletnich?

Zaburzenia rozwoju mózgu

Proces rozwoju mózgu trwa aż do 25. roku życia. Alkohol może poważnie go zaburzyć, wpływając negatywnie na zdolności logicznego myślenia, zapamiętywania i koncentracji, ograniczając możliwości uczenia się.

Ryzyko uzależnienia

Proces uzależnienia następuje w przypadku młodego organizmu o wiele szybciej niż u dojrzałej osoby.

Rachowania ryzykowne

Młodzi ludzie są z natury bardziej skłonni do eksperymentowania i podejmowania zachowań ryzykownych. Alkohol dodatkowo zwiększa tę skłonność, gdyż obniża zdolność do oceny konsekwencji i hamowania impulsów. To może prowadzić do podejmowania jeszcze bardziej ryzykownych decyzji niosących za sobą poważne konsekwencje.

Problemy zdrowotne

Regularne spożywanie alkoholu przez niepełnoletnich może prowadzić do wielu problemów zdrowotnych, w tym do zaburzeń pracy wątroby, serca oraz układu pokarmowego. Negatywnie wpływa też na odporność organizmu i upośledza przyswajanie witamin oraz składników odżywczych, niezwykle ważnych w czasie dorastania.

Rady dla osób niepełnoletnich i ich rodziców:

Bądź świadom!

Ważne jest, aby młodzi ludzie byli świadomi skutków zdrowotnych i społecznych związanych ze spożywaniem alkoholu. Zrozumienie konsekwencji pomoże młodzieży podejmować bardziej świadome i odpowiedzialne decyzje.

Naucz się odmawiać!

Młody człowieku: nie wahaj się wyraźnie powiedzieć „nie”. Nie pozwól, aby inni wywierali na Ciebie presję. Pamiętaj, że to Ty jesteś odpowiedzialny za swoje decyzje!

Rozmawiaj!

Rodzicu, opiekunie: otwarte rozmowy, wsparcie i dostarczanie młodzieży wiarygodnych informacji na temat alkoholu jest kluczowe. Niezbędne jest też jasne określenie reguł.



Pamiętaj, że nawet tzw. bezalkoholowe alkohole – odalkoholizowane wina czy bezalkoholowe piwa nie są napojami odpowiednimi dla dzieci. Ich spożywanie niesie za sobą niebezpieczeństwo zbyt wczesnego kreowania nawyków, których efektem mogą być konsekwencje w wieku dorosłym.