



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Wioletta Mikucińska

Rusza program wsparcia i profilaktyki dla mieszkańców Mławy na lata 2026-2029

Publikowane od
26.01.2026 15:08:07

Mławy na lata 2026–2029 !

**ZAPOZNAJ SIĘ Z
HARMONOGRAMEM
ZAJĘĆ**



Miasto Mława serdecznie zaprasza mieszkańców do korzystania z usług i inicjatyw oferowanych w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Mława na lata 2026–2029. Program został przygotowany po to, aby promować zdrowy styl życia, rozwijać zainteresowania, integrować środowisko lokalne, a przede wszystkim – zapobiegać uzależnieniom.

W ramach programu mieszkańcy mają możliwość spędzania czasu wolnego w ciekawy i aktywny sposób dzięki różnym formom aktywności fizycznej, takim jak:

- bieganie,
- aerobik (dla różnych grup wiekowych),
- joga,
- pilates.

Jednocześnie dostępne jest bezpłatne wsparcie psychologa posiadającego certyfikat terapeuty uzależnień oraz prawnika. Oferta jest kierowana do dorosłych mieszkańców Mławy, w tym szczególnie do osób:

- znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej,
- mających problemy prawne,
- doświadczających przemocy w rodzinie,
- opiekujących się osobami starszymi lub niepełnosprawnymi,
- pochodzących z rodzin zagrożonych uzależnieniem lub współuzależnieniem.

W harmonogramie zadań programu znajdują Państwo:

- Pomoc w Punkcie Informacyjno-Konsultacyjnym – psycholog, certyfikowany terapeuta uzależnień, prawnik;
- Zadania aktywizujące czas wolny mieszkańców i promujące zdrowy styl życia – bieganie, aerobik (dla różnych grup wiekowych), joga, pilates;
- Informacje o spotkaniach i dyżurach:
 - Stowarzyszenie „Droga” – wspierające osoby i rodziny z problemem uzależnienia,
 - Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie,
 - Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Miasto Mława prowadzi ten program z myślą o wsparciu każdego, kto tego potrzebuje. Zachęcamy do korzystania z oferowanych form pomocy, uczestnictwa w zajęciach i aktywnościach. Wspólnie możemy budować zdrową, wspierającą społeczność i spędzać czas w bezpieczny, aktywny i przyjazny sposób.

Ten program to po prostu realna pomoc, konkretne działania i otwarte drzwi dla tych, którzy jej potrzebują.

Zapraszamy mieszkańców Mławy do udziału w zajęciach i do korzystania z dostępnych form wsparcia. Nie trzeba radzić sobie samemu

Zadania prowadzone w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Mława na lata 2026-2029.

OŚ/WP

Do pobrania

[Harmonogram zajęć na 2026 r. 22.01 KB](#)

Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/artukul/rusza-program-wsparcia-i-profilaktyki-dla-mieszkancow-mlawy-na-lata-2026-2029>