

SPRAWOZDANIE
Z REALIZACJI „GMINNEGO PROGRAMU
OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO
na lata 2017 – 2020”
za 2020 rok

Pułtusk, 2021 r.

**SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI W 2020 ROKU
„GMINNEGO PROGRAMU OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO
NA LATA 2017-2020”**

Podstawowym aktem prawnym w zakresie organizacji, realizacji zadań i udzielania pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi jest ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego. Preambuła do przedmiotowej ustawy mówi, że zdrowie psychiczne jest fundamentalnym dobrem człowieka, a ochrona praw osób z zaburzeniami psychicznymi należy do obowiązków państwa.

Rada Ministrów rozporządzeniem z dnia 4 sierpnia 2016 roku przyjęła Narodowy Program Zdrowia na lata 2016-2020, określiła cel strategiczny, którym jest wydłużenie życia w zdrowiu, poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia ludności oraz zmniejszenie nierówności społecznych w zdrowiu, zaś celem strategicznym jest profilaktyka problemów zdrowia psychicznego i poprawa dobrostanu psychicznego społeczeństwa. Zgodnie z art. 3 i art. 4 ustawy z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym powyższe cele mogą być realizowane przy ścisłej współpracy organów władzy publicznej i współpracujących z nimi podmiotami.

Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego wskazuje organy administracji samorządowej jako odpowiedzialne za zapewnienie ochrony zdrowia psychicznego. Przewiduje możliwość udziału w działaniach z zakresu ochrony zdrowia stowarzyszeń i innych organizacji społecznych, fundacji, samorządów zawodowych, kościołów i innych związków wyznaniowych oraz grup samopomocy pacjentów i ich rodzin, a także innych osób fizycznych i prawnych.

Według art. 2 przytoczonej ustawy ochrona zdrowia psychicznego obejmuje realizację zadań w zakresie:

1. promocji zdrowia psychicznego i zapobiegania zaburzeniom psychicznym;
2. zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki zdrowotnej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym;
3. kształtowania wobec osób z zaburzeniami psychicznymi właściwych postaw społecznych, a zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości, a także przeciwdziałania ich dyskryminacji.

Określając strategię działań mających na celu ograniczenie występowania zagrożeń dla zdrowia psychicznego zarządzeniem nr 247/2017 Burmistrza Miasta Pułtusk z dnia 27 stycznia 2017r. powołano zespół w celu opracowania projektu programu. Natomiast uchwałą Nr XL/ 325/2017 Rady Miejskiej w Pułtusku z dnia 27 kwietnia 2017r. uchwalono „Gminny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2020”.

Podstawą prawną do opracowania i realizacji niniejszego programu było rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 4 sierpnia 2016r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020, rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 8 lutego 2017r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017–2022 oraz ustawa z dnia 19 sierpnia 1994r. o ochronie zdrowia psychicznego.

Adresatami prowadzonych działań w ramach programu byli mieszkańcy Gminy Pułtusk, przy uwzględnieniu grup ryzyka oraz osób z diagnozą zaburzeń psychicznych. Grupy ryzyka obejmują dzieci i młodzież, osoby starsze, bezrobotne, osoby doznające przemocy, osoby w różnego rodzaju kryzysach psychicznych wywołanych nagłą zmianą sytuacji życiowej, tj. śmierć bliskiej osoby, wypadek, rozwód, utrata pracy, obniżenia nastroju.

Cele Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Gminy Pułtusk na lata 2017-2020, są wynikiem diagnozy sytuacji mieszkańców potrzebujących pomocy w obszarze ochrony zdrowia psychicznego oraz analizy zasobów będących w dyspozycji Gminy Pułtusk z uwzględnieniem wiedzy teoretycznej przytoczonej w niniejszym programie.

Celem głównym „Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2020” jest ochrona zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym poprzez realizację celów szczegółowych, tj. promowania zdrowia psychicznego i zapobiegania zaburzeniom psychicznym oraz pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi w życiu codziennym.

Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2020 dla Gminy Pułtusk był realizowany w partnerstwie z instytucjami i organizacjami działającymi na terenie Gminy Pułtusk zgodnie z wytyczonymi celami.

W związku z tym poniżej został przedstawiony zakres realizacji programu przez poszczególne podmioty.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusku

W ramach realizacji celów programu:

1) zapobiegania zaburzeniom psychicznym –pracownicy socjalni w ramach prowadzonej pracy socjalnej prowadzili porady i konsultacje z osobami zagrożonymi zaburzeniami psychicznymi, udzielali osobom z zaburzeniami psychicznymi informacji o przysługujących im formach pomocy, współpracowali z innymi instytucjami w celu udzielenia tym osobom kompleksowego wsparcia, informowali o możliwości ubiegania się o ustalenie stopnia niepełnosprawności, motywowali osoby uzależnione od alkoholu i narkotyków do podjęcia leczenia odwykowego i udziału w systematycznej terapii. W 2020 roku pracą socjalną zostało objętych 450 rodzin, o liczbie 942 osób w tych rodzinach.

2) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi – na rzecz osób niepełnosprawnych z zaburzeniami zdrowia psychicznego Ośrodek świadczył pomoc w formie:

a) zapewnienie pomocy w formie specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi w miejscu zamieszkania dla 3 dzieci autystycznych w wieku siedmiu, jedenastu i szesnastu lat, w zakresie: samoobsługi, dbałości o higienę i wygląd, utrzymywania kontaktów z domownikami, wspólne organizowanie i spędzanie czasu wolnego;

b) zapewnienia usług opiekuńczych w Dziale Wsparcia Środowiskowego w Pułtusku dla 32 osób, w tym 10 osób z zaburzeniami psychicznymi w zakresie: pielęgnacji i higieny osobistej, odzieży i innych artykułów pierwszej potrzeby pochodzących od darczyńców;

c) Dziennego Domu „Senior- WIGOR”, który jest ośrodkiem wsparcia dziennego przeznaczonym dla osób powyżej 60 roku życia, osób nieaktywnych zawodowo, które w wyniku choroby, podeszłego wieku, niepełnosprawności i zdarzeń losowych nie mogą samodzielnie sprostać zadaniom stawianym przez codzienne życie, wymagają częściowej opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb. Z usług Domu w 2020 roku skorzystało łącznie 27 osób. Celem Dziennego Domu „Senior – WIGOR” prowadzonego przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusku jest zapewnienie wsparcia Seniorom oraz kompensowanie skutków samotności i niepełnosprawności. Swoim działaniem Dom dąży do przeciwdziałania izolacji i marginalizacji

osób starszych, utrzymania dobrej formy fizycznej, psychicznej, psychofizycznej i intelektualnej Seniorów, rozwijania umiejętności społecznych i interpersonalnych, rozwijania potencjału uczestników Dziennego Domu.

3) organizacji systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego;

a) dążąc do zmniejszenia skali zjawiska przemocy w rodzinie, zarządzeniem Nr 39/2011 Burmistrza Miasta Pułtusk z dnia 11 kwietnia 2011 roku powołano Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie, co dało początek współpracy różnych instytucji w zakresie pracy z rodzinami dotkniętymi przemocą. Członkowie Zespołu oraz grup roboczych wykonują zadania w ramach obowiązków służbowych. Zadaniem Zespołu Interdyscyplinarnego jest ingerowanie i koordynowanie działań podmiotów, tj.: jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, policji, oświaty, ochrony zdrowia, organizacji pozarządowych, kuratorów sądowych i prokuratorów oraz innych podmiotów działających w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie w ramach zadań określonych w ustawie o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie. W 2020 roku odbyły się 202 grupy robocze, do Przewodniczącego Gminnego Zespołu Interdyscyplinarnego ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie, wpłynęło 64 - Niebieskich Kart – A, sporządzonych przez przedstawicieli podmiotów wszczynających procedurę, tj: Policję – 62, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusku – 2. W związku z wpływającymi do Zespołu Interdyscyplinarnego sprawami odbyły się 53 spotkania grup roboczych. Powołanych zostało 202 grup roboczych. Zostało sporządzonych 35 - Niebieskie Karty-C z osobą co do, której istnieje podejrzenie, że jest dotknięta przemocą w rodzinie i 28 Niebieskie Karty-D z osobą wobec, której istnieje podejrzenie, że stosuje przemoc w rodzinie. W ramach procedury „Niebieska Karta” zakończonych zostało 40 spraw, w tym 13 z powodu braku zasadności podejmowania dalszych działań, oraz 27, gdzie zaistniało uzasadnione przypuszczenie o zaprzestaniu stosowania przemocy w rodzinie, a także po zrealizowaniu indywidualnego planu pomocy. Główną ideą Zespołu Interdyscyplinarnego jest stworzenie wspólnej płaszczyzny pracy dla pracowników różnych instytucji zajmujących się pomocą dziecku i rodzinie. Pomoc ta, by była efektywna i skuteczna, wymaga zintegrowanych działań specjalistów. Rodziny doświadczające przemocy miały możliwość korzystania z pomocy w Interdyscyplinarnym Punkcie Konsultacyjno-Informacyjnym dla Ofiar Przemocy Domowej, którego celem było pobudzenie wrażliwości na drugiego człowieka i samego siebie, zwiększenie skuteczności ochrony ofiar przemocy w rodzinie, zwiększenie dostępności pomocy ofiarom przemocy domowej, zwiększenie skuteczności działań interwencyjnych wobec sprawców przemocy domowej oraz zintegrowanie działań poszczególnych instytucji gminnych na rzecz ochrony i pomocy ofiarom przemocy domowej oraz oddziałujących efektywnie na sprawców i świadków przemocy w rodzinie. Z profesjonalnej pomocy lub wsparcia ekspertów: prawnika i psychologa skorzystało 63 rodziny o liczbie 174 osób w rodzinach, którym udzielono 87 porad. Najczęściej zgłaszane problemy podczas pełnionych dyżurów psychologa i prawnika dotyczyły przemocy psychicznej i fizycznej w rodzinach, alkoholizmu jednego z członków rodziny, warunków mieszkaniowych, spraw rozwodowych i alimentacyjnych.

b) prowadzenie placówki wsparcia dziennego - świetlicy „Słonecznikowa Brać”, działającej przy ul. 13 Pułku Piechoty 1 w Pułtusku. W bezpłatnych zajęciach świetlicowych w roku 2020 uczestniczyło 25 dzieci., które korzystały z zajęć prowadzonych z psychologiem

c) rodzinom przeżywającym trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych zapewniono wsparcie i pomoc asystenta rodziny. Asystent rodziny w trakcie swojej pracy towarzyszył i pomagał w sytuacjach kryzysowych, odpowiadał za bieżące potrzeby, pozostawał w stałym kontakcie z pracownikami socjalnymi w celu bieżących konsultacji oraz współpracował z innymi podmiotami w działaniach na rzecz dziecka i rodziny oraz wymiany

informacji, dokonywał okresowej oceny sytuacji rodziny, udzielał porad i umawiał rodziny na wizyty w Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej, logopedycznej na wizyty lekarskie, gdyż rodzice w swojej bezradności zaniechali działań na rzecz swoich dzieci i rodzin.

4) upowszechniania zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego;

a) świadczenie specjalistycznych usług opiekuńczych, z których mogą skorzystać w wyjątkowych przypadkach dzieci i młodzież z zaburzeniami psychicznymi, pozbawione dostępu do zajęć rehabilitacyjnych i rewalidacyjno-wychowawczych, jeśli nie mają możliwości uzyskania dostępu do zajęć świadczonych przez inne zobowiązane podmioty, program pracy z dziećmi autystycznymi jest dostosowany do możliwości psychofizycznych chłopców: siedmioletniego, jedenastoletniego i szesnastoletniego.

b) Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusku realizuje swoje zadania m. in. poprzez działalność Działu Wsparcia Środowiskowego. Do zadań Działu Wsparcia Środowiskowego należy: świadczenie usług opiekuńczych osobom starszym, niepełnosprawnym oraz mającym problemy mieszkaniowe, m.in. w zakresie higieny osobistej, posiłku, odzieży, kontaktów międzyludzkich, pomocy w problemach życia codziennego, współpracy z pracownikami socjalnymi Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku. Z usług oferowanych przez Dział Wsparcia Środowiskowego Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku w 2020r. skorzystały 32 osoby.

c) pokrywanie częściowej odpłatności za pobyt 20 osób z zaburzeniami psychicznymi w domach pomocy społecznej.

d) udzielanie pomocy rzeczowej w formie posiłków oraz pomocy pieniężnej na zakup żywności w ramach wieloletniego rządowego programu „Posiłek w szkole i w domu” na lata 2019-2023 oraz pomocy finansowej w formie: zasiłków stałych, zasiłków okresowych i zasiłków celowych zgodnie z ustawą o pomocy społecznej.

e) wypłacanie zasiłków pielęgnacyjnych, świadczeń pielęgnacyjnych, specjalnych zasiłków opiekuńczych, zasiłków dla opiekunów i dodatków do zasiłków rodzinnych w formie kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego.

f) sporządzono wykaz placówek działających na rzecz osób z zaburzeniami zdrowia psychicznego na terenie Miasta i Gminy Pułtusk, który został umieszczony na stronie internetowej bip Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku.

Zadania z obszaru ochrony zdrowia psychicznego realizowane przez pozostałe instytucje z terenu Gminy Pułtusk w 2020 roku

Środowiskowy Dom Samopomocy w Pułtusku

Środowiskowy Dom Samopomocy w Pułtusku jest typem domu A i B. W 2020 roku udzielał pomocy osobom z Gminy Pułtusk upośledzonym umysłowo i osobom przewlekle psychicznie chorym poprzez różnego rodzaju treningi prawidłowego funkcjonowania w życiu codziennym, m.in. trening higieniczny oraz dbałości o wygląd zewnętrzny, trening porządkowy, trening umiejętności praktycznych, trening kulinarny, budżetowy, orientacyjny, prozdrowotny, umiejętności spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów. Codziennie realizował terapie komputerowe, majsterkowo-ogrodnicze, kulturalno-oświatowe, plastyczno-krawieckie, kulinarne, ruchowe oraz poradnictwa psychologicznego. W 2020 roku świadczona była usługa

dowozu uczestników na zajęcia i odwozu do domu. Uczestnicy podzieleni byli na grupy, co pozwalało na indywidualny kontakt instruktora terapii zajęciowej i opiekuna z każdym podopiecznym oraz sprawne prowadzenie zajęć. Uczestnikom udzielane było wsparcie w zakresie konsultacji lekarskich, poprzez dowóz uczestnika do przychodni na wizyty kontrolne, ćwiczenia rehabilitacyjne oraz udzielenie informacji do jakiego specjalisty powinien się udać.

Zespół Przychodni Specjalistycznych AL-MED w Pułtusk

W jego strukturach funkcjonują: Poradnia Zdrowia Psychicznego i Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia, Poradnia Leczenia Uzależnień. W zakresie realizacji Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2020 upowszechniono informacje o dostępnych formach opieki zdrowotnej oraz wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi podczas realizowanych wizyt lekarskich, konsultacji i wizyt psychologicznych, porad terapeutycznych i sesji grupowych. W 2020 roku liczba pacjentów Poradni Zdrowia Psychicznego wyniosła 2 214 osób, natomiast liczba pacjentów Poradni Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia oraz Poradni Leczenia Uzależnień wyniosła 358 osób (osoby uzależnione – 260 i osoby współuzależnione -98). Łączna liczba wizyt lekarskich w 2020 roku wyniosła- 10 224.

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Pułtusk

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – opracowanie i umieszczenie na stronie internetowej Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej materiałów informacyjno-edukacyjnych: „Koronawirus-poradnik”, „Psycholog radzi- co może pomóc łagodzić stres związany z pandemią?”. Uruchomienie dla 15 psychologów, pedagogów i terapeutów stałych dyżurów celem udzielania wsparcia w formie e-porad i e-konsultacji. Udzielenie bezpośredniego wsparcia uczniom, rodzicom i nauczycielom w ramach spotkań konsultacyjno- terapeutycznych z psychologami. Prowadzenie zajęć warsztatowych dla 15 dzieci z zakresu „Treningu Umiejętności Społecznych”. Rozpropagowanie wiedzy i materiałów informacyjno- edukacyjnych w ramach obchodów „Dnia walki z depresją”, „Światowego Dnia Świadomości Autyzmu”, „Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych”.

2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym – prowadzenie konsultacji i bezpośrednich rozmów z rodzicami i nauczycielami, prowadzenie kompleksowej diagnozy psychologiczno-pedagogicznej, 171 dzieci uzyskało orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego, natomiast o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka, wydano 386 opinii: w tym 18 o Wczesnym Wspomaganiu Rozwoju Dziecka. 32 dzieci uczestniczyło w zajęciach rewalidacyjnych, specjalistycznych oraz wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka. Zrealizowano program rządowy „Za Życiem” poprzez prowadzenie wielospecjalistycznych zajęć terapeutycznych, udzielanie wsparcia dziecku i rodzinie dla 40 dzieci i ich rodziców, pełnienie roli wiodącego ośrodka koordynacyjno-rehabilitacyjno- opiekuńczego w powiecie pułtuskim, zatrudnienie neurologa i psychiatry dziecięcego, zatrudnienie wielospecjalistycznej kadry diagnostyczno-terapeutycznej. Dotacja z Ministerstwa Edukacji Narodowej pozwoliła na realizację zajęć terapeutycznych i zatrudnienie lekarzy specjalistów. Udzielano również osobom w kryzysie i zagrożonym

zaburzeniami psychicznymi porad (e- porad) i konsultacji (e-konsultacji) przez psychologów z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej. Podejmowanie działań wynikających z Programu, w tym oddelegowanie członków do prac w Zespole Interdyscyplinarnym ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.

3) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi – zapewnienie pełnego uczestnictwa wszystkim klientom w działaniach podejmowanych przez Poradnię Zdrowia Psychicznego (znaczną grupę adresatów różnych form wsparcia stanowią osoby niepełnosprawne, w tym z zaburzeniami o podłożu psychicznym : depresja, lęk szkolny, zaburzenia opozycyjno-buntownicze, autyzm i zespół Aspergera). Realizacja indywidualnych programów terapeutycznych dla dzieci i młodzieży w kryzysie. Organizacja wczesnego wspomagania rozwoju dla dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu.

4) organizacji systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego – prowadzenie konsultacji indywidualnych dla rodziców mających na celu zwiększenie ich kompetencji opiekuńczo-wychowawczych, prowadzenie zajęć warsztatowych „ Szkoła dla Rodziców”

5) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego – upowszechnienie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej i wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi, opracowanie informatora i jego zamieszczenie na stronie internetowej, dystrybucja informatora i innych ulotek informacyjnych na terenie poradni, udostępnienie potrzebującym klientom danych teleadresowych pomocowych instytucji specjalistycznych (poradnie, szpitale, ośrodki). Praca przedstawiciela Poradni w opracowaniu i ewaluacji Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego.

PIO Ośrodek Rehabilitacji w Pułtusk

W ramach realizacji celów programu:

1) zapobieganie zaburzeniom psychicznym – 70 dzieci zostało skierowanych na badania do Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej , Poradni Zdrowia Psychicznego aby rozpoznać wczesne zaburzenia zachowania wśród dzieci i młodzieży, natomiast 600 osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi skorzystało z porad i konsultacji

2) organizacji systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego – porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi dla 150 osób

3) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego – dla 150 osób upowszechniono informacje o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Pułtusk

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – 450 osób wzięło udział w kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”. Koszt kampanii pokryty został ze środków własnych i wyniósł 1.476,00 zł.

Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusk

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – upowszechnienie wiedzy na temat aktywizacji osób bezrobotnych i poszukujących pracy, w tym osób niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi; w ramach prowadzonej kampanii promocyjnej w ramach obchodów Europejskich Dni Pracodawców. W 2020 roku został nagrany film nt. Działalności tutejszego Urzędu, powyższe zrealizowano w celu podziękowania za dotychczasową współpracę, jak również w celu informowania pracodawców, osób bezrobotnych, w tym z niepełnosprawnością o oferowanych przez PUP usługach i instrumentach rynku pracy, w tym również o korzyściach płynących z zatrudnienia osób niepełnosprawnych. Ww. kampania promocyjna dostępna była w Internecie (kanał Youtube oraz w portalach społecznościowych). Ponadto informacje o realizowanych przez PUP w Pułtusk programach i projektach dostępne były na stronie internetowej PUP w Pułtusk oraz w lokalnej prasie. W ramach kampanii pracownicy Urzędu kontaktują się telefonicznie z pracodawcami/ przedsiębiorcami w celu nawiązania lub kontynuacji dotychczasowej współpracy, opracowano broszury nt. realizowanych programów i projektów; opracowano biuletyn informacyjny dla pracodawców i przedsiębiorców nt. „Bez was, nic tu po nas-modele współpracy” oraz dla osób poszukujących zatrudnienia pt. „Od Rejestracji do Aktywizacji”; dystrybucja broszur i publikacji wśród uczestników spotkań w Urzędzie Pracy.

2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym – doradcy klienta indywidualnego informują na bieżąco osoby niepełnosprawne zarejestrowane jako bezrobotne lub poszukujące pracy, w tym osoby niepełnosprawne z zaburzeniami psychicznymi o możliwości korzystania z usług poradnictwa zawodowego, szkoleń lub innych form pomocy w ramach realizowanych programów lub projektów. Ze względu na ogłoszony od dnia 20 marca 2020 r. , na terenie Rzeczypospolitej Polskiej stan epidemii Powiatowe Urzędy Pracy realizują – wynikające z ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy – usługi i instrumenty rynku pracy w ograniczony sposób. Dlatego też, ze względu na panującą sytuację kontakt z klientem Urzędu został ograniczony, a pośrednictwo pracy i poradnictwo zawodowe realizowane jest przede wszystkim w formie kontaktu telefonicznego. Struktura liczby osób zarejestrowanych w PUP i objętych poradnictwem zawodowym w roku 2020 wynosiła 439 osób.

3) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego – doradcy klienta podczas rozmowy z klientami udzielają informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej oraz wsparcia, na jakie może liczyć osoba z zaburzeniami psychicznymi. Ponadto Doradcy klienta wyszukują strony internetowe oraz adresy placówek, gdzie ww. osoby mogą zgłosić się po wsparcie.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pułtusk

W 2020 r. nie realizowało żadnych zadań z zakresu Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2020, jednak mieszkańcy miasta i gminy Pułtusk mają możliwość skorzystania w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie z bezpłatnych porad i konsultacji psychologicznych w ramach poradnictwa specjalistycznego.

**Szpital Powiatowy Gajda-Med sp. z o.o.
w Pułtusku**

W swych strukturach nie posiada oddziału psychiatrycznego, poradni psychiatrycznej, ani nie jest zatrudniony lekarz psychiatra.

Przedszkole Miejskie nr 5 w Pułtusku

W ramach realizacji celów programu:

- 1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu** – udostępnienie lektury rodzicom na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci, materiałów na temat: „Jak rozmawiać z dzieckiem aby chciało mówić o swoich uczuciach i wyrażać je na podstawie lektury”: „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci mówiły” Adele Faber, Elaine Mazlish .dla 90 dzieci i ich rodziców . Środki na to zadanie zostały pozyskane z NFZ oraz przeznaczono środki własne. Zorganizowano spotkanie dla nauczycieli i rodziców ze specjalistą z zakresu zdrowia psychicznego w przedszkolu. Dla 140 rodziców zorganizowano kącik z ulotkami i informacjami na temat zdrowia psychicznego
- 2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym** – 140 dzieci w wieku 3,4 i 5 lat poddano obserwacji przez nauczycieli , natomiast dzieci 6 letnie poddano diagnozie. Według potrzeb ze środków własnych i poradni kierowano dzieci do Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej. Współpraca z ośrodkiem rehabilitacji „PIO” w Pułtusku (neurologopeda i logopeda), z kuratorami sądowymi i asystentami rodziny. Na ten cel wykorzystano środki własne i Sądu Rejonowego w Pułtusku.
- 3) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi** – 50 dzieci wzięło udział w spotkaniu integracyjnym z okazji Dnia Przedszkolaka w Przedszkolu Miejskim nr 5, z okazji Międzynarodowego Dnia Osób z Niepełnosprawnościami połączone z Mikołajkami. Relacja filmowa z przedstawienia słowno-muzycznego w wykonaniu dzieci 4-5 letnich pt. "Powitanie zimy", Multimedialne wiosenne spotkania.
- 4) organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego** – 80 dzieci w miesiącu sierpniu wzięło udział w zajęciach adaptacyjnych prowadzonych przez nauczycieli z placówki. 140 rodziców wzięło udział w spotkaniu poświęconemu zagadnieniom związanym z przemocą i radzeniem sobie z agresją dzieci w wieku przedszkolnym. Ze środków Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej realizowano program pt. „Z uczniami o uczuciach”. Rodzice oraz uczniowie brali udział w warsztatach z terapii zajęciowej prowadzonych przez nauczycieli, specjalistów oraz w terapii profilaktyki społecznej i resocjalizacji. Zajęcia oraz warsztaty zostały zorganizowane ze środków własnych oraz Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej.
- 5) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego** – 80 rodziców oraz nauczycieli skorzystało z zamieszczonych na stronie internetowej przedszkola informacji na temat możliwości uzyskania pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi .

Przedszkole Miejskie nr 4 z Oddziałami Integracyjnymi w Pułtusku

W ramach realizacji celu programu - **upowszechnienie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi** – współpraca z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Pułtusku i kuratorami sądowymi, wsparcie finansowe

w zakupie paczek świątecznych, okolicznościowych dla dzieci uczęszczających do przedszkola.

Publiczna Szkoła Podstawowa nr 1 im. Kludyny Potockiej w Pułtusku

W ramach realizacji celów programu:

- 1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu** – 150 uczniów przygotowało gazetkę tematyczną na temat problemów emocjonalnych i psychicznych dzieci w wieku szkolnym; dla 50 uczniów zorganizowano pogadanki na godzinach wychowawczych; 150 uczniów brało udział w spotkaniach integracyjnych, które na celu miały zacieśnienie więzi koleżeńskich i naukę prawidłowych relacji; w czasie „dyżurów specjalistów” 48 osób, w tym dzieci i rodzice, przy współpracy z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną skorzystało z konsultacji i porad pedagogicznych i psychologicznych; dla 50 uczniów zorganizowano warsztaty z pedagogiem pt. „Jak radzić sobie ze stresem?”, „Jak radzić sobie w sytuacjach trudnych?”; dla 50 uczniów zorganizowano zajęcia wychowania do życia w rodzinie, radzeniu sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego, trudnych i traumatycznych.
- 2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym** – w związku z trudnościami w nauce oraz zaburzeniami zachowania 12 uczniów skierowano na diagnozę i badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej; dla 160 uczniów i ich rodziców zorganizowano indywidualne porady dotyczące wsparcia w procesie wychowawczym; dla 60 uczniów odbyło się spotkanie z przedstawicielami Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku, kuratorami sądowymi; zorganizowano także warsztaty z pracownikami Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.
- 3) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi** – 5 uczniów z zaburzeniami i odchyleniami rozwojowymi zaangażowano do udziału we wszystkich działaniach i przedsięwzięciach szkolnych dając możliwość wyrównania szans.
- 4) organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego** – dla 100 rodziców zorganizowano konsultacje i porady prowadzone przez wychowawców i pedagoga szkolnego w celu wsparcia w prawidłowym procesie wychowawczym.
- 5) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego** – dla 30 osób kadry pedagogicznej zorganizowano szkolenie, webinaria online. Pozyskane środki na to zadanie pochodziły ze środków GKRPA, w gablocie pedagoga szkolnego umieszczono wykaz form wsparcia dla wszystkich uczniów.

Zespół Szkół nr 2 z Oddziałami Integracyjnymi w Pułtusku

W ramach realizacji celów programu:

- 1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu** – dla uczniów oraz ich rodziców w ramach realizacji zadań, zorganizowano ogólnopolską kampanię pn: „Zachowaj trzeźwy umysł”
- 2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym** - obserwacja zachowania dzieci i młodzieży oraz wpływu środowiska na ich funkcjonowanie. Przeprowadzono diagnozę i pracę indywidualną z 3 uczniów z uzależnieniem fonoholicznym i z Zespołem Aspergera,

3) **organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego** – uczniowie brali udział w innowacjach pedagogicznych nt: „Przedszkolaki poznają nowe smaki” oraz „Poznanie przez kodowanie”,

4) **upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego** – praca pielęgniarki szkolnej, umieszczenie informacji w gablotach na korytarzu szkolnym i stronie internetowej dla społeczności szkolnej.

**Publiczna Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi
im. Tadeusza Kościuszki w Pułtusk**

W ramach realizacji celów programu:

1) **upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu** – 412 uczniów skorzystało z pomocy psychologiczno- pedagogicznej szkoły : logopedia, terapia pedagogiczna, terapia psychologiczna, integracja sensoryczna biofeedback, biblioterapia, gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna, zajęcia rozwijające kompetencje społeczne oraz zajęcia wyrównawcze i rozwijające zainteresowania uczniów. Dla 36 uczniów z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego zorganizowano zajęcia rewalidacyjne. W zależności od zaistniałych potrzeb uczniowie byli objęci opieką pedagoga szkolnego, psychologa, doradcy zawodowego. Koszt projektu unijnego wyniósł 90 000 zł. 25 uczniów skorzystało z konsultacji w formie on-line zespołów klasowych z innymi instytucjami. Dla uczniów klas 0 i I oraz w pozostałych grupach wiekowych w zależności od potrzeb przeprowadzono diagnozę pedagogiczno - pedagogiczną, logopedyczną i psychologiczną. Dla uczniów szkoły działał gabinet profilaktyczny pielęgniarki szkolnej , gdzie z porad indywidualnych skorzystało 559 uczniów ,

2) **zapobieganie zaburzeniom psychicznym** – 559 dzieci skorzystało z konsultacji pedagoga i psychologa szkolnego .

3) **zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi** – na szkolnym holu widnieje gazetka szkolna z materiałami o przemocy pt. „Drzewo Życzliwości”. Według potrzeb uczniów i wychowawców zorganizowano warsztaty psychoterapeutyczne, zajęcia psychoedukacyjne z pedagogiem i psychologiem szkolnym. Ze środków GKRPA dla 110 dzieci zorganizowano „ Program domowych detektywów. Jaś i Małgosia na tropie”. 120 uczniów wzięło udział w zajęciach z bajkoterapii wg utworów G. Bąkiewicz„Bajki – pomagajki”

4) **organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego** – 20 rodziców wzięło udział w warsztatach pt. „Szkoła dla Rodziców”; wygłoszono prelekcje dla rodziców nt. „Procedur dot. bezpieczeństwa”, „Bezpieczne korzystanie z mediów społecznościowych - zagrożenia płynące z internetu”, „Fonoholizm”, „Archipelag skarbów”, „Lepiej zapobiegać, niż leczyć”; dzieci oraz rodzice korzystali z porad i konsultacji indywidualnych psychologa, pedagoga, logopedy i pielęgniarki szkolnej. 370 rodziców wysłuchało prelekcji nt. „Życia w czasach pandemii”- M. Bajorek , M. Grzesiak „ Bezpieczni w sieci”, „ Fakty i mity na temat samobójstw R. Bobińska lek. Psychiatra, „ Pomoc psychologiczno pedagogiczna dla rodziców uczniów klas pierwszych i zerówki” M. Bajorek , „ Dojrzałość szkolna” M. Zaremba, „ Rozwój mowy” E. Radziszewska,

5) **upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego** – informowanie rodziców przez dyrekcję, wychowawców i specjalistów podczas zebrań i dni otwartych o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

**Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 z klasami sportowymi
im. Ireny Szewińskiej w Pułtusk**

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – rozwijanie wśród wszystkich uczniów postaw tolerancji wobec osób cierpiących na zaburzenia psychiczne, m. in. poprzez udział w kampaniach edukacyjnych, warsztatach, pogadankach; wśród 860 uczniów rozpropagowano materiały oświatowe, broszury, ulotki, kolorowanki dla dzieci, były to działania o charakterze informacyjno-edukacyjnym.

2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym – wśród 215 dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi przeprowadzono diagnozę i terapię; dla 400 rodziców udzielono porad i konsultacji nt. opieki zdrowotnej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym; wspomaganie 200 dzieci z zaburzeniami emocjonalnymi, nadpobudliwymi i zahamowanymi psychoruchowo; konsultacje i porady dla uczniów i ich rodziców zagrożonych niedostosowaniem społecznym; realizacja zadań w ramach ogólnopolskich kampanii; „Zachowaj trzeźwy umysł”, „Postaw na rodzinę”, dla 860 uczniów poprzez kampanie edukacyjne warsztaty i pogadanki rozwijano postawę tolerancji wobec osób cierpiących na zaburzenia psychiczne

3) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi – ponad 200 osób wzięło udział w realizacji programów profilaktycznych: „ART”, „TUS”, Terapia psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna, Warsztaty profilaktyczne: „Unplugged”, „Tolerancja”, „Rozwiązywanie konfliktów”, „ Zachowania niepożądane u dzieci- jak sobie z nimi radzić?”.

4) organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego – dla 415 rodziców oraz prawnych opiekunów na tablicy informacyjnej umieszczono artykuły na temat: „Jak organizować dzieciom warunki do nauki w domu?”, „Jak motywować i wspierać dzieci do systematycznego uczenia się poza szkołą?”, „Jak zadbać o bezpieczeństwo w sieci”, „Co może robić dziecko w domu podczas kwarantanny”, „Jak radzić sobie z trudnymi emocjami, strachem i lękiem”, „Bądź życzliwy- Światowe Dni Świadomości Autyzmu.”, „Czy można motywować zdalnie”, „Jak wzmacniać odwagę u dziecka”, „Ćwiczenie pamięci”, „Jak wychować dziecko silne psychicznie?”, „Podróż w krainę postaw i wartości”, „Światowy Dzień Dziecka”, „Stres – jak sobie z nim radzić?- wskazówki dla ośmioklasistów”, „Empatia.. Siła wrażliwości, która zmienia nas, szkołę i świat”, „List do „nowych” nauczycieli”, „ Propozycje programów edukacyjnych oraz gier i zabaw psychoedukacyjnych”, „ Bezpieczne wakacje w podróży, nad wodą , w górach i w czasie wolnym”.

5) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego – w ramach podniesienia świadomości środowiska lokalnego nt. zdrowia psychicznego umieszczono informacje na stronie Internetowej szkoły w zakładce „Gdzie znaleźć pomoc?”.

**Publiczna Szkoła Podstawowa im. bł. Jana Pawła II
w Płocochowie**

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – dla wszystkich uczniów zorganizowano na godzinach wychowawczych oraz spotkaniach z pedagogiem pogadanki na temat „Jak radzić sobie

ze stresem” oraz „Jak dbać o zdrowie psychiczne w okresie pandemii i izolacji społecznej”. Wszyscy rodzice mogli skorzystać z zamieszczonych materiałów szkolnych na stronach internetowych na temat: „Hejt w sieci”, „Uzależnienia dzieci od korzystania z urządzeń elektronicznych typu smartfony, tablety, laptopy, komputery oraz skutki tych uzależnień”.

2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym – dla nauczycieli zorganizowano szkolenie z zakresu profilaktyki zażywania substancji psychoaktywnych, budowania partnerstwa szkoły i rodziców., dla rodziców zorganizowano prelekcje na temat: „Depresja wśród nastolatków”, dla uczniów zorganizowano lekcje z pedagogiem szkolnym na temat: „Zdrowy styl życia”, „Radzenia sobie z presją rówieśników”, „Depresja wśród dzieci i młodzieży”

3) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi – dla dzieci oraz nauczycieli zorganizowano apele profilaktyczne na temat: „Uzależnienia – uwaga niebezpieczeństwo”, „Depresja wśród dzieci i nastolatków”

Zespół Szkolno-Przedszkolny w Przemiarowie

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – udostępnianie na tablicy ogłoszeń informacji do kogo mogą zwrócić się uczniowie i rodzice o pomoc;

2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym – opracowanie szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego w oparciu o rozpoznane potrzeby, wdrożenie działań i zajęć mających na celu podnoszenie poziomu aktywności fizycznej, psychicznej i twórczej, ograniczenie czynników ryzyka (prelekcje Funkcjonariusz KPP w Pułtusku i zwrócenie uwagi na spotkaniach z rodzicami na wyżej wymieniony temat), wzbudzanie zainteresowania życiem społecznym i kulturalnym, prowadzenie zajęć psycho-edukacyjnych w związku z: zaniżonym poczuciem wartości, brakiem motywacji do edukacji szkolnej, zajęcia integrujące zespoły klasowe, objęcie indywidualną opieką pedagoga uczniów z zaniżonym poczuciem wartości, z brakiem motywacji do nauki, z trudnościami z nawiązywaniem relacji rówieśniczych, rozmowy indywidualne z rodzicami na temat zauważonych problemów dotyczących ich dzieci, organizacja pogadarek z pielęgniarką na temat higieny osobistej, podnoszenie kompetencji w zakresie umiejętności społecznych i interpersonalnych, opublikowano dla uczniów Quiz na temat „Czasu Kwarantanny” celem zebrania informacji na temat ich samopoczucia w czasie kwarantanny, rozmowy motywujące i wspierające uczniów podczas edukacji zdalnej, publikacja na stronie szkoły bajek terapeutycznych dla młodszych uczniów szkoły i przedszkola, objęcie wsparciem uczennicy u której zauważono zaburzenia emocjonalne, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, zachęcanie do udziału w konkursach na terenie szkoły i poza nią, między innymi do konkursu „Gminna Gala Profilaktyki Lokalnej”, wspieranie dzieci i młodzieży dotkniętych przemocą fizyczną i psychiczną w domu rodzinnym

3) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi – wspieranie dzieci i młodzieży(również w formie online) na temat emocji agresji, złości, pozytywnej samooceny wartości, uzależnień (fonoholizm, alkoholizm, nikotynizm, uzależnienia od narkotyków, dopalaczy, napoi energetycznych), zaburzeń zachowania i zaburzeń nerwicowych, asertywności. Na stronie internetowej szkoły przygotowano i rozpowszechniono materiały informacyjne na temat: „Efektywnego funkcjonowania w okresie pandemii”, „Organizacji pracy i nauki w domu”, „Bezpieczeństwa w internecie, cyberprzemocy”, „Sposobach na wzmacnianie dzieci przez rodziców w okresie pandemii”. Uczniowie klasy IV i V mieli możliwość wzięcia udziału w programie „Domowi

Detektywi, czyli Jaś i Małgosia na tropie”

4) organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego – objęcie wsparciem rodzin mających trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych (pogadanki, spotkania indywidualne), objęcie wsparciem uczennicy i jej mamy z powodu śmierci ojca uczennicy, pełnienie dyżuru telefonicznego i mailowego dla osób narażonych na kryzys korona wirusa, szkolenia Rady Pedagogicznej na temat: „Procedury bezpieczeństwa podczas edukacji wczesnoszkolnej, konsultacji i rewalidacji w stanie epidemicznym związanym z COVID-19, „Procedury egzaminu ósmoklasisty OKE” i „Procedury przeprowadzenia reżimu w czasie egzaminu ósmoklasisty

5) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego – kierowanie do Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej i Gminnych Ośrodków Pomocy Społecznej o stypendia socjalne i naukowe; gazetki i ogłoszenia na tablicach informacyjnych w szkole o instytucjach pomocowych działających na terenie gminy.

Liceum Ogólnokształcące im. Piotra Skargi w Pułtusk

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – w ramach upowszechniania wiedzy na temat zdrowia psychicznego 412 uczniów skorzystało z uczniowskiego poradnika domowego, zamieszczono na stronie internetowej szkoły informacje dotyczącą organizacji pracy samodzielnej, dnia wolnego w czasie izolacji odpowiedzialności i motywacji. Dla 434 uczniów zamieszczono informacje nt. „Ćwiczenia z czasem- jak mądrze pracować w domu?” Rodzice również skorzystali z informacji zamieszczonych na stronie internetowej szkoły na temat nowoczesnych technologii dla dzieci, „ Co każdy rodzic wiedzieć powinien na temat korzystania przez dziecko z nowych technologii”- poradnik do bezpłatnego pobrania dla rodziców. Uczniowie oraz nauczyciele szkoły wzięli udział w ćwiczeniach dotyczących poprawienia sobie nastroju. Dla 36 nauczycieli udostępniono materiały i filmy z projektu dot. „Kryzysu samookaleczeń, niewidzialnej nastoletniej depresji”.

2) zapobieganie zaburzeniom psychicznym – 120 rodziców na portalu korzystało z ćwiczeń nt. „Laboratorium Zmieniacza” i „ List z przyszłości”- omówienie ćwiczenia z rodzicami, rodzice realizowali projekt nt. „Niewidzialnej nastoletniej depresji”. Pozyskane środki pochodziły z GKRPA,

3) zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi – 330 osób w maju – miesiącu zdrowia psychicznego skorzystało z artykułów, materiałów, filmów , linków z muzyką relaksacyjną, zostały również udostępnione numery telefonów do: Antydepresyjnego Forum przeciw depresji, Telefonu zaufania dzieci i młodzieży, Infolinii dla dzieci i młodzieży, pedagogów i rodziców, Telefonu zaufania dla dorosłych oraz telefonu Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.

4) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego – 31 nauczycieli na portalu Edu-Gadki wzięło udział w konferencji online na tematy” Dobrostanu nauczyciela czyli jak dbać o siebie”, „O uczniach trudnych, grzecznych, wychowanych i niekoniecznie o trudnych zachowaniach uczniów”. Natomiast cała społeczność szkolna w celu upowszechniania wiedzy i nabywania umiejętności z zakresu psychologii utworzyła na Facebooku profil Psycho Sfera Skargi, zatrudniono również psychologa. Cała społeczność szkolna wzięło udział w projekcie MEN „Razem na Święta” i projekcie z Instytutu Pozytywnego Myślenia na temat „Myślę pozytywnie”. Wolontariat szkolny zorganizował zbiórkę książek, ubrań, biżuterii dla uczniów ze Specjalnego

**Zespół Szkół im. Bolesława Prusa
w Pułtusku**

W ramach realizacji celów programu:

- 1) **upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu** – publikacje na stronie internetowej szkoły, gazetki, opracowanie materiałów informacyjnych dla nauczycieli, ze strony internetowej szkoły zostały przesłane rodzicom poradniki dotyczące zdrowia psychicznego, roli rodziny i osób bliskich w promocji zdrowia psychicznego i zapobieganie zachowaniom autodestrukcyjnym u młodzieży.
- 2) **zapobieganie zaburzeniom psychicznym** – współpraca z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną w Pułtusku; konsultacje z psychologiem w szkole, opracowanie nowego Programu Profilaktyczno-Wychowawczego Szkoły, który zawiera zadania związane z profilaktyką agresji i przemocy, rozesłanie do rodziców poradników dotyczących cyberprzemocy, przeprowadzono w klasie zajęcia dotyczące mowy nienawiści, przeprowadzono zajęcia integracyjne w klasach pierwszych, porady i konsultacje pedagoga i psychologa dla rodziców i uczniów, prowadzenie mediacji w sytuacjach konfliktowych, kierowanie informacji do Sądu Rodzinnego, realizacja Ogólnopolskiego Programu Profilaktyki Zdrowia Psychicznego „Myślę pozytywnie”, nauczyciele wzięli udział w szkoleniu na temat: „Mediacji w szkole”.
- 3) **zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi** – opieka psychologa szkolnego i konsultacje; udostępnianie rodzicom adresów placówek specjalistycznych i lekarzy.
- 4) **organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego** – pedagogizacja rodziców: problem cyberprzemocy, uzależnień (narkotyki, dopalacze, alkohol), konsultacje pedagoga i psychologa dla rodziców; pogadanka z Policją – profilaktyka uzależnień.
- 5) **upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego** – strona internetowa szkoły, gazetka informacyjna, ulotki, porady i konsultacje dla uczniów, rodziców i nauczycieli, psycholog, pedagog, dyrekcja, nauczyciele.

**Zespół Szkół Zawodowych im. Jana Ruszkowskiego
w Pułtusku**

W ramach realizacji celów programu:

- 1) **zapobieganie zaburzeniom psychicznym** – porady i konsultacje dla rodziców i uczniów organizowane przez pedagoga szkolnego.
- 2) **organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego** – pedagogizacja rodziców- informacje przesyłane rodzicom przez dziennik elektroniczny umieszczone na stronie internetowej szkoły.
- 3) **upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego** - przekazanie informacji podczas zebrań z rodzicami na temat dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi, umieszczenie na stronie internetowej szkoły informacji o funkcjonowaniu całodobowego Dziecięcego Telefonu Zaufania.

**Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy
im. Anny Karłowicz w Pułtusk**

W ramach realizacji celów programu:

1) upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu – opracowanie i wdrożenie założeń „Programu Wychowawczo-Profilaktycznego” z uwzględnieniem szeroko pojętej problematyki zdrowia psychicznego; przeprowadzenie w placówce ogólnoszkolnej akcji: „Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego”, „Międzynarodowego Dnia bez Przemocy”, „Światowego Dnia Życzliwości”, realizacja zajęć edukacyjno – terapeutycznych, dydaktyczno- wychowawczych i profilaktyczno-wychowawczych z uwzględnieniem zagadnień z zakresu ochrony zdrowia psychicznego, przeprowadzenie przez psychologa i pedagogów szkolnych dla uczniów warsztatów psychoedukacyjnych oraz Treningu Umiejętności Społecznych rozwijających umiejętności społeczne oraz uczących konstruktywnych metod rozładowania agresji i rozwiązywania konfliktów (radzenie sobie ze wstydem, przegraną, stresem, złością, trudnymi sytuacjami, trening pewności siebie, rozpoznawanie emocji u drugiego człowieka, wyrażenie krytyki), prowadzenie zajęć z uczniami z zakresu pomocy psychologiczno- pedagogicznej przez nauczycieli placówki(zajęcia z pedagogiem, psychologiem), zorganizowanie zajęć z alpakterapii, które miały na celu poprawę zdrowia psychicznego, rozładowywanie napięć i poprawę samopoczucia, a także zorganizowanie dla uczniów wycieczki do Alpakoterapii, realizacja szkolenia dla rodziców nt. „Działań profilaktycznych związanych z zapobieganiem COVID- 19” przeprowadzonego przez zespół ds. bezpieczeństwa epidemicznego w SOSW, upowszechnianie broszur informacyjnych, zamieszczenie na portalu społecznościowym Facebook materiałów edukacyjnych: bajek relaksacyjnych, wizualizacji, ćwiczeń relaksacyjnych, broszur informacyjnych w celu zapewnienia uczniom i wychowankom możliwości odreagowania napięć emocjonalnych, zorganizowanie na portalu społecznościowym Facebook akcji profilaktycznych „Stop uzależnieniom”, mającej na celu uświadomienie jakie są skutki uzależnienia od różnych substancji psychoaktywnych, publikacja na portalu społecznościowym Facebook informacji oraz linku do strony z informacjami dotyczącymi Dnia Walki z Dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych,

2) upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego – konsultacje ze szkolnym pedagogiem i psychologiem dla rodziców mających trudności natury opiekuńczo-wychowawczej ze swoimi dziećmi, propagowanie materiałów informacyjnych i edukacyjnych na tematy związane z wychowaniem oraz z kryzysami rozwojowymi i życiowymi dzieci i młodzieży, współudział w rozwiązywaniu problemów natury wychowawczej, opiekuńczej uczniów wychowanków Placówki, indywidualne rozmowy informacyjno-doradcze z rodzicami o możliwościach uzyskania specjalistycznego wsparcia ze strony instytucji działających na rzecz rodziny i pomoc w jego zorganizowaniu, pomoc w załatwianiu wizyt lekarskich, dowóz dzieci z ich rodzicami na wyznaczone konsultacje do przychodni i szpitali specjalistycznych,

3) organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego- monitorowanie wieloaspektowego funkcjonowania uczniów i ich rodzin, współpraca z Sądem Rejonowym w Pułtusk III Wydział Rodzinny i Nieletnich pod kątem właściwego wypełniania funkcji opiekuńczo-wychowawczych, bieżąca współpraca z ośrodkami pomocy społecznej i powiatowymi centrami pomocy rodzinie w celu wieloaspektowego wsparcia rodziny , praca nauczycieli Ośrodka w Zespole Interdyscyplinarnym działającym przy MOPS w Pułtusk, poszerzenie wiedzy z zakresu

opieki i wychowania dzieci / młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną poprzez prowadzenie szkoleń dla członków Rady Pedagogicznej w ramach Wczesnoszkolnego Doskonalenia Nauczycieli oraz udziału nauczycieli w kursach i szkoleniach zewnętrznych, podnoszenie kompetencji opiekuńczo - wychowawczych rodziców bądź prawnych opiekunów poprzez realizację szkolenia nt. „Działania profilaktyczne związane z zapobieganiem COVID- 19”, udostępnienie księgozbioru bibliotecznego Ośrodka, pomoc w wypełnianiu dokumentacji w celu uzyskania świadczeń (renty socjalnej, zasiłku pielęgnacyjnego, zapomogi), konsultacje ze szkolnym pedagogiem i psychologiem dla rodziców mających trudności natury opiekuńczo-wychowawczej ze swoimi dziećmi, prowadzenie „Tablicy dla rodzica”, na której eksponowane są materiały informacyjne na temat bieżących zmian w przepisach związanych z pomocą społeczną, propagowanie materiałów informacyjnych i edukacyjnych na tematy związane z wychowaniem oraz z kryzysami rozwojowymi i życiowymi dzieci i młodzieży, indywidualne rozmowy informacyjno – doradcze z rodzicami o możliwościach uzyskania specjalistycznego wsparcia ze strony instytucji działających na rzecz rodziny i pomocy w jego zorganizowaniu, pomoc w załatwianiu wizyt lekarskich, dowóz dzieci z ich rodzicami na wyznaczone konsultacje do przychodni, szpitali specjalistycznych, załatwienie opieki podczas ferii zimowych, przerw świątecznych i wakacji dzieciom, których rodzice są w trudnej sytuacji życiowej lub są pozbawieni władzy rodzicielskiej

4) upowszechnianie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego - prowadzenie w Ośrodku punktu informacyjno- konsultacyjnego (adresy telefony do różnego rodzaju instytucji pomocowych , pomoc w załatwianiu formalności) - wspieranie osób z zaburzeniami psychicznymi oraz ich rodzin.

Podsumowanie

Gminny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2020 oparty jest na zasadzie integracji działań instytucji działających na terenie Gminy Pułtusk na rzecz poprawy i utrzymania zdrowia społeczności lokalnej ze szczególnym uwzględnieniem ochrony zdrowia psychicznego.

Podejmowane w 2020 roku działania były ograniczone z uwagi na stan zagrożenia epidemicznego, związany z rozprzestrzenieniem się choroby COVID-19 wywołanej wirusem SARS-CoV-2. W związku z wprowadzonym w marcu 2020 roku stanem zagrożenia epidemicznego zaistniała konieczność stworzenia bezpiecznych warunków do spotkań. Zgodnie z wytycznymi Ministerstwa Zdrowia zadania z programu ochrony zdrowia psychicznego były prowadzone w formie rozmów telefonicznych oraz za pomocą dostępnych środków multimedialnych. Nadmienić należy, iż w nagłych sytuacjach prowadzono rozmowy indywidualne przy zachowaniu wszelkich możliwych środków ostrożności.

Podsumowując, należy podkreślić, że ochrona zdrowia psychicznego rozpatrywana jest jako strategia zdrowego stylu życia, której twórcą jest każdy człowiek, za którą jesteśmy odpowiedzialni my sami, a nie tylko system opieki zdrowotnej. Każdy człowiek dokonuje w codziennym życiu wyborów, które bądź szkodzą zdrowiu, bądź je wspomagają. Rodzaj podejmowanych decyzji zależy niewątpliwie od człowieka. To jednak, jakie ma możliwości wyboru, uzależnione jest już od szeregu czynników, na które często sam nie ma wpływu. Z powyższego wynika, że bardzo pożądanymi działaniami w powyższym zakresie jest profilaktyka, promocja i ochrona zdrowia.

