

SPRAWOZDANIE ZA 2023 ROK
Z REALIZACJI
„GMINNEGO PROGRAMU OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO
NA LATA 2021 - 2024”

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 30 marca 2021 roku przyjęła Narodowy Program Zdrowia na lata 2021-2025, 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 operacyjnym 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 realizują współpracując ze sobą organy władzy publicznej i podmioty działające w tym obszarze.

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 219/2020 Burmistrza Miasta Pułtusk z dnia 13 lipca 2020 r. powołano zespół w celu opracowania projektu programu. Natomiast uchwałą Nr XL/364/2021 Rady Miejskiej w Pułtusku z dnia 29 marca 2021 r. uchwalono „Gminny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2021-2024”.

Podstawą prawną do opracowania i realizacji niniejszego programu było rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 8 lutego 2017 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2022 oraz ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. 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, obniżenie nastroju.

Cele Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Gminy Pułtusk na lata 2021-2024, 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 2021-2024” jest promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym oraz zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2021-2024 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 Pułtusk**

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- spotkania uczestników Klubu Integracji Społecznej i Samopomocy z zakresu poradnictwa psychologicznego z elementami profilaktyki uzależnień - 27 osób długotrwale bezrobotnych;
- spotkania profilaktyczne „Rodzinne poniedziałki”. Była to inicjatywa objęta Honorowym Patronatem Burmistrza Miasta Pułtusk. Prelekcje i warsztaty odbywały się w okresie od 8 maja do 11 grudnia 2023 r. Możliwość skorzystania z wielu problemowych zagadnień i pomocniczych rozwiązań praktycznych mieli wszyscy zainteresowani - mieszkańcy gminy Pułtusk. Specjalistyczną wiedzą dzielili się ze swoimi słuchaczami następujący specjaliści:

- terapeuta uzależnień, którego celem przekazu było uświadomienie na temat współczesnych zagrożeń związanych z rodzajami uzależnień występujących wśród dzieci i młodzieży;
- dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Pułtusk, który przedstawił obszerną wiedzę na temat możliwości korzystania ze wsparcia oferowanego przez pułtuską Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną w zakresie diagnozowania i wspomagania potrzeb rozwojowych dzieci i młodzieży;
- wieloletni pedagog, nauczyciel i wychowawca wielu pokoleń dzieci i młodzieży, który poprowadził spotkanie nt. „Agresja dziecka – rola stawiania granic w procesie wychowawczym”;
- ratownicy Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego w Pułtusk poprowadzili wykład i warsztaty nt.: „Pierwsza pomoc – krótki kurs ratownictwa”;
- dietetyk, tematem prelekcji było: „Odżywianie i zdrowy styl życia”;

- psycholog, pedagog, logopeda, terapeuta i psychoterapeuta, która podzieliła się posiadaną wiedzą i wieloletnim zawodowym doświadczeniem dotyczącym zagadnień związanych z rozwojem poznawczym i emocjonalnym dzieci w poszczególnych przedziałach wiekowych.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- pracownicy socjalni w ramach 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. Liczba rodzin i osób objętych pomocą społeczną w 2023 roku wynosiła **562**, w tym: praca socjalna **562** rodziny, o liczbie osób **1151**, świadczenia w formie pieniężnej i niepieniężnej **385** rodzin, o liczbie osób **816**;
- rodziny doświadczające przemocy domowej miały możliwość korzystania z pomocy w Interdyscyplinarnym Punkcie Konsultacyjno-Informacyjnym dla Ofiar Przemocy Domowej. Ofiarom przemocy udzielano porad i konsultacji mających na celu przerwanie przemocy poprzez kierowanie do właściwych instytucji. Z profesjonalnej pomocy i wsparcia specjalistów – prawnika, psychologa i specjalisty profilaktyki uzależnień w 2023r. skorzystało **81** rodzin, o liczbie **174** osób, którym udzielono **257** porad.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie:

- Gminny Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie na lata 2021-2026 został przyjęty uchwałą Nr XL/366/2021 Rady Miejskiej w Pułtusku z dnia 29 marca 2021 roku, a jego działania realizuje Zespół Interdyscyplinarny w Pułtusku, którego zadaniem jest integrowanie 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 domowej.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.1. Zapewnienie wsparcia umożliwiającego ludziom z zaburzeniami psychicznymi pełnego uczestnictwa we wszystkich aspektach życia społecznego:

- na rzecz osób niepełnosprawnych z zaburzeniami zdrowia psychicznego Ośrodek świadczył pomoc w formie:

- specjalistycznych usług opiekuńczych, z których korzystać mogą 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 - wsparciem objęto 2 osoby w 2023 r.;
- uczestnictwa seniorów w Dziennym Domu „Senior +”, 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 2023 roku skorzystało łącznie 36 osób. Celem Dziennego Domu „Senior +” 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;
- zapewnienia usług opiekuńczych w Dziale pomocy środowiskowej w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Pułtusku (w zakresie świadczenia usług w siedzibie ośrodka) dla 14 osób, w zakresie: pielęgnacji i higieny osobistej, odzieży i innych artykułów pierwszej potrzeby pochodzących od darczyńców, pomocy w problemach życia codziennego (wypełnianie dokumentów, pisanie podań, czytanie ze zrozumieniem pism urzędowych, itp.) zapewnienie kontaktu z innymi ludźmi;
- pokrywania częściowej odpłatności za pobyt w domu pomocy społecznej, w 2023 r. w domach pomocy społecznej z terenu gminy Pułtusku przebywało 26 osób, w tym 21 osób

niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi (**17** osób umieszczonych w domu pomocy społecznej zgodnie z postanowieniem Sądu).

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.1. Działania osłonowe pomocy społecznej zapewniające bezpieczeństwo socjalne ofiarom przemocy domowej:

- Zespół Interdyscyplinarny w Pułtusk działa w oparciu o procedurę „Niebieskie Karty”. Jest to procedura polegająca na rozpoznaniu zaburzeń życia rodzinnego wywołanych nadużywaniem alkoholu i stosowaniem przemocy, ułożeniem planu pomocy oraz podjęciem działań interwencyjnych. Podczas prac Zespołu prowadzone są rozmowy na temat zjawiska przemocy domowej na terenie gminy Pułtusk, omawiane akty prawne, według których podejmowane są działania na rzecz przeciwdziałania przemocy. Analizowane są również zadania, jakie spoczywają na członkach Zespołu Interdyscyplinarnego i grupach diagnostyczno-pomocowych oraz zagadnienia dotyczące procedury „Niebieskie Karty”. Spotkania Zespołu mają na celu poprawę sposobów udzielania pomocy osobom doświadczającym przemocy i ich najbliższemu otoczeniu. W 2023 roku odbyły się **4** posiedzenia Zespołu Interdyscyplinarnego. Do Przewodniczącego Zespołu Interdyscyplinarnego wpłynęło **38** Niebieskich Kart A, sporządzonych przez przedstawicieli podmiotów wszczynających procedurę, tj: Policję **36**, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej **2**. W ramach posiedzeń **155** grup diagnostyczno-pomocowych zostało sporządzonych **34** Niebieskich Kart - C z osobą doznającą przemocy domowej i **23** Niebieskich Kart - D z osobą stosującą przemoc domową. W 2023 r. zostało zakończonych **39** spraw w ramach procedury „Niebieskie Karty”, w tym: **14** z powodu braku zasadności podejmowania dalszych działań oraz **25**, gdzie ustała przemoc domowa i zaistniało uzasadnione przypuszczenie o zaprzestaniu stosowania przemocy domowej oraz po zrealizowaniu indywidualnego planu pomocy.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- rodzinom przeżywającym trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych (za zgodą tych rodzin) zapewniono wsparcie i pomoc asystenta rodziny, który 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. W 2023r. asystenci rodziny pracowali z **30** rodzinami, w których przebywało **72** dzieci.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.

Zadanie 1.1. Współpraca Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku ze służbami opieki psychiatrycznej oraz lekarzem rodzinnym.

- kontakt pracowników Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku z Poradnią Zdrowia Psychicznego w sprawie zdiagnozowania osób przejawiających zaburzenia psychiczne, ustalenie możliwości i sposobu leczenia (stacjonarnego lub ambulatoryjnego).

Zadanie 1.2. Zapewnienie specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- rodzaje specjalistycznych usług opiekuńczych i kwalifikację osób świadczących te usługi oraz warunki i tryb ustalania i pobierania opłat za specjalistyczne usługi opiekuńcze świadczone osobom z zaburzeniami psychicznymi, jak również warunki częściowego lub całkowitego zwolnienia z tych opłat, ze względu na częściowe potrzeby osób korzystających z usług, uwzględniając sytuację materialną tych osób określa Rozporządzenie Ministra Polityki Społecznej z dnia 22 września 2005 r. w sprawie specjalistycznych usług opiekuńczych. W 2023r. specjalistyczne usługi opiekuńcze były świadczone dla **2** dzieci autystycznych. Program pracy z dziećmi autystycznymi był dostosowany do ich możliwości psychofizycznych. Zakres usług obejmował następujące działania:

- uczenie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia - tj. kształtowanie umiejętności zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych i umiejętności społecznego funkcjonowania, prowadzenie treningów umiejętności samoobsługi i umiejętności społecznych oraz wspieranie, także w formie asystowania w codziennych czynnościach życiowych, w szczególności takich jak: - samoobsługa, - dbałość o higienę i wygląd, - utrzymywanie kontaktów z domownikami, - wspólne organizowanie i spędzanie czasu wolnego; - usprawnienie zaburzonych funkcji organizmu.

Zadanie 1.3. Zapewnienie niezbędnych potrzeb bytowych, pomoc finansowa dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

- 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;

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

W 2023 roku wypłacono **753** zasiłków pielęgnacyjnych, **213** świadczeń pielęgnacyjnych, **6** specjalnych zasiłków opiekuńczych oraz **541** wszystkich dodatków do zasiłku rodzinnego (w tym dodatek do zasiłku rodzinnego z tytułu kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego).

2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- sporządzono wykaz placówek działających na rzecz osób z zaburzeniami zdrowia psychicznego na terenie gminy Pułtusk, który został umieszczony na tablicy informacyjnej oraz stronie internetowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku.

Zadanie 2.2. Realizacja i koordynowanie Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego:

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusku koordynował działania w zakresie realizacji Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2021-2024, gromadził dane niezbędne w zakresie sporządzania sprawozdawczości, pozyskiwane od partnerów realizujących zadania określone w programie. Ośrodek realizował działania na rzecz adresatów programu (z obszaru ochrony zdrowia psychicznego) opisane powyżej wpisujące się w zadania statutowe jednostek.

**Zadania z obszaru ochrony zdrowia psychicznego realizowane przez pozostałe instytucje
z terenu gminy Pułtusk w 2023 roku**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Pułtusku

Środowiskowy Dom Samopomocy w Pułtusku jest typem domu A i B. W 2023 roku świadczył usługi dla osób przewlekle psychicznie chorych, osób upośledzonych umysłowo i osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi z terenu gminy Pułtusk. Zakresem swoich usług objął 31 osób. Prowadzone były m.in. treningi prawidłowego funkcjonowania w życiu codziennym, trening higieniczny oraz dbałości o wygląd zewnętrzny, porządkowy, umiejętności praktycznych, trening kulinarny, budżetowy, prozdrowotny, umiejętności komunikacyjnych, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów. Codziennie były realizowane terapie: komputerowa, majsterkowo-ogrodnicza, kulturalno-oświatowa, plastyczno-krawiecka, kulinarna, ruchowa oraz poradnictwo psychologiczne. Uczestnicy podzieleni byli na **16** grup, 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 udzielanie informacji do jakiego specjalisty powinien się udać. W ramach terapii kulturalno-oświatowej organizowane były spotkania okolicznościowe, co umożliwiało integrację osób niepełnosprawnych intelektualnie z społecznością lokalną. Natomiast w ramach pracy psychologa prowadzone były rozmowy indywidualne oraz grupowe dla **28** uczestników, które miały na celu m.in. usprawniania w zakresie funkcjonowania intelektualnego, wspomaganie rozwoju funkcji poznawczej, rozwój kompetencji emocjonalnych oraz motywacyjnych uczestników.

W 2023 r. podejmowane były działania mające na celu aktualizowanie i poszerzenie oraz unowocześnienie form pomocy i wsparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- wyjścia do galerii Miejskiego Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusku;
- bal karnawałowy w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym im. Anny Karłowicz w Pułtusku;
- spotkanie karnawałowo-walentynkowe organizowane przez Dom Pomocy Społecznej w Pułtusku;
- bal karnawałowy organizowany przez Dom Pomocy Społecznej w Ołdakach;
- zajęcia terapeutyczne z alpakami;
- wycieczka do Powsina, zwiedzanie ogrodu botanicznego;

- wycieczka do teatru Capitol na spektakl pt.: „Królowa Śniegu” oraz do Muzeum Historii Polski w Cytadeli Warszawskiej;
- wycieczka do Centrum Nauki Kopernika w Warszawie oraz spacer po Starówce;
- XXI Mławska Olimpiada Osób Niepełnosprawnych, Mława 2023;
- XXI Międzypowiatowy Mityng Lekkoatletyczny Osób Niepełnosprawnych pod patronatem honorowym Jana Zalewskiego Starosty Pułtuskiego;
- wyjazd do Środowiskowego Domu Samopomocy w Białusnym Lasku na 25-lecie istnienia;
- spotkanie integracyjne „Pożegnanie Lata” – dyskoteka w Środowiskowym Domu Samopomocy w Serocku;
- Biesiada na Ludowo w Domu Pomocy Społecznej w Ołdakach;
- spotkanie integracyjne organizowane przez Warsztaty Terapii Zajęciowej w Świeszewie;
- piknik sportowo-rekreacyjny pt.: „Razem w poszukiwaniu sportowych pasji”, organizowany przez Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Wyszku;
- piknik dla uczestników w Środowiskowym Domu Samopomocy w Makowie Mazowieckim;
- wycieczka do Zagrody Zabłocie – agroturystyka;
- XX Kabaretowe Obryckie Spotkania Artystyczne Domów Pomocy Społecznej Kosa 2023 w Obrytem.

W celu ochrony zdrowia psychicznego uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w 2023 r. podjęto następujące działania:

- organizowano poradnictwo psychologiczne: rozmowy indywidualne i grupowe;
- funkcjonował pokój wyciszeń;
- stosowano techniki relaksacyjne i odprężające;
- stosowano techniki radzenia sobie ze stresem;
- organizowano spotkania integracyjne, gry i zabawy edukacyjne.

Dom Pomocy Społecznej w Pułtusku

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym:

Cele szczegółowe:

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.

Zadania 1.2. Organizowanie zajęć i pogadank z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- zorganizowanie dla **100** osób cyklu spotkań przez Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Jestem, By Pomagać” z udziałem psychologa, prowadzenie zajęć poznawczych z elementami terapii neuropsychologicznej;
- zorganizowanie cyklu spotkań skierowanych do osób potrzebujących wsparcia zdrowia psychicznego, zajęcia z elementami terapii poznawczo-behawioralnej mające na celu wsparcie osób z obniżonym nastrojem, zaburzeniami nerwicowymi powstałymi w efekcie długotrwałej izolacji (obostrzenia epidemiczne i czas licznych zachorowań w domu).

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- dla **100** pensjonariuszy Domu Pomocy Społecznej w Pułtusku udzielono porad i konsultacji specjalisty w przypadku nawrotu choroby psychicznej.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.1. Zapewnienie wsparcia umożliwiającego ludziom z zaburzeniami psychicznymi pełnego uczestnictwa we wszystkich aspektach życia społecznego:

- Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Jestem, By Pomagać” oraz Dom Pomocy Społecznej w Pułtusku organizowali różne wyjazdy i spotkania oraz imprezy mające na celu pomoc w uczestnictwie we wszystkich aspektach życia kulturalnego i społecznego (z tej formy pomocy skorzystało **100** pensjonariuszy).

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.1. Działania osłonowe pomocy społecznej zapewniające bezpieczeństwo socjalne ofiarom przemocy domowej:

- Dom Pomocy Społecznej w Pułtusku podjął działania dla **100** pensjonariuszy, dotyczące pomocy w powrocie do równowagi zdrowia psychicznego i funkcjonowania w społeczeństwie;
- pomoc pensjonariuszom w załatwianiu niezbędnych spraw urzędowych w czasie zaburzenia zdrowia psychicznego.

Cel główny: 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.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.

Zadanie 1.3 Zapewnienie niezbędnych potrzeb bytowych, pomoc finansowa dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- współpraca osób pracujących w Domu Pomocy Społecznej w Pułtusku ze służbami opieki psychiatrycznej, lekarzami rodzinnymi oraz psychologiem celem wsparcia osób z zaburzeniami psychicznymi poprzez udzielenie pomocy w formie specjalistycznych usług opiekuńczych, zapewnienie niezbędnych potrzeb bytowych, pomocy finansowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi;
- upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

NZOZ Psycho-MED w Pułtusk

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.3 Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie:

- **22** osoby dorosłe uczestniczyły w konsultacjach z psychologiem.

Zespół Przychodni Specjalistycznych AL-MED w Pułtusk

W jego strukturach funkcjonują: Poradnia Zdrowia Psychicznego, Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia oraz Poradnia Terapii Uzależnień. W zakresie realizacji Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2021-2024 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 2023 roku liczba pacjentów Poradni Zdrowia Psychicznego wyniosła **2629** osób, natomiast liczba pacjentów Poradni Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia wyniosła **335** osób, Poradni Terapii Uzależnień wyniosła **100** osób. Łączna liczba wizyt lekarskich w 2023 roku wyniosła - **10 614**.

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Pułtusk

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobiegania zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

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.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- umieszczenie na stronie internetowej Poradni informacji dotyczących:

- Telefonu zaufania oraz infolinii wsparcia dzieci i młodzieży oraz dorosłych;
- Informacja o „Święcie aktywnych rodzin, piknik na temat „Odważ się być zdrowym” oraz projekt „Zdrowe Życie”.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadanek z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- prelekcja „ Co każdy rodzic powinien wiedzieć o rozwoju swojego dziecka?”;
- spotkanie dla rodziców „Motywowanie dziecka do nauki – rola rodzica”;
- spotkanie dla rodziców nt. zachowań niepożądanych u dzieci – jak radzić sobie z nimi w domu?;
- interwencje kryzysowe.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- organizacja obchodów Światowego Miesiąca Wiedzy nt. Autyzmu w miesiącu kwietniu 2023 r.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej i Poradni Zdrowia Psychicznego:

- prowadzenie diagnostyki psychologiczno-pedagogiczno-logopedycznej oraz procesów integracji sensorycznej. W roku 2023 wydanych zostało **217** orzeczeń, **520** opinii, w tym **43** opinii o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju oraz **44** informacje z przeprowadzonych badań;
- realizacja Programu kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem”, z zajęć logopedycznych, pedagogicznych, terapii integracji sensorycznej, w ramach realizacji Programu skorzystało **20** dzieci;
- prowadzenie konsultacji przez lekarza psychiatrę dziecięcego - w 2023r. w konsultacjach wzięło udział **28** dzieci;
- konsultacje psychologiczne dla dzieci i uczniów z trudnościami emocjonalnymi;
- interwencje kryzysowe.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- prowadzenie konsultacji oraz porad psychologiczno-pedagogicznych dla dzieci, uczniów, rodziców oraz nauczycieli;

- interwencje kryzysowe;
- Grupa Wsparcia dla Pedagogów i Psychologów Szkolnych oraz Szkolnych doradców zawodowych;
- kontynuacja zajęć dla uczniów: „Aktywne metody spędzania czasu wolnego”.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.1. Zapewnienie wsparcia umożliwiającego ludziom z zaburzeniami psychicznymi pełnego uczestnictwa we wszystkich aspektach życia społecznego:

- prowadzenie wczesnego wspomagania rozwoju dziecka, z zajęć w 2023r. skorzystało **39** dzieci.

Zadanie 3.2. Realizacja programów skierowanych szczególnie do dzieci i młodzieży zaburzonych psychicznie:

- prowadzenie zajęć dla dzieci /uczniów z zakresu Treningu Umiejętności Społecznych;
- kontynuacja zajęć dla uczniów „Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej”.

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- usprawnianie umiejętności rodziców w trakcie spotkań indywidualnych z psychologiem/pedagogiem Poradni.

Cel główny: 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.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.

Zadanie 1.4. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- upowszechnianie informacji na stronie internetowej oraz tablicach informacyjnych Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Pułtusku na temat wsparcia psychologicznego dla dzieci, uczniów, rodziców i nauczycieli;
- udział pracowników Poradni w Rodzinnych poniedziałkach;
- udział pracowników Poradni w Lokalnej Burzy Mózgów dla uczniów szkół podstawowych z terenu powiatu pułtuskiego;

- szkolenie dla pieczy zastępczej.

PIO Ośrodek Rehabilitacji w Pułtusk

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadanek z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- rozpowszechnianie materiałów wśród osób korzystających ze wsparcia Ośrodka;
- zorganizowano jedno zajęcia z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego:

- 55 dzieci było objętych tą formą pomocy.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- 225 osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi skorzystało z porad i konsultacji naszego Ośrodka.

4. Organizacji systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- 50 rodziców skorzystało z porad dotyczących nabycia umiejętności wychowawczych.

**Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
w Pułtusk**

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cel szczegółowy:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażającym zdrowiu psychicznemu.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- opracowanie **1260** sztuk ulotek edukacyjnych.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- dla **26** osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi udzielono **82** konsultacji;

- dla **12** osób udzielono **30** godzin konsultacji w Poradni AI-Med.

Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusk

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno - edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- upowszechnienie wiedzy na temat aktywizacji osób bezrobotnych i poszukujących pracy, w tym osób niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi;

- w ramach kampanii promującej działalność Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusk pracownicy tut. Urzędu kontaktowali się telefonicznie z pracodawcami/przedsiębiorcami informując o możliwościach współpracy;

- przez cały 2023 rok Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusk prowadził w lokalnej prasie, na portalach

społecznościowych oraz na stronie internetowej kampanie informacyjne nt. działalności Urzędu w zakresie realizowanych programów i projektów, pomocy oferowanej osobom bezrobotnym - w tym z orzeczoną niepełnosprawnością oraz pracodawcom.

Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusku dysponował własnymi opracowaniami, w tym broszurami informacyjnymi oraz publikacjami nt. oferowanej przez tutejszy Urząd pomocy w zakresie aktywizacji zawodowej;

- informowanie osób bezrobotnych, niepełnosprawnych, w tym z zaburzeniami psychicznymi o możliwości skorzystania z usług poradnictwa zawodowego, szkoleń lub innych form pomocy w ramach realizowanych programów lub projektów;

- zorganizowano 3 spotkania informacyjno-rekrutacyjne z udziałem przedsiębiorców, w trakcie których osoby bezrobotne, w tym osoby niepełnosprawne mogły uzyskać informacje oraz materiały promocyjne (ulotki, publikacje nt. zatrudnienia);

- na terenie Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusku przy współdziałaniu Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości w Pułtusku po trzyletniej przerwie wywołanej przez pandemię odbyły się „Pułtuskie Targi Pracy i Przedsiębiorczości 2023”;

- pracownicy Powiatowego Urzędu Pracy uczestniczyli w „Konsultacji w ramach „okrągłego stołu” na rzecz wsparcia integracji na rynku pracy”, których organizatorem była Międzynarodowa Organizacja Do Spraw Migracji oraz Business Centre Club, spotkania poświęcone były tematyce migracji uchodźców z Ukrainy, w tym również problematyce aktywizacji i integracji osób z niepełnosprawnościami;

- utworzono punkt doradztwa dla młodzieży w ramach projektu pilotażowego pod nazwą „W Punkt 3 w 1” skupiający w jednym miejscu trzy usługi, a mianowicie, doradztwo zawodowe i pośrednictwo pracy, wsparcie z zakresu pomocy społecznej, pomoc psychologiczną. Powiatowy Urząd Pracy oferuje również innowacyjny instrument: tzw. „staż part-times”, z którego mogą skorzystać m.in. niepełnosprawni bezrobotni;

- utworzono „Czasowe, mobilne punkty konsultacyjne dla Pracodawców i Przedsiębiorców” w Urzędzie Miejskim, Inspektoracie Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, Starostwie Powiatowym, Urzędzie Skarbowym i Urzędzie Gminy w Pokrzywnicy w celu upowszechnienia ofert pracy oraz możliwości podnoszenia kwalifikacji własnych i zatrudnianych pracowników.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego

poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

-opracowanie broszur informacyjnych oraz publikacji nt. działalności Powiatowego Urzędu Pracy, które są dostępne w siedzibie Urzędu.

2.Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- doradcy klienta informowali na bieżąco osoby niepełnosprawne zarejestrowane jako bezrobotne lub poszukujące pracy, w tym osoby niepełnosprawne z zaburzeniami psychicznymi o możliwości skorzystania z usług poradnictwa zawodowego, szkoleń lub wsparcia innych placówek w ramach realizowanych programów lub projektów.

W 2023 r. poradnictwem zawodowym objęto 3 osoby niepełnosprawne, zaś pośrednictwem pracy objęto 88 osób z niepełnosprawnościami.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe:

2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- doradcy klienta podczas rozmowy z klientami udzielali informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej oraz wsparciu, na jakie może liczyć osoba z zaburzeniami psychicznymi, udzielali informacji nt. adresów stron internetowych i adresów placówek, gdzie ww. osoby mogą zgłosić się po wsparcie.

Osoby niepełnosprawne, w tym z zaburzeniami psychicznymi, zarejestrowane w tut. Urzędzie jako bezrobotne lub poszukujące pracy (niepozostające w zatrudnieniu) mogły korzystać ze wszystkich usług i instrumentów rynku pracy, o których mowa w ustawie z dnia 20 kwietnia 2004r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy, w tym m.in. z: pośrednictwa pracy, poradnictwa zawodowego, szkoleń, staży, zatrudnienia subsydiowanego: w ramach prac interwencyjnych, w ramach robót publicznych, zatrudnienia na stanowisku pracy, którego wyposażenie lub doposażenie zostało zrefundowane ze środków publicznych, dofinansowania na podjęcie

działalności gospodarczej, zwrotu kosztów dojazdu do miejsca odbywania stażu, bonu na zasiedlenie w związku z podjęciem przez osobę pracy poza miejscem dotychczasowego zamieszkania, zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej.

Na dzień 31 grudnia 2023 r. w Powiatowym Urzędzie Pracy w Pułtuskach zarejestrowanych było **2 386** osób bezrobotnych, w tym **70** osób z niepełnosprawnościami, **8** osób dysponowało orzecznym stopniem niepełnosprawności o symbolu 02-P (choroby psychiczne), zaś **2** osoby dysponowało niepełnosprawnością o symbolu 01-U (upośledzenie umysłowe). Powiatowy Urząd Pracy w Pułtuskach prowadził również rejestr osób poszukujących pracy, w którym na ten sam dzień figurowało **18** osób z niepełnosprawnościami (w tym: osoby z symbolem niepełnosprawności 01-U nie występowały, z symbolem 02-P były **3** osoby). Z doświadczenia Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtuskach wynika, iż zainteresowanie ze strony pracodawców zatrudnieniem osób niepełnosprawnych jest znikome. Również same osoby niepełnosprawne niechętnie podejmują współpracę z doradcą klienta w zakresie aktywizacji zawodowej. W 2023r. Powiatowy Urząd Pracy w Pułtuskach realizował łącznie **6** programów/projektów (współfinansowanych/finansowanych z różnych źródeł), w ramach których przewidziano realizację m.in. następujących form wsparcia: staże, szkolenia, zwrot kosztów dojazdu na staż, zatrudnienia w ramach prac interwencyjnych, zatrudnienia w ramach robót publicznych, dofinansowania na podjęcie działalności gospodarczej, badania lekarskie, prace użyteczne społeczne, przygotowanie zawodowe dorosłych, dofinansowanie na założenie spółdzielni socjalnej lub na przystąpienie do niej po jej założeniu, zatrudnienia na stanowisku pracy, którego wyposażenie lub doposażenie zostało zrefundowane ze środków publicznych, boni na zasiedlenie, w związku z podjęciem zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej poza miejscem dotychczasowego zamieszkania, nostryfikację dyplomów, szkolenia z języka polskiego, zwrot kosztów studiów podyplomowych, refundację kosztów opieki nad dzieckiem/mi do lat 7, pośrednictwo pracy, poradnictwo zawodowe. Rehabilitacja zawodowa realizowana była przez Powiatowy Urząd Pracy w Pułtuskach w oparciu o postanowienia ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób z niepełnosprawnościami.

Powiatowy Urząd Pracy w 2023 r. w ramach dostępnych środków z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych objął **4** osoby z niepełnosprawnościami rehabilitacją zawodową o symbolu niepełnosprawności nie stwierdzającym zaburzeń psychicznych (**2** osoby

uzyskały środki na podjęcie działalności gospodarczej oraz 2 osoby zostały zatrudnione na stanowiskach pracy wyposażonych ze środków PFRON).

Analizując zaoferowaną przez pracowników Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusku pomoc na rzecz osób niepełnosprawnych, stwierdzono, że:

- pośrednictwem pracy objęto **88** osób niepełnosprawnych, w tym **10** osób z zaburzeniami psychicznymi;
- poradnictwem zawodowym, objęto **3** osoby niepełnosprawne, w tym **1** osobę z zaburzeniami psychicznymi;
- **3** osoby niepełnosprawne odbyły staż, w tym **3** osoby z zaburzeniami psychicznymi;
- w ramach prac interwencyjnych zostały zatrudnione **2** osoby niepełnosprawne, w tym osób z zaburzeniami psychicznymi brak.

Oznacza to, że kosztowymi formami wsparcia objęto **9** osób z niepełnosprawnościami.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pułtusku

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pułtusku jest jednostką organizacyjną pomocy społecznej, która wykonuje zadania własne i zlecone z zakresu administracji rządowej dotyczące rehabilitacji społecznej.

Osoby z niepełnosprawnościami w 2023 r. mogły ubiegać się o dofinansowanie do:

- uczestnictwa w turnusach rehabilitacyjnych;
- zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny;
- zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze;
- likwidacji barier architektonicznych i technicznych.

W 2023 r. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie wspierało osoby z niepełnosprawnościami wykorzystując środki Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, wspierało rodziny w formie udzielanego specjalistycznego poradnictwa prawnego i psychologicznego. Wśród form wsparcia organizowanych przez ww. instytucję w zakresie ochrony zdrowia psychicznego na rzecz mieszkańców gminy Pułtusk należy wymienić poradnictwo prawne, psychologiczne oraz pedagogiczne.

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- szkolenia dla rodzin zastępczych, poradnictwo specjalistyczne, psychologiczne.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe:

2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- konsultacje w ramach poradnictwa rodzinnego dla 6 rodzin zastępczych.

Szpital Powiatowy Gajda-Med sp. z o.o.

w Pułtusk

W swych strukturach szpital powiatowy Gajda-Med w Pułtusk nie posiada oddziału psychiatrycznego, poradni psychiatrycznej ani nie zatrudnia lekarza psychiatry.

Przedszkole Miejskie nr 4 z Oddziałami Integracyjnymi w Pułtusk

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe:

2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- współpraca z kuratorem sądowym, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Pułtusku, Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną;
- wsparcie finansowe w zakupie paczek świątecznych, okolicznościowych.

Przedszkole Miejskie nr 5 w Pułtusku

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

- 1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.**

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadanek z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- z pomocy psychologiczno-pedagogicznej skorzystało **40** dzieci z orzeczeniami i opiniami Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej (terapia pedagogiczna, rewalidacja, zajęcia z psychologiem i pedagogiem specjalnym oraz logopedą)

- 2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.**

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie:

- 12 nauczycieli skorzystało ze szkolenia w ramach programu profilaktycznego „Miejsca wolne od przemocy”.

- 3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.**

Zadanie 3.2. Realizacja programów skierowanych do dzieci i młodzieży zaburzonych psychicznie:

- „Z kotem Amadeuszem przez świat wartości i emocji”;
- „Mały Miś w świecie wielkiej literatury”;
- Ogólnopolski projekt „Sztuka emocji”.

Z programów tych skorzystało **146** dzieci.

- 4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego**

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

W wyniku działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców w zakresie pełnienia ról społecznych zorganizowano:

- „Akademię Rodzica”;
- zamieszczono w mediach społecznościowych artykuły specjalnie przeznaczone dla Rodziców, których autorami byli specjaliści z dziedziny psychologii, wychowania oraz wspierania rodziców;
- organizowanie spotkań z rodzicami, ze specjalistami zatrudnionymi w przedszkolu.

**Szkoła Podstawowa nr 1 im. Kludyny Potockiej
w Pułtusk**

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- dla **350** uczniów opracowano materiały informacyjno-edukacyjne nt. ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadank z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- **220** uczniów odbyło pogadanki na godzinach wychowawczych.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- **150** uczniów skorzystało z gazetek tematycznych dotyczących podnoszenia świadomości środowiska lokalnego nt. zdrowia psychicznego.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym:

W ramach wczesnej identyfikacji zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży skierowano **89** uczniów na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej i Poradni Zdrowia Psychicznego.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- **62** uczniów skorzystało z indywidualnych porad i konsultacji dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 2.3. W ramach realizacji Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie skorzystało:

- **350** uczniów i **60** rodziców skorzystało ze spotkań informacyjno-edukacyjnych ze specjalistami.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.1. Zapewnienie wsparcia umożliwiającego ludziom z zaburzeniami psychicznymi pełnego uczestnictwa we wszystkich aspektach życia społecznego:

- z tej formy wsparcia skorzystało **26** osób.

Zadanie 3.2. Realizacja programów skierowanych szczególnie do dzieci i młodzieży zaburzonej psychicznie:

- z tej formy wsparcia skorzystało **60** osób.

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.1. Działania osłonowe pomocy społecznej zapewniające bezpieczeństwo socjalne ofiarom przemocy domowej:

- w ramach tych działań brało udział **12** osób.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- w ramach realizacji tych działań brały udział **3** rodziny.

Cel główny: 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.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- w gablocie pedagoga szkolnego znajdował się wykaz dostępnych form wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi, z którego skorzystało **350** uczniów.

Szkoła podejmowała również szereg działań na rzecz ochrony zdrowia psychicznego, były to m.in.:

- gazetka tematyczna dotycząca problemów emocjonalnych dzieci w wieku szkolnym;
- ulotka tematyczna dla rodziców nt. pierwszych oznak depresji;
- pogadanki na godzinach wychowawczych;
- warsztaty pedagogiczne „Gdzie szukać pomocy?”;
- spotkania integracyjne zacieśniające więzi koleżeńskie i naukę prawidłowych relacji;
- „Dyżury specjalistów” – konsultacje, porady, wsparcie pedagogiczne i psychiczne dla dzieci i rodziców;
- współpraca z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie i Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej;
- warsztaty z pedagogiem pt.: „Ja w cyberświecie”, „Hejt i mowa nienawiści”, „Jak radzić sobie ze stresem?”, „Jak radzić sobie w sytuacjach trudnych?”, „Prawidłowa komunikacja sukcesem w relacjach”;
- zajęcia wychowania do życia w rodzinie o radzeniu sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego i pojawieniu się sytuacji trudnych, traumatycznych;
- kierowanie uczniów na diagnozy i badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w przypadku trudności szkolnych oraz zaburzeń zachowania;
- indywidualne porady, konsultacje z dziećmi i rodzicami wymagającymi wsparcia w procesie wychowawczym pedagoga, wychowawcy i dyrekcji;
- spotkania z przedstawicielami Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku, kuratorami sądowymi;
- angażowanie uczniów z zaburzeniami i odchyleniami rozwojowymi do udziału we wszystkich działaniach i przedsięwzięciach szkolnych, wyrównywanie szans;
- konsultacje i porady prowadzone przez wychowawców i pedagoga szkolnego oraz psychologa w celu wsparcia rodziców w prawidłowym procesie wychowawczym - usprawnianie go;
- popołudniowe spotkania informacyjno-edukacyjne dla rodziców i opiekunów uczniów ze specjalistami – psychologiem i pedagogiem;
- realizacja Projektu Gminnego Lokalna Burza Mózgów nt. uzależnień, przemocy, zdrowia psychicznego i instytucji pomocowych w kryzysie.

Zespół Szkół nr 2 z Oddziałami Integracyjnymi w Pułtusku

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- dla wszystkich uczniów opracowano materiały informacyjno-edukacyjne nt. ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadanek z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- zajęcia z prezesem fundacji „Wsparcie i Rozwój”.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego nt. zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- poprzez kolportaż opracowanych materiałów: cała społeczność szkolna uzyskała wiedzę dotyczącą podnoszenia świadomości środowiska lokalnego nt. zdrowia psychicznego.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży:

- kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego, została skierowana 1 osoba.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- odbyły się spotkania z osobami zagrożonymi zaburzeniami psychicznymi, udzielono wsparcia w formie porady.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.2. Realizacja programów skierowanych szczególnie do dzieci i młodzieży zaburzonych psychicznie:

- upowszechnienie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej i wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- prowadzenie „Szkoły dla rodziców”- 15 rodziców wzięło udział w działaniach nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców, dotyczące poprawy w zakresie pełnienia ról społecznych.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe:

2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- informacje udostępniono na stronie internetowej szkoły, gazetkach tematycznych w klasach oraz były rozpowszechniane przez pielęgniarkę szkolną.

Szkoła dostrzega potrzeby dotyczące zwiększenia dostępności do specjalistów w zakresie ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, wsparcie dorosłych w zapobieganiu zaburzeniom psychicznym poprzez nabycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.

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

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cel szczegółowy:

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.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- na platformie szkoły Librus i na stronie Facebook zamieszczono informacje o programach szkoły, która uczestniczy w kampanii radia ESKA „Nie pozwól wygrać depresji” oraz w programie polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki zaburzeń depresyjnych dzieci i młodzieży z województwa mazowieckiego (dostępność do bezpłatnych konsultacji i terapii).

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadanek z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- **400** uczniów skorzystało z pomocy psychologiczno-pedagogicznej szkoły: logopedii, terapii pedagogicznej, integracji sensorycznej, biblioterapii, gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej, zajęć rozwijających kompetencje społeczne oraz zajęć wyrównawczych i rozwijających zainteresowania uczniów;

- **40** uczniów z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego uczestniczyło w zajęciach rewalidacyjnych;

- wg potrzeb uczniowie korzystali z opieki pedagoga szkolnego, psychologa, doradcy zawodowego, zespołu szkolnych specjalistów, w tym nauczycieli logopedów i wspomagających;

- dla **120** uczniów podczas zajęć lekcyjnych w klasach przeprowadzone były pogadanki i warsztaty: „Zapał się na Niebiesko” - Dzień Świadomości Autyzmu, Dzień Kolorowej Skarpety - Dzień Świadomości Zespołu Downa;

- **21** uczniów z klas VIII wzięło udział w spotkaniach zespołów klasowych z pedagogiem szkolnym - np. „Tolerancja”, „Przyjaźń”;

- **118** uczniów klas II w ciągu roku szkolnego realizowało Ogólnopolski program edukacyjno-społeczny „Każdy inny - wszyscy równi”;

- uczniowie klas IV - VIII wzięli udział w pogadance z kuratorem zawodowym nt. „Demoralizacja i jej skutki prawne”;

- uczniowie klas ósmych wzięli udział w warsztatach psychoedukacyjnych;

- dla **290** uczniów zorganizowano warsztaty nt. „Zdrowia psychicznego” prowadzone przez psychologa szkolnego;

- **290** uczniów realizowało programy profilaktyczne rekomendowane przez Ministerstwo: „Debata”, „Program domowych detektywów. Jaś i Małgosia na tropie”, „Fantastyczne możliwości”;

- **70** uczniów reprezentantów szkół pułuskich brało udział w spektaklach profilaktycznych „Zaczarowany eliksir”, nt. zasad zdrowego odżywiania i „Ćpunka” - o uzależnieniach;

- uczniowie wzięli udział w warsztatach związanych z propagowaniem języka migowego;

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego:

- **160** uczniów klas „0” poddano badaniom przesiewowym, logopedycznym, obserwacjom psychologa i pedagoga oraz bilansowi pielęgniarki szkolnej;
- w zależności od potrzeb przeprowadzano rozmowę z rodzicami nt. „Potrzeb diagnozy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrycznej”.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- **134** uczniów skorzystało z konsultacji indywidualnych pielęgniarki szkolnej;
- psycholog szkolny udzielił konsultacji indywidualnych dla **50** uczniów, pedagog szkolny dla **62** uczniów oraz logopeda dla **81** uczniów;
- praca specjalistów – nauczycieli wspomagających z **40** uczniami z orzeczeniami o kształceniu specjalnym w klasach integracyjnych i ogólnodostępnych;
- **500** uczniów uczestniczyło w lekcjach psychologiczno-profilaktycznych z wychowawcą na temat: uzależnień, pewności siebie, budowania relacji, propagowania zdrowego stylu życia, tolerancji, przemocy psychicznej, stresu i sposobu radzenia sobie z nimi;
- prelekcje nt. „Pomoc psychologiczno-pedagogiczna świadczona w szkole”;
- spotkania z dietetykiem nt. zdrowego trybu życia;
- porady w formie konsultacji, apeli i gazetek szkolnych, m.in. nt. Międzynarodowy Dzień Zapobiegania Przemocy, Prawa Dziecka, Afazja, Mukowiscydoza, Światowy Dzień Walki z Cukrzycą, Światowy Dzień Mózgowego Porażenia Dziecięcego, Międzynarodowy Dzień Świadomości nt. Jąkania, Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie:

- rozdysponowanie wśród uczniów i nauczycieli oraz rodziców materiałów (ulotek) nt. uzależnień i przemocy w rodzinie z kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”;
- spotkania z sędzią Anną Marią Wesołowską z Polskiej Platformy Bezpieczeństwa Wewnętrznego, udział w spotkaniu wzięły szkoły gminne, pracownicy instytucji zajmujący się rodziną i dzieckiem;
- szkolenie nt. standardów ochrony małoletnich, w którym wzięły udział szkoły gminne i PSP nr 3

z Oddziałami Integracyjnymi, psycholog, pedagog.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.2. Realizacja programów skierowanych szczególnie do dzieci i młodzieży zaburzonej psychicznie:

- zorganizowano V Gminną Paraolimpiadę: „Jesteśmy różni, ale równi”, podczas których wystawiono również spektakl profilaktyczny „Jesteś wyjątkowy”;
- zrealizowano Gminny projekt „Zadbaj o siebie. Pomyśl o innych”, w ramach którego odbył się gminny konkurs o bezpieczeństwie oraz zakupiony został sprzęt sportowy i pomoce dydaktyczne na kwotę 14 000,00 zł;
- X Gminna Gala Profilaktyki Lokalnej w PSP nr 2;
- **130** uczniów szkoły wzięło udział w Lokalnej Burzy Mózgów - PSP nr 1;
- **120** uczniów szkoły wzięło udział w „Programie domowych detektywów. Jaś i Małgosia na tropie” oraz „Fantastyczne możliwości”;
- rodzice, uczniowie i nauczyciele posiadają bezpłatny dostęp do profilaktycznej platformy edukacyjnej „EDULYKE”;
- współpraca **118** uczniów klas VIII we współpracy z fundacją Art-Heart” wzięło udział w zajęciach warsztatowych dotyczących emocji;
- **500** uczniów skorzystało ze szkolnej strefy relaksu z udziałem psychologa na szkolnych korytarzach.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cel szczegółowy:

1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.

Zadanie 1.4. Upowszechnienie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- **500** uczniów uczestniczyło w konsultacjach indywidualnych pielęgniarki szkolnej, pedagoga, psychologa szkolnego, logopedy, nauczycieli wspomagających.

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

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym

Cel szczegółowy:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- **827** uczniów skorzystało z opracowanych materiałów informacyjno-edukacyjnych nt. ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży, z zajęć i pogadanek specjalistów z zakresu zdrowia psychicznego, kolportaż opracowanych materiałów nt. podnoszenia świadomości środowiska lokalnego dotyczących zdrowia psychicznego.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego:

- szkoła we współpracy z placówkami służby zdrowia skierowała **30** dzieci na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego celem wczesnej identyfikacji zaburzeń zachowań wśród dzieci i młodzieży.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- konsultacje i porady dla uczniów, nauczycieli i rodziców dostępne były przez cały czas trwania roku szkolnego;

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.2. Realizacja programów skierowanych szczególnie do dzieci i młodzieży zaburzonych psychicznie:

- **827** uczniów realizowało programy profilaktyczne „Żyj dobrze”, „ART”, „TUS”, Program antynikotynowy „Nie pal przy mnie proszę”, „Znajdź właściwe rozwiązanie”, „Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży – wczesne rozpoznawanie zaburzeń zdrowia psychicznego i interwencje w wielokulturowym środowisku oświatowym”.

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- szkolenie dla **10** rodziców nt. „Szkoła dla rodziców i wychowawców”.

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

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- publikacja opracowanych materiałów na stronie szkoły, udostępnienie ulotek uczniom, rodzicom i nauczycielom;
- informacja o instytucjach, osobach oraz możliwościach udzielania pomocy osobom w kryzysie psychicznym, zagrożonych chorobami psychicznymi.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadank z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- pogadanki w klasach na godzinach wychowawczych oraz spotkania z pedagogiem specjalnym na temat zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów dla uczniów ,rodziców i nauczycieli:

- wdrażanie prawidłowych zachowań i postaw wśród dzieci i młodzieży poprzez ustalanie klasowych i szkolnych zasad i umów, zapobiegających agresji i przemocy.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- budowanie partnerstwa szkoły i rodziców;
- konsultacje i porady dla uczniów, rodziców i nauczycieli dostępne przez cały czas trwania roku szkolnego;
- dyżury pedagoga i psychologa, rozmowy motywujące i wspierające uczniów;
- wychowawcy klas młodszych oraz grupy przedszkolnej we współpracy z pedagogiem kształtowali świadomość dbania o zdrowie psychiczne poprzez projekcję filmów edukacyjnych itp.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie:

- wspieranie dzieci i młodzieży dotkniętych (bądź z podejrzeniem dotknięcia) przemocą fizyczną i psychiczną w domu rodzinnym;
- realizacja zajęć psychoedukacyjnych nt. emocji, agresji, złości, pozytywnej samooceny, wartości uzależnień, depresji, asertywności;
- przeprowadzanie zajęć profilaktyczno-wychowawczych (w ramach godziny z wychowawcą), na których uczniowie nabywali umiejętności rozwiązywania konfliktów z rówieśnikami, zajęć prowadzonych z pedagogiem specjalnym, szkolnym na temat hejtu w sieci, rozmów indywidualnych z uczniami, zajęć, na których uczniowie mogli poznać techniki relaksacyjne rozładujące stres i napięcia emocjonalne.

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- na zebraniach szkolnych i podczas indywidualnych spotkań prowadzono pogadanki i prelekcje.

Zespół Szkolno-Przedszkolny w Przemiarowie

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci młodzieży:

- 60 uczniów zapoznało się z adresami i numerami instytucji pomocowych w zakresie ochrony zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadarek z udziałem specjalisty w zakresie zdrowia psychicznego:

- około 40 uczniów skorzystało z indywidualnej opieki psychologa, pedagoga szkolnego i pedagoga specjalnego, jak również z zajęć psychoedukacyjnych z psychologiem i pedagogiem szkolnym.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- publikacja materiałów w formie elektronicznej oraz w formie ulotek udostępnionych uczniom, rodzicom i nauczycielom nt. podnoszenia świadomości środowiska lokalnego dotyczących zdrowia psychicznego.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego:

- konsultacje i porady dla uczniów, rodziców i nauczycieli;

- rozmowy motywujące i wspierające uczniów;

- podczas szkoleń indywidualnych i szkoleń rady pedagogicznej nauczyciele podnosili swoje kompetencje;

- uczniowie klas VII i VIII wzięli udział w programie profilaktycznym „Smak życia, czyli debata o dopalaczach”;

- udział w konkursach na terenie szkoły i poza nią, m.in. Gminna Gala Profilaktyki Lokalnej, Lokalna Burza Mózgów;
- wspieranie dzieci i młodzieży dotkniętych, bądź z podejrzeniem dotknięcia przemocą psychiczną i fizyczną w domu rodzinnym;
- indywidualna opieka psychologa nad uczniami przejawiającymi trudności w relacjach społecznych i radzeniu sobie z emocjami;
- objęcie wsparciem rodzin mających trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo wychowawczych (pogadanki, spotkania indywidualne), pozostawanie w ciągłym kontakcie z członkami tych rodzin.
- uczniowie klas III wzięli udział w Ogólnopolskim Projekcie Edukacyjnym „Sztuka emocji”;
- pozostawanie w stałym kontakcie z asystentami rodzin oraz Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej;

Liczba dzieci uczestniczących w podejmowanych działaniach - 67.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.1. Zapewnienie wsparcia umożliwiającego ludziom z zaburzeniami psychicznymi pełnego uczestnictwa we wszystkich aspektach życia społecznego:

- pogadanki i prelekcje prowadzone na zebraniach z rodzicami i podczas indywidualnych spotkań;
- udostępnienie materiałów informacyjnych wraz z numerami i adresami instytucji pomocowych działających na terenie gminy Pułtusk i w najbliższej okolicy;
- organizacja wycieczek i wyjazdów integracyjnych oraz spotkań klasowych;
- udział w uroczystościach i imprezach szkolnych.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe:

2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- umieszczenie na stronie internetowej szkoły oraz tablicy ogłoszeń informacji o dostępnych formach pomocy dla osób z zaburzeniami psychicznymi;
- gazetki, prezentacje ulotki rozpowszechniane wśród rodziców i uczniów;

- lekcje tematyczne z wychowawcami klas;
- zachęcanie podczas rozmów indywidualnych i zebrań z rodzicami do korzystania z oferowanych, dostępnych form pomocy;
- stypendia socjalne i naukowe;
- zajęcia integrujące dla uczniów.

Liceum Ogólnokształcące im. Piotra Skargi w Pułtusk

Cel główny: *Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.*

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- dla **1430** uczniów, nauczycieli i rodziców opracowano materiały na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży;
- umieszczenie na stronie internetowej szkoły materiałów nt. depresji, przyczyn objawów i terapii;
- dla **90** uczniów zorganizowano warsztaty psychoedukacyjne z fundacją Art-Heart nt. uzależnień od substancji i behawioralnych, przemocy i agresji, cyberprzemocy, hejtu;
- umieszczenie na stronie internetowej Facebook szkoły, dzienniku elektronicznym, gazetce szkolnej numerów telefonów zaufania i adresów instytucji udzielających pomocy w różnych sytuacjach kryzysowych.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadarek z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- **715** uczniów, rodziców i nauczycieli skorzystało z porad i konsultacji;
- budowanie pozytywnej atmosfery i dobrej relacji w szkole poprzez działania sportowe, integracyjne oraz wolontariat;
- informacje dla rodziców nt. instytucji pomocowych, platform psychoedukacyjnych („Życie warte jest rozmowy”, „Nastoletni Azyl”), kontaktów do miejsc, w których można uzyskać pomoc specjalistyczną w sytuacjach kryzysu psychicznego;

- dla **535** uczniów przeprowadzono w szkole diagnozę zdrowia psychicznego;
- dla **457** uczniów i rodziców oraz **30** nauczycieli przeprowadzono w szkole warsztaty profilaktyczne (współpraca z MOPS) wśród uczniów „Stres i zachowania ryzykowne”, „Twoje dziecko w sieci”;
- **20** wychowawców, **42** nauczycieli, w tym pedagog i psycholog pracowało w zespołach klasowych mających na celu pomoc uczniom w trudnościach (psychicznych, życiowych, kryzysach emocjonalnych, itp.).

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe

1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.

Zadanie 1.4. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- umieszczenie na stronie internetowej Facebook szkoły, dzienniku elektronicznym, gazecie szkolnej numerów telefonów zaufania i adresów instytucji udzielających pomocy w różnych sytuacjach kryzysowych;
- informowanie rodziców uczniów z problemami psychicznymi o możliwościach/koniecznościach konsultacji psychologicznych i psychiatrycznych.

Zespół Szkół im. Bolesława Prusa

w Pułtusk

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- opracowanie na stronie internetowej szkoły materiałów informacyjnych dla **420** uczniów.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadań z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- warsztaty dla **300** uczniów prowadzone przez specjalistów TANDEM;
- udział szkoły w programie profilaktycznym Młode Głowy oraz w programie Wektory Życia.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- przesyłanie rodzicom informacji o szkoleniach dotyczących zdrowia psychicznego i wskazówek do pracy z dzieckiem.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego:

- diagnoza prowadzona w szkole w trakcie bieżącej pracy z uczniami, współpraca z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną;
- informowanie rodziców o konieczności skorzystania z pomocy specjalistycznej, udostępnienie adresów instytucji pomocowych.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- konsultacje z psychologiem w szkole (dla uczniów i rodziców) i udostępnianie adresów instytucji pomocowych.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie:

- opracowanie i realizacja Programu Wychowawczo Profilaktycznego, który zakłada m in. działania związane z agresją i przemocą, mową nienawiści, cyberprzemocą, profilaktyką uzależnień, mediacjami i zdrowiem psychicznym. Odbiorcami projektu było **420** osób.

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.1. Działania osłonowe pomocy społecznej zapewniające bezpieczeństwo socjalne ofiarom przemocy domowej:

- w ramach działań osłonowych pomocy społecznej zapewniających bezpieczeństwo socjalne osobie podejrzanej, że jest dotknięta przemocą domową wszczęto procedurę „Niebieskie Karty”, w pracach grupy roboczej Zespołu Interdyscyplinarnego brał udział specjalista ze szkoły.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- w ramach działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych, psycholog, pedagog, wychowawcy klas udzielali konsultacji i porad.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Cele szczegółowe:

2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

Zadanie 2.1. Upowszechnianie informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej, wsparcia pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi:

- udostępnianie rodzicom i pełnoletnim uczniom adresów instytucji udzielających pomocy;
- wskazywanie na konieczność konsultacji medycznej dzieci zagrożonych zaburzeniami psychicznymi.

Dużym problemem dostrzeganym przez rodziców i młodzież w sytuacji udzielenia pilnej pomocy jest utrudniony dostęp do specjalistów psychiatrii dziecięcej, psychoterapeutów i psychologów (na NFZ), długie oczekiwanie na wizytę lub na umieszczenie w szpitalu. Brak jest specjalistów, którzy mogliby prowadzić specjalistyczną i cykliczną terapię z dziećmi z problemami psychiatrycznymi.

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

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- opracowanie i udostępnienie uczniom i rodzicom na stronie internetowej szkoły, Facebook, Instagramie następujących materiałów edukacyjno-profilaktycznych nt.:

- Światowego Dnia Zapobiegania Samobójstwom;
- Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego;
- _Ogólnopolskiego Dnia Walki z Depresją

- bieżące przygotowanie informacji dla młodzieży prezentacji multimedialnych dotyczących ochrony zdrowia psychicznego i walki ze stresem;

- umieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, Facebook, Instagramie numerów telefonów zaufania;

- przesyłanie rodzicom linków do szkoleń i warsztatów z zakresu wspierania dzieci.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadank z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- dla rodziców i uczniów zorganizowano zajęcia i pogadanki z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji nt. konsekwencji czynów karalnych i szeroko rozumianego bezpieczeństwa;

- zajęcia z trenerem personalnym i dietetykiem;

- niecodzienna lekcja przyrody – mobilne warsztaty przyrodniczo-muzealne jako forma rozwijania zainteresowań;

- kontynuowanie działań w ramach innowacji - „Dobrostan psychiczny społeczności szkolnej ZSZ im. Jana Ruszkowskiego”:

- w ramach Dnia Zdrowia Psychicznego zorganizowano spotkanie z trenerem personalnym;

- warsztaty muzyczne jako forma ochrony zdrowia psychicznego;
 - spotkanie z dietetykiem nt. wpływu odżywiania na zdrowie psychiczne;
 - spotkanie z instruktorem rysunku, malarstwa, ceramiki, witrażu i papieroplastyki jako kolejna forma odreagowania na stany depresyjne.
- uczniowie wzięli udział w zajęciach warsztatowych „Bądź bezpieczny” prowadzonych przez terapeutów z Ośrodka Profilaktyki i Terapii Uzależnień z Bogucina koło Poznania,
- cykl spotkań z absolwentami szkoły i emerytami nt. historii placówki;
- wychowawcy, pedagodzy szkolni i psycholog prowadzili zajęcia nt. przeciwdziałania przemocy, pokonywania trudności, radzenia sobie z emocjami, wskazywania miejsc, instytucji i osób mogących udzielić profesjonalnej pomocy.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- umieszczenie informacji na stronie szkoły, Facebook, Instagramie, gazecie powiatowej nt. przeprowadzonych w szkole akcji i zajęć.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Zadanie 2.1. Wczesna identyfikacja zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży, kierowanie na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, Poradni Zdrowia Psychicznego:

- wstępna diagnoza w różnych obszarach, dotycząca funkcjonowania dziecka oraz prowadzenie stałej obserwacji wychowanków;
- kierowanie uczniów do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej celem przeprowadzenia badań specjalistycznych;
- wskazywanie miejsc i instytucji pomocowych;
- zagospodarowanie czasu wolnego młodzieży poprzez sport i koła zainteresowań;
- udział uczniów w turnieju piłki siatkowej, chórze szkolnym, zespole kreatywnej młodzieży, wolontariacie, prowadzenie przez uczniów gazetki szkolnej i koła dziennikarskiego;
- organizacja dni postaci z bajek;
- udział uczniów w olimpiadach przedmiotowych;
- zaangażowanie uczniów w krwiodawstwo;
- udział uczniów w wycieczkach szkolnych jako forma integracji;
- udział młodzieży w wirtualnym festiwalu umiejętności zawodowych;

- zorganizowanie profilaktycznego spływu kajakowego jako forma wsparcia rozwoju psychofizycznego uczniów - Rajd Profilaktyczny;
- udział uczniów w programie wspierającym osoby z doświadczeniem migracji i uchodźstwa, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży z Ukrainy;
- udział pedagogów szkolnych w szkoleniach obejmujących tematykę przemocy domowej i rozwiązywanie sytuacji kryzysowych.

Zadanie 2.2. Porady i konsultacje dla osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi:

- indywidualne rozmowy z uczniami i rodzicami.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar w Rodzinie:

- współdziałanie z instytucjami – Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną, Komendą Powiatową Policji, Sądem Rejonowym, w zakresie rozpoznawania i zapobiegania przemocy oraz wspierania osób dotkniętych problemem;
- prowadzenie przez wychowawców i pedagogów szkolnych zajęć nt. przeciwdziałania przemocy, wskazywanie miejsc, instytucji i osób zajmujących się świadczeniem profesjonalnej pomocy ofiarom przemocy;
- rozmowy indywidualne z uczniami i rodzicami uczniów zagrożonych zjawiskiem przemocy;
- zajęcia warsztatowe z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku dotyczące szeroko rozumianego bezpieczeństwa;
- propagowanie telefonów zaufania;
- stały kontakt z kuratorami zawodowymi i społecznymi – reakcja na niepokojące sygnały;
- udział pedagogów szkolnych w szkoleniach obejmujących tematykę przemocy domowej i rozwiązywania sytuacji kryzysowych;
- zorganizowanie wycieczki do Aresztu Śledczego w Białoleścu jako forma profilaktyki przed zachowaniami ryzykownymi, w tym przemocą.

3. Zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zadanie 3.1. Zapewnienie wsparcia umożliwiającego ludziom z zaburzeniami psychicznymi pełnego uczestnictwa we wszystkich aspektach życia społecznego:

- szczegółowy monitoring uczniów wykazujących zaburzenia na tle psychicznym;
- objęcie uczniów nauczaniem indywidualnym, wizyty domowe;

- prowadzenie zajęć w klasach dotyczących reagowania na niepokojące sygnały ze strony innych uczniów;
- prowadzenie zajęć dla młodzieży z zakresu tolerancji i udzielania wsparcia.

4. Organizacja systemu poradnictwa pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Zadanie 4.1. Działania osłonowe pomocy społecznej zapewniające bezpieczeństwo socjalne ofiarom przemocy domowej:

- współdziałanie z instytucjami (Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną, Policją, Sądem Rejonowym, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej) w zakresie rozpoznawania i zapobiegania przemocy oraz wspierania uczniów i ich rodziców dotkniętych problemem;
- udział w szkoleniach „Niebieskie Karty”.

Zadanie 4.2. Realizacja działań nastawionych na umiejętności wychowawcze rodziców oraz poprawę w zakresie pełnienia ról społecznych:

- w ramach Światowego Dnia Zapobiegania Samobójstwom, Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego, Ogólnopolskiego Dnia Walki z Depresją zorganizowano zajęcia profilaktyczne z tego zakresu, ponadto informacje na ten temat zostały umieszczone na stronie szkoły, Facebook, Instagramie.
- pedagogizacja rodziców podczas zebrań z rodzicami, rozmowy indywidualne z opiekunami;
- opracowanie i udostępnienie rodzicom materiałów edukacyjno-profilaktycznych.

Szkoła wskazała potrzeby uczniów i ich rodziców dotyczące ochrony zdrowia psychicznego poprzez zaangażowanie instytucji wewnętrznych do prowadzenia dodatkowych zajęć dla młodzieży i rodziców ze specjalistami w tym zakresie m.in. psychiatrą, terapeutą uzależnień, pracownik socjalny, lekarze specjaliści. Jako jednym z czynników mogących mieć wpływ na poprawę zdrowia psychicznego jest pozyskanie przez szkołę środków na realizację akcji profilaktycznych oraz przekazanie informacji dotyczącej tego zjawiska.

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

Cel główny: Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Cele szczegółowe:

1.Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowania zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.1. Opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- opracowanie i wdrożenie założeń „Programu Wychowawczo - Profilaktycznego Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Anny Karłowicz w Pułtusku” z uwzględnieniem szeroko pojętej problematyki zdrowia psychicznego dla **133** uczniów Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadarek z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego:

- prowadzenie zajęć edukacyjnych, dydaktyczno-wychowawczych i profilaktyczno-wychowawczych z zakresu ochrony zdrowia psychicznego.

Zadanie 1.3. Podnoszenie świadomości środowiska lokalnego na temat zdrowia psychicznego poprzez kolportaż opracowanych materiałów:

- zespołowe omawianie przez nauczycieli, wychowawców, specjalistów i rodziców zagadnień dotyczących przeciwdziałaniu przemocy i agresji w odniesieniu do konkretnych uczniów, opracowywanie i wdrażanie wspólnych ustaleń.

Zadanie 1.4. Organizacja systemu poradnictwa i pomocy w stanach kryzysu psychicznego:

- zorganizowanie dla uczniów/wychowanków Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego Ogólnoszkolnego „Tygodnia zdrowia psychicznego”, w ramach których:

- zorganizowano warsztaty edukacyjne pod nazwą „Jak dbać o swoje zdrowie psychiczne?”;
- przeprowadzono akcję „SłoiK Dobrych Myśli”;
- zorganizowano koncert relaksacyjny dla chętnych uczniów Szkoły Przystosabiającej do Pracy, który prowadził pracownik Centrum Terapeutycznego Senso-Logo;

- przeprowadzono relaksacyjną przerwę z mindfulness.
- prowadzenie przez psychologa i pedagoga szkolnego cyklicznych zajęć z alpakoterapii;
- wprowadzenie Treningu Umiejętności Społecznych dla uczniów placówki na tematy dotyczące radzenia sobie ze strachem, lękiem, smutkiem, złością oraz reagowaniem na agresję:
 - zajęcia w ramach Projektu Edukacyjnego „Emocje” dla uczniów szkoły podstawowej pod nazwą „Lekcje z emocjami. Jak dbać o dobry nastrój?”;
 - zajęcia psychoedukacyjne z elementami treningu mindfulness;
 - warsztaty edukacyjne: „Jak radzić sobie w sytuacji trudnej?” oraz „Umiem Powiedzieć NIE”;
- prowadzenie Treningu Umiejętności Społecznych na tematy takie jak: „Radzenie sobie ze strachem i lękiem”, „Radzenie sobie ze smutkiem”, „Radzenie sobie ze złością”, „Pewność siebie w sytuacji trudnej”, „Reagowanie na agresję”.

Cel główny: Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki psychicznej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.

Zadanie 1.1. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego:

- praca nauczycieli Ośrodka w Zespole Interdyscyplinarnym działającym przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Pułtuskach;
- wspieranie osób z zaburzeniami psychicznymi oraz ich rodzin poprzez prowadzenie w Ośrodku Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego (adresy i telefony do różnego rodzaju instytucji pomocowych, pomoc w załatwianiu formalności);
- eksponowanie materiałów promocyjnych i folderów na ogólnodostępnych tablicach informacyjnych.

Centrum Opiekuńczo - Mieszkalne w Pułtuskach

Centrum Opiekuńczo - Mieszkalne to placówka powiatu pułtuskiego stworzona z myślą o dorosłych osobach niepełnosprawnych w stopniu umiarkowanym i znacznym. Pułtuskie Centrum jest jednym z piętnastu w województwie mazowieckim, jakie powstały w ramach finansowanego

przez rząd programu „Centra opiekuńczo-mieszkalne”.

W ramach Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego w roku 2023 osoby korzystające z centrum uczestniczyły w takich wydarzeniach jak:

- imprezy integracyjne:

- impreza karnawałowa uczestników, na którą zostali zaproszeni seniorzy z Dziennego Domu „Senior +”;
- impreza karnawałowa dla uczestników Centrum Opiekuńczo - Mieszkalnego z udziałem zaproszonych rodzin zastępczych;
- spotkanie integracyjne, w którym uczestniczyły dzieci ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Anny Karłowicz w Pułtusk;
- grupa wolontariuszy z Zespołu Szkół Zawodowych im. Jana Ruszkowskiego w Pułtusk zaprezentowała pensjonariuszom swoje debiutanckie przedstawienie pt.: „Uważaj bracie, jak umawiasz się na czacie!”;
- cykliczne spotkania z przedstawicielem Pułtuskiej Biblioteki Publicznej im. Joachima Lelewela;
- udział w Międzynarodowym Mityngu Lekkoatletycznym Osób Niepełnosprawnych;
- spotkanie uczestników COM i kadry na Grillu;
- spotkanie integracyjne seniorów z Centrum Opiekuńczo - Mieszkalnego z seniorami z Dziennego Domu „Senior+”;
- Bal Andrzejkowy, na który zaproszono gości z Warsztatów Terapii Zajęciowej ze Świeszewa;
- spotkanie z dziećmi i ich opiekunami z Miejskiego Przedszkola nr 4 w Pułtusk, wspólne pieczenie ciastek;
- spotkanie integracyjne (wykonywanie kartek świątecznych) z dziećmi ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Anny Karłowicz w Pułtusk;

- spotkania z:

- wybitną twórczynią ludową działającą w obszarze ludowej plastyki kurpiowskiej Puszczy Białej;
- dzielnicową Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk, wysłuchano prelekcji pt.: „Świadomy, czujny, bezpieczny”;
- dietetykiem na temat prawidłowego odżywiania;

- pracownikiem Muzeum Regionalnego w Pułtusku;
- osobami muzykującymi (koncert kolęd i pastorałek);

- wyjazdy:

- wycieczka Eko-Busem po Pułtusku;
- wyjazd do Mławy i uczestnictwo w Pikniku Rodzinnym;
- wyjazd na V integracyjne spotkanie osób z niepełnosprawnościami ze społecznością lokalną, zorganizowane przez Warsztaty Terapii Zajęciowej w Świeszewie zorganizowane w Winnikach koło Nasielska;
- wyjazd do Domu Pomocy Społecznej w Obrytem na spotkanie kabaretowe KOSA-2023;

- wystawy:

- udział w XI Powiatowym Przeglądzie Twórczości Osób Niepełnosprawnych;
- zwiedzanie pojezuickich piwnic pod „Wzgórzem Abrahama” pochodzących z XVI wieku.

Podsumowanie

Gminny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2021-2024 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.

Podjęte w 2023 roku działania były nastawione na podniesienie świadomości dzieci, młodzieży, rodziców, nauczycieli oraz całej społeczności na wczesną identyfikację zaburzeń psychicznych.

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.

Dyrektor
Miejskiego Ośrodka Pomocy
Społecznej w Pułtusku
Beata Gamza

Sporządzili: Małgorzata Bugaj/MOPS
Artur Kaźmierczak/MOPS
Joanna Rosińska/MOPS

