

**SPRAWOZDANIE ZA 2024 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. zapewnienia 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 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 1.3. 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 - **19** osób długotrwale bezrobotnych;  
- spotkania profilaktyczne „Rodzinne poniedziałki”. Była to inicjatywa objęta Honorowym Patronatem Burmistrza Miasta Pułtusk. Prelekcje i warsztaty odbywały się w okresie od 9 września do 9 grudnia 2024 r. Możliwość skorzystania z wielu problemowych zagadnień i pomocniczych rozwiązań praktycznych mieli wszyscy zainteresowani - mieszkańcy gminy Pułtusk. Specjalistyczną wiedzę dzielili się ze swoimi słuchaczami następujący specjaliści:

- przedstawiciele Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku, nt. „Bezpieczni w cyberświecie - świadome korzystanie z sieci”;
- ekonomista z fundacji „Art-Heart” nt. „Zarządzanie finansami rodziny. ABC ekonomiki rodziny: budżet rodzinny, przychody i wydatki”;
- pedagog, który poprowadził spotkanie nt. „Sukcesy i porażki dziecka w szkole - jak stymulować rozwój dziecka”;
- pedagog, która poprowadziła spotkanie nt. „Komunikacja rodzica z dzieckiem. Stawianie dzieciom granic w procesie wychowawczym”.

**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 objętych pomocą społeczną w 2024 roku wynosiła **499**, w tym: praca socjalna **499** rodzin, o liczbie osób **1021**, świadczenia w formie pieniężnej i niepieniężnej **363** rodziny, o liczbie osób **778**;

- 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 2024 r. skorzystało **106** rodzin, o liczbie **192** osób, którym udzielono **318** porad.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej:

- Gminny Program Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej na lata 2024-2028 został przyjęty uchwałą Nr III/31/2024 Rady Miejskiej w Pułtusku z dnia 19 czerwca 2024 r., 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 - szczegółowy opis działań ujęty jest w odrębnym sprawozdaniu.

### **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 2024 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 2024 roku skorzystało łącznie **32 osoby**. 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 2024 r. za **21 osób** z terenu gminy Pułtusk, w tym **17 osób** niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi (wśród osób przebywających w placówce **17** umieszczono w domu pomocy społecznej zgodnie z postanowieniem sądowym).

#### **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 Pułtusku działa w oparciu o procedurę „Niebieskie Karty”. Jest to procedura polegająca na rozpoznaniu zaburzeń życia rodzinnego wywołanych często 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 2024 roku odbyło się 7 posiedzeń Zespołu Interdyscyplinarnego. Do Przewodniczącego Zespołu Interdyscyplinarnego wpłynęło 39 Niebieskich Kart A, sporządzonych przez przedstawicieli podmiotów wszczynających procedurę, tj: Policję 32, Gminną Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych 1, Oświatę 4, Ochronę Zdrowia 2. W ramach posiedzeń 230 grup diagnostyczno-pomocowych zostało sporządzonych 30 Niebieskich Kart - C z osobą doznającą przemocy domowej i 26 Niebieskich Kart - D z osobą stosującą przemoc domową. W 2024 r. zostały zakończone 33 sprawy w ramach procedury „Niebieskie Karty”, w tym: 4 z powodu braku zasadności podejmowania dalszych działań oraz 29, 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. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusku w 2024 r. zatrudniał 2 asystentów rodziny na umowę o pracę w pełnym wymiarze czasu. Asystenci rodziny pracowali z 35 rodzinami, w których przebywało 79 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, określa Rozporządzenie Ministra Polityki Społecznej z dnia 22 września 2005 r. w sprawie specjalistycznych usług opiekuńczych. W 2024 r. 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 2024 – 2028. W ramach tego programu w 2024 roku pomocą w formie posiłku objęto **253** osoby oraz w formie świadczenia pieniężnego **183** osoby, wypłacając **434** świadczenia,

- udzielenie pomocy finansowej w formie:

- zasiłku stałego, z którego w 2024 r. skorzystało **115** osób;
- zasiłku okresowego, z którego skorzystało **119** osób;
- zasiłku celowego, z którego skorzystało **99** osób

zgodnie z ustawą o pomocy społecznej;

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

W 2024 roku wypłacono dla **793** osób zasiłki pielęgnacyjne, dla **233** rodzin świadczenia pielęgnacyjne, dla **5** osób specjalne zasiłki opiekuńcze oraz dla **100** dzieci w **93** rodzinach - dodatki do zasiłku rodzinnego z tytułu kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego.

## **2. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.**

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 2024 roku**

**Środowiskowy Dom Samopomocy 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, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.**

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

- dla **28** uczestników zorganizowano zajęcia i pogadanki z udziałem specjalisty z zakresu zdrowia psychicznego.

**2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.**

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

- 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;
- **32** osoby zagrożone zaburzeniami psychicznymi skorzystały z porad i konsultacji.

**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:

- wyjścia do galerii Miejskiego Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusk na wystawy: pt. „Mikołaj Kopernik jego życie i dzieło” i „Panorama - zachwycająca różnorodność”;
- Bal Karnawałowy;
- „Tfusty Czwartek”;

- Dyskoteka Walentynkowa;
- obchody „Dnia Kobiet”;
- obchody „Dnia Mężczyzn”;
- wycieczka do Warszawy do kina na seans pt. „Emma i Czarny Jaguar” i „Mój przyjaciel pingwin”;
- Spotkanie Wielkanocne;
- Międzynarodowy Dzień Ziemi;
- XII Powiatowy Przegląd Twórczości Osób Niepełnosprawnych w Pułtusk;
- Dzień Rodziny;
- wycieczka do Częstochowy;
- wycieczka do Mikołajek;
- Piknik Integracyjny - w gospodarstwie agroturystycznym w Zagrodzie Zabłocie;
- „Święto Pieczonego Ziemniaka” - ognisko;
- Świątowy Dzień Jabłka;
- udział w warsztatach - Wybuchowe Laboratorium - „Domingo”;
- Grzybobranie;
- spotkanie z funkcjonariuszami z Komendy Powiatowej w Pułtusk;
- dyskoteka Andrzejkowa;
- wycieczka do Ciechanowa na przedstawienie artystyczne pt. „Przygoda w Krainie Elfów”;
- Mikołajki;
- spotkanie opłatkowe.

### **Dom 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, rozwijania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.**

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

- promowanie zdrowego stylu życia - organizacja dla mieszkańców Domu Pomocy Społecznej w Pułtuskach spotkania z dietetykiem (porady indywidualne, pomiar dietetyczny), w którym wzięło udział **52** podopiecznych Domu Pomocy Społecznej w Pułtuskach;
- wykonanie badań profilaktycznych w ramach programu Profilaktyka 40 PLUS, w którym wzięło udział **23** podopiecznych Domu Pomocy Społecznej w Pułtuskach.

### **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:

- wyjazd integracyjny do gospodarstwa agroturystycznego w Ciepielewie w ramach działalności Stowarzyszenia Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Jestem, By Pomagać” sfinansowany ze środków Stowarzyszenia, udział wzięło **21** osób;
- wyjazd mieszkańców do Muzeum Powstania Warszawskiego w Warszawie, udział w zwiedzaniu wzięło **12** podopiecznych;
- wystawa prac plastycznych osób niepełnosprawnych w sali Maneż w Pułtuskach, w której wzięło udział **20** osób;
- integracyjne spotkanie ostateczne z udziałem zaprzyjaźnionych placówek, w której wzięło udział **150** osób.

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

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

- 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.

### **NZO Psycho-MED w Pułtusku**

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

#### **Cele szczegółowe:**

#### **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:

- 50 osób zostało skierowanych na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej i Poradni Zdrowia Psychicznego.

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

- 500 osób skorzystało z porad i konsultacji.

### **Zespół Przychodni Specjalistycznych AL-MED w Pułtusku**

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. Personel Zespołu Przychodni Specjalistycznych Al-Med realizował świadczenia zakontraktowane z Narodowym Funduszem Zdrowia.

W 2024 roku liczba pacjentów Poradni Zdrowia Psychicznego wyniosła **557** osób, natomiast liczba pacjentów Poradni Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia wyniosła **351** osób, Poradni Terapii Uzależnień wyniosła **79** osób.

Łączna liczba wizyt lekarskich w 2024 roku wyniosła - **10 634**.

### **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Pułtusku**

*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;
- pomoc w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie - dane teleadresowe.

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

- warsztaty dla nauczycieli na temat diagnozowania potrzeb i możliwości psychofizycznych dzieci w wieku przedszkolnym - **45** osób;

- szkolenie dla nauczycieli „Diagnoza i pomoc pedagogiczna dzieci w wieku przedszkolnym” - **8** osób;

- obserwacja niepożądanych zachowań u dzieci celem dalszych ustaleń pomocowych - **8** osób;

- 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 2024 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 2024 r. wydanych zostało **224** orzeczenia, **539** opinii, w tym **32** opinie o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju oraz **96** informacji z przeprowadzonych badań;
- realizacja Programu kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem”;
- 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.

## **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 wspomaganie rozwoju dziecka, z zajęć w 2024 r. skorzystało **60** dzieci.

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

- prowadzenie zajęć dla dzieci /uczniów z zakresu Treningu Umiejętności Społecznych.

## **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 cyklu spotkań profilaktycznych pt. „Rodzinne Poniedziałki”;
- udział pracowników Poradni w Lokalnej Burzy Mózgów dla uczniów szkół podstawowych z terenu powiatu pułtuskiego;
- szkolenie dla pieczy zastępczej.

**PIO Ośrodek Rehabilitacji 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 tej formy pomocy skorzystało **10** osób.

**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:

- **100** dzieci było objętych tą formą pomocy.

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

- **300** osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi skorzystało z porad i konsultacji 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 Pułtusku**

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

- rozprowadzono posiadane ulotki wśród osób korzystających z konsultacji - ulotki tematyczne wydano **63** osobom.

**2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.**

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

- udzielono **118** porad dla **63** osób.

Zadanie 2.3. W ramach realizacji Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej skorzystało:

- wszczęto **1** procedurę „Niebieskie Karty”;

- członkowie GKRPA uczestniczyli w posiedzeniach grup diagnostyczno-pomocowych oraz w posiedzeniach Zespołu Interdyscyplinarnego.

*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:

- prowadzenie dyżurów informacyjno-konsultacyjnych przez członków GKRPA (2 razy w tygodniu);
- konsultacjami objęto 63 osoby.

**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 Urzędu kontaktowali się telefonicznie z pracodawcami/przedsiębiorcami informując o możliwościach współpracy;
- przez cały 2024 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 Pułtusk 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 4 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 współudziale Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości w Pułtusku po trzyletniej przerwie wywołanej przez pandemię odbyły się „Pułtuskie Targi Pracy i Przedsiębiorczości 2024”;
- 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;
- funkcjonował 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.

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 z niepełnosprawnościami zarejestrowane jako bezrobotne lub poszukujące pracy, w tym osoby niepełnosprawne z zaburzeniami psychicznymi o możliwości skorzystania z usług poradnictwa zawodowego, psychologa, szkoleń lub wsparcia innych placówek w ramach realizowanych programów lub projektów.

W 2024 r. poradnictwem zawodowym objęto 3 osoby z niepełnosprawnościami, zaś pośrednictwem pracy objęto 53 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 2004 r. 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 2024 r. w Powiatowym Urzędzie Pracy w Pułtusku zarejestrowanych było **2 326** osób bezrobotnych, w tym **41** osób z niepełnosprawnościami, **5** osób dysponowało orzecznym stopniem niepełnosprawności o symbolu O2-P (choroby psychiczne), zaś **1** osoba dysponowała niepełnosprawnością o symbolu O1-U (upośledzenie umysłowe). Z doświadczenia Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusku 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 2024 r. Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusku realizował łącznie **6** programów/projektów (współfinansowanych/finansowanych z różnych źródeł).

Rehabilitacja zawodowa realizowana była przez Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusk w oparciu o postanowienia ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób z niepełnosprawnościami.

Powiatowy Urząd Pracy w 2024 r. w ramach dostępnych środków z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych wsparciem objął 5 osób z niepełnosprawnościami (4 osoby otrzymały środki na podjęcie działalności gospodarczej oraz 1 osoba została zatrudniona na stanowisku pracy wyposażonym ze środków PFRON). Pośród tych osób 1 osoba posiadała stopień niepełnosprawności o symbolu O2-P, tj. choroby psychiczne.

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

- pośrednictwem pracy objęto 53 osoby z niepełnosprawnościami, w tym 6 osób z zaburzeniami psychicznymi;
- poradnictwem zawodowym objęto 3 osoby z niepełnosprawnościami, w tym 1 osobę z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi;
- 5 osób z niepełnosprawnościami odbyło staż, w tym 1 osoba z zaburzeniami psychicznymi;
- w ramach prac interwencyjnych została zatrudniona 1 osoba z niepełnosprawnościami, której orzeczenie stwierdza niepełnosprawność inną niż zaburzenia psychiczne.

W rezultacie, w 2024 r., z kosztownych form wsparcia skorzystało 11 osób z niepełnosprawnościami.

### **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pułtusk**

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

Osoby z niepełnosprawnościami w 2024 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 2024 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:**

**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:

- opracowano **4** informatory dla osób zagrożonych oraz dotkniętych kryzysem psychicznym.

**2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.**

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

- z konsultacji psychologicznych skorzystało **11** osób, natomiast z poradnictwa rodzinnego - **3** rodziny.

**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:

- udział **3** pracowników w konferencji „Zatrzymaj życie przy życiu – zdrowie psychiczne członków społeczności szkolnej i profilaktyka śmierci samobójczych”;

- udział **4** pracowników w konferencji „Nie bądź obojętny... - o zdrowiu psychicznym i kryzysach emocjonalnych raz jeszcze”;

- udział **1** pracownika w szkoleniu „Praca z dzieckiem w traumie”.

*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:

- upowszechnianie informacji o dostępnych miejscach w domach pomocy społecznej dla osób przewlekłe psychicznie chorych na terenie powiatu pułtuskiego oraz informacji o ośrodkach wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

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

- prelekcja z psychologiem nt. „Wpływ cyfryzacji na rozwój dziecka. Zagrożenia płynące z częstego korzystania z sieci”;  
- szkolenie ABC - wspieranie rozwoju i funkcjonowania osób ze złożonymi potrzebami komunikacyjnymi;

- szkolenie „Nieśmiałe dziecko w grupie przedszkolnej. Jak efektywnie wspierać wycofane dziecko?”;
- szkolenie dla rodziców i nauczycieli „Sposoby motywowania dzieci – Recepta dla nauczyciela i rodzica na sukces wychowawczy”.

*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 Pułtusk, Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną.

Placówka dostrzega takie potrzeby jak:

- podniesienie świadomości społecznej nt. ochrony zdrowia psychicznego;
- rozpowszechnienie oraz udostępnianie literatury, czasopism, ulotek oraz plakatów o tematyce ochrony zdrowia psychicznego.

## **Przedszkole Miejskie nr 5 w Pułtusk**

*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:

- udział w akcji „Dzieciństwo bez przemocy”, w którym wzięło udział **60** dzieci.

### **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:

Projekty:

- „Bezpieczny i zdrowy przedszkolak”;
- Międzynarodowy Projekt Edukacyjny „Kolorowe uczucia Gucia”;
- Program profilaktyczny „Bezpieczne, świadome, zdrowe, aktywne dziecko” - wspieranie dziecka w radzeniu sobie z trudnościami zagrażającymi rozwojowi oraz eliminowanie czynników zagrażających zdrowiu.

Z programów tych skorzystało **145** dzieci.

**Szkoła Podstawowa nr 1 im. Klaudivny Potockiej  
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 **350** uczniów opracowano materiały informacyjno-edukacyjne nt. ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

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

- **80** uczniów odbyło pogadanki na godzinach wychowawczych;
- **150** uczniów wzięło udział w spotkaniach integracyjnych zacieśniających więzi koleżeńskie i naukę prawidłowych relacji;
- **150** osób skorzystało z „Dyżurów specjalistów” - w formie konsultacji, porad, wsparcia pedagogicznego i psychologicznego dla dzieci i rodziców;
- **200** osób wzięło udział w warsztatach z pedagogiem pt: „Jak dbać o zdrowie psychiczne?”, „Zapoznanie z raportem - Młode głowy”, „Jak radzić sobie ze stresem?”, „Jak radzić sobie w sytuacjach trudnych?”.

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

- **230** uczniów wzięło udział w zajęciach wychowania do życia w rodzinie nt. radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia zdrowia psychicznego i pojawieniu się sytuacji trudnych, traumatycznych.

## **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:

W ramach wczesnej identyfikacji zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży skierowano **55** uczniów na badania do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.

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

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

Zadanie 2.3. W ramach realizacji Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej skorzystało:

- **75** uczniów uczestniczyło w spotkaniach z przedstawicielami Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku, kuratorami sądowymi.

## **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 **20** osób.

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

- **17** osób skorzystało ze szkolnego punktu doradztwa i poradnictwa z psychologiem i pedagogiem;

- **8** osób uczestniczyło w szkoleniu dla realizatorów programu „Iskra Odporności”.

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

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

- w ramach realizacji tych działań brało udział **5** osób.

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

- **250** osób uczestniczyło w konsultacjach i poradach prowadzonych przez wychowawców i pedagoga/psychologa szkolnego w celu wsparcia rodziców w prawidłowym procesie wychowawczym.

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

- **150** osób wzięło udział w szkoleniach/webinariach online, na których zostały przekazane materiały do pracy z dziećmi i z rodzicami.
- uczniowie z zaburzeniami psychicznymi mieli możliwość skorzystania z pomocy psychologa.

##### **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:

- w gablocie pedagoga szkolnego znajdował się wykaz dostępnych form wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi, z którego skorzystało **300** 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?”;
- realizacja projektu „Unplugged”;
- zapoznanie dzieci i rodziców z raportem „Młode Głowy”, uświadomienie o problemach emocjonalnych i psychicznych młodego pokolenia;
- 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”, „I Ty możesz zostać mediatorem”, „O zdrowiu psychicznym”;
- 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;
- wieczorne 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 4 porad.

## **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 z systemu 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, wsparcia dorosłych w zapobieganiu zaburzeniom psychicznym poprzez nabycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu oraz konieczność organizowania spotkań dla osób z zaburzeniami natury psychicznej.

### **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 pomocy specjalistycznej dotyczącej zdrowia psychicznego.

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, biofeedback'u, zajęć rozwijających kompetencje społeczne

oraz zajęć wyrównawczych i rozwijających zainteresowania uczniów;

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

- **420** uczniów uczestniczyło w programie profilaktycznym „Jak żyć z ludźmi?, w tym zajęcia Treningu Umiejętności Społecznych i gminny konkurs o bezpieczeństwie: w internecie, na ulicy, w szkole i w domu;

- uczniowie odbyli spotkania zespołów klasowych ze specjalistami - „Budowanie poczucia własnej wartości” i „Przeciwdziałanie przemocy”, w którym uczestniczyło **200** uczniów, „Hejt jako zjawisko współczesne” - poprowadził psycholog szkolny, w którym wzięło udział **120** uczniów i „Demoralizacja i jej skutki” - poprowadzone przez funkcjonariuszy Policji - uczestniczyło **240** uczniów;

- **200** uczniów, rodziców i nauczycieli uczestniczyło w warsztatach psychoedukacyjnych, pt. „Emocje i ich wpływ na zachowanie”, „Mózg jako regulator naszego samopoczucia i naszych reakcji”, „Tolerancja i współistnienie”, „Uważność i spokój żabki”, „ Bajka o Ciepłym i Puchatym”;

- opracowanie i wdrożenie „Standardów Ochrony Małoletnich” - dla **500** osób;

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

- kolportowanie wśród rodziców i uczniów materiałów z ogólnopolskiej kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”.

## **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:

- **75** uczniów klas „0” i „1” uczestniczyło we wstępnej diagnozie pedagogiczno-logopedycznej i psychologicznej.

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

- **420** uczniów skorzystało z konsultacji indywidualnych pielęgniarki szkolnej;

- uczniowie mieli również możliwość konsultacji indywidualnych z pedagogiem i psychologiem szkolnym według potrzeb.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej:

- **420** uczniów brało udział w dwóch apelach szkolnych z pedagogiem dla klas IV-VIII oraz spotkania klasowe z psychologiem w I-III, na których omówiono materiały o przemocy i standardy ochrony małoletnich oraz prawach dziecka;
- pedagog szkolny w ciągu całego roku uczestniczył w pracach grup diagnostyczno-pomocowych w ramach działań procedury „Niebieskie Karty”.

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

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

- **100** uczniów szkoły wzięło udział w „Programie domowych detektywów. Jaś i Małgosia na tropie”;
- **75** uczniów skorzystało z programu rekomendowanego „Unplugged”;
- **420** uczniów uczestniczyło w Kampanii Ogólnopolskiej „Zachowaj Trzeźwy Umysł” oraz w konkursie „Autorytet”;
- **250** uczniów brało udział w debacie szkolnej „Za i przeciw używaniu telefonów komórkowych w szkole”.

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

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

- prelekcje nt. Standardów Ochrony Małoletnich dla **420** uczniów.

*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 psychicznego:

- uczestnictwo uczniów w konsultacjach indywidualnych pielęgniarki szkolnej, pedagoga, psychologa szkolnego.

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

*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:

- **924** 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 **25** 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, z tej formy pomocy skorzystało **8** osób.

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

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

- **924** uczniów realizowało programy profilaktyczne „Żyj dobrze”, „Nie pal przy mnie proszę”, „Program profilaktyki AIDS”, „W zdrowym ciele zdrowy duch” elementy „Apteczki pierwszej pomocy emocjonalnej”, „Poza barierami”, „Kampania społeczna przeciw stereotypom”.

- 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”.

*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:**

**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 Facebook szkoły, w szkolnych gablotach.

**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:

- rozpowszechnianie informacji o instytucjach, osobach oraz możliwościach udzielania pomocy osobom w kryzysie psychicznym, zagrożonych chorobami psychicznymi.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadanek 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.;
- zajęcia z Treningu Umiejętności Społecznych prowadzonych przez trenerów.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej:

- 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 rozładowujące 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:

- około **70** uczniów zapoznało się z adresami i numerami instytucji pomocowych w zakresie ochrony zdrowia psychicznego, które zostały opublikowane w gazetkach szkolnych.

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

- **45** uczniów skorzystało z indywidualnej opieki psychologa, pedagoga szkolnego i pedagoga specjalnego, jak również z zajęć psychoedukacyjnych i terapeutycznych 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, nauczycielom i specjalistom 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:

- upowszechnianie wiedzy nt. zdrowego stylu życia podczas pogadanek na lekcjach, spotkań ze specjalistami z zewnątrz, pielęgniarką szkolną na przerwach śródlekcyjnych;

- przeprowadzono diagnozę dot. czynników ryzyka i czynników chroniących uczniów na początku roku szkolnego wśród uczniów, rodziców i nauczycieli;

- udział w szkoleniu pedagog szkolnej i pedagog specjalnej w programie „Iskra odporności”;

- uczniowie kl. VII i VIII wzięli udział w programie profilaktycznym „Unplugged”;

- prowadzono konsultacje i porady z psychologiem, pedagogiem dla uczniów, rodziców i nauczycieli dostępne przez cały czas trwania roku szkolnego;
- przeprowadzono spotkanie z pielęgniarką szkolną dot. higieny zdrowia psychicznego i higieny osobistej;
- prowadzono rozmowy motywujące i wspierające uczniów;
- nauczyciele podnosili swoje kompetencje podczas szkoleń zewnętrznych i szkoleń wewnętrznych Rady Pedagogicznej;
- zachęcano do udziału w konkursach profilaktycznych na terenie szkoły i poza nią, m.in. Gminna Gala Profilaktyki Lokalnej, Lokalna Burza Mózgów;
- wspierano dzieci i młodzież dotkniętą (bądź z podejrzeniem dotknięcia) przemocą fizyczną i psychiczną w domu rodzinnym, prowadząc spotkania i rozmowy indywidualne.

Liczba dzieci uczestniczących w podejmowanych działaniach - **74**.

### **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:

- realizacja autorskiego programu „Używasz? Przegrywasz!”, którego celem było zwrócenie uwagi na zdrowy styl życia i aktywność, alternatywne sposoby spędzania czasu wolnego oraz radzenia sobie z emocjami i integracja uczniów;
- 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 **1087** uczniów, nauczycieli i rodziców opracowano **42** materiały na temat ochrony zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży.

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

- **1087** uczniów skorzystało z porad i konsultacji.

**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:

- **12** uczniów zostało skierowanych do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej i Poradni Zdrowia Psychicznego.

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

- odbyło się **136** konsultacji i porad, z których skorzystało **8** osób.

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

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

- **521** dzieci uczestniczyło w programie „Jeden uśmiech proszę” - w ramach olimpiady Zwolnieni z Teorii.

### **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:

- odbyły się rozmowy psychoedukacyjne dotyczące sposobów komunikacji z dziećmi, w których uczestniczyli uczniowie i ich rodzice.

*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, gazetce 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:

- opracowano i umieszczono na stronie internetowej szkoły materiały informacyjne dla **420** uczniów.

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

- warsztaty dla uczniów prowadzone przez specjalistów szkolnych;  
- udział szkoły w Ogólnopolskim Programie Profilaktycznym Szkoła Myślenia Pozytywnego 2.0.

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

- zamieszczono publikacje na stronie internetowej szkoły;  
- 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 Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej:

- 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:

- udział pracowników/specjalisty ze szkoły w grupach diagnostyczno-pomocowych w związku z procedurą „Niebieskie Karty”.

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 (w ramach NFZ);
- długie oczekiwanie na wizytę lub na umieszczenie w szpitalu;
- brak 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:

- udostępnianie opracowanych przez specjalistów materiałów dla uczniów i ich rodziców - materiały edukacyjno-profilaktyczne, wirtualna gazetka oraz przygotowanie akcji szkolnych nt.:
  - Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego;
  - Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją;
  - Dzień Zapobiegania Samobójstwom;
  - Dzień Bez Przemocy;
- rozpropagowywanie telefonów zaufania oraz informacji dotyczących ochrony zdrowia psychicznego i walki ze stresem (wykorzystywane podczas zajęć oraz zamieszczanie informacji na stronie szkoły, w wirtualnej gazetce szkolnej);
- przekazywanie rodzicom informacji o szkoleniach, warsztatach w zakresie wsparcia młodzieży;
- wyposażenie placówki w materiały informacyjne - telefony wsparcia w formie stałych ekspozycji na korytarzach szkoły i w toaletach.

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

- dla rodziców i uczniów zorganizowano zajęcia i pogadanki z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji nt. szeroko rozumianego bezpieczeństwa, uzależnień oraz cyberprzemocy;
- zorganizowanie dla uczniów klas pierwszych spotkania z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji w Pułtuskach nt. szeroko rozumianego bezpieczeństwa, uzależnień;
- zorganizowanie zajęć dotyczących kryzysów zdrowia psychicznego w ramach Dnia Zapobiegania Samobójstwom;
- prowadzenie przez wychowawców, wszystkich specjalistów szkolnych zajęć, pogadanek, rozmów indywidualnych na temat przeciwdziałania przemocy, pokonywania trudności, radzenia sobie z emocjami oraz wskazywanie instytucji, miejsc oraz osób zajmujących się świadczeniem profesjonalnej pomocy ofiarom przemocy;
- kontynuowanie cyklu spotkań z absolwentami szkoły oraz emerytowanymi pracownikami na temat historii placówki;
- przystąpienie do realizacji zadań w ramach Kampanii Dzieciństwo Bez Przemocy:
  - udostępnienie materiałów informacyjnych;
  - zorganizowanie happeningu - Murem za Bezpieczeństwem;
  - zaangażowanie młodzieży w przygotowanie banerów połączone z pogadankami dotyczącymi zdrowego stylu życia;
- organizacja Międzynarodowego Dnia Udzielania Pierwszej Pomocy - spotkanie z ratownikiem medycznym i Ochotniczą Strażą Pożarną;
- Dzień Zapobiegania Samobójstwom - zajęcia plenerowe dla uczniów klas pierwszych (wyraż emocje na płótnie);
- Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego - zaznaczenie stref komfortu dla ucznia, materiały informacyjne;
- Październik - miesiącem świadomości nowotworów piersi - spotkanie z Amazonkami;
- Udział uczniów w webinarze online - „Kryzys - co robić gdy nie ma wyjścia?” - Fundacja dajemy dzieciom siłę, „Czy dziękować za propsy i za hejty?” - lekcja o cyberprzemocy;
- Dzień Walki z Otyłością – degustacja owoców i warzyw, wyliczanie BMI;
- Spotkania z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji - Bezpieczeństwo w ruchu drogowym;
- Obchody dnia Rzucania Palenia;
- Dzień Tolerancji Niepełnosprawności;

- udział młodzieży w zajęciach w ramach programów WEKTORY, Projekt LUSTRO - zajęcia dotyczące poprawy dobrostanu psychicznego;
- spotkanie z profilaktykiem nt. Skutecznej komunikacji.

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

- umieszczenie informacji na stronie szkoły, Facebook, Instagramie, wirtualnej gazecie 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:

- przeprowadzenie diagnozy czynników ryzyka i chroniących;
- diagnoza zachowań przemocowych i zjawiska dyskryminacji;
- diagnoza w różnych obszarach funkcjonowania ucznia, jego potrzeb i trudności;
- stała obserwacja uczniów;
- kierowanie uczniów do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w celu przeprowadzenia badań specjalistycznych;
- bieżące wskazywanie miejsc, instytucji i osób pomocowych;
- wskazanie możliwości spędzania wolnego czasu poprzez udział młodzieży w aktywnościach sportowych, kołach zainteresowań;
- udział całego grona pedagogicznego w szkoleniach obejmujących tematykę rozwiązywania sytuacji trudnych, udzielania pomocy w sytuacjach trudnych i traumatycznych.

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

- indywidualne rozmowy z uczniami i rodzicami;
- wsparcie psychologa szkolnego i specjalistów szkolnych.

Zadanie 2.3. Realizacja Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej:

- zorganizowanie dla uczniów warsztatów z przedstawicielami Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku nt.:
  - szeroko pojętego bezpieczeństwa dla uczniów klas pierwszych;
  - samobójstw wśród młodzieży;

- bezpieczeństwa w ruchu drogowym;
- zorganizowanie dla młodzieży zajęć dotyczących ochrony zdrowia psychicznego: przez sztukę, muzykę, dietę, sport;
- przeprowadzenie zajęć oraz rozmów indywidualnych z młodzieżą z zakresu przemocy fizycznej i psychicznej przeprowadzone przez specjalistów szkolnych oraz wychowawców;
- angażowanie młodzieży do udziału w kołach zainteresowań, konkursach, przedsięwzięciach szkolnych jako forma organizacji czasu wolnego m. in.:
  - chór szkolny;
  - Zespół Kreatywnej Młodzieży;
  - zajęcia sportowe;
  - koło Audio – Video;
  - wolontariat szkolny;
- rozpropagowywanie wśród młodzieży i ich rodziców telefonów zaufania;
- stały kontakt z kuratorami zawodowymi i społecznymi - reakcja na niepokojące sygnały;
- przeprowadzenie badań i działań diagnostycznych w zakresie znamion przemocy - ankiety, obserwacje;
- analizowano sytuacje rodzinną uczniów za pomocą diagnoz, ankiet;
- przystąpienie do Kampanii – Dzieciństwo bez Przemocy;
- współpraca z instytucjami (Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną, Komendą Powiatową Policji, Sądem Rodzinnym i Nieletnich) w zakresie rozpoznawania i zapobiegania przemocy oraz wspierania osób (uczniów i ich rodziców) dotkniętych przemocą;
- wskazywanie miejsc, instytucji i osób zajmujących się świadczeniem profesjonalnej pomocy ofiarom przemocy;
- rozmowy indywidualne z uczniami i rodzicami uczniów zagrożonych zjawiskiem przemocy prowadzone przez specjalistów szkolnych.

### **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.

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

- Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego;
- Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją;
- Dzień Zapobiegania Samobójstwom;
- Dzień Bez Przemocy (zajęcia prowadzone dla młodzieży, zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, Facebook, Instagram, Wirtualna Gazetka).

#### **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.

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

- rozpropagowywanie telefonów zaufania, umieszczanie informacji na stronie internetowej szkoły, Facebook, Instagram, Wirtualna Gazetka;
- informowanie rodziców o szkoleniach, warsztatach w zakresie wspierania młodzieży;
- udział rodziców w pedagogizacji przeprowadzanej przez przedstawicieli Komendy Powiatowej Policji w zakresie szeroko rozumianego bezpieczeństwa, radcę prawnego w zakresie Standardów Małoletnich, spotkanie nt. Skutecznej komunikacji, wskazywanie miejsc i instytucji pomocowych.

Szkoła wskazała takie potrzeby jak:

- zwiększenie zaangażowania instytucji zewnętrznych w celu prowadzenia dodatkowych zajęć dla młodzieży i ich rodziców (m.in. psychiatra, terapeuta uzależnień, pracownik socjalny);
- pozyskiwanie środków na realizację akcji profilaktycznych i ochrony zdrowia psychicznego;
- wzmocnienie i zintensyfikowanie kontaktów z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną w celu objęcia

dodatkowym wsparciem uczniów i ich rodziców;

- organizacja przy wsparciu zewnętrznym szkoleń dla Rady Pedagogicznej w zakresie ochrony zdrowia psychicznego oraz rozpoznawania sygnałów zagrażających bezpieczeństwu młodzieży.

## **Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy**

**im. Anny Karłowicz 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 i wdrożenie założeń „Programu Wychowawczo-Profilaktycznego Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Anny Karłowicz w Pułtusk” z uwzględnieniem szeroko pojętej problematyki zdrowia psychicznego dla **145** uczniów Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego.

Zadanie 1.2. Organizowanie zajęć i pogadanek 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 przeciwdziałania 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 Ogólnoskolnego „Tygodnia Zdrowia Psychicznego”, w ramach których zorganizowano:

- akcję „Uważnostki”;
  - przerwę relaksacyjną - odpoczynek między lekcjami połączony z muzyką i zdrowymi przekąskami;
  - warsztaty edukacyjne nt. „Moje emocje - rozpoznawanie, nazywanie i wdrażanie” i „Tajemnice dobra i zła”;
  - konkurs plastyczny „Szczęśliwe dzieciństwo”;
  - lekcja online zorganizowana przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę nt. „Jak budować dobre relacje rówieśnicze, a stawiać granice w tych toksycznych?”;
- udział grupy uczniów w jubileuszowych obchodach Nocy Bibliotek pod hasłem „Pokonujemy lęk i strach”;
- wdrożenie innowacji pedagogicznych w grupach wychowawczych:
- „Wszystkie kolory emocji”;
  - „W zdrowym ciele zdrowy duch”;
- warsztaty edukacyjne w ramach Ogólnopolskiej Kampanii „Dzieciństwo bez przemocy”;
- przeprowadzenie Konkursu Profilaktycznego pod hasłem „Spełniam marzenia bez uzależnienia”;
- prowadzenie przez psychologa i pedagoga szkolnego cyklicznych zajęć z alpakterapii;
- wprowadzenie Treningu Umiejętności Społecznych dla uczniów placówki na tematy dotyczące radzenia sobie ze strachem, lękiem, smutkiem, złością oraz reagowaniem 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 grupach diagnostyczno-pomocowych w ramach działań procedury „Niebieskie Karty”;
- 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.

Zdaniem placówki powyższe działania na rzecz ochrony zdrowia psychicznego obecnie przynoszą oczekiwane efekty wśród uczniów/wychowanków.

### **Centrum Opiekuńczo - Mieszkalne 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:

- zapewnienie uczestnikom możliwości skorzystania ze specjalistycznych usług psychologicznych w postaci konsultacji psychologicznych, porad i pomocy psychologa dla podopiecznych celem m.in. wsparcia, poprawy samopoczucia, rozwiązywania ich bieżących trudności, kształtowania umiejętności radzenia sobie ze stresem i przywrócenia równowagi emocjonalnej, doskonalenie umiejętności komunikacyjnych, wzmacniania poczucia własnej wartości;
- zajęcia terapeutyczne prowadzone w formie indywidualnej i grupowej;
- badania psychologiczne za pomocą dostępnych metod.

- 2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.**

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

- sporządzanie indywidualnych planów terapeutycznych według potrzeb i oceny zdrowia psychicznego w zależności od obserwowanych trudności i zgłaszanych potrzeb;
- korzystania z zajęć grupowych z zakresu treningów umiejętności interpersonalnych i uspołeczniania;
- korzystania z technik relaksacyjnych.

- 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:

- podejmowanie działań dążących do usamodzielnienia uczestników poprzez stymulowanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, zwłaszcza w kierunku zaspokojenia ich podstawowych potrzeb, rehabilitacji, udziału w terapii zajęciowej, umiejętności społecznego funkcjonowania, integrowania uczestników z ich środowiskiem lokalnym, zapewnienia wsparcia psychologicznego.

## Podsumowanie

Gminny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2021-2024 oparty był na zasadzie integracji działań instytucji funkcjonujących na terenie gminy Pułtusk na rzecz poprawy i utrzymania zdrowia społeczności lokalnej ze szczególnym uwzględnieniem ochrony zdrowia psychicznego.

Podjęte w 2024 roku działania były nastawione na podniesienie świadomości dzieci, młodzieży, rodziców, nauczycieli oraz całej społeczności lokalnej w zakresie konieczności wczesnej identyfikacji zaburzeń psychicznych.

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 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.

Analiza zgromadzonych danych na przestrzeni czterech lat realizacji Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2021-2024 wskazuje na występowanie deficytów w obszarze zdrowia psychicznego, wzrost liczby osób wymagających pomocy i zgłaszających się do specjalistów. Realizatorzy programu zwracają uwagę na brak dostępności do specjalistycznego leczenia i bardzo długie terminy oczekiwania na wizyty.

Biorąc powyższe pod uwagę należy stwierdzić, iż wskazane jest kontynuowanie działań zmierzających do poprawy zdrowia psychicznego w ramach Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego, a bardzo pożądanymi działaniami w powyższym zakresie jest profilaktyka, promocja i ochrona zdrowia.

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

Dyrektor  
Miejskiego Ośrodka Pomocy  
Społecznej w Pułtusku  
Beata Gemza