

**SPRAWOZDANIE
Z REALIZACJI ZADAŃ
*POWIATOWEGO PROGRAMU
OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO
NA LATA 2017 – 2022***

ZA ROK 2020

Opracowała: Magdalena Mackiewicz
na podstawie danych zebranych od realizatorów Programu

- ▶ **Obowiązek sporządzenia niniejszego sprawozdania podyktowany jest zapisami Uchwały Nr LII/228/2017 Rady Powiatu w Goldapi z dnia 30 listopada 2017 r. w sprawie przyjęcia „Powiatowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2022”**
- ▶ ***Program* wyznacza kierunki i działania w obszarze zdrowia psychicznego oraz skupia się na działaniach dotyczących chorób psychicznych i profilaktyki.**
- ▶ **Celem głównym Programu jest zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej opieki adekwatnej do ich potrzeb.**
- ▶ **Szczegółowymi celami Programu są:**
 - 1) **Upowszechnianie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowanie zachowań i stylów życia wpływających korzystnie na zdrowie psychiczne, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu;**
 - 2) **Zapobieganie powstawaniu zaburzeń psychicznych;**
 - 3) **Integracja społeczna osób z zaburzeniami psychicznymi;**
 - 4) **Upowszechnianie zróżnicowanych form pomocy i wsparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi;**
 - 5) **Aktywizacja zawodowa osób z zaburzeniami psychicznymi;**
 - 6) **Koordinacja różnych form opieki i pomocy.**

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) definiuje **zdrowie psychiczne** jako: „stan dobrego samopoczucia, w którym człowiek wykorzystuje swoje zdolności, może radzić sobie ze stresem w codziennym życiu, może wydajnie i owocnie pracować oraz jest w stanie wnieść wkład w życie danej wspólnoty”. Jest to globalne dobro publiczne, integralna część zdrowia i dobrostanu obywateli Europy oraz podstawowe prawo człowieka, wzmacniające więź społeczną i kapitał społeczny, zwiększając bezpieczeństwo życia w środowisku. Brak pozytywnego życia psychicznego jest zagrożeniem dla zdrowia publicznego, jakości życia i gospodarki.

Rok 2020 był wyjątkowo trudny w każdym aspekcie.

Zgodnie z raportem Organizacji Narodów Zjednoczonych, opublikowanym już w maju 2020 r., **pandemia wywołuje poważne problemy natury psychologicznej wśród społeczeństw całego świata**. Jak wynika z badań ankietowych, w niektórych krajach nawet 2/3 populacji odczuwa skutki stresu wywołanego istniejącą sytuacją, co wpływa na zarówno ich życie społeczne, jak i zawodowe.

► W roku 2020 *Program* realizowany był przez:

1. **Poradnię Psychologiczno – Pedagogiczną w Gołdapi**
2. **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gołdapi**
3. **Ośrodki Pomocy Społecznej gmin powiatu**
4. **Powiatowy Urząd Pracy w Gołdapi**
5. **Warsztat Terapii Zajęciowej Caritas Diecezji Elckiej w Gołdapi**
6. **Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi**
7. **Zespół Placówek Edukacyjno-Wychowawczych w Gołdapi**
8. **Liceum Ogólnokształcące w Gołdapi i Zespół Szkół Zawodowych w Gołdapi**

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Gołdapi

W roku 2020 pracownicy Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w Gołdapi podjęli się następujących zadań dotyczących realizacji Powiatowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego:

1. W roku 2020 wsparciem objętych zostało 511 dzieci (rok wcześniej 687):

- Terapia logopedyczna 41 dzieci (rok wcześniej 197)
- Zajęcia o charakterze terapeutycznym z psychologiem – 14 dzieci
- Terapia pedagogiczna – 13 dzieci
- Przeprowadzono 72 rozmowy specjalistów poradni z rodzicami (psycholog, pedagog)
- Platformą badań zmysłów zbadano 31 dzieci
- Badanie przesiewowe mowy w szkole - 56 uczniów

2. Wydano:

- opinii w sprawie trudności w nauce – 98 (rok wcześniej 205)
- opinii w sprawie gotowości szkolnej - 20
- informacji psychologicznych o funkcjonowaniu dziecka - 22
- opinie w sprawie realizowania obowiązku szkolnego poza szkołą - 1
- orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego - 61
- orzeczeń o potrzebie indywidualnego nauczania - 18
- orzeczenia o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych - 2
- opinii o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka – 98

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Gołdapi

3. Na terenie poradni:

- prowadzono z dziećmi i młodzieżą **indywidualne zajęcia o charakterze terapeutycznym** oraz spotkania z rodzicami w zakresie psychoedukacji m.in. wpływu traumy na funkcjonowanie dzieci, funkcjonowania emocjonalnego dziecka i rozwijania jego umiejętności radzenia sobie z doświadczanymi emocjami.

Obszar: Zaburzenia rozwoju psychoseksualnego: - wykorzystanie seksualne - 2 dzieci.

Zaburzenia afektywne: - depresja - 1 dziecko.

- prowadzono **obserwację, dokonywano diagnozy i prowadzono terapię zaburzeń psychicznych** u dzieci i młodzieży mających na celu wczesne wykrywanie problemów psychicznych, co stanowi warunek optymalnego rozwoju, efektywnego uczenia się, budowania satysfakcjonujących relacji z ludźmi, dbania o własne zdrowie i samodzielnego radzenia sobie w życiu dorosłym,

- prowadzono **terapię zaburzeń psychicznych** u dzieci i młodzieży.

Zaburzenia afektywne – depresja - 4 dzieci.

Zaburzenia lękowe

- lęk separacyjny - 2 dzieci,
- lęk uogólniony - 4 dzieci,
- mutyzm wybiórczy - 1 dziecko.

Zespół Stresu Pourazowego - 1 dziecko.

Zaburzenia obsesyjno – kompulsyjne - 2 dzieci

- udzielano **porad psychologicznych w zakresie psychoedukacji** m.in. funkcjonowania emocjonalnego dziecka i rozwijania jego umiejętności radzenia sobie z doświadczanymi emocjami. Przeprowadzono 47 rozmów tego typu. Udzielono 32 porad rodzicom zgłaszającym się z problemami emocjonalnymi, wychowawczymi i adaptacyjnymi swoich dzieci oraz wiele dotyczących innych obszarów.

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Gołdapi

- Prowadzono z uczniami **indywidualne spotkania o charakterze terapeutycznym** z psychologiem (5 uczniów ze szkoły ponadpodstawowej i 5 ze szkoły podstawowej).
- Prowadzono **badania dzieci i młodzieży z trudnościami w zachowaniu**, agresywnych bądź ze stwierdzonymi lub podejrzanymi zaburzeniami psychicznymi.
- Prowadzono zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalno – społeczne dla dzieci i młodzieży z trudnościami w tym obszarze.
- Zorganizowano **zajęcia socjoterapeutyczne dla dzieci i młodzieży** ze środowisk, w których występuje przemoc bądź stwierdzono wysokie prawdopodobieństwo jej występowania lub wystąpienia w przyszłości oraz dla dzieci i młodzieży będących sprawcami przemocy.
- Przeprowadzono **obserwacje psychologiczne** mające na celu wczesne wykrywanie zaburzeń emocjonalnych u dzieci - 7 obserwacji.
- Opracowano **cykl porad wychowawczych** dotyczących prawidłowej komunikacji z dziećmi przejawiającymi zachowania trudne (w tym zachowania agresywne) pt.: „Mam dość waszych kłótni!”, które zostały umieszczone na stronie oraz Facebooku Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej.
- Przez cały rok 2020 udzielano **porad indywidualnych i grupowych** mieszkańcom Powiatu Gołdapskiego w zakresie trudności wychowawczych i emocjonalnych u dzieci i młodzieży (w tym, agresja i inne trudne sytuacje rodzinne, szkolne oraz środowiskowe).
- Udzielano klientom poradni informacji o dostępnych formach pomocy dzieciom osób z zaburzeniami psychicznymi i innym doświadczającym przemocy.
- Na terenie poradni działa Gadu – Gadu - grupa wsparcia dla rodziców dzieci z ASD (spektrum autyzmu) - systematycznie udzielano rodzicom dzieci wsparcia (na żywo, online i telefonicznie).

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Gołdapi

4. Szkolenia Rad Pedagogicznych:

- „Konstruowanie WOPFU, IPET (Wielospecjalistycznej Oceny Poziomu Funkcjonowania Ucznia i Indywidualnych Programów Edukacyjno-Terapeutycznych) dla uczniów posiadających orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego” – 28 osób
- „Pomoc psychologiczno-pedagogiczna w świetle obowiązującego prawa oświatowego” - 6 osób
- „Interpretacja zapisów zawartych w opiniach i orzeczeniach PP-P” – 7 osób
- „Konstruowanie WOPFU, IPET, dla uczniów niepełnosprawnych” – 25 osób

5. W ramach sieci współpracy i samokształcenia dla nauczycieli powiatu gołdapskiego pracujących z uczniami z ASD odbyły się spotkania na temat:

- „Zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalno - społeczne”, cz. I – 18 osób,
- „Autodestrukcje u dzieci i młodzieży – profilaktyka i wspieranie” – 5 osób (on-line),
- „Zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalno - społeczne”, cz. II – 22 osoby (on-line)

6. Zorganizowano konferencję „Uzależnienia niszczą marzenia” (odbyła się 22.09.2020 r.), na którą zaproszono nauczycieli oraz mieszkańców powiatu gołdapskiego – obecnych na niej było 29 osób.

7. Udział pracowników Poradni (on-line) w Ogólnopolskiej Konferencji „Dziecko pokrzywdzone przestępstwem” – uczestniczyły 3 osoby

8. Udział psychologa Poradni w warsztatach zorganizowanych w formie webinarium „Nerwice i zaburzenia lękowe u dzieci”.

9. Udział w szkoleniu „Wykorzystanie narzędzia ADOS-2 w diagnostyce klinicznej” – 1 osoba uzyskała certyfikat upoważniający do stosowania narzędzia do diagnozy dzieci ASD (dzieci ze spektrum autyzmu).

10. Publikacja materiałów na temat zdrowia psychicznego na stronie internetowej Poradni i tablicy na Facebooku.

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Gołdapi

Ponadto:

- Zgłoszono wszczęcia postępowania przez odpowiednie służby w celu potwierdzenia podejrzenia występowania przemocy w rodzinie.
- Pracownicy współpracowali z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w celu zapewnienia opieki psychologicznej dzieciom oraz ich rodzicom w sytuacjach stwierdzenia występowania przemocy bądź wysokiego ryzyka jej wystąpienia.
- Przeprowadzono zajęcia dla rodziców uczniów Szkoły Podstawowej w Dubeninkach dotyczących sposobów powstawania zaburzonego zachowania (głównie agresji) u dzieci i młodzieży.
- Prowadzono dla dzieci i młodzieży w szkołach na terenie Powiatu Gołdapskiego warsztaty mające na celu przeciwdziałanie mowie nienawiści i uświadamiające niszczącą moc stereotypów.
- Prowadzono zajęcia z obszaru profilaktyki dotyczące bezpieczeństwa w Internecie oraz samopoznania „Lubię siebie bo jestem wyjątkowy”.

Ze względu na sytuację epidemiologiczną w kraju:

- uruchomiono telefoniczne porady psychologiczne - przeprowadzono ok. 30 rozmów,
- przeprowadzono indywidualne zajęcia terapeutyczne przez Skype'a (2 dzieci, 19 spotkań),
- przeprowadzono telefoniczne rozmowy o charakterze terapeutycznym (4 dzieci, 10 rozmów),
- systematycznie przesyłano dzieciom drogą e-mailową karty pracy do wykonania w domu,
- udzielano rodzicom i nauczycielom konsultacji telefonicznych,
- prowadzono szkolenia nauczycieli (on – line).

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gołdapi

PCPR realizując zadania dotyczące rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych dofinansował w 2020 r.:

Lp.	Zadanie	Ogółem osoby niepełnosprawne	Osoby z niepełnosprawnością psychiczną
1	Turnusy rehabilitacyjne	22	5
2	Przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze	179	14
3	Likwidacja barier w komunikowaniu się	11	8

W Ośrodku Interwencji Kryzysowej z **porad prawnych udzielonych zdalnie w związku z pandemią COVID-19** skorzystało 16 osób, a z porad psychologicznych 126 osób, jednak brak jest danych dotyczących ile z tych osób posiada niepełnosprawność psychiczną.

Zadania realizowane przez ośrodki pomocy społecznej w zakresie koordynacji różnych form opieki i pomocy

Ośrodek Pomocy Społecznej w Goldapi oraz Gminne Ośrodki Pomocy Społecznej w Dubeninkach i Baniach Mazurskich osobom z zaburzeniami psychicznymi udzielają wsparcia w zakresie:

- pomocy społecznej, usług opiekuńczych,
- dodatków mieszkaniowych,
- pracy socjalnej,
- pomocy psychologicznej
- świadczeń opiekuńczych (zasilki stałe, okresowe, celowe, odpłatność za pobyt w domach pomocy społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi, partycypowanie gminy w kosztach utrzymania mieszkańca w Domu Pomocy Społecznej dla przewlekle somatycznie chorych, niepełnosprawnych intelektualnie, Domu Pomocy Społecznej dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnych Intelektualnie).

- W ramach pracy socjalnej pracownicy ośrodków pomocy społecznej gromadzą i upowszechniają informację (w okresie pandemii COVID – 19 informacja jest przekazywana poprzez kontakt telefoniczny osoby w potrzebie) o dostępnych formach psychiatrycznej, ambulatoryjnej i stacjonarnej opieki zdrowotnej funkcjonujących na obszarze powiatu i województwa, o ośrodkach wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi oraz informują o działaniu przy PCPR Punktu Interwencji Kryzysowej ze wskazaniem dni i godzin przyjęć prawnika i psychologa, a także o możliwościach skorzystania z usług i instrumentów rynku pracy w celu aktywizacji zawodowej osób z niepełnosprawnych, w tym z zaburzeniami psychicznymi.

- Praca socjalna (w formie rozmowy telefonicznej, w wyjątkowych sytuacjach w formie kontaktu osobistego z zachowaniem reżimu sanitarnego) z osobami z zaburzeniami psychicznymi polega na motywowaniu do podjęcia i kontynuowania leczenia specjalistycznego, pomocy w kompletowaniu dokumentacji do orzecznictwa, podejmowaniu działań w kierunku aktywizacji zawodowej poprzez informowanie i motywowanie do korzystania z instrumentów rynku pracy i aktywizacji społecznej.

Zadania realizowane przez ośrodki pomocy społecznej w zakresie koordynacji różnych form opieki i pomocy

- System pomocy osobom zaburzonym psychicznie i ich rodzinom polega na podtrzymywaniu i rozwijaniu umiejętności samodzielnego funkcjonowania osób z zaburzeniami psychicznymi oraz przeciwdziałanie ich marginalizacji i wykluczeniu społecznemu.
- Jedną z form pomocy jest kierowanie osób z zaburzeniami psychicznymi do Środowiskowego Domu Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi – celem ŚDS jest rehabilitacja społeczna, budowanie sieci oparcia społecznego poprzez współpracę z organizacjami społecznymi, instytucjami, środowiskiem lokalnym oraz pomoc rodzinom podopiecznych.
- **W związku z wprowadzeniem stanu zagrożenia epidemicznego SARCoV-2 oraz zaleceniami Głównego Inspektora Sanitarnego ośrodki pomocy społecznej wprowadziły zmiany organizacyjne w pracach ośrodków. Nie wpłynęło to negatywnie na wypełnianie obowiązków pracowników służb społecznych.**
- W 2020 roku z pomocy społecznej udzielanej w różnych formach (wymienione wyżej) przez OPS i GOPS naszego powiatu skorzystało ok. 93 osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zarówno Gmina Gołdap jak i Powiat Gołdapski realizowały Program "Asystent osobisty osoby niepełnosprawnej" - edycja 2019-2020 w ramach Funduszu Solidarnościowego w roku 2020. Wsparciem objęto 7 osób, którym przydzielono asystenta. Wspierał on uczestników w wykonywaniu codziennych czynności oraz funkcjonowaniu w życiu społecznym. Łączna kwota środków z Funduszu Solidarnościowego wykorzystana na realizację Programu przez Powiat Gołdapski to 28 110 zł.

Powiatowy Urząd Pracy w Gołdapi

Pracownicy służb zatrudnienia:

- informują osoby z zaburzeniami psychicznymi o możliwościach skorzystania z usług i instrumentach rynku pracy w celu aktywizacji zawodowej;
- aktywizują osoby z zaburzeniami psychicznymi do korzystania z poradnictwa zawodowego;
- promują zatrudnianie osób z zaburzeniami psychicznymi.

Zarejestrowani na koniec grudnia 2020 r.:

Liczba osób niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi	
bezrobotni	poszukujący pracy niepozostający w zatrudnieniu
14	2

Aktywizacja zawodowa osób z zaburzeniami psychicznymi w 2020 roku:

- 5 osób bezrobotnych podjęło pracę,
- 1 osoba odbyła szkolenie organizowane przez inny podmiot niż PUP,
- 4 osoby bezrobotne odbyły staż organizowany przez inny podmiot niż PUP,
- 1 osoba bezrobotna została skierowana do wykonywania prac społecznie użytecznych,
- 1 osoba bezrobotna odbyła indywidualną poradę zawodową,
- 1 osoba bezrobotna podjęła naukę w systemie dziennym,
- 1 osoba bezrobotna uczestniczyła w grupowej informacji zawodowej
- 1 osobie bezrobotnej udzielono indywidualną informację zawodową

Szczególne okoliczności, jakie miały miejsce w związku z pandemią COVID-19, spowodowały, iż większość zaplanowanych działań w ramach usługi poradnictwa zawodowego oraz pośrednictwa pracy nie odbyło się. Były to działania wymagające grupowych spotkań, takie jak: grupowe porady i informacje zawodowe lub giełdy i targi pracy, w których uczestniczyły osoby bezrobotne, w tym z zaburzeniami psychicznymi.

Warsztat Terapii Zajęciowej w Gołdapi

Placówka prowadzi rehabilitację społeczną i zawodową przeznaczoną dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Zajęcia są prowadzone w 10 pracowniach terapeutycznych: wikliniarskiej, hafciarsko-tkackiej, technicznej, logistycznej, przyrodniczo-ogrodniczej, krawieckiej, ceramiczna, bibliotecznej, teatralnej i życia codziennego. Są one dostosowane indywidualnie do stanu zdrowia uczestników, ich uzdolnień, zainteresowań i możliwości. Do placówki uczęszcza 50 osób niepełnosprawnych.

Lp.	Nazwa ośrodka/punktu	Adres	Zakres prowadzonego wsparcia	Liczba porad (rocznie)
1.	WTZ Gołdap	ul. Przytorowa 5	psychologiczne	326
			RAZEM:	326

Imprezy cykliczne zorganizowane w 2020 r. na rzecz osób z niepełnosprawnościami o zasięgu gminnym, powiatowym, wojewódzkim, ogólnopolskim: oświatowe, kulturalne, sportowe, sportowo-rekreacyjne i turystyczne – **nie odbyły się z powodu pandemii COVID-19.**

Osoby z niepełnosprawnościami, które opuściły WTZ: 1 osoba (zmarła). W to miejsce przyjęto do Warsztatu nowego uczestnika.

Koszt działalności Warsztatu Terapii Zajęciowej w 2020 roku to 1 143 523 zł, z czego 1 024 800 zł to środki PFRON, 113 867 zł pochodzi z budżetu powiatu, a 4 856 zł to środki przekazane przez Caritas.

Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi

Ogólna liczba uczestników zajęć ŚDS w 2020 roku: 52.

- Średnia frekwencja uczestników w roku sprawozdawczym: 67,86%
- Średnia liczba uczestników na poszczególnych zajęciach: 31,18 %
- Pomoc psychologiczną zapewnia psycholog.

Praca terapeutyczna i rehabilitacja prowadzona w „Słonecznym Domu” pomaga w utrzymaniu dobrej kondycji uczestników oraz daje poprawę w zakresie uspołeczniania i umiejętności życiowych. Realizacja zadań pozytywnie wpływa na uczestników zajęć. Większość z nich nabywa nowe umiejętności, które przyczyniają się do poprawy jakości życia i podwyższenia samooceny i wiary we własne siły. Pracownie funkcjonujące w „Słonecznym Domu”: taneczno-teatralna, gospodarstwa domowego, pracownia plastyczna, terapii ruchem z elementami muzykoterapii, gospodarczo-techniczna, twórczości interaktywnej.

Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi

Wprowadzone obostrzenia oraz zawieszenie działalności placówki związane z pandemią Covid-19 spowodowało nowy wymiar pracy terapeutycznej oraz rehabilitacji społecznej. Zespół wspierająco-aktywizujący w czasie zawieszenia działalności, za pomocą min. rozwiązań telekomunikacyjnych pomagał w utrzymaniu dobrej kondycji uczestników oraz podtrzymywał formy uspołeczniania i umiejętności życiowych. Uczestnicy realizowali zadania w domu. Pomagało to utrzymać kontakt z domownikami i jednocześnie nie dopuszczało do izolacji ze środowiskiem lokalnym. Mając na uwadze raport Organizacji Narodów Zjednoczonych dotyczący związku COVID-19 ze zdrowiem psychicznym zespół wspierająco-aktywizujący prowadząc terapię starał się nie dopuścić, aby konieczność izolacji pogłębiła w domownikach poczucie wyobcowania i wykluczenia społecznego.

Podtrzymywanie pozytywnych zmian w funkcjonowaniu osób niepełnosprawnych oraz możliwość egzystowania w społeczeństwie umacnia w przekonaniu, że działalność Domu jest bardzo potrzebna dla osób z niepełnosprawnościami oraz ma ogromny wpływ na umocnienie pozycji osoby zaburzonej psychicznie i niepełnosprawnej intelektualnie w rodzinie i społeczeństwie.

Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi

Formy prowadzonej działalności :

- treningi funkcjonowania w codziennym życiu
- treningi umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów
- treningi umiejętności spędzania czasu wolnego
- poradnictwo psychologiczne
- realizacja pomocy w załatwianiu spraw urzędowych
- realizacja pomocy w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia
- realizacja terapii ruchowej, w tym zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja

Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi

Realizacja współpracy z podmiotami i jej efekty:

I.p.	Nazwa instytucji	Efekt współpracy
1.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gołdapi	Informowanie o możliwości uczestnictwa na zajęciach w śds, współpraca przy ustalaniu potrzeb uczestników oraz ich sytuacji bytowej.
2.	Domowy Punkt Przedszkolny "Nibylandia" w Gołdapi	Wspólne zajęcia integracyjne „Dzień babci i dziadka”
3.	Szkoła Podstawowa nr 2 im. Józefa Piłsudskiego w Gołdapi.	Spotkania i zajęcia integracyjne, np. Ekowalentynki, zielone dni, sprzątanie świata, itp.
4.	Zespół Placówek Edukacyjno-Wychowawczych w Gołdapi	Konkurs wiedzy o profilaktyce uzależnień
5.	Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych	Konkurs „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”
6.	- Środowiskowy Dom Samopomocy w Suszu - Środowiskowy Dom Samopomocy w Piszcu - Środowiskowy Dom Samopomocy w Augustowie	- Kostiumowy Bal Karnawałowy. - X Wojewódzki Turniej Tańca Środowiskowych Domów Samopomocy w Piszcu – wyróżnienie uczestników ŚDS. - V Przegląd Twórczości Osób z Niepełnosprawnością „Ahoj, przygodo” w Augustowie
7.	15 Gołdapski Pułk Przeciwlotniczy	Wsparcie kadry i uczestników śds w srodki ochrony osobistej
8.	Dom Kultury w Gołdapi	Wystawa prac plastycznych uczestnika.
9.	Biblioteka Publiczna w Gołdapi	Akcja „Podaruj wiersz”
10.	Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gołdapi	Spotkanie na temat zdrowia i chorób zakaźnych

Zespół Placówek Edukacyjno-Wychowawczych w Gołdapi

Zespół Placówek Edukacyjno – Wychowawczych w 2020 roku zrealizował następujące działania:

- **Zajęcia edukacyjne dla uczniów i wychowanków prowadzone przez psychologa, pedagoga, nauczycieli, wychowawców, na temat: promocji zdrowia psychicznego; profilaktyki zapobiegania powstawaniu zaburzeń psychicznych; kształtowania zachowań i stylów życia wpływających korzystnie na zdrowie psychiczne; form pomocy i wsparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi.**
- **Realizacja Programu wychowawczo – profilaktycznego zawierającego szereg działań edukacyjno – profilaktycznych.**
- **Realizacja Programu Przyjaciele ZIPPIEGO - jest to program promocji zdrowia psychicznego rekomendowany przez Ośrodek Rozwoju Edukacji, Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii oraz Instytut Psychiatrii i Neurologii.**
- **W październiku 2020 r. 12 nauczycieli (w tym pedagog i psycholog) uczestniczyli w 14 godzinnym szkoleniu dla realizatorów Programu „Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej”. Program ten został w 2019 roku wpisany na listę programów profilaktyki i promocji zdrowia psychicznego rekomendowanych przez Ośrodek Rozwoju Edukacji, Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Krajowego Biura do spraw Przeciwdziałania Narkomanii oraz Instytutu Psychiatrii i Neurologii.**

Zespół Placówek Edukacyjno-Wychowawczych w Gołdapi

- **Realizacja Projektu „Skuteczni w działaniu”.** Uczestnicy projektu brali udział m. in. w spotkaniach z:
 - radcą prawnym,
 - specjalistą ds. poradnictwa rodzinnego,
 - specjalistą ds. wychowania bez przemocy,
 - specjalistami ds. umiejętności i kompetencji społecznych,
 - specjalistą ds. asertywności,
 - specjalistą ds. autoprezentacji.
- **Realizacja projektu edukacyjno - profilaktycznego dofinansowanego przez GKRPA „Świadomi – wolni od uzależnień”.**

Główne cele projektu:

- wspieranie dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem, rozwijanie ich poczucia własnej wartości oraz motywowanie do podejmowania różnych form aktywności pozaszkolnej, zaspokajających ich potrzeby psychiczne i społeczne, rozwijających zainteresowania i umiejętności psychospołeczne,
- podniesienie poziomu wiedzy na temat uzależnień oraz negatywnych skutków zażywania substancji psychoaktywnych,
- rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu (w tym zdrowiu psychicznemu),
- działalność edukacyjna i informacyjna zwiększająca świadomość w zakresie problemu uzależnień, mechanizmów zażywania środków psychoaktywnych wśród dzieci młodzieży,
- podejmowanie działań profilaktycznych służących ograniczeniu zjawisk ryzykownych,
- przygotowanie uczniów i wychowanków do podejmowania samodzielnych, racjonalnych wyborów we współpracy z rodzicami, nauczycielami, specjalistami,
- wygaszanie zachowań agresywnych poprzez naukę wyrażania własnych emocji i potrzeb w sposób akceptowalny społecznie,
- wyrabianie poczucia odpowiedzialności za siebie i swoje zdrowie,
- kształtowanie i promowanie zdrowego stylu życia (w tym zdrowia psychicznego),
- wzmacnianie więzi rodzinnych,
- integracja społeczna.

Zespół Placówek Edukacyjno-Wychowawczych w Gołdapi

- **W okresie nauki zdalnej** wprowadzony został stały dyżur psychologa i pedagoga szkolnego, celem wspierania zdrowia psychicznego uczniów, wychowanków, rodziców, opiekunów, nauczycieli, wychowawców.
- W placówce realizowane były zajęcia w ramach wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka , między innymi kompetencje emocjonalno - społeczne.
- Realizowane były zajęcia Wiodącego Ośrodka Koordynacyjno - Rehabilitacyjno- Opiekuńczego, w ramach programu kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem”, w tym kompetencje emocjonalno-społeczne.

Liceum Ogólnokształcące w Gołdapi i Zespół Szkół Zawodowych w Gołdapi

Do szkół uczęszcza kilkoro uczniów z różnymi niepełnosprawnościami. Są to uczniowie ze spektrum autyzmu czy Aspergerem. Ponadto są uczniowie o niepełnosprawności ruchowej i intelektualnej w stopniu lekkim. Wszyscy uczniowie z dysfunkcjami uczęszczają na zajęcia rewalidacyjne czy podnoszące kompetencje społeczne uczniów. Poza tym na zajęciach wychowawczych nauczyciele realizują tematy z programu profilaktyczno – wychowawczego i edukacji prozdrowotnej.

Szkoły realizują *Program* poprzez programy profilaktyczne i programy promocji zdrowia psychicznego, warsztaty, konkursy oraz inne działania związane z tematyką, taką jak m.in.:

- tolerancja, życzliwość i zrozumienie wobec drugiego człowieka, szczególnie wobec osób chorych i z niepełnosprawnością,
- profilaktyka raka szyjki macicy, wirusa HPV,
- uwrażliwianie młodzieży na to, co jest przemocą wobec drugiego człowieka i jaką formę może przybrać przemoc w rodzinie i poza nią,
- uświadamianie uczniom reakcji fizjologicznych i psychologicznych pod wpływem działania stresu, jak radzić sobie ze stresem, by uniknąć nerwicy i depresji,
- profilaktyka uzależnień - substancje psychoaktywne i inne zachowania ryzykowne u młodzieży (dopalacze, papierosy, narkotyki),
- edukacja zdrowotna w kontekście walki z koronawirusem.

Ze względu na pandemię wiele działań nie odbyło się lub miało formę zdalną.

W Zespole Szkół Zawodowych w Gołdapi od 1 października pracuje pani psycholog, która objęła swoimi konsultacjami szeroką grupę uczniów i rodziców. Efektem pracy jest bardzo wysoki odsetek młodzieży skierowanej na dalsze badania czy leczenie psychiatryczne.

Wnioski z analizy informacji zebranych od realizatorów *Programu*:

- 1. Problematyka zdrowia psychicznego człowieka uwzględniana jest w programach pracy szkół i Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, które kierują do dzieci i młodzieży wiele programów odpowiadających na ich potrzeby i aktualne problemy m.in. programy adaptacyjne dla młodzieży pierwszego rocznika, programy związane z niebezpieczeństwem w sieci, radzenie sobie ze stresem, z emocjami, asertywność, tolerancja i poszanowanie praw innych. Systematycznie organizowane i prowadzone są zajęcia edukacyjne i informacyjne dla dzieci, rodziców, nauczycieli z zakresu zdrowia psychicznego. Dodatkowo realizowane są działania skierowane na pomoc indywidualną dzieciom, rodzicom, nauczycielom (treningi, warsztaty).**
- 2. Szkoły realizują programy profilaktyczne i programy promocji zdrowia psychicznego. Stałym elementem w programie pracy z uczniami jest prewencja zjawisk stanowiących dla młodzieży szeroko rozumiane zagrożenie uzależnieniem od nikotyny, alkoholu, narkotyków i innych używek.**
- 3. Zwiększa się aktywność społeczna osób starszych z niepełnosprawnościami. Dzieje się to poprzez ich udział w zajęciach oferowanych przez ŚDS i WTZ – tym samym zwiększa się integracja społeczna osób z zaburzeniami psychicznymi. Nie bez znaczenia jest tu także realizacja programu „Asystent osobisty osoby niepełnosprawnej”.**
- 4. Wzrost świadomości społeczeństwa w zakresie wiedzy dotyczącej autyzmu, zaburzeń psychicznych, kompetencji rodziców w zakresie wychowywania dzieci z zaburzeniami psychicznymi, a także w zakresie funkcjonowania w społeczeństwie osób niepełnosprawnych, w tym osób z problemami psychicznymi.**
- 5. W środowisku szkolnym i pozaszkolnym tworzone są warunki do kształtowania pozytywnych relacji .**
- 6. Osobom potrzebującym udzielane jest wsparcie psychologiczne, socjalne i świadczone są porady prawne.**
- 7. Dzięki prowadzonej przez ŚDS terapii wyrównywane są deficyty rozwojowe, uczestnicy nabywają wiele umiejętności pozwalających im uczestniczyć w życiu społecznym zarówno w placówce, jak i poza nią. Stają się otwarci na kontakt ze środowiskiem zewnętrznym, zmieniają się ich zachowania na bardziej efektywne społecznie, stają się bardziej samodzielni, pozbywają się zahamowań w komunikowaniu się z osobami odwiedzającymi Dom.**

Wnioski z analizy informacji zebranych od realizatorów *Programu*:

Pomimo trudnej sytuacji pandemicznej, wskazane instytucje i podmioty angażowały się w realizację *Powiatowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego*.

Oczywiście teleporady czy wideokonsultacje nie zawsze odpowiadają na potrzeby wszystkich osób - osoby ubogie lub starsze mogą mieć ograniczony dostęp do rozwiązań telekomunikacyjnych. Dla części spotkań (jak np. grupy wsparcia) lepsze jest funkcjonowanie w rzeczywistym świecie, niż online. Jednakże instytucje musiały i odnalazły się w tej trudnej rzeczywistości.

Badania i analizy prowadzone na świecie w tej kwestii wskazują, iż najbliższe lata przyniosą nam pełny obraz skutków pandemii i jej wpływu na zdrowie psychiczne.

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

kwiecień 2021