

**UCHWAŁA NR XI/125/2012  
RADY GMINY SZTABIN**

z dnia 18 czerwca 2012 r.

**w sprawie uchwalenia Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012 - 2015**

Na podstawie art. 18 ust. 2 pkt 15 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2001 r. Nr 142, poz. 1591; z 2002 r. Nr 23, poz. 220, Nr 62, poz. 558, Nr 113, poz. 984, Nr 214, poz. 1806; z 2003 r. Nr 80, poz. 717, Nr 162, poz. 1568, Nr 203, poz. 1966; z 2004 r. Nr 102, poz. 1055, Nr 116, poz. 1203, Nr 167, poz. 1759; z 2005 r. Nr 172, poz. 1441, Nr 175, poz. 1457; z 2006 r. Nr 17, poz. 128, Nr 181, poz. 1337; z 2007 r. Nr 48, poz. 327, Nr 138, poz. 974, Nr 173, poz. 1218; z 2008 r. Nr 180, poz. 1111, Nr 223, poz. 1458; z 2009 r. Nr 52, poz. 420, Nr 157, poz. 1241; z 2010 r. Nr 28, poz. 142, Nr 28, poz. 146, Nr 40, poz. 230, Nr 106, poz. 675; z 2011 r. Nr 21, poz. 113, Nr 117, poz. 679, Nr 134, poz. 777, Nr 217, poz. 1281, Nr 149, poz. 887) oraz art. 2 ust. 4 pkt 1 ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2011 r. Nr 231, poz. 1375, Nr 122, poz. 696) uchwala się, co następuje:

**§ 1.** Przyjmuje się Gminny Program Promocji Zdrowia Psychicznego na terenie Gminy Sztabin na lata 2012 - 2015 stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

**§ 2.** Wykonanie uchwały powierza się Wójtowi Gminy Sztabin.

**§ 3.** Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Przewodniczący Rady

**Paweł Karp**

Załącznik do Uchwały Nr XI/125/2012

Rady Gminy Sztabin

z dnia 18 czerwca 2012 r.

## I. WPROWADZENIE

Podstawą opracowania Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012-2015 jest:

- ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 roku o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 1994 r. Nr 111, poz. 535 z późn. zm.),
- Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 28 grudnia 2010 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego (Dz. U. z 2011 r. Nr 24, poz. 128).

Ilekoć w niniejszym programie jest mowa o:

- promocji zdrowia – należy przez to rozumieć promocję zdrowia psychicznego,
- ochronie zdrowia – należy przez to rozumieć ochronę zdrowia psychicznego.

Gminny Program Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012-2015 oparty jest na zasadzie integracji działań, na rzecz poprawy i utrzymania zdrowia społeczności lokalnej ze szczególnym uwzględnieniem promocji zdrowia psychicznego.

Promocja zdrowia może być realizowana przez różne podmioty i w różnych miejscach, poczynając od zakładów opieki zdrowotnej, poprzez szkoły, zakłady pracy, organizacje pozarządowe i społeczność lokalną.

Działania na rzecz promocji zdrowia mają więc tym większe szanse powodzenia im więcej jednostek, grup społecznych w nim uczestniczy. Przyjmuje się, że współpraca w każdej dziedzinie wymaga inicjatyw, zrozumienia i wzajemnego zainteresowania. Dlatego też w działaniach na rzecz zdrowia psychicznego liczy się każdy mieszkaniec indywidualnie oraz grupowo, rodziny, pracownicy zakładów pracy i cała społeczność lokalna.

Stan zdrowia psychicznego społeczeństwa zależy w dużej mierze od tego, jaki prowadzi styl życia oraz co robią, aby swoje zdrowie zachować i chronić.

Celem głównym Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego jest promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Celami szczegółowymi Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego są:

1. W zakresie promowania zdrowia psychicznego i zapobiegania zaburzeniom psychicznym:

- upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego,
- kształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego,
- rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.

2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

Narodowy Program Zdrowia Psychicznego stanowi ogólne ramy dla Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012-2015.

Zadaniem tego Programu jest to, aby promocja zdrowia psychicznego stała się czynnikiem integrującym wszystkie środowiska lokalne.

Głównymi adresatami przedsięwzięć i inicjatyw zmierzających do poprawy stanu zdrowia psychicznego i zapobiegania zaburzeniom psychicznym są:

- wszyscy mieszkańcy Gminy Sztabin,

- nauczyciele, pedagodzy, psychologowie,
- uczniowie, wychowankowie.

Zachowania prozdrowotne przejawiają się wskutek np. wzorów rodzinnych, tradycji, mody, niewiedzy, przyzwyczajenia, itp. Stąd działania zawarte w Gminnym Programie Promocji Zdrowia Psychicznego zostały tak sformułowane, by położyć nacisk na działania zapobiegawcze, dotyczące w szczególności profilaktyki przeciwdziałające zachowaniom szkodliwym dla zdrowia.

Ze względu na to, że pragniemy przede wszystkim promować zdrowie i polepszać działania, zostały one skoncentrowane głównie na placówkach oświatowych.

Promowanie zdrowego stylu życia w odniesieniu do dzieci i młodzieży, szczególnie w środowisku nauczania i wychowania należy uznać za zadanie pierwszoplanowe. Jest to bowiem obowiązek dorosłych, gdyż zdrowie dzieci i młodzieży to pewien zasób i potencjał dla przyszłych pokoleń dorosłych, dla całych rodzin i następnych pokoleń. Należy również uznać, iż bardzo istotne jest również wychowanie zdrowotne, skierowane nie tylko na dzieci i młodzieży, ale i bezpośrednich opiekunów.

## **II. REALIZACJA GMINNEGO PROGRAMU PROMOCJI ZDROWIA PSYCHICZNEGO NA LATA 2012-2015**

Skuteczność realizacji tak szerokiego Programu wymaga zapewnienia określonych warunków, w tym szczególnie:

- 1) upowszechnienia celów i zadań Programu;
- 2) przygotowania odpowiednich materiałów informacyjnych, dostosowanych do potrzeb różnych grup ludności;
- 3) opracowania szczegółowych programów i harmonogramu działań przez wszystkich uczestników realizacji Programu i zapewnienia odpowiednich środków finansowych w swoich budżetach przez jednostki odpowiedzialne za realizację zadań;
- 4) nadanie priorytetu problematyce ochrony zdrowia psychicznego i różnym przedsięwzięciom profilaktycznym;
- 5) zapewnienia odpowiednich środków na wdrażanie projektów promocji zdrowia psychicznego i edukacji zdrowotnej na poziomie lokalnym.

Wdrożenie w życie Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012-2015 stanowić będzie ważny element profilaktyki zdrowia psychicznego mieszkańców Gminy. Promocja zdrowia psychicznego powinna być zatem czynnością ciągłą, a to oznacza, że czynność ta powinna być realizowana nieprzerwanie, niezależnie od ewentualnych zmian składu zespołu osób przygotowujących projekty, czy osób odpowiedzialnych za ich wdrażanie.

Jednym z istotnych czynników powodzenia programu profilaktycznego, podobnie jak każdej działalności społecznej realizowanej na poziomie lokalnym, jest jego akceptacja w społeczności. Widoczność społeczna podjętych działań i ich efektów winny stać się stałym elementem życia społeczności.

**Celem strategicznym** Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012-2015 jest promocja zdrowia psychicznego, jako czynnik integrujący wszystkie środowiska lokalne.

Lista priorytetów promocji zdrowia:

- 1) zapobieganie zaburzeniom psychicznym;
- 2) promocja zdrowia w szkołach;
- 3) promocja zdrowia w pracy.

Zestawienie celów ogólnych i szczegółowych z Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego

### **Cel główny 1**

Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

### **Cele szczegółowe:**

1. Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, ukształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.
2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.
3. Zwiększanie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

### **Cel główny 2**

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

### **Cele szczegółowe:**

1. Upowszechnienie środowiskowego modelu psychicznej opieki zdrowotnej.
2. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.
3. Aktywizacja zawodowa osób z zaburzeniami psychicznymi.
4. Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.

### **Finansowanie zadań odbywać się będzie w ramach:**

- budżetu Gminy Sztabin,
- własnych budżetów (podmioty statutowo podejmujące działania na rzecz zdrowia).

### **Realizatorzy programu :**

- Urząd Gminy Sztabin,
- placówki oświatowe Gminy Sztabin:
  - Zespół Szkół Samorządowych w Sztabinie,
  - Zespół Szkół Samorządowych w Krasnymborze
  - Szkoła Podstawowa w Jaziewie,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie,
- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

### **Współrealizatorzy programu:**

- niepubliczne zakłady opieki zdrowotnej działające na terenie Gminy Sztabin,
- Posterunek Policji w Sztabinie,
- zakłady pracy działające na terenie Gminy Sztabin,
- stowarzyszenia,

## **III. HARMONOGRAM REALIZACJI CELÓW I ZADAŃ GMINNEGO PROGRAMU PROMOCJI ZDROWIA PSYCHICZNEGO NA LATA 2012-2015**

Cele, zadania.	Podmioty odpowiedzialne	Termin realizacji
<b>Cel główny 1:</b> Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.		
<b>Cel szczegółowy:</b> Upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego kształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.		
Organizowanie imprez sportowo - rekreacyjnych. Reaktywowanie bądź organizowanie kół zainteresowań w szkołach.	Zespół Szkół Samorządowych w Sztabinie i Krasnymborze i SP w Jaziewie	2012-2015

Realizowanie programów profilaktycznych z zakresu zdrowia psychicznego nastolatków (anoreksja, depresje wczesno dziecięce, stosowanie anabolików).	Zespół Szkół Samorządowych w Sztabinie i Krasnymborze i SP w Jaziewie	2012-2015
Podniesienie świadomości środowiska lokalnego na temat promocji zdrowia poprzez organizowanie imprez integracyjnych dla pracowników, dzieci i młodzieży oraz mieszkańców gminy, uwzględniających elementy promocji zdrowia (plakaty, ulotki) oraz propagujące ruch na świeżym powietrzu. Prowadzenie edukacji prozdrowotnej społeczeństwa w zakresie przeciwdziałania nałogowi palenia tytoniu i innym uzależnieniom. Ogłaszanie konkursów na realizację zadań i programów z zakresu ochrony zdrowia. Propagowanie zdrowej żywności w sklepiku szkolnym. Prowadzenie w szkołach programów edukacyjnych, dostarczających wiedzy o przyczynach i skutkach nadużywania środków odurzających.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie  Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sztabinie  Zespół Szkół Samorządowych w Sztabinie i Krasnymborze i SP w Jaziewie	2012-2015
<b>Cel szczegółowy :</b> Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.		
Kierowanie na badania dzieci oraz młodzież, u których występują zaburzenia zachowania oraz istnieje zagrożenie wystąpienia zaburzeń psychicznych do Poradni Psychologiczno Pedagogicznej w Augustowie. Układanie tygodniowych rozkładów zajęć szkolnych zgodnie z normami higieny szkolnej. Organizacja różnych form edukacji dot. radzenia ze stresem wśród dzieci i młodzieży.	Zespół Szkół Samorządowych w Sztabinie i Krasnymborze oraz SP w Jaziewie	2012-2015
Kierowanie osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi na porady i konsultacje do Poradni Zdrowia Psychicznego w Augustowie.  Rozwój form aktywnego wykorzystania czasu wolnego.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie  Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sztabinie Zespół Szkół Publicznych w Sztabinie i Krasnymborze i SP w Jaziewie	2012-2015
<b>Cel szczegółowy:</b> Zwiększenie integracji społecznej dla osób z zaburzeniami psychicznymi.		
Udzielanie wsparcia w leczeniu ludziom chorym psychicznie umożliwiającym pełne uczestnictwo we wszystkich aspektach życia społeczności.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie	2012-2015
Kierowanie na Warsztaty Terapii Zajęciowej w Augustowie, które mają na celu ogólne usprawnienie, rozwijanie umiejętności obejmujących czynności życia codziennego, poprawę kondycji psychicznej i fizycznej.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sztabinie  Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie	2012-2015
<b>Cel główny 2:</b> 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.		
<b>Cel szczegółowy:</b> Upowszechnienie środowiskowego modelu psychicznej opieki zdrowotnej.		
Współpraca Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sztabinie ze służbami opieki psychiatrycznej na terenie powiatu oraz z lekarzem rodzinnym.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie	2012-2015
<b>Cel szczegółowy:</b> Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego.		
Organizowanie przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie	2012-2015
<b>Cel szczegółowy:</b> Aktywizacja zawodowa osób z zaburzeniami psychicznymi.		
Kierowanie osób z zaburzeniami psychicznymi do pośrednika pracy przy Powiatowym	Gminnego Ośrodka	2012-2015

Urządzie Pracy w Augustowie w celu przedstawienia ofert pracy znajdujących się w rejestrach urzędu.	Pomocy Społecznej w Sztabinie	
<b>Cel szczegółowy:</b> Skoordynowanie różnych form opieki i pomocy.		
Przekazanie Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012 - 2015 realizatorom i współrealizatorom programu wraz z zaproszeniem do współpracy.	Urząd Gminy Sztabin	lipiec 2012
Koordinowanie i sprawozdawczość z realizacji Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie	2012-2015
Rozpowszechnianie materiałów edukacyjnych i informacyjnych.	Urząd Gminy Sztabin Zespół Szkół Samorządowych w Sztabinie i Krasnymborze i SP w Jaziewie Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sztabinie	od września 2012
Publikowanie w prasie lokalnej „Nasz Sztabiński Dom” informacji o dostępnych formach opieki zdrowotnej.	Urząd Gminy Sztabin	od września 2012

#### IV. PODSUMOWANIE

Gminny Program Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2012-2015, ma za zadanie zaprezentowanie przyszłym realizatorom wykazu problemów, które należy dostrzegać wokół siebie oraz listę celów, zadań, które winny być uwzględniane dla osiągnięcia poprawy stanu zdrowia mieszkańców Gminy Sztabin podczas podejmowania różnych działań prozdrowotnych.

Przedstawiając niniejszy program należy stwierdzić, że niektóre elementy są już realizowane. Szereg propozycji wybiega jednak w przyszłość, a ich realizacja musi być rozłożona w czasie.

Przedstawiony „Program” nie ma charakteru jednorazowego, akcyjnego – jest to koncepcja długoterminowych, zintegrowanych i systematycznych działań.

Ważnym czynnikiem wpływającym na nasze zdrowie psychiczne oraz poczucie szczęścia i spełnienia w życiu jest rozwijanie własnych zainteresowań, praca, zabawa, nauka przez zabawę, edukacja, kultura i kultywowanie zdrowej filozofii życiowej, umiejętność dopasowania się i zharmonizowania swojego świata wewnętrznego ze światem zewnętrznym.