

**UCHWAŁA NR LXIX/797/2023  
RADY GMINY SZCZECINEK  
z dnia 28 września 2023 r.**

**w sprawie przyjęcia Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Gminy Szczecinek  
na lata 2023 – 2030**

Na podstawie art.7 ust. 1 pkt 5 oraz art. 18 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz.U. z 2022 r. poz. 559, 1005, poz. 1079, poz. 1561) oraz art. 1 ust. 1 i art. 2 ust. 4 pkt 1 ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. z 2022 r. poz. 2123, poz. 2220) w związku z częścią VII załącznika do rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 4 sierpnia 2016 r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025 (Dz.U. z 2021 r. poz. 642) - Rada Gminy Szczecinek uchwala, co następuje:

§ 1. Przyjmuje się Program Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Gminy Szczecinek na lata 2023–2030, stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Wykonanie uchwały powierza się Wójtowi Gminy Szczecinek.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**PRZEWODNICZĄCY RADY**

*Andrzej Usik*  
Andrzej Usik

Załącznik do Uchwały nr LXIX/797/2023

Rady Gminy Szczecinek z dnia 28 września 2023 r.



**GMINNY PROGRAM**  
**Ochrony Zdrowia Psychicznego**  
**dla mieszkańców Gminy Szczecinek**  
**na lata 2023-2030**

## I. WPROWADZENIE

Światowa Organizacja Zdrowia definiuje zdrowie psychiczne jako dobrostan, w którym jednostka realizuje swoje możliwości, potrafi poradzić sobie z różnorodnymi sytuacjami życiowymi, jest w stanie uczestniczyć w życiu społecznym oraz produktywnie pracować. Zdrowie psychiczne jest fundamentem dobrego samopoczucia i efektywnego funkcjonowania osoby w społeczeństwie. W związku z powyższym należy zauważyć, że zdrowie psychiczne oznacza dużo więcej niż brak zaburzeń psychicznych.

Profilaktyka zdrowia psychicznego jest jedną z procedur kształtowania rzeczywistości i świadomości społecznej. Promocja zdrowia jest procesem, który zmierza do zachowania zdrowia.

Ilekrót w niniejszym programie jest mowa o:

- Gminie - należy przez to rozumieć Gminę Szczecinek.
- Programie - należy przez to rozumieć Gminny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030.

Podstawą opracowania Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 jest:

- Ustawa z dnia 8 marca o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2023 r. poz. 40 t.j.);
- Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. z 2022 r. poz. 2123 t.j);
- Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz.U. 2023 poz. 395);
- Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. z 2021 r. poz. 1249, z 2023 r. poz. 289) ;
- Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. z 2023 r. poz. 17 t.j.);
- Ustawa z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2022 r. poz. 633, 655, 974, 1079, 2280, 2705, 2770 t.j.);
- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości (Dz. U. z 2023 r. poz. 165, 240, 535 t.j.);
- Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym (Dz. U. z 2022 r. poz. 1608. t.j.);
- Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 8 lutego 2017 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2022 (Dz.U. 2017 poz. 458)

Zgodnie z zapisami ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. z 2022 r. poz. 2123 t.j) ochronę zdrowia psychicznego zapewniają organy administracji rządowej i samorządowej oraz instytucje do tego powołane.

Gminny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 dla Gminy Szczecinek opracowany został na podstawie ankiet.

Głównym założeniem działań przyjętych do realizacji w ramach Programu jest umożliwienie jego adresatom zwiększenia kontroli nad zdrowiem psychicznym oraz jego polepszenie i podniesienie jakości życia.

Odbywać się to będzie poprzez podnoszenie poziomu wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowanie korzystnego zachowania i stylów życia, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w

sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu i postaw zapobiegających ich powstawaniu, przeciwdziałanie nietolerancji, dyskryminacji i wykluczeniu osób cierpiących na zaburzenia psychiczne oraz zapewnienie dostępu do poradnictwa i pomocy w stanach kryzysu psychicznego.

Ochrona zdrowia może być realizowana przez różne podmioty i w różnych miejscach, począwszy od zakładów opieki zdrowotnej, poprzez szkoły, zakłady pracy, organizacje pozarządowe i społeczność lokalną. Działania na rzecz ochrony 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 prowadzą styl życia oraz co robią, aby swoje zdrowie zachować i chronić.

Zachowania prozdrowotne kształtują się pod wpływem m.in. wzorów rodzinnych, tradycji, mody, przyzwyczajenia, itp. Stąd działania zawarte w Programie zostały tak sformułowane, by położyć nacisk na działania związane z profilaktyką i promocją zdrowia psychicznego, a skoncentrowano je 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 wychowanie zdrowotne, skierowane nie tylko na dzieci i młodzież, ale i ich bezpośrednich opiekunów.

## **II. CELE GMINNEGO PROGRAMU OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO NA LATA 2023-2030**

Narodowy Program Zdrowia Psychicznego stanowi ogólne ramy dla Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030.

Działania prowadzone w Gminie Szczecinek mają na celu: promocję zdrowia psychicznego, zapobieganie zaburzeniom psychicznym oraz kształtowanie wobec osób z zaburzeniami psychicznymi właściwych postaw społecznych, a zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości oraz przeciwdziałaniu ich dyskryminacji.

Cele będą realizowane poprzez działania zmierzające do zapewnienia osobom z zaburzeniami psychicznymi specjalistycznej opieki, integracji społecznej, a także stworzenia bezpiecznych warunków do funkcjonowania w społeczności. Bardzo istotne jest, aby równolegle były prowadzone działania mające na celu promocję zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

### **Celem głównym Programu jest:**

- promocja zdrowia psychicznego;
- zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej opieki adekwatnej do ich potrzeb;
- zwiększenie integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

### **Do celów szczegółowych należy:**

- udzielanie wsparcia psychologiczno-pedagogicznego uczniom,
- udzielanie wsparcia psychologiczno-pedagogicznego rodzicom,
- udzielanie wsparcia w zakresie zdrowia psychicznego mieszkańcom Gminy.

**Zadania:**

- wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży przez udzielanie pomocy psychologiczno- pedagogicznej,

**Adresaci Programu:**

Program adresowany jest do społeczności Gminy, a w szczególności do:

- uczniów,
- rodziców/opiekunów.

**Oczekiwane efekty:**

- podniesienie poziomu wiedzy społeczeństwa o zdrowiu psychicznym,
- zmiana w postrzeganiu problemów zaburzeń psychicznych,
- odejście od stereotypów myślowych na temat zaburzeń psychicznych,
- zwiększenie poczucia własnej wartości,
- podniesienie niskiej samooceny,
- kształtowanie właściwego zachowania prozdrowotnego,
- przeciwdziałanie rozwojowi chorób psychicznych w rodzinie, w szkole i środowisku w tym zwrócenie szczególnej uwagi na problemy adaptacyjne, rodzinne, rówieśnicze.

**III. DIAGNOZA OBSZARU OBJETEGO PROGRAMEM.**

Gmina Szczecinek to Gmina wiejska w województwie zachodniopomorskim. Gmina stanowi 28,2% powierzchni powiatu. Siedzibą Gminy jest Szczecinek, ul. Piłska 3. Gmina składa się z 28 sołectw, a w granice administracyjne wchodzi następujące miejscowości: Brzeźno, Dałęcino, Drawień, Drężno, Dziki, Gałowo, Grąbczyn, Gwda Mała, Gwda Wielka, Jelenino, Kragłe, Kusowo, Kwakowo, Marcellin, Mosina, Omulna, Parsęcko, Sitno, Spore, Stare Wierzchowo, Trzesieka, Turowo, Wierzchowo, Wilcze Laski, Wojnowo, Żółtnica, Białe, Brodźce, Buczek, Dałęcinko, Dąbrowa, Dębowo, Dębrzyna, Dobrogoszcz, Godzimirz, Gołębiewo, Grąbczyński Młyn, Grochowiska, Jadwizyn, Janowo, Krasnobrzeg, Lipnica, Łabędź, Łączka, Łozinka, Łysa Góra, Malechowo, Miękowo, Mosinka, Myślęcín, Niedźwiady, Nizinne, Nowe Gonne, Opoczyska, Orłowce, Parnica, Pietrzykowo, Płużyny, Siedlice, Sierszeniska, Skalno, Skotniki, Sławęcice, Smolniki, Spotkanie, Strzeżysław, Tarnina, Trzcínno, Trzebiechowo, Trzebujewo, Turowo, Wągodno, Węglewo, Wielisławice, Zamęcie, Zielonowo. Gmina Szczecinek liczy 9153 osoby na dzień 31-12-2020 r.

Dla potrzeb opracowania Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla mieszkańców Gminy Szczecinek na lata 2023 - 2030 zostało przeprowadzone badanie, którego celem było zgromadzenie informacji na temat wiedzy i potrzeb mieszkańców Gminy Szczecinek z zakresu zdrowia psychicznego. Zebrane w ten sposób informacje zostaną wykorzystane do opracowania diagnozy środowiska i problemów związanych z ochroną zdrowia psychicznego w Gminie Szczecinek. Ankieta była anonimowa, skierowana do mieszkańców Gminy Szczecinek zamieszczona na stronie internetowej Urzędu Gminy Szczecinek w formie online przekazana do samodzielnego wypełnienia mieszkańcom Gminy Szczecinek. Stosowane pytania to pytania zamknięte oraz pytania otwarte.

#### Wnioski z ankiet kształtują się następująco:

Mieszkańcy Gminy są zorientowani czym jest zdrowie psychiczne, oceniają stan swojego zdrowia psychicznego jako bardzo dobry i dobry. Radzą sobie z problemami, a w razie potrzeby wiedzą gdzie się udać po poradę i w jakich instytucjach mogą uzyskać pomoc.

Ankietowani w znacznej większości odpowiedzieli, iż korzystanie z usług psychologa, psychiatry nie jest powodem do wstydu. Można zatem stwierdzić, że wśród mieszkańców Gminy biorących udział w ankiecie rośnie świadomość, że warto zajmować się na bieżąco swoim zdrowiem psychicznym, by zapobiec ewentualnym kryzysom w przyszłości.

Niepokojący jest fakt, iż raczej mało korzystnie oceniają dostępności do usług specjalistów. W pewnym stopniu związane może być z tym, iż z każdym rokiem przybywa osób gotowych skorzystać z pomocy lekarzy psychiatrów. Śmiało można powiedzieć, że zapotrzebowanie na psychiatrów jest dużo większe niż możliwości systemu opieki zdrowotnej w Polsce. Obecnie mamy około 4 tys. lekarzy psychiatrów, co stanowi jeden z najniższych wskaźników w Unii Europejskiej, nie wspominając o psychiatrii dzieci i młodzieży – na 7 mln dzieci przypada 400 lekarzy psychiatrów.

Dostęp do lekarzy psychiatrów jest więc utrudniony, a potrzeby są ogromne, co nie wynika z chwilowej mody. Zaburzenia psychiczne stają się symbolem naszych czasów, wręcz chorobą cywilizacyjną. Z wielu danych wynika, że problemy te będą narastać. Rośnie też świadomość, że warto zajmować się na bieżąco swoim zdrowiem psychicznym, by zapobiec ewentualnym kryzysom w przyszłości. Zapotrzebowanie na lekarzy psychiatrów będzie coraz większe.

Respondenci deklarują poprzez ankietę chęć udziału w spotkaniach i prelekcjach dotyczących zdrowia psychicznego, a także wyrażają chęć udziału w bezpłatnej konferencji/warsztatach mających na celu podniesienie świadomości na temat zaburzeń psychicznych i możliwości ich leczenia.

#### **IV. REALIZACJA CELÓW I ZADAŃ GMINNEGO PROGRAMU OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO NA LATA 2023-2030**

##### **Rezultaty Programu:**

W wyniku realizacji założonych celów, przewiduje się, że zostaną osiągnięte następujące rezultaty:

- wzrośnie skuteczność w przeciwdziałaniu chorobom psychicznym,
- nastąpi wzrost świadomości społeczeństwa na temat funkcjonowania osób z zaburzeniami psychicznymi,
- wzrośnie świadomość społeczna w zakresie radzenia sobie z trudnymi sytuacjami.

##### **Realizatorzy Programu:**

- Jednostki oświatowe na terenie Gminy Szczecinek;
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szczecinku;
- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych;
- Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie;
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Turowie z filią Gwda Wielka
- Przychodnia Lekarska Amelia w Wierzchowie.

### **Współrealizatorzy programu:**

- Jednostki ratownicze, np. ochotnicze straże pożarne,
- Wolontariusze,
- Stowarzyszenia i organizacje pozarządowe,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „SALUS” w Szczecinku,
- Niepubliczny Zespół Opieki Zdrowotnej „Patronka” w Szczecinku,
- Poradnia Psychologiczno– Pedagogiczna w Szczecinku,
- Niepubliczna Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna „Jaś i Małgosia”,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Szczecinku,
- Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Jana Brzechwy w Szczecinku,
- Dom Pomocy Społecznej w Bornem Sulinowie,
- Fundacja Imienia Stanisława Karłowskiego w Juchowie,
- Centrum Zdrowia Psychicznego w Szczecinku,
- Zespół Leczenia Środowiskowego.

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

- środków własnych Gminy,
- środków pozyskanych z funduszy zewnętrznych.

### **Termin realizacji i harmonogram Programu**

Termin realizacji: 2023 – 2030.

### **Koordynator Programu:**

Zespół ds. zdrowia psychicznego, przy wsparciu Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Szczecinku.

### **Monitorowanie i ocena:**

Gromadzenie i analizowanie sprawozdań zawierających informacje dotyczące realizacji zadań wynikających z Programu, przekazywanych koordynatorowi przez podmioty wskazane w Programie.

### **Sprawozdawczość:**

Z realizacji Programu sporządzane będzie roczne sprawozdanie i składane w terminie do 30 maja każdego roku Wójtowi Gminy Szczecinek, oparte na danych przekazywanych do Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej, przez wszystkie podmioty współpracujące i realizujące Program.

Tab. 1 Cele szczegółowe

Cele	Zadania	Działania	Realizatorzy	Wskaźniki realizacji zadania
<b>1. Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej opieki adekwatnej do ich potrzeb</b>	Wsparcie osób poprzez konsultacje	Kierowanie osób zagrożonych zaburzeniami psychicznymi do poradni specjalistycznych	- GKRPA Przychodnia Amelia, Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	Liczba osób skierowanych do poradni,
<b>2. Udzielanie wsparcia psychologiczno – pedagogicznego uczniom i ich rodzicom</b>	Wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży przez poradnie psychologiczno-pedagogiczne  przez udzielanie dzieciom i młodzieży oraz rodzicom pomocy psychologiczno - pedagogicznej	Realizacja programów edukacyjnych i profilaktycznych w placówkach oświatowych poprzez: - prowadzenie kampanii informacyjnych o zagrożeniach dla zdrowia psychicznego, skierowanych do odpowiednio wybranych grup docelowych, uczniów i nauczycieli, zgodnie z potrzebami, - prowadzenie zajęć edukacyjnych i grup wsparcia dotyczących szkodliwości substancji psychoaktywnych.	Szkoły podstawowe na terenie Gminy Szczecinek, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna,	- ilość udzielonych porad - liczba spotkań  - ilość uczestników



		- prowadzenie zajęć edukacyjnych dla dzieci i młodzieży dotyczących umiejętności radzenia sobie z własnymi emocjami, wyrażaniem myśli i uczuć, akceptowaniem siebie		
<b>3. Udzielanie wsparcia w zakresie zdrowia psychicznego mieszkańcom Gminy</b>	1. Wspieranie mieszkańców Gminy	Podnoszenie poziomu wiedzy na temat zdrowia psychicznego poprzez organizowanie wykładów i konferencji	GOPS, ŚDS, SOSzW, organizacje pozarządowe, OSP	Ilość osób biorących udział w konferencjach
	2. Reagowanie na zagrożenie związane z zachorowaniem na choroby psychiczne	Rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem i w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu	GOPS, ŚDS, organizacje pozarządowe.	Ilość uczestników

## V. PODSUMOWANIE

Celem strategicznym Gminnego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla mieszkańców Gminy Szczecinek na lata 2023-2030 jest promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym i skuteczne wsparcie. Cel strategiczny Programu jest zgodny z misją określoną w Narodowym Programie Ochrony Zdrowia Psychicznego.

GPOZP zawiera informacje o istniejącym stanie infrastruktury społeczno – zdrowotnej powiatowych jednostek oraz partnerach realizujących zadania w ramach dotacji z budżetu powiatu oraz wyznacza kierunki, w jakich powinny zmierzać działania na rzecz ochrony zdrowia psychicznego. Program bazuje na realnie podejmowanych działaniach, które w okresie danego roku są w stanie zapewnić realizację przyjętych priorytetów i zadań.

GPOZP dla mieszkańców Gminy Szczecinek ma charakter otwarty i przy zaangażowaniu władz publicznych i zainteresowanych stron będzie aktualizowany w miarę pojawiających się potrzeb mieszkańców oraz możliwości prawnych i finansowych samorządu gminnego.

Przedstawiając niniejszy program należy też stwierdzić, że niektóre elementy są już realizowane przez szkoły i Ośrodek Pomocy Społecznej w ramach ich statutowej działalności. Szereg propozycji wybiega jednak w przyszłość, a ich realizacja musi być rozłożona w czasie. Przedstawiony Program nie ma charakteru jednorazowego, akcyjnego – jest to program 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.