

UCHWAŁA NR
RADY MIEJSKIEJ W SUWAŁKACH

z dnia 2025 r.

w sprawie przyjęcia Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 roku

Na podstawie art. 18 ust. 2 pkt 15 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2025 r. poz. 1153) oraz art. 2 ust. 4 pkt 1 ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2024 r. poz. 917) w związku z Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 (Dz. U. z 2023 r. poz. 2480) Rada Miejska w Suwałkach uchwala, co następuje:

§ 1. Przyjmuje się Program Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 roku, w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Wykonanie uchwały powierza się Prezydentowi Miasta Suwałk.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Załącznik do uchwały nr
Rady Miejskiej w Suwałkach
z dnia 2025 r.



PROGRAM OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO MIESZKAŃCÓW SUWAŁEK DO 2030 ROKU

Suwałki, 2025 rok

Spis treści

I.	Wprowadzenie	2
II.	Populacja miasta Suwałki	3
III.	Placówki udzielające pomocy i wsparcia w zakresie ochrony zdrowia psychicznego na terenie miasta Suwałki	4
III.1	Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach	4
III.2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach	6
III.3	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach	7
III.4	Środowiskowy Dom Samopomocy w Suwałkach	7
III.5	Środowiskowy Dom Samopomocy Stowarzyszenia „Aktywni Tak Samo” w Suwałkach	8
III.6	Powiatowy Urząd Pracy w Suwałkach	8
III.7	Suwańskie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Chorych Psychicznie „Nadzieja” w Suwałkach	9
III.8	Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT	10
III.9	Fundacja EGO	10
III.10	Towarzystwa Przyjaciół Dzieci Oddział Okręgowy w Suwałkach	11
III.11	Suwański Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Suwałkach	11
III.12	Oświata i wychowanie	12
IV.	Cele i zadania Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 r.	13
V.	Źródła finansowania Programu	42
VI.	Monitoring i ewaluacja	42
VII.	Zespół ds. opracowania i realizacji Programu	43
VIII.	Podmioty realizujące Program	44
IX.	Bibliografia	45

I. Wprowadzenie

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) zdrowie psychiczne można zdefiniować jako stan pełnego dobrostanu fizycznego, psychicznego i społecznego człowieka oraz jego zdolność do rozwoju i samorealizacji. Oznacza to, że zdrowie psychiczne to nie tylko brak chorób, lecz także poczucie własnej wartości, odpowiedzialność za własne życie — w tym podejmowane decyzje, popełniane błędy i osiągnięte sukcesy — oraz aktywne uczestnictwo w życiu społecznym, zawodowym i relacjach interpersonalnych¹.

Dane i prognozy dotyczące zdrowia psychicznego wskazują, że zaburzenia psychiczne stanowią poważny i narastający problem na całym świecie. Według WHO, najczęstszymi zaburzeniami psychicznymi są depresja oraz zaburzenia związane z nadużywaniem alkoholu. Depresja znajduje się na liście 20 najważniejszych przyczyn niepełnosprawności globalnie. Zaburzenia psychiczne oraz związane z używaniem substancji psychoaktywnych odpowiadają za aż 31% globalnego obciążenia chorobą (ang. Global Burden of Disease – GBD), które jest kompleksową miarą zdrowia, obejmującą analizę umieralności, niepełnosprawności oraz czynników ryzyka. Około 90% samobójstw wiąże się z depresją oraz używaniem różnych substancji, takich jak alkohol czy narkotyki. Według prognoz WHO, do 2030 roku depresja stanie się głównym czynnikiem wpływającym na GBD. Choć zaburzenia psychiczne nie zawsze prowadzą do przedwczesnej śmierci (z wyjątkiem przypadków samobójstw), powodują one znaczną niepełnosprawność. Analizy stanu zdrowia Polaków potwierdzają, że depresja, przemoc oraz nadużywanie alkoholu należą do najważniejszych czynników przyczyniających się do globalnego obciążenia chorobą².

Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej zapewnia każdemu prawo do ochrony zdrowia, a obywatelom, niezależnie od ich sytuacji materialnej, władze publiczne zapewniają równy dostęp do świadczeń opieki zdrowotnej finansowanej ze środków publicznych³. W trosce o zdrowie psychiczne szczególne znaczenie ma Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego, która określa m.in. zadania związane z promocją zdrowia

¹ Stacje sanitarno-epidemiologiczne, <https://www.gov.pl/web/wsse-warszawa/promocja-zdrowia-psychicznego> [dostęp: 18.09.2025 r.],

² Stacje sanitarno-epidemiologiczne, <https://www.gov.pl/web/wsse-warszawa/zdrowie-psychiczne> [dostęp: 18.09.2025 r.],

³ Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. Nr 78, poz. 483 z późn. zm.),

psychicznego oraz zapobieganiem zaburzeniom psychicznym. Ustawa ta gwarantuje również zapewnienie niezbędnej pomocy osobom dotkniętym zaburzeniami psychicznymi⁴. W oparciu o jej przepisy, w dniu 30 października 2023 r. Rada Ministrów wydała rozporządzenie w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023–2030, które wyznacza cele i kierunki działań na rzecz poprawy zdrowia psychicznego w Polsce⁵.

W oparciu o przywołane powyżej rozporządzenie opracowano niniejszy dokument – Program ochrony zdrowia psychicznego mieszkańców Suwałk do 2030 roku. Program ten nie tylko odpowiada na potrzeby mieszkańców miasta w zakresie ochrony zdrowia psychicznego, lecz także stanowi istotny element wspierający działania mające na celu poprawę jakości opieki w tym obszarze.

Zarówno samorządy powiatowe, jak i gminne odgrywają istotną rolę w realizacji zadań z zakresu ochrony zdrowia psychicznego na poziomie lokalnym. W obu przypadkach przyjęto ten sam cel główny, który stanowi fundament podejmowanych działań: zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi, w tym osobom uzależnionym oraz doświadczającym kryzysu psychicznego, wszechstronnej i kompleksowej opieki i wsparcia adekwatnych do ich potrzeb⁶. Realizacja tego celu wymaga współpracy międzysektorowej oraz dostosowania lokalnych usług i zasobów do indywidualnych potrzeb mieszkańców dotkniętych problemami zdrowia psychicznego.

II. Populacja miasta Suwałki

Miasto Suwałki usytuowane jest w północnej części województwa podlaskiego, blisko granic z Litwą, Białorusią i Rosją (Obwodem Królewieckim). To drugie co do wielkości miasto w województwie, po Białymstoku. Według danych Głównego Urzędu Statystycznego na dzień 31 grudnia 2024 r. Suwałki zamieszkiwało 68 143 mieszkańców na obszarze 65,5 km². W porównaniu do danych z końca roku 2023, populacja ta zmniejszyła się o 88 osób. Na koniec 2024 roku liczba mężczyzn wynosiła 32 533, natomiast kobiet – 35

⁴ Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 917),

⁵ Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 (Dz. U. poz. 2480),

⁶ Rozporządzenie Rady Ministrów, op. cit., (Dz.U. poz. 2480),

610⁷. W porównaniu do danych z poprzedniego spisu powszechnego, liczba ludności Suwałk nie uległa znaczącym zmianom i pozostała na zbliżonym poziomie⁸.

III. Placówki udzielające pomocy i wsparcia w zakresie ochrony zdrowia psychicznego na terenie miasta Suwałki

Współczesne wyzwania cywilizacyjne, tempo życia oraz rosnąca liczba zaburzeń emocjonalnych i psychicznych sprawiają, że troska o zdrowie psychiczne staje się jednym z kluczowych elementów polityki zdrowotnej zarówno na szczeblu krajowym, jak i lokalnym. W odpowiedzi na te potrzeby na terenie Suwałk funkcjonują placówki świadczące pomoc i wsparcie osobom zmagającym się z trudnościami natury psychicznej. Instytucje te odgrywają istotną rolę w zapewnianiu dostępu do specjalistycznych usług terapeutycznych, diagnostycznych oraz interwencyjnych dla mieszkańców miasta.

III.1 Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach

Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach (SP SPZOZ) świadczy kompleksową pomoc osobom wymagającym leczenia w zakresie chorób psychicznych, psychosomatycznych, geriatrycznych zaburzeń emocjonalnych oraz uzależnień. W odpowiedzi na rosnące potrzeby społeczne Szpital uruchomił Centrum Zdrowia Psychicznego oraz Ośrodki Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży, zlokalizowane w Suwałkach, Mońkach, Smolnikach, Sokółce, Augustowie i Sejnach⁹. Łączna liczba osób objętych świadczeniami SP SPZOZ w Suwałkach w 2024 roku wyniosła 8 051. Najwyższy

⁷Urząd Miejski w Suwałkach, Raport o stanie miasta za 2024 rok, Suwałki 2025, https://um.suwalki.pl/storage/uzytownicy/kszel@um.suwalki.pl/2025/20250624Raport/raport_o_stanie_miasta_za_2024_rok.pdf [dostęp: 19.09.2025 r.],

⁸ Urząd Statystyczny w Białymstoku, Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań 2021. Stan i struktura demograficzno-społeczna ludności w województwie podlaskim w świetle wyników NSP 2021, Białystok 2024, https://bialystok.stat.gov.pl/download/gfx/bialystok/pl/defaultaktualnosci/753/19/1/1/nsp_2021._stan_i_struktura_demograficznospoleczna_ludnosci_w_województwie_podlaskim_w_swietle_wynikow_nsp_2021.pdf&ved=2ahUKEwjDxrnz6fCPAxWBhf0HHfxbHD8QFnoECCUQAQ&usg=AOvVaw1Fptf6DNYC753ZQBtOwOV [dostęp: 19.09.2025 r.],

⁹ Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach, <http://spspzo.pl/o-szpitalu/> [dostęp: 19.09.2025 r.],

odsetek pacjentów odnotowano w Poradni Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych, obejmującej również Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny i Klub Pacjenta – 4 120 osób¹⁰.

Placówka prowadzi również warsztaty terapii zajęciowej, muzykoterapię oraz rehabilitację psychofizyczną. Po zakończeniu hospitalizacji pacjenci mają możliwość kontynuowania leczenia w poradniach działających w strukturze Szpitala.

Istotnym elementem wsparcia jest również opieka środowiskowa, rehabilitacja psychiczna oraz pomoc w rozwiązywaniu problemów socjalnych i bytowych. Ponadto, w strukturze Szpitala funkcjonuje także Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy Psychiatryczny, zapewniający całodobową opiekę osobom z zaburzeniami psychicznymi i niepełnosprawnością uniemożliwiającą samodzielne funkcjonowanie.

Pełna struktura Szpitala obejmuje następujące komórki oferujące wsparcie w zakresie ochrony zdrowia psychicznego:

- **Oddział Psychiatryczny**
 - Pododdział Psychiatryczny I
 - Pododdział Terapii dla Uzależnionych od Alkoholu ze Współistniejącymi Innymi Zaburzeniami Psychicznymi
 - Pododdział Psychiatryczny II
- **Oddział Dzienny Psychiatryczny**
- **Oddział psychogeriatryczny**
 - Pododdział psychiatryczny dla chorych somatycznie
- **Oddział Dzienny Psychiatryczny Geriatryczny**
- **Oddział Leczenia Uzależnień i Zaburzeń Emocjonalnych**
 - Pododdział Detoksykacji
- **Pododdział Leczenia Zaburzeń Nerwicowych**
- **Oddział Dzienny Terapii Nerwic**
- **Oddział Terapii i Rehabilitacji Nerwic – Smolniki 9**
- **Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy Psychiatryczny**
- **Oddział Dzienny Psychiatryczno-Rehabilitacyjny**
- **Oddział Dzienny Psychiatryczny Rehabilitacyjny dla Dzieci i Młodzieży**

¹⁰ Dane SP SPZOZ w Suwałkach,

- **Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych**
- **Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży**
- **Poradnia Psychologiczna**
- **Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Substancji Psychoaktywnych**
- **Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu**

III.2 Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach to publiczna placówka świadcząca specjalistyczne wsparcie dzieciom i młodzieży na różnych etapach edukacji – od przedszkola, przez szkoły podstawowe, aż po szkoły ponadpodstawowe. W ramach swojej działalności poradnia oferuje pomoc psychologiczną, pedagogiczną, logopedyczną oraz wsparcie w zakresie doradztwa zawodowego.¹¹ Działania placówki ukierunkowane są na wczesne rozpoznawanie trudności rozwojowych, edukacyjnych i emocjonalnych, a także na wspomaganie rozwoju dzieci i młodzieży w ścisłej współpracy z rodzicami oraz placówkami oświatowymi.

W obszarze ochrony zdrowia psychicznego Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach prowadzi działania edukacyjne skierowane do dzieci i młodzieży, ich rodziców oraz nauczycieli. Celem tych działań jest zwiększenie świadomości na temat zdrowia psychicznego, wczesne rozpoznawanie trudności emocjonalnych oraz promowanie postaw sprzyjających dbaniu o dobrostan psychiczny. W 2024 roku z usług Poradni skorzystało łącznie 2 335 osób, z czego największą grupę – 1 506 osób – stanowiły osoby objęte indywidualnymi poradami i konsultacjami, ukierunkowanymi na wsparcie uczniów oraz rodziców dzieci i młodzieży z trudnościami emocjonalno-społecznymi i edukacyjnymi¹².

¹¹ Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach, <https://poradnia.suwalki.pl/o-poradni/> [dostęp: 22.09.2025 r.],

¹² Dane Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Suwałkach,

III.3 Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach realizuje zadania z zakresu pomocy społecznej, wspierania rodziny oraz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu. Ośrodek udziela wsparcia osobom i rodzinom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej, świadcząc pomoc finansową, rzeczową, psychologiczną i prawną. W ramach swoich kompetencji MOPR prowadzi także działania w obszarze ochrony zdrowia psychicznego, udzielając wsparcia osobom z zaburzeniami psychicznymi oraz ich rodzinom, m.in. poprzez pracę socjalną, poradnictwo specjalistyczne oraz organizację usług opiekuńczych.

W 2024 roku z usług świadczonych przez Ośrodek skorzystało 699 osób. Największą grupę stanowili beneficjenci korzystający z funkcji orzekania o niepełnosprawności – 307 osób, a także osoby z zaburzeniami psychicznymi o niskich dochodach, którym udzielono pomocy finansowej w formie zasiłków stałych, celowych i okresowych – 221 osób¹³.

III.4 Środowiskowy Dom Samopomocy w Suwałkach

Środowiskowy Dom Samopomocy w Suwałkach to miejska jednostka organizacyjna. Jest placówką dziennego pobytu przeznaczoną dla 38 osób z zaburzeniami psychicznymi oraz niepełnosprawnością intelektualną¹⁴. Uczestnicy, zmagający się z trudnościami w codziennym funkcjonowaniu, otrzymują wsparcie w zakresie zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych, przeciwdziałania społecznemu wykluczeniu oraz rehabilitacji psychospołecznej. Celem działalności ośrodka jest poprawa jakości życia jego podopiecznych, zapobieganie regresowi oraz wzmocnienie ich aktywności i samodzielności.

„Dom” stanowi istotny element lokalnej sieci wsparcia zdrowia psychicznego, umożliwiając uczestnikom codzienne kontakty społeczne, integrację ze środowiskiem i wytchnienie dla rodzin sprawujących nad nimi opiekę. W roku 2024 poszczególnymi działaniami objęto 44 osoby¹⁵. Działalność ŚDS finansowana jest ze środków budżetu państwa.

¹³ Dane MOPR w Suwałkach,

¹⁴ Dane Środowiskowego Domu Samopomocy w Suwałkach,

¹⁵ Ibidem,

III.5 Środowiskowy Dom Samopomocy Stowarzyszenia „Aktywni Tak Samo” w Suwałkach

Środowiskowy Dom Samopomocy prowadzony przez Stowarzyszenie „Aktywni Tak Samo” funkcjonuje jako placówka dziennego pobytu dla dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz zaburzeniami neurologicznymi. W roku 2024 liczba podopiecznych ŚDS wyniosła 34 osoby¹⁶.

Głównym celem działalności ośrodka jest wspieranie uczestników w procesie rehabilitacji społecznej i zdrowotnej, rozwijanie ich samodzielności oraz integracja ze społecznością lokalną. Podopieczni biorą udział w zajęciach prowadzonych w specjalistycznych pracowniach, m.in. gospodarstwa domowego, arteterapii, rękodzieła, ceramiki, technicznej (mini stolarnia) oraz w sali rehabilitacyjnej. Uzupełnieniem oferty są indywidualne zajęcia z psychologiem, pedagogiem i logopedą, ukierunkowane na wszechstronne usprawnianie funkcji poznawczych i społecznych. Placówka zapewnia uczestnikom ciepłą, wspierającą atmosferę oraz bezpieczną przestrzeń do rozwoju i odpoczynku. Działalność ŚDS finansowana jest ze środków budżetu państwa¹⁷.

Oprócz głównej funkcji Środowiskowego Domu Samopomocy jaką jest prowadzenie dziennej placówki pobytu, „Dom” w roku 2024 organizował szereg innych działań wspomagających¹⁸.

III.6 Powiatowy Urząd Pracy w Suwałkach

Powiatowy Urząd Pracy w Suwałkach jest jednostką organizacyjną Starostwa Powiatowego w Suwałkach.

Działalność Powiatowego Urzędu Pracy w Suwałkach opiera się na zapisach ustawy z dnia 20 marca 2025 r. o rynku pracy i służbach zatrudnienia. Urząd realizuje zadania z zakresu przeciwdziałania bezrobociu, wspierania zatrudnienia oraz aktywizacji zawodowej mieszkańców. Do jego kompetencji należy m.in. rejestrowanie osób bezrobotnych, udzielanie świadczeń z Funduszu Pracy, organizacja szkoleń, staży, prac

¹⁶ Dane ze sprawozdania z działalności Środowiskowego Domu Samopomocy Domu Dziennego Pobytu Stowarzyszenia „Aktywni Tak Samo” w Suwałkach za 2024 rok,

¹⁷ Stowarzyszenie Aktywni Tak Samo, <http://aktywnitaksamo.com.pl/sdr/> [dostęp: 22.09.2025 r.],

¹⁸ Dane Środowiskowego Domu Samopomocy Stowarzyszenia „Aktywni Tak Samo” w Suwałkach,

interwencyjnych oraz świadczenie usług doradztwa zawodowego i pośrednictwa pracy. PUP współpracuje z lokalnymi instytucjami edukacyjnymi i społecznymi, realizuje projekty finansowane ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, a także prowadzi działania wspierające pracodawców i monitorujące sytuację na lokalnym rynku pracy¹⁹.

Oprócz głównej działalności, PUP odgrywa ważną rolę w realizacji zadań z zakresu aktywizacji zawodowej osób posiadających orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, w tym z zaburzeniami psychicznymi poprzez rejestrację osób bezrobotnych, pośrednictwo pracy, poradnictwo zawodowe, planowanie rozwoju zawodowego, organizację szkoleń czy zatrudnienie subsydiowane. W roku 2024, PUP zarejestrował 349 osób z niepełnosprawnością, w tym 86 osób z zaburzeniami psychicznymi²⁰.

III.7 Suwalskie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Chorych Psychiczenie „Nadzieja” w Suwałkach

Suwalskie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Chorych Psychiczenie „Nadzieja” prowadzi działalność ukierunkowaną na wszechstronne wsparcie osób z zaburzeniami psychicznymi oraz ich rodzin. Do głównych celów Stowarzyszenia należy m.in. inicjowanie i rozwijanie kontaktów społecznych osób chorujących, promowanie idei Stowarzyszenia w środkach masowego przekazu, a także nawiązywanie współpracy z ośrodkami w kraju i za granicą. Organizacja prowadzi również działalność wydawniczą, dąży do utworzenia fundacji wspierającej jej działania, a także zabiega o warunki umożliwiające pełne korzystanie z praw obywatelskich przez osoby z diagnozą choroby psychicznej²¹.

Działalność Stowarzyszenia „Nadzieja” stanowi istotne uzupełnienie lokalnego systemu wsparcia zdrowia psychicznego, odpowiadając na potrzeby zarówno osób chorujących, jak i ich bliskich.

¹⁹ Serwis Rzeczypospolitej Polskiej, https://www.gov.pl/web/rodzina/zadania-powiatowego-urzedu-pracy#:~:text=Zadania%20Powiatowego%20Urz%C4%99du%20Pracy%20*%20organizowanie%20i,publicznych.%20*%20rejestrowanie%20bezrobotnych%20i%20poszukuj%C4%85cych%20pracy; [dostęp: 23.09.2025 r.],

²⁰ Dane Powiatowego Urzędu Pracy w Suwałkach,

²¹ Suwalskie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Chorych Psychiczenie Nadzieja, <https://rejestr.ngo/0000039749-suwalskie-stowarzyszenie-rodzin-i-przyjaciol-osob-chorych-psychicznie-nadzieja> [dostęp: 23.09.2025 r.],

III.8 Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT

Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT to organizacja pożytku publicznego o charakterze niedochodowym. Jej misją jest animowanie inicjatyw obywatelskich, które służą urzeczywistnianiu idei społeczeństwa obywatelskiego. Poprzez działania szkoleniowe, poradnicze, badawcze i organizacyjne w przestrzeni publicznej, organizacja wspiera aktywność obywateli oraz przeciwdziała wykluczeniu społecznemu. Szczególną rolę odgrywa w zakresie pomocy psychologicznej i społecznej, m.in. poprzez prowadzenie Ośrodka Pomocy dla Osób Pokrzywdzonych Przestępstwem, w ramach którego udzielana jest bezpłatna pomoc psychologiczna, prawna i rzeczowa. Działania CAS PRYZMAT przyczyniają się do budowania środowiska sprzyjającego zdrowiu psychicznemu, integracji społecznej oraz zwiększania świadomości społecznej w zakresie empatii, równości i współodpowiedzialności²².

III.9 Fundacja EGO

Misją Fundacji Ego jest m.in. wyrównywanie szans grup i osób defaworyzowanych, wspieranie osób w rolach społecznych i zawodowych oraz tworzenie podłoża dla rozwoju rodzin²³. Ponadto, Fundacja oferuje wsparcie dzieci i młodzieży oraz ich rodzin w kryzysie psychicznym, z którego w roku 2024 skorzystało 100 mieszkańców Suwałk²⁴. Fundacja prowadzi także „Poradnię rodzinną”, za pośrednictwem której realizuje projekt wsparcia rodziny w kryzysie, którego głównym zadaniem jest kreowanie i promowanie działań wspierających prawidłowe funkcjonowanie podlaskich rodzin, celem szczegółowym zaś zmiana dotychczasowych destrukcyjnych postaw²⁵.

²² Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT, <http://old.pryzmat.org.pl/> [dostęp: 23.09.2025 r.],

²³ Fundacja EGO <https://fundacjaego.pl/> [dostęp: 23.09.2025 r.],

²⁴ Dane Fundacji EGO,

²⁵ Fundacja EGO, op. cit.,

III.10 Towarzystwa Przyjaciół Dzieci Oddział Okręgowy w Suwałkach

TPD to ogólnopolskie pozarządowe stowarzyszenie pożytku publicznego działające na rzecz i dobra dzieci. Główną misją podmiotu jest troska o jakość warunków życia dzieci, ich bezpieczeństwo czy podmiotowość i godność²⁶.

W odniesieniu do realizacji zadań zmierzających do ochrony zdrowia psychicznego można podkreślić działalność TPD skupiającą się na tworzeniu społecznego ruchu na rzecz pomocy dzieciom, a także przeciwdziałanie zagrożeniom zdrowotnym. Ponadto, w ramach działalności statutowej Towarzystwo prowadzi w mieście Suwałki Warsztaty Terapii Zajęciowej, a działalność rehabilitacyjną prowadzona jest w siedmiu pracowniach²⁷.

W roku 2024 podmiot realizował także zadania polegające na m.in. kształtowaniu wśród osób z zaburzeniami psychicznymi właściwych postaw społecznych czy promocji zdrowia psychicznego. Wówczas w działaniach TPD w tym zakresie wzięło udział 35 osób²⁸.

III.11 Suwalski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Suwałkach

Suwalski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli (SODN), działający jako samorządowa placówka prowadzona przez Miasto Suwałki, odgrywa istotną rolę w systemie wsparcia edukacji i rozwoju kadry pedagogicznej. Pełni istotną funkcję poprzez organizację szkoleń, warsztatów oraz doradztwa metodycznego dla nauczycieli, wychowawców i specjalistów. Dzięki szerokiej współpracy z uczelniami, placówkami edukacyjnymi i wydawnictwami, SODN wspiera upowszechnianie dobrych praktyk oraz nowatorskich rozwiązań w pracy wychowawczej i dydaktycznej, tworząc środowisko sprzyjające budowaniu zdrowia psychicznego w szkołach²⁹.

Na szczególną uwagę zasługuje działalność SODN m.in. w zakresie prowadzenia szkoleń dla kadry pedagogicznej w obszarze zaburzeń: zachowania, emocjonalnych, nerwicowych czy nastroju dzieci i młodzieży. Działania szkoleniowe prowadzone przez

²⁶ Towarzystwo Przyjaciół Dzieci, <http://www.tpdsuwalki.org.pl/> [dostęp: 23.09.2025 r.],

²⁷ Ibidem,

²⁸ Dane Towarzystwa Przyjaciół Dzieci,

²⁹ Suwalski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli, <https://www.sodn.suwalki.pl/o-nas/> [dostęp: 24.09.2025 r.],

SODN skupiają się także na wsparciu i budowaniu kondycji psychicznej uczniów jak również na wsparciu nauczycieli w udzielaniu pomocy psychologiczno-pedagogicznej³⁰.

III.12 Oświata i wychowanie

Prezydent Miasta Suwałk jest organem prowadzącym dziewięć szkół podstawowych, w tym jedną szkołę podstawową specjalną. Na terenie miasta działa również siedem niepublicznych szkół podstawowych. W zakresie szkolnictwa ponadpodstawowego w Suwałkach funkcjonuje dziewięć publicznych oraz osiem niepublicznych placówek edukacyjnych³¹.

Placówki oświatowe odgrywają istotną rolę w systemie wsparcia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Oferują pomoc nie tylko uczniom, lecz także ich rodzinom. Kluczowymi elementami działań szkół są: diagnozowanie indywidualnych potrzeb uczniów, wdrażanie różnorodnych form pomocy psychologiczno-pedagogicznej, prowadzenie psychoedukacji dla rodziców, organizacja treningów rozwoju osobistego wzmacniających odporność psychiczną, a także realizacja projektów wspierających zdrowie psychiczne. Ważnym aspektem jest również współpraca z instytucjami zewnętrznymi w celu zapewnienia kompleksowej opieki³².

³⁰ Dane Suwalskiego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli,

³¹ Dane Wydziału Oświaty i Wychowania Urzędu Miejskiego w Suwałkach,

³² Dane jednostek oświatowych Miasta Suwałki,

IV. Cele i zadania Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 r.

Cele i zadania Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 r. są tożsame z celami Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2030 przyjętego Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030.

Słownik skrótów:

CEN – Centrum Edukacji Nauczycieli

CZP – Centrum Zdrowia Psychicznego

KMP – Komenda Miejska Policji w Suwałkach

MOPR – Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach

NFZ – Narodowy Fundusz Zdrowia

PP-P – Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach

PUP – Powiatowy Urząd Pracy w Suwałkach

PZK – Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny

PUZ – Państwowa Uczelnia Zawodowa im. prof. Edwarda F. Szczepanika w Suwałkach

SAM – Program „Samodzielność – Aktywność – Mobilność”

ŚDS – Środowiskowy Dom Samopomocy

SODN – Suwalski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli

SP SPZOZ – Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach

ZLŚ – Zespół Leczenia Środowiskowego

CEL GŁÓWNY					
Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi, w tym osobom uzależnionym oraz doświadczającym kryzysu psychicznego, wszechstronnej i kompleksowej opieki i wsparcia adekwatnych do ich potrzeb					
CEL SZCZEGÓŁOWY					
I. Upowszechnienie zintegrowanego i kompleksowego modelu ochrony zdrowia psychicznego w oparciu o model opieki środowiskowej					
ZADANIA		SPOSOBY / FORMY REALIZACJI ZADAŃ	WSKAŹNIK	TERMIN REALIZACJI	REALIZATOR
1	Opracowanie lokalnego programu zwiększenia dostępności i zmniejszenia nierówności w dostępie do różnych form środowiskowej psychiatrycznej opieki zdrowotnej, w tym rozwoju CZP oraz placówek psychiatrycznej opieki zdrowotnej dla dzieci i młodzieży w powiecie lub gminie	1) Kontynuacja programu pilotażowego psychiatrii w Centrum Zdrowia Psychicznego (od 01.07.2018 r,) i dalsze funkcjonowanie po zakończeniu pilotażu a) Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych z Punktem Zgłoszeniowo-Koordynacyjnym (PZK)- po pilotażu jako Punkt Konsultacji Zdrowia Psychicznego:	- Liczba osób zgłaszających się do PZK - Liczba osób, które otrzymały pomoc w ciągu 72 h - Liczba osób objęta opieką PZP - Liczba porad/wizyt lekarskich i psychologicznych oraz psychoterapeutycznych - Odsetek pacjentów według diagnoz	Realizacja w trakcie trwania programu	SP SPZOZ

		- świadczenia psychiatryczne opieka ambulatoryjna: porady lekarza, pielęgniarki, psychologa, psychoterapeuty, asystenta zdrowienia, dostęp do pracownika socjalnego /sesje indywidualne, rodzinne i grupowe, interwencje kryzysowe b) Zespół Leczenia Środowiskowego (ZLŚ): -opieka środowiskowa porady / wizyty środowiskowe- mobilne zespoły interwencji kryzysowej	- Liczba osób objętych leczeniem środowiskowym - liczba wizyt domowych - liczna nowych zgłoszeń do ZLŚ, w tym liczba pacjentów oddziałów stacjonarnych przekazanych do ZLŚ, - liczba pacjentów wymagających hospitalizacji mimo opieki ZLŚ - Średni czas objęcia pacjenta opieką ZLŚ		
--	--	---	---	--	--

		c) Klub Pacjenta : - spotkania pacjentów – relaksacyjne i integracja d) Oddział Dzienny Psychiatryczny i Oddział Dzienny Psychiatryczno- Rehabilitacyjny: -opieka dzienna (osobodzień od poniedziałku do piątku) lekarza, psychologa, terapeuty zajęciowego, świadczenia pielęgniarstwa, rehabilitacja społeczna	- Odsetek pacjentów według diagnoz - Liczba uczestników klubu - Frekwencja w danym okresie - Liczba pacjentów oddziałów - Liczba dzienna pacjentów - Liczba nowych pacjentów w ciągu miesiąca - Średnia długość pobytu - Liczba pacjentów przeniesionych do oddziału stacjonarnego - Odsetek pacjentów według diagnoz		
--	--	--	---	--	--

		e) Izba Przyjęć: - całodobowe świadczenia psychiatryczne (ryczałt) - wstępna diagnoza i decyzja o dalszej opiece oraz reagowanie na sytuacje kryzysowe f) Oddział Psychiatryczny : - leczenie stacjonarne całodobowe (osobodzień)	- Liczba dzienna pacjentów przyjętych do dalszego leczenia w oddziale stacjonarnym - Liczba interwencji kryzysowych - Liczba odmowy przyjęcia - Liczba pacjentów oddziału - Liczba dzienna pacjentów oddziału - Liczba nowych pacjentów w ciągu miesiąca - Średnia długość pobytu - Odsetek pacjentów według diagnoz		
--	--	--	---	--	--

		2) Inne formy pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi w tym osobom uzależnionym a) Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu b) Poradnia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych: - opieka ambulatoryjna porady lekarza, terapeuty ds. uzależnień, sesje psychoterapii indywidualnej i grupowej, sesja psychoterapii rodzinnej, udzielanie konsultacji i wsparcia uzależnionym i ich rodzinom c) Oddział Dzienny Psychiatryczny Geriatryczny: - opieka dzienna (osobodzień od poniedziałku do piątku) lekarza, psychologa, terapeuty	- Liczba osób przyjętych do poradni - Liczba nowych pacjentów - Liczba wizyt/ spotkań terapeutycznych - Liczba osób, które ukończyły terapię - Liczba interwencji kryzysowych - Liczba pacjentów oddziału - Liczba dzienna pacjentów		
--	--	---	--	--	--

		zajęciowego, świadczenia pielęgniarstwa d) Oddział Dzienny Terapii Nerwicy: - opieka dzienna (osobodzień od poniedziałku do piątku) - lekarza, psychologa, terapeuty zajęciowego, świadczenia pielęgniarstwa e) Oddział Psychogeriatryczny z Pododdziałem Psychiatrycznym dla Chorych Somatycznie - leczenie stacjonarne całodobowe (osobodzień)	- Liczba nowych pacjentów w ciągu miesiąca - Średnia długość pobytu - Liczba pacjentów przeniesionych do oddziału stacjonarnego - Odsetek pacjentów według diagnoz - Liczba pacjentów oddziału - Liczba dzienna pacjentów - Liczba nowych pacjentów w ciągu miesiąca - Średnia długość pobytu - Odsetek pacjentów według diagnoz		
--	--	--	--	--	--

		f) Oddział Leczenia Uzależnień i Zaburzeń Emocjonalnych z – Pododdziałem Detoksykacji – Pododdziałem Leczenia Zaburzeń Nerwicowych - leczenie stacjonarne całodobowe (osobodzień) g) Oddział Terapii i Rehabilitacji Nerwic w Smolnikach - leczenie stacjonarne całodobowe (osobodzień)	- Liczba osób przyjętych - Liczba nowych pacjentów - Liczba wizyt/ spotkań terapeutycznych - Liczba osób, które ukończyły terapię		
		h) Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy Psychiatryczny - usługi opiekuńczo-pielęgnacyjne stacjonarne całodobowe (osobodzień)	- Liczba pacjentów całkowita - Liczba dzienna pacjentów - Liczba nowych pacjentów w ciągu miesiąca - Średnia długość pobytu - Średni wiek pacjenta		

		3) Opieka psychiatryczna dla Dzieci i Młodzieży a) Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży - I poziom referencyjny: -opieka ambulatoryjna/ porady lekarza, psychologa i psychoterapeuty b) Centrum zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży – II poziom referencyjny: – Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży: - opieka ambulatoryjna: porady lekarza, psychologa, psychoterapeuty, sesje	- Liczba pacjentów ośrodka - Liczba dzienna pacjentów ośrodków - Liczba nowych pacjentów w ciągu miesiąca - Średnia liczba sesji terapeutycznych na pacjenta - Średnia długość pobytu/terapii - Liczba osób zgłaszających się do poradni - Liczba osób objęta opieką poradni - Liczba porad/wizyt lekarskich i psychologicznych oraz psychoterapeutycznych		
--	--	--	--	--	--

		indywidualne, rodzinne i grupowe, interwencje kryzysowe – Oddział Dzienny Psychiatryczny Rehabilitacyjny dla Dzieci i Młodzieży: - opieka dzienna (osobodzień od poniedziałku do piątku) lekarza, psychologa, psychoterapeuty, terapeuty zajęciowego, pielęgniarki - sesja wsparcia psychospołecznego dla rodzin/szkoła dla rodziców	- Liczba sytuacji kryzysowych - Odsetek pacjentów według diagnoz - Liczba osób przyjętych - Liczba nowych pacjentów - Liczba wizyt/ spotkań terapeutycznych - Liczba osób, które ukończyły terapię - Liczba interwencji kryzysowych - Średni wiek pacjentów - Odsetek pacjentów według diagnoz		
		Podjęcie działań zmierzających do zwiększenia liczby miejsc w Środowiskowym Domu Samopomocy lub utworzenie	- Liczba utworzonych miejsc lub utworzenie nowego Środkowego Domu Samopomocy	Realizacja w trakcie trwania programu	ŚDS Stowarzyszenia Aktywni Tak Samo

		nowego Środowiskowego Domu Samopomocy			
2	Utworzenie CZP zgodnie z zasadami organizacyjnymi zawartymi w rozdziale 5 Programu	Zadanie zrealizowane	- Zadanie zrealizowane	Zadanie zrealizowane	SP SPZOZ
CEL SZCZEGÓŁOWY II. Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego					
ZADANIA		SPOSOBY / FORMY REALIZACJI ZADAŃ	WSKAŹNIK	TERMIN REALIZACJI	REALIZATOR
1	Aktualizacja poszerzenia, zróżnicowania i unowocześniania pomocy i oparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi, w zakresie pomocy: bytowej, mieszkaniowej, stacjonarnej oraz samopomocy środowiskowe	Kontynuacja działalności Pełnomocnika Prezydenta Miasta Suwałk ds. osób z niepełnosprawnością	- Liczba osób korzystających z usług Pełnomocnika	Realizacja w trakcie trwania programu	Prezydent Miasta Suwałk
		Prowadzenie ŚDS dla mieszkańców Miasta Suwałk, zwiększenie liczby miejsc w ŚDS lub utworzenie nowego ŚDS	- Liczba osób objętych wsparciem, - Liczba nowych miejsc w ŚDS,	Realizacja w trakcie trwania programu	Prezydent Miasta Suwałk

			- Liczba funkcjonujących ŚDS		
2	Wspieranie finansowe projektów organizacji pozarządowych służących rozwojowi form oparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi	Wpisanie działań służących poprawie stanu zdrowia psychicznego osób z niepełnosprawnością i osób chorych w priorytetowych zadaniach publicznych przyjmowanych do realizacji w ramach Programu współpracy Miasta Suwałk z organizacjami pozarządowymi oraz podmiotami, o których mowa w art. 3 ust. 3 ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.	- Liczba zawartych umów	Realizacja w trakcie trwania programu	Prezydent Miasta Suwałk / Organizacje pozarządowe
3	Zwiększenie udziału zagadnień pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi w działalności powiatowych centrów pomocy rodzinie	Rehabilitacja społeczna 1) dofinansowanie uczestnictwa osób niepełnosprawnych i ich opiekunów w turnusach rehabilitacyjnych,	- Ilość osób, które skorzystały z dofinansowania	Realizacja w trakcie trwania programu	MOPR

		2) dofinansowanie zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze dla osób niepełnosprawnych, 3) dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych, technicznych oraz w komunikowaniu się, w związku z indywidualnymi potrzebami osób niepełnosprawnych, 4) dofinansowanie sportu, kultury, rekreacji i turystyki osób niepełnosprawnych, 5) dofinansowanie rehabilitacji dzieci i młodzieży, 6) dofinansowanie w ramach programu „Aktywny samorząd”. 7) dofinansowanie w ramach programu SAM			
--	--	--	--	--	--

CEL SZCZEGÓŁOWY					
III. Aktywizacja zawodowa i społeczna osób z zaburzeniami psychicznymi					
ZADANIA		SPOSOBY / FORMY REALIZACJI ZADAŃ	WSKAŹNIK	TERMIN REALIZACJI	REALIZATOR
1	Zwiększanie dostępności rehabilitacji zawodowej, organizacja poradnictwa zawodowego i szkoleń zawodowych dla osób z niepełnosprawnościami, w tym z zaburzeniami psychicznymi	- spotkania z doradcą zawodowym – rozpoznanie potrzeb w zakresie aktywizacji zawodowej. - szkolenia, po uprawdopodobnieniu zatrudnienia, w celu uzyskania/uzupełnienia/zmiany kwalifikacji i umiejętności zawodowych oraz zwiększenia szans na uzyskanie zatrudnienia.	- Liczba osób korzystających z poradnictwa/szkoleń	Realizacja w trakcie trwania programu	PUP
		Współpraca warsztatu terapii zajęciowej z PUP - prowadzenie zajęć dotyczących informacji o rynku pracy, udzielanie porad osobom z niepełnosprawnościami, w tym z zaburzeniami psychicznymi.	- Liczba przeprowadzonych zajęć	Realizacja w trakcie trwania programu	PUP

2	Prowadzenie kampanii szkoleniowo-informacyjnej adresowanej do pracodawców promującej zatrudnianie osób z niepełnosprawnościami, w tym z zaburzeniami psychicznymi	- promowanie wśród pracodawców i przedsiębiorców zatrudnienia osób z zaburzeniami psychicznymi i niepełnosprawnościami podczas wizyt u pracodawców, spotkań z pracodawcami, targów, konferencji	- Liczba wizyt w zakładach pracy/odbytych spotkań	Realizacja w trakcie trwania programu	PUP
3	Zwiększenie udziału zatrudnienia osób z zaburzeniami psychicznymi w działalności powiatowych urzędów pracy	Kształtowanie postaw gotowości do podjęcia pracy poprzez : - ułatwienie dostępu do informacji i elektronicznych baz danych pozwalających zdobycie umiejętności poszukiwania pracy, - poradnictwo zawodowe ukierunkowane na wybór odpowiedniego zawodu, miejsca zatrudnienia, kierunku przekwalifikowania, wybrania odpowiedniej formy wsparcia, - pośrednictwo pracy ,	- Liczba osób korzystających z form wsparcia	Realizacja w trakcie trwania programu	PUP

		- szkolenia, - zatrudnienie subsydiowane (prace interwencyjne, roboty publiczne), - doposażenie stanowiska pracy, - staże, - dofinansowanie do założenia działalności gospodarczej.			
CEL SZCZEGÓŁOWY IV. Skoordynowanie dostępnych form opieki i pomocy					
ZADANIA		SPOSOBY / FORMY REALIZACJI ZADAŃ	WSKAŹNIK	TERMIN REALIZACJI	REALIZATOR
1	Powołanie lub kontynuacja działania lokalnego zespołu koordynującego realizację Programu; skład zespołu ustala się w sposób zapewniający właściwą reprezentację samorządu powiatu lub gminy,	Zadanie zrealizowane	- Zarządzenie nr 180/2025 Prezydenta Miasta Suwałk z dnia 12 maja 2025 r. w sprawie powołania Zespołu ds. opracowania i	Maj 2025 r.	Prezydent Miasta Suwałk

	placówek realizujących zadania z zakresu ochrony zdrowia psychicznego, pozarządowych organizacji samopomocowych; zarząd powiatu zapewni działaniom zespołu niezbędną pomoc administracyjną		koordynacji realizacji Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 r.		
2	Opracowanie lub aktualizacja lokalnego programu ochrony zdrowia psychicznego, zawierającego szczegółowy plan zapewnienia mieszkańcom koordynowanych, medycznych i społecznych świadczeń	Opracowanie projektu Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 roku	- Uchwała Rady Miejskiej w Suwałkach w sprawie przyjęcia Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 roku	2025 r.	Zespół ds. opracowania i koordynacji realizacji Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 r. / Rada Miejska w Suwałkach / Prezydenta Miasta Suwałk
3	Realizacja, koordynowanie i monitorowanie lokalnego	Realizacja, koordynowanie i monitorowanie Programu zgodnie z jego zapisami.	Nie dotyczy	Realizacja w trakcie trwania programu	Zespół ds. opracowania i koordynacji

	programu ochrony zdrowia psychicznego				realizacji Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 r. / Prezydenta Miasta Suwałk
4	Przygotowanie i udostępnienie mieszkańcom oraz samorządowi województwa aktualizowanego corocznie przewodnika informującego o lokalnie dostępnych formach opieki zdrowotnej, pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi (w postaci papierowej lub elektronicznej)	- Formy psychiatrycznej opieki zdrowotnej dostępne na stronie internetowej prowadzonej w SPSP ZOZ w Suwałkach: http://spspzoz.pl/ - Przewodnik o lokalnie dostępnych formach opieki zdrowotnej, pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi dostępny na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Suwałkach: https://um.suwalki.pl/	- Liczba przewodników informującego o lokalnie dostępnych formach opieki zdrowotnej	Realizacja w trakcie trwania programu	SP SPZOZ

CEL SZCZEGÓŁOWY					
V. Udzielanie wsparcia psychologiczno-pedagogicznego dzieciom, uczniom, rodzicom i nauczycielom					
ZADANIA		SPOSOBY / FORMY REALIZACJI ZADAŃ	WSKAŹNIK	TERMIN REALIZACJI	REALIZATOR
1	Zapewnienie wsparcia specjalistycznego dzieciom i uczniom, z uwzględnieniem ich zróżnicowanych potrzeb edukacyjnych i rozwojowych, ich rodzinom oraz nauczycielom przez poradnię psychologiczno-pedagogiczne przy współpracy z podmiotami działającymi na rzecz wsparcia dzieci, uczniów, rodzin, nauczycieli	UCZNIOWIE 1) Indywidualne wsparcie psychologiczne i pedagogiczne Porady i konsultacje psychologiczne – indywidualne spotkania mające na celu wsparcie uczniów w ich problemach emocjonalno-społecznych Porady i konsultacje pedagogiczne – indywidualne spotkania mające na celu wsparcie uczniów w ich problemach edukacyjnych	- Liczba porad, konsultacji, warsztatów - Liczba utworzonych Specjalistycznych Centrów Wspierania Edukacji Włączającej	Realizacja w trakcie trwania programu	PP-P

		2) Grupowe wsparcie psychologiczne na terenie poradni - programy grupowe z zakresu rozwoju osobistego – poznawania i rozumienia siebie, własnych zachowań, rozwijania umiejętności emocjonalno-społecznych 3. Grupowe wsparcie psychologiczne poza poradnią – warsztaty z uczniami w klasach RODZICE 1) Indywidualne wsparcie psychologiczne i pedagogiczne Porady i konsultacje			
--	--	--	--	--	--

		– indywidualne spotkania mające na celu wsparcie rodziców dzieci i młodzieży z trudnościami emocjonalno-społecznymi i edukacyjnymi 2) Grupowe wsparcie na terenie poradni - Szkoła dla rodziców - warsztaty rozwijające umiejętności wychowawcze rodziców 3) Grupowe wsparcie na terenie szkół – warsztaty i prelekcje NAUCZYCIELE 1) Indywidualne wsparcie psychologiczne i pedagogiczne Porady i konsultacje			
--	--	---	--	--	--

		– indywidualne spotkania mające na celu wsparcie nauczycieli i wychowawców uczniów z trudnościami emocjonalno-społecznymi i edukacyjnymi 2) Grupowe wsparcie na terenie szkół i przedszkoli – prelekcje - obserwacja dziecka na terenie placówki Utworzenie Specjalistycznego Centrum Wspierania Edukacji Włączającej			
2	Udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej dzieciom i uczniom, z uwzględnieniem ich zróżnicowanych potrzeb edukacyjnych i rozwojowych, ich	1) Respektowanie zaleceń wynikających z dokumentów wydanych przez Poradnię Psychologiczno – Pedagogiczną.	- Liczba opinii i orzeczeń. - Ilość kampanii / obchodów przeprowadzonych w szkole, które dotyczyły dni związanych ze zdrowiem psychicznym.	Realizacja w trakcie trwania programu	Lokalne jednostki oświatowe

	rodzinom oraz nauczycielom w jednostkach systemu oświaty	2) Organizowanie obchodów / akcentowanie istnienia dni związanych ze zdrowiem psychicznym, takich jak: – Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego, – Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją, – Światowy Dzień Świadomości Autyzmu, – Światowy dzień Życzliwości i Pozdrowień. 3) Prowadzenie akcji profilaktycznych z zakresu zdrowia psychicznego we współpracy specjalistów szkolnych z Samorządem Uczniowskim.	- Ilość akcji profilaktycznych z zakresu zdrowia psychicznego przeprowadzonych we współpracy z SU. - Liczba tematów w dzienniku lekcyjnym dotyczących zdrowia psychicznego. - Liczba tematów spotkań / warsztatów w dzienniku lekcyjnym prowadzonych przez specjalistów zewnętrznych. - Liczba uczniów biorących udział / liczba zrealizowanych programów profilaktycznych. - Liczba uczniów biorących udział / ilość programów profilaktycznych zrealizowanych przez		
--	--	--	--	--	--

		4) Prowadzenie warsztatów, lekcji, pogadań w klasach na tematy nawiązujące do zdrowia psychicznego przez specjalistów, nauczycieli i wychowawców. 5) Zapraszanie do współpracy w realizacji tematów dotyczących zdrowia psychicznego (pogadań, warsztatów) specjalistów pracujących między innymi w PPP, SODN i CEN. 6) Prowadzenie programów profilaktycznych przez osoby posiadające uprawnienia do realizacji tychże, między innymi „Przyjaciół Zippiego”, „Apteczki pierwszej	instytucje zewnętrzne, a finansowanych przez Miasto Suwałki. - Ilość informacji / wiadomości wysłanych do rodziców. - Stworzenie odpowiedniej zakładki na stronie www szkoły.		
--	--	--	---	--	--

		pomocy emocjonalnej”, „Spójrz inaczej”. 7) Pozyskiwanie funduszy na realizację programów rekomendowanych (takich jak „Archipelag skarbów”) przez podmioty zewnętrzne. 8) Angażowanie rodziców w poszerzanie kompetencji wychowawczych poprzez korzystanie z nowoczesnych form kształcenia (np. webinarów, e-learningu, szkolnego newslettera i innych). 9) Rozpowszechnianie informacji z użyciem Internetu o dostępnych formach pomocy psychologicznej na terenie miasta.			
--	--	--	--	--	--

		10) Akcje, konferencje oraz wydarzenia			
		Prowadzenie badań własnych w suwalskich placówkach, szkołach, przedszkolach w zakresie ochrony zdrowia psychicznego uczniów i nauczycieli, działań profilaktycznych w tym obszarze. Przedstawianie każdorazowo placówkom, szkołom oraz przedszkolom suwalskim wniosków i rekomendacji z badań w celu wykorzystania ich do planowania działań wychowawczo-profilaktycznych, w tym do Programu Wychowawczo-Profilaktycznego szkoły	- Liczba osób / uczniów i nauczycieli objętych badaniami	Realizacja w trakcie trwania programu	SODN

		1) Koordynowanie sieci wsparcia i samokształcenia pedagogów szkolnych i psychologów 2) Wspólne wypracowanie narzędzi diagnozy i ewaluowania 3) Dzielenie się dobrymi praktykami i wspólne realizowanie działań wspierających uczniów, ich rodziców i nauczycieli	- Liczba specjalistów szkolnych uczestniczących w spotkaniach sieci: - pedagogów i psychologów szkolnych, - pedagogów specjalnych	Realizacja w trakcie trwania programu	SODN we współpracy z MOPR, KMP, Sądem Okręgowym i Rejonowym, Aresztem Śledczym, Szkołami i Przedszkolami
		Organizowanie / współorganizowanie kampanii społecznych i imprez tematycznych na temat promocji zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży we współpracy ze szkołami, placówkami	- Liczba zorganizowanych imprez / kampanii / ilość uczestników	Realizacja w trakcie trwania programu	SODN we współpracy z MOPR, KMP, Sądem Okręgowym i Rejonowym, Aresztem Śledczym, Szkołami i Przedszkolami

		Koordynowanie, realizowanie i prowadzenie szkoleń, konferencji oraz innych form wsparcia dla nauczycieli szkół i placówek suwalskich w zakresie wsparcia merytorycznego i metodycznego w pracy z uczniami ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi oraz udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej	- Liczba zorganizowanych i przeprowadzonych form wsparcia / szkoleń, - ilość nauczycieli przedszkolnych, specjalistów szkolnych	Realizacja w trakcie trwania programu	SODN
		Współpraca z MKRPA w Suwałkach w celu pozyskiwania funduszy na organizowanie szkoleń dla nauczycieli suwalskich szkół i placówek w zakresie wdrażania programów profilaktycznych z listy programów rekomendowanych oraz innych działań wspierających i promujących zdrowie psychiczne uczniów i innych klientów szkoły.	- Liczba zrealizowanych programów, - Liczba nauczycieli, specjalistów szkolnych uczestniczących w programach, szkoleniach	Realizacja w trakcie trwania programu	SODN

		Organizacja konferencji / kampanii informacyjnych	- Liczba zorganizowanych konferencji / kampanii informacyjnych	Realizacja w trakcie trwania programu	PUZ / Lokalne jednostki oświatowe
--	--	--	---	--	---

V. Źródła finansowania Programu

Realizacja Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 roku będzie opierać się na ścisłej współpracy międzyinstytucjonalnej, angażującej różnorodne podmioty działające na rzecz poprawy jakości życia mieszkańców. Finansowanie Programu będzie pochodzić ze środków własnych zaangażowanych podmiotów, z budżetu Miasta Suwałki w ramach bieżących wydatków oraz z Narodowego Funduszu Zdrowia i środków zewnętrznych, co zapewni stabilność i ciągłość realizacji zaplanowanych w Programie inicjatyw i działań.

VI. Monitoring i ewaluacja

Monitoring realizacji Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 roku jest kluczowym elementem zapewniającym efektywność zaplanowanych działań. Proces monitoringu obejmować będzie regularną (coroczną) sprawozdawczość podmiotów realizujących w zakresie postępów we wdrażaniu poszczególnych działań i osiąganiu założonych celów.

Dzięki systematycznemu monitorowaniu możliwe będzie szybkie identyfikowanie ewentualnych trudności i barier, co pozwoli na bieżące wprowadzanie działań korekcyjnych oraz optymalizację działań. Wyniki monitoringu będą przedstawiane odpowiednim organom sprawującym nadzór nad realizacją zapisów Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 dotyczących obowiązków nałożonych na jednostki samorządu terytorialnego.

Ewaluacja Programu skupiać się będzie na analizie przedłożonych sprawozdań przed podmioty realizujące a także na ocenie efektywności podjętych działań przypisanych poszczególnym podmiotom w Programie. Głównym celem ewaluacji Programu jest określenie stopnia osiągnięcia celu głównego oraz celów szczegółowych poprzez realizację poszczególnych działań. Ocena efektów Programu zostanie dokonana w oparciu o następujące kryteria:

- 1) Kryterium trafności działań – ocena stopnia celów programu odpowiadającym problemom i potrzebom adresatów Programu,
- 2) Kryterium efektywności – ocena stopnia wdrożenia Programu,
- 3) Kryterium skuteczności – ocena stopnia skuteczności realizacji zaplanowanych działań w oparciu o analizę wskaźników osiągnięcia rezultatów,
- 4) Kryterium trwałości – ocena stopnia efektów Programu po zakończeniu jego realizacji.

VII. Zespół ds. opracowania i realizacji Programu

Zarządzeniem nr 180/ 2025 Prezydenta Miasta Suwałk z dnia 12 maja 2025 r. został powołany Zespół ds. opracowania i koordynacji realizacji Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego Mieszkańców Suwałk do 2030 r. w następującym składzie osobowym:

- 1) Roman Waldemar Rynkowski – Przewodniczący Zespołu, Zastępca Prezydenta Miasta Suwałk;
- 2) Mariola Adamin – przedstawiciel Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT;
- 3) Małgorzata Dzierniejko – przedstawiciel Środowiskowego Domu Samopomocy w Suwałkach;
- 4) Agnieszka Galicka – przedstawiciel Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Suwałkach;
- 5) Elżbieta Juszkievicz – przedstawiciel Powiatowego Urzędu Pracy w Suwałkach;
- 6) Monika Kamila Kalinowska – psycholog w Szkole Podstawowej nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi im. gen. bryg. pil. W. Urbanowicza w Suwałkach;
- 7) Anna Ruszewska – Radna Rady Miejskiej w Suwałkach;
- 8) Emilia Harasim-Piszczałowska - przedstawiciel Zespołu do spraw Zdrowia Publicznego;
- 9) Karol Korneluk - przedstawiciel Zespołu do spraw Zdrowia Publicznego;
- 10) Hanna Słuchocka – przedstawiciel Oddziału Okręgowego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Suwałkach;
- 11) Paweł Sowul – przedstawiciel Specjalistycznego Psychiatrycznego Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Suwałkach;

- 12) Piotr Szmigielski – przedstawiciel Środowiskowego Domu Samopomocy Stowarzyszenia „Aktywni Tak Samo”;
- 13) Agnieszka Winnik-Pomichter – przedstawiciel Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Suwałkach;
- 14) Hanna Zienkiewicz – przedstawiciel Suwalskiego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli w Suwałkach;
- 15) Honorata Rudnik – Pełnomocnik Prezydenta Miasta Suwałk ds. osób z niepełnosprawnością;
- 16) Dorota Szczęsna – Naczelnik Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Miejskiego w Suwałkach;
- 17) Andrzej Śmiejkowski – Główny specjalista w Wydziale Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Miejskiego w Suwałkach;
- 18) Michał Miszkiel – Podinspektor w Wydziale Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Miejskiego w Suwałkach.

VIII. Podmioty realizujące Program

- 1) Gmina Miasto Suwałki,
- 2) Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach,
- 3) Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach,
- 4) Środowiskowy Dom Samopomocy w Suwałkach,
- 5) Środowiskowy Dom Samopomocy Stowarzyszenia Aktywni tak Samo,
- 6) Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach,
- 7) Powiatowy Urząd Pracy w Suwałkach,
- 8) Suwalski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Suwałkach,
- 9) Państwowa Uczelnia Zawodowa im. prof. Edwarda F. Szczepanika w Suwałkach,
- 10) Lokalne jednostki oświatowe.

IX. Bibliografia

1. Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT. <http://old.pryzmat.org.pl/>,
2. Fundacja EGO. <https://fundacjaego.pl/>,
3. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. Nr 78, poz. 483 z późn. zm.),
4. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach. <https://poradnia.suwalki.pl/o-poradni/>,
5. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 (Dz. U. poz. 2480),
6. Serwis Rzeczypospolitej Polskiej. Zadania Powiatowego Urzędu Pracy. <https://www.gov.pl/web/rodzina/zadania-powiatowego-urzedu-pracy>,
7. Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach. <http://spspzoj.pl/o-szpitalu/>,
8. Sprawozdanie z działalności Środowiskowego Domu Samopomocy Domu Dziennego Pobytu Stowarzyszenia „Aktywni Tak Samo” w Suwałkach za 2024 rok,
9. Stacje sanitarno-epidemiologiczne. Promocja zdrowia psychicznego. <https://www.gov.pl/web/wsse-warszawa/promocja-zdrowia-psychicznego>,
10. Stacje sanitarno-epidemiologiczne. Zdrowie psychiczne. <https://www.gov.pl/web/wsse-warszawa/zdrowie-psychiczne>,
11. Stowarzyszenie Aktywni Tak Samo. <http://aktywnitaksamo.com.pl/sdr/>,
12. Suwalskie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Chorych Psychiczenie Nadzieja. <https://rejestr.ngo/0000039749-suwalskie-stowarzyszenie-rodzin-i-przyjaciol-osob-chorych-psychicznie-nadzieja>,
13. Suwalski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli. <https://www.sodn.suwalki.pl/o-nas/>,
14. Towarzystwo Przyjaciół Dzieci. <http://www.tpdswalki.org.pl/>,
15. Urząd Miejski w Suwałkach. Raport o stanie miasta za 2024 rok. Suwałki 2025. https://um.suwalki.pl/storage/uzytkownicy/ksznel@um.suwalki.pl/2025/20250624Raport/raport_o_stanie_miasta_za_2024_rok.pdf,
16. Urząd Statystyczny w Białymstoku. Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań 2021. Stan i struktura demograficzno-społeczna ludności w województwie podlaskim w świetle wyników NSP 2021. Białystok 2024. https://bialystok.stat.gov.pl/download/gfx/bialystok/pl/defaultaktualnosci/753/19/1/1/nsp_2021._stan_i_struktura_demograficznospoleczna_ludnosci_w_wojewodztwie_podlaskim_w_swietle_wynikow_nsp_2021.pdf,
17. Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 917).