

Projekt

z dnia 6 listopada 2025 r.

Zatwierdzony przez

**UCHWAŁA NR
RADY MIEJSKIEJ MIKOŁOWA**

z dnia 2025 r.

w sprawie przyjęcia Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla gminy Mikołów na lata 2025-2030

Na podstawie art. 7 ust. 1 pkt 5 oraz art. 18 ust. 2 pkt 15 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2025 r., poz. 1153) w związku z art. 1 ust. 1 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) oraz § 2 ust. 1 pkt. 8 Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 (Dz. U. z 2023, poz. 2480), po przeprowadzeniu konsultacji w trybie art. 5 ust. 5 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2025 r., poz. 1338)

**Rada Miejska Mikołowa
uchwala:**

§ 1. Przyjąć Program Ochrony Zdrowia Psychicznego dla gminy Mikołów na lata 2025-2030, stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Wykonanie uchwały powierzyć Burmistrzowi Mikołowa.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Załącznik

Wprowadzenie:

Zdrowie psychiczne, zgodnie z definicją Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), to „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”. Zaburzenia i choroby psychiczne stanowią poważne obciążenie zarówno dla osób ich doświadczających, jak i dla całego społeczeństwa – w szczególności w przypadkach, gdy pozostają niezdiagnozowane i nieleczone. Schorzenia te mogą prowadzić do znacznego pogorszenia funkcjonowania jednostki, powodować niepełnosprawność, a w wielu przypadkach utrudniać lub wręcz uniemożliwiać udział w życiu społecznym oraz zawodowym, tym samym znacząco obniżać jakość życia.

Program Ochrony Zdrowia Psychicznego dla gminy Mikołów na lata 2025–2030 został opracowany w oparciu o diagnozę społeczną, uwzględniającą lokalne potrzeby i uwarunkowania. Działania prowadzone w gminie Mikołów wpisują się w cele Narodowego Programu i są zgodne z założeniami *Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych w gminie Mikołów na lata 2025–2030*. Celem działań jest:– promocja zdrowia psychicznego oraz zwiększenie świadomości społecznej na temat roli dobrostanu psychicznego w kontekście jakości życia, zapobieganie zaburzeniom psychicznym, zwłaszcza wśród dzieci i młodzieży, kształtowanie właściwych postaw społecznych wobec osób z zaburzeniami psychicznymi w tym – promowanie tolerancji, życzliwości i przeciwdziałanie stygmatyzacji oraz wykluczeniu społecznemu.

Realizacja powyższych założeń odbywać się będzie poprzez działania obejmujące m. in.: podnoszenie poziomu wiedzy na temat zdrowia psychicznego, promowanie prozdrowotnych postaw i stylu życia, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych i zagrażających zdrowiu psychicznemu – kształtowanie postaw sprzyjających profilaktyce zaburzeń psychicznych, przeciwdziałanie nietolerancji, dyskryminacji oraz wykluczeniu społecznemu osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego.

Program stanowi element spójnej polityki społecznej gminy Mikołów, ukierunkowanej na wzmacnianie dobrostanu psychicznego mieszkańców oraz integrację działań profilaktycznych, edukacyjnych i pomocowych.

Program będzie funkcjonował również pod skróconą, komunikacyjną nazwą – „Zdrowie w Mikołowie”, co ma na celu zwiększenie jego rozpoznawalności oraz spójność działań promocyjnych i partnerskich.

I. Charakterystyka społeczno-demograficzna gminy Mikołów

Gmina Mikołów, położona w województwie śląskim, jest gminą miejską o powierzchni 79,21 km², co stanowi 34% powierzchni powiatu mikołowskiego. Graniczy z Katowicami, Tychami, Wyrami, Łaziskami Górnymi, Orzeszem, Ornontowicami, Gierałtovicami i Rudą Śląską. Według danych z 2023 roku, liczba mieszkańców powiatu mikołowskiego wynosiła 100 137 osób, z gęstością zaludnienia 430 osób/km². Wysoka urbanizacja (86,4%) oraz bliskość dużych aglomeracji wpływają na specyfikę problemów społecznych i zdrowotnych mieszkańców. Liczba mieszkańców gminy Mikołów wynosiła około 40 500 osób. W strukturze demograficznej dominują osoby w wieku produkcyjnym, jednak zauważalny jest systematyczny wzrost odsetka seniorów. - Osoby w wieku poprodukcyjnym stanowią 22,9% mieszkańców, - Osoby w wieku przedprodukcyjnym (dzieci i młodzież) stanowią około 16%, - Osoby w wieku produkcyjnym – około 61%. Z uwagi na rosnący udział osób starszych w populacji oraz nasilające się problemy zdrowia psychicznego wśród dzieci

i młodzieży, program koncentruje się na wsparciu wszystkich grup wiekowych, ze szczególnym uwzględnieniem działań psychoedukacyjnych i profilaktyki wczesnej.

II. Diagnoza sytuacji w zakresie zdrowia psychicznego

Program Ochrony Zdrowia Psychicznego dla gminy Mikołów na lata 2025–2030 został opracowany w oparciu o kompleksową diagnozę społeczną przeprowadzoną w ramach Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych w gminie Mikołów. Program stanowi odpowiedź na zidentyfikowane potrzeby w zakresie zdrowia psychicznego dzieci, młodzieży, osób dorosłych i seniorów, ze szczególnym uwzględnieniem kryzysów społecznych, trudności ekonomicznych oraz rosnącej liczby zaburzeń emocjonalnych wśród mieszkańców.

Na potrzeby niniejszego programu przeanalizowano dane statystyczne oraz informacje pozyskane z Centrum Usług Społecznych w Mikołowie, Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego, Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Mikołowie, Zespołu Interdyscyplinarnego w gminie Mikołów oraz placówek oświatowych i ochrony zdrowia. Szczególnie niepokojące są wyniki badań ankietowych przeprowadzonych wśród uczniów i dorosłych mieszkańców w 2023 roku:

- aż 58,3% uczniów wskazuje na obniżony nastrój, a 15,1% podejmowało zachowania autoagresywne,
- 46,8% dorosłych doświadczało objawów depresyjnych, a 10,7% miało myśli samobójcze.
- aż 45,6% osób starszych wskazuje na problemy natury psychicznej, a 40,9% odczuwa samotność i izolację społeczną.

Problemy te, w połączeniu z ograniczonym dostępem do specjalistycznych usług zdrowia psychicznego, stanowią podstawę do podjęcia zintegrowanych działań w ramach lokalnej polityki zdrowotnej i społecznej.

2.1. Dostępność usług wsparcia psychicznego

Mieszkańcy gminy Mikołów mogą uzyskać pomoc w kluczowych instytucjach wspierających zdrowie psychiczne:

- Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Mikołowie – działająca od 1974 roku, oferuje szeroki zakres usług diagnostycznych, terapeutycznych, profilaktycznych, wychowawczych, interwencyjnych oraz doradczych dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli.
- Centrum Zdrowia Psychicznego „Psyche-Med” – otwarte w grudniu 2023 roku, świadczy usługi diagnozy psychiatrycznej i psychologicznej, leczenia psychiatrycznego oraz wsparcia psychologicznego i psychoterapeutycznego dla dorosłych, dzieci i młodzieży, a także wsparcia dla rodziców.
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Mikołowie z siedzibą w Łaziskach Górnych - działające od 1999 r., w którym funkcjonuje punkt interwencji kryzysowej, gdzie można skorzystać z pomocy psychologicznej.

2.2. Wyzwania w obszarze zdrowia psychicznego

Analiza lokalnych dokumentów strategicznych oraz danych z instytucji pomocy społecznej wskazuje na następujące wyzwania:

- Wzrost liczby osób doświadczających kryzysów psychicznych, szczególnie wśród dzieci i młodzieży, co może być związane z presją edukacyjną, problemami rodzinnymi oraz wpływem mediów społecznościowych.
- Niedostateczna świadomość społeczna na temat dostępnych form wsparcia psychicznego oraz stygmatyzacja osób korzystających z pomocy psychologicznej, psychiatrycznej.

- Ograniczona liczba specjalistów w zakresie zdrowia psychicznego, co wpływa na dostępność i czas oczekiwania na pomoc.
- Potrzeba integracji działań różnych instytucji (oświaty, służby zdrowia, pomocy społecznej) w celu skuteczniejszego wsparcia osób z problemami psychicznymi.

2.3. Wnioski z diagnozy

Na podstawie powyższej analizy, kluczowe potrzeby w zakresie ochrony zdrowia psychicznego w gminie Mikołów obejmują:

- Zwiększenie dostępności i jakości usług psychologicznych i psychiatrycznych, szczególnie dla dzieci i młodzieży.
- Edukację społeczną w zakresie zdrowia psychicznego, mającą na celu redukcję stygmatyzacji i promowanie postaw prozdrowotnych.
- Rozwój programów profilaktycznych w szkołach i placówkach oświatowych, ukierunkowanych na wczesne wykrywanie i interwencję w przypadku problemów psychicznych.
- Wzmocnienie współpracy międzyinstytucjonalnej w celu zapewnienia kompleksowego wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi oraz ich rodzin.

III. Cele, zadania i oczekiwane efekty Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego gminy Mikołów na lata 2025–2030

Program został opracowany w oparciu o Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego oraz Strategię Rozwiązywania Problemów Społecznych w gminie Mikołów na lata 2025-2030. Uwzględnia on lokalne problemy i potrzeby mieszkańców, takie jak wzrost liczby osób doświadczających kryzysu psychicznego, rosnącą liczbę dzieci i młodzieży z objawami depresji, lęków, zaburzeń koncentracji i zachowań autoagresywnych oraz ograniczony dostęp do specjalistycznego wsparcia w zakresie zdrowia psychicznego.

Głównym celem Programu jest wspieranie mieszkańców gminy Mikołów w zwiększaniu kontroli nad własnym zdrowiem psychicznym oraz poprawa jakości ich życia poprzez:

- Przeciwdziałanie stygmatyzacji, dyskryminacji i wykluczeniu społecznemu osób doświadczających kryzysu psychicznego, w tym osób starszych poprzez prowadzenie działań edukacyjnych, informacyjnych i wspierających postawy otwartości oraz integracji społecznej.
- Koordynację lokalnych działań w zakresie profilaktyki, wczesnej interwencji i edukacji społecznej oraz uzyskanie efektywnego systemu zarządzania działaniami z zakresu ochrony zdrowia psychicznego.
- Integrację działań środowiskowych na rzecz seniorów, w tym rozwój wsparcia w walce z samotnością, izolacją i spadkiem dobrostanu psychicznego.
- Upowszechnianie zintegrowanego, kompleksowego i środowiskowego modelu ochrony zdrowia psychicznego, w tym nowego modelu opieki nad dziećmi i młodzieżą w oparciu o trzy poziomy referencyjne.
- Wspieranie, upowszechnianie lokalnych form pomocy psychospołecznej, w tym klubów samopomocy, punktów konsultacyjnych, opieki środowiskowej i grup wsparcia.
- Wspieranie aktywizacji społecznej i zawodowej osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego, także poprzez rozwój współpracy międzyinstytucjonalnej.
- Upowszechnianie wiedzy na temat zdrowia psychicznego i jego znaczenia dla codziennego funkcjonowania.
- Kształtowanie postaw prozdrowotnych i wzmacnianie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach stresowych.

Zadania Programu:

Głównym celem Programu jest poprawa jakości życia mieszkańców gminy Mikołów poprzez działania na rzecz zdrowia psychicznego. Cele szczegółowe Programu zostały pogrupowane w cztery obszary:

1. Profilaktyka i edukacja:

- Edukacja i promocja zachowań prozdrowotnych oraz zapobieganie stygmatyzacji osób z zaburzeniami psychicznymi.
- Zwiększenie świadomości społecznej na temat zdrowia psychicznego.

2. Dostęp do usług i wsparcia środowiskowego:

- Promocja, upowszechnianie informacji na temat punktów konsultacyjnych i grup wsparcia.
- Współpraca z dyrektorami gminnych przedszkoli, szkół podstawowych w obszarach zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.
- Współpraca międzyinstytucjonalna w zakresie dobrostanu psychicznego mieszkańców gminy Mikołów.

3. Wsparcie grup szczególnych:

- Działania dla dzieci i młodzieży zagrożonych wykluczeniem.
- Wsparcie dla osób z niepełnosprawnością intelektualną i zaburzeniami psychicznymi.
- Rozwój form pomocy dla osób starszych doświadczających samotności i kryzysu.

4. Integracja społeczna i aktywizacja:

- Działania środowiskowe integrujące osoby z doświadczeniem kryzysu.
- Wspieranie aktywizacji społeczno-zawodowej osób doświadczających kryzysów związanych ze zdrowiem psychicznym.
- Promocja wolontariatu i współpracy międzypokoleniowej.

Oczekiwane efekty:

- Zwiększenie wiedzy mieszkańców na temat zdrowia psychicznego i dostępnych form pomocy.
- Wzrost liczby osób objętych systematycznym wsparciem psychologicznym.
- Wzrost liczby instytucji i specjalistów współpracujących na rzecz zdrowia psychicznego.
- Zmniejszenie poziomu stygmatyzacji i wykluczenia społecznego osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego.
- Poprawa funkcjonowania emocjonalnego i społecznego dzieci i młodzieży.
- Pogłębienie wiedzy społeczności gminy Mikołów na temat zdrowia psychicznego oraz czynników wpływających na dobrostan psychiczny.
- Kształtowanie zachowań prozdrowotnych oraz rozwój umiejętności radzenia sobie ze stresem i emocjami.
- Zwiększenie dostępności informacji o lokalnych formach wsparcia – w tym utworzenie lub rozbudowa lokalnych punktów informacyjnych, infolinii, materiałów edukacyjnych.
- Wspieranie, promowanie integracji osób z zaburzeniami psychicznymi i niepełnosprawnością intelektualną z lokalną społecznością, m. in. poprzez wspieranie działań środowiskowych i edukację społeczną.

Do oceny skuteczności Programu wykorzystywane będą mierniki takie jak: liczba uczestników kampanii i działań edukacyjnych, liczba osób korzystających ze wsparcia psychicznego, liczba instytucji zaangażowanych w działania Programu, a także ocena efektów na podstawie badań ankietowych i sprawozdawczości rocznej.

Adresaci Programu: mieszkańcy gminy Mikołów, w szczególności:

- rodziny i opiekunowie – osoby w kryzysie psychicznym
- osoby z niepełnosprawnością intelektualną i zaburzeniami psychicznymi,
- pracownicy instytucji społecznych, edukacyjnych i zdrowotnych, społeczność lokalna w szerokim ujęciu,
- seniorzy.

IV. Realizacja celów i zadań Programu

Realizatorzy Programu:

- Burmistrz Mikołowa za pośrednictwem Referatu Zdrowia, którego ustanawia się koordynatorem programu,
- Centrum Usług Społecznych w Mikołowie (CUS),
- placówki oświatowe na terenie gminy,
- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Mikołowie,
- Zespół Interdyscyplinarny w gminie Mikołów,
- lokalne poradnie psychologiczne i zdrowia psychicznego,
- inne podmioty.

Współrealizatorzy Programu:

- organizacje pozarządowe i stowarzyszenia działające na rzecz zdrowia psychicznego,
- Powiat Mikołowski – w zakresie współpracy dotyczącej dbania o zdrowie psychiczne mieszkańców.

Finansowanie zadań:

- środki własne gminy,
- środki pozyskane z funduszy zewnętrznych m. in. dotacje, darowizny.

Termin realizacji Programu:

Lata 2025–2030

V. Harmonogram działań i wskaźniki rezultatu

Działanie	Termin realizacji	Realizatorzy	Wskaźniki
Organizacja kampanii informacyjno-edukacyjnych, kształtowanie zachowań i stylu życia korzystnych dla zdrowia psychicznego	2025–2030	UM, placówki oświatowe, jednostki organizacyjne gminy	Liczba kampanii, liczba uczestników
Wczesna pomoc psychospołeczna - działania informacyjne o dostępnych formach pomocy z zakresu poradnictwa psychospołecznego i interwencji kryzysowej oraz zakresu oferowanych przez nich świadczeń.	2025-2030	UM, jednostki organizacyjne gminy, placówki oświatowe, instytucje i organizacje odpowiedzialne za funkcjonowanie poradnictwa	Liczba osób, którym udzielono informacji

		psychospołecznego oraz interwencji kryzysowej.	
Grupy wsparcia tematyczne	2026 -2030	UM, Jednostki organizacyjne gminy, NGO, poradnie	Liczba grup, liczba uczestników
Opracowanie i realizacja projektów antystygmatyzacyjnych, sprzyjających postawom zrozumienia i akceptacji wobec osób z zaburzeniami psychicznymi i chorujących psychicznie	2026-2030	UM, Jednostki organizacyjne gminy oraz wszystkie inne podmioty wykonujące zadania na rzecz promocji zdrowia psychicznego	Liczba projektów, liczba uczestników
Upowszechnianie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, w tym dobrych praktyk w zakresie zdrowia psychicznego poprzez tworzenie i udostępnianie materiałów wypracowanych w ramach projektów w różnych wersjach zarówno cyfrowych, jak i analogowych, tak by umożliwić dotarcie do treści w nich zawartych jak najszerszemu gronu odbiorców	2025–2030	UM, Jednostki organizacyjne gminy oraz wszystkie inne podmioty wykonujące zadania na rzecz promocji zdrowia psychicznego	Liczba przeszkolonych osób, liczba udostępnionych materiałów
Monitoring potrzeb zdrowia psychicznego	co 2 lata	UM, placówki oświatowe, Jednostki organizacyjne gminy oraz wszystkie inne podmioty wykonujące zadania na rzecz promocji zdrowia psychicznego	Raporty

Sprawozdawczość:

Sprawozdanie z Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla gminy Mikołów na lata 2025–2030 będzie uwzględnione w Raporcie o Stanie gminy Mikołów poczynając od 2026 roku. Sprawozdanie opracowywane będzie na podstawie danych zbieranych od wszystkich podmiotów realizujących i współrealizujących działania zawarte w Programie.

Podsumowanie

Program Ochrony Zdrowia Psychicznego dla gminy Mikołów na lata 2025–2030 został opracowany jako kompleksowy dokument strategiczny mający na celu poprawę dobrostanu psychicznego wszystkich grup mieszkańców – dzieci, młodzieży, dorosłych oraz seniorów.

Program określa szczegółowe cele, kierunki działań, zadania do realizacji oraz oczekiwane efekty w obszarze ochrony zdrowia psychicznego. Uwzględnia aktualne wyzwania i potrzeby lokalnej społeczności, zidentyfikowane na podstawie diagnozy środowiska oraz danych ze Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych gminy Mikołów.

Wiele działań objętych Programem jest już realizowanych w praktyce przez lokalne instytucje, jednak dokument ten stanowi uporządkowanie, wzmocnienie oraz rozwinięcie dotychczasowych inicjatyw. Jednocześnie zawiera on zadania o charakterze rozwojowym, odpowiadające na pojawiające się problemy społeczne i zdrowotne.

Program stanowi istotny element lokalnej polityki społecznej i zdrowotnej. Jego realizacja opierać się będzie na współpracy wielu partnerów – instytucji samorządowych, edukacyjnych, ochrony zdrowia, organizacji pozarządowych oraz mieszkańców.

Program ma na celu realizację szeroko pojętej kampanii promującej zdrowie psychiczne. Kluczowym elementem jest edukacja społeczna, która pomoże w radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami życiowymi, a także upowszechnianie wiedzy na temat dostępności do instytucji i placówek zajmujących się wsparciem psychologicznym. Program koncentruje się na wspieraniu jednostek

i rodzin w utrzymaniu dobrej kondycji psychicznej, co w dłuższej perspektywie przyczyni się do wzrostu świadomości społecznej oraz większej wrażliwości na kwestie związane ze zdrowiem psychicznym. W rezultacie społeczeństwo, które troszczy się o zdrowie psychiczne, będzie mogło lepiej pełnić swoje role społeczne i zawodowe, co przełoży się na wyższą jakość życia i lepsze funkcjonowanie naszej gminy.

Uzasadnienie do uchwały nr

Rady Miejskiej Mikołowa

z dnia 2025 r.

Ochrona zdrowia psychicznego jest jednym z kluczowych wyzwań współczesnej polityki społecznej i zdrowotnej. Przyjęcie Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla gminy Mikołów na lata 2025–2030 wynika bezpośrednio z obowiązku jednostek samorządu terytorialnego do realizacji zadań określonych w art. 2 ust. 6 ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (t.j. Dz. U. 2024, poz. 917) oraz Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego (Dz.U. 2023 poz. 2480).

Program stanowi strategiczną odpowiedź na zidentyfikowane potrzeby mieszkańców gminy Mikołów. W oparciu o lokalną diagnozę społeczną oraz dane zawarte w *Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych gminy Mikołów na lata 2025–2030* wskazano na narastające problemy zdrowia psychicznego, szczególnie wśród dzieci, młodzieży i seniorów. W 2023 roku aż:

- 58,3% uczniów zgłosiło obniżony nastrój, a 15,1% miało zachowania autoagresywne,
- 46,8% dorosłych doświadczało objawów depresyjnych,
- 45,6% seniorów wskazywało na problemy psychiczne, a 40,9% – na samotność.

Program odpowiada na cele Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego, w tym:

- zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wszechstronnej i kompleksowej opieki i wsparcia,
- rozwój środowiskowego modelu opieki psychicznej,
- przeciwdziałanie stygmatyzacji i wykluczeniu społecznemu,
- wspieranie zdrowia psychicznego dzieci, młodzieży oraz osób starszych.

Program jest zgodny z aktualnymi potrzebami mieszkańców, przepisami prawa oraz kierunkami polityki państwowej. Jego realizacja pozwoli na skuteczne wzmocnienie lokalnych systemów wsparcia, profilaktyki i leczenia, a także na integrację działań środowiskowych w celu poprawy jakości życia mieszkańców gminy Mikołów.