



PRZEWODNIK

**INFORMUJĄCY O LOKALNIE DOSTĘPNYCH
FORMACH OPIEKI ZDROWOTNEJ,
POMOCY SPOŁECZNEJ
I AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI
W POWIECIE SEJNEŃSKIM**

Sejny 2022 r.

Zgodnie z Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 8 lutego 2017 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017- 2022 (Dz. U. z 2017 r. poz. 458) samorządy powiatowe mają obowiązek przygotowania i udostępnienia mieszkańcom powiatu oraz samorządowi województwa aktualizowanego corocznie przewodnika informującego o lokalnie dostępnych formach opieki zdrowotnej, pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

Niniejszy Przewodnik ma na celu podniesienie świadomości mieszkańców Powiatu na problemy osób z zaburzeniami psychicznymi, jak również usystematyzowanie najistotniejszych informacji o ofercie pomocowej dostępnej na terenie Powiatu Sejneńskiego dla osób z zaburzeniami psychicznymi, ich rodzin, a także innych osób potrzebujących.

POMOC SPOLECZNA

Na terenie Powiatu Sejneńskiego funkcjonują cztery gminne ośrodki pomocy społecznej tj. w Puńsku, Krasnopolu, Sejnach i Gibach oraz Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sejnach. Osoby z zaburzeniami psychicznymi mogą korzystać z pomocy oferowanej przez ośrodki pomocy społecznej. Pomoc ta jest świadczona w formie: świadczeń pieniężnych, usług opiekuńczych, specjalistycznych usług opiekuńczych, kierowania do domu pomocy społecznej, kierowania do ośrodków wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi w tym środowiskowych domów samopomocy oraz poradnictwa specjalistycznego w tym poradnictwa rodzinnego oraz pracy socjalnej. W przypadku braku odpowiedniej placówki na terenie Powiatu Sejneńskiego, ośrodki mogą kierować osoby potrzebujące do odpowiednich placówek na terenie innych powiatów.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sejnach realizuje zadania wynikające z ustawy o pomocy społecznej, w tym organizuje i prowadzi specjalistyczne poradnictwo psychologiczne, prawne i rodzinne, a także pracę socjalną. Dzięki zawartemu porozumieniu z Powiatem Suwalskim osoby potrzebujące mają możliwość korzystania z pomocy i wsparcia zarówno w ramach pobytu dziennego jak i całodobowego w Środowiskowym Domu Samopomocy w Lipniaku. Ośrodek wspiera osoby po kryzysach psychicznych, poprzez różne inicjatywy i działania m.in. pomoc psychologiczną, zajęcia terapeutyczno-integracyjne, treningi umiejętności (np. nauka rękodzieła, zajęcia plastyczne, praca na komputerze, gotowanie) w ramach funkcjonujących pracowni, realizację wielu projektów i udział w akcjach okolicznościowych.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sejnach realizuje również zadania w zakresie rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych w ramach środków Państwowego Funduszu

Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Zadania mają na celu umożliwienie osobom niepełnosprawnym uczestnictwo w życiu społecznym. Osoby niepełnosprawne mogą otrzymać dofinansowanie m. in. do:

- turnusów rehabilitacyjnych,
- likwidacji barier architektonicznych, technicznych i w komunikowaniu się,
- zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne, środki pomocnicze oraz do sprzętu rehabilitacyjnego,
- usług tłumacza języka migowego.

Ponadto na terenie Powiatu Sejneńskiego, funkcjonują Warsztaty Terapii Zajęciowej prowadzone przez Regionalne Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych. Warsztaty Terapii Zajęciowej wsparciem obejmują 30 osób niepełnosprawnych ze wskazaniem do terapii zajęciowej. WTZ realizuje zadania w zakresie rehabilitacji zawodowej oraz społecznej, a także zmierzające do ogólnego rozwoju i poprawy sprawności, niezbędnej do samodzielnego i aktywnego życia osób niepełnosprawnych. Rehabilitacja społeczna realizowana jest przede wszystkim poprzez wyrabianie zaradności osobistej i pobudzanie aktywności społecznej, wyrabianie umiejętności samodzielnego wypełniania ról społecznych. Rehabilitacja zawodowa prowadzona jest w zakresie pozyskania lub przywrócenia umiejętności niezbędnych do podjęcia zatrudnienia przy zastosowaniu terapii zajęciowej w poszczególnych pracowniach. Stowarzyszenie obejmuje również wsparciem rodziny uczestników Warsztatu udzielając im poradnictwa psychologicznego, w zakresie problemów wychowawczych czy zdrowotnych.

Regionalne Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych w Sejnach prowadzi również działalność edukacyjną oraz prawną w zakresie rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych w tym:

- a) udziela informacji w zakresie praw i uprawnień osób niepełnosprawnych, w tym w dostępie do rehabilitacji,
- b) organizuje kursy, szkolenia i spotkania edukacyjne dla osób niepełnosprawnych,
- c) organizuje wypoczynek dzieci i młodzieży niepełnosprawnej,
- d) organizuje konferencje, seminaria dotyczące problematyki niepełnosprawności.

Dane teleadresowe instytucji i organizacji

NAZWA INSTYTUCJI	ZAKRES POMOCY	ADRES	TELEFON E-MAIL	DOŚTĘPNOŚĆ
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sejnach	poradnictwo specjalistyczne, praca socjalna, pomoc społeczna, dofinansowanie PFRON	ul. Piłsudskiego 34, 16-500 Sejny	87 5173 415 biuro@pcpr.sejny.pl	mieszkańcy powiatu pn. – pt. godz. 7.30 -15.30
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gibach	pomoc społeczna	Giby 74A, 16-506 Giby	87 5165 735 gops@giby.pl	mieszkańcy gminy pn. – pt. godz. 7.00 -15.00
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnopolu	pomoc społeczna	ul. Wojska Polskiego 22, 16-503 Krasnopol	87 5655 816 gopskras@op.pl	mieszkańcy gminy pn. – pt. godz. 7.15-15.15,
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Puńsku	pomoc społeczna	ul. Mickiewicza 23 16-515 Puńsk	87 5161 409 swiadczenia@gops-punsk.pl	mieszkańcy gminy pn. – pt. godz. 7.30-15.30
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sejnach	pomoc społeczna	ul. Jerzego Grodzińskiego 1, 16-500 Sejny	87 5173 775 gops-sejny@wp.pl	mieszkańcy gminy pn. – pt. 7.00 – 15.00
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sejnach	pomoc społeczna	ul. Wileńska 10 16-500 Sejny	87 5162 113 mops@um.sejny.pl	mieszkańcy gminy pn. – pt. godz. 7.00 -15.00
Punkt Konsultacyjny dla Osób w Kryzysie Gmina Puńsk	poradnictwo psychologiczne, prawne, rodzinne, socjalne, pedagogiczne oraz w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Mickiewicza 23 16-515 Puńsk	511 837 747, 87/516 14 09 swiadczenia@gops-punsk.pl	mieszkańcy gminy co druga środa miesiąca, przez dwie godziny popołudniowe

EDUKACJA

Na terenie Powiatu Sejneńskiego funkcjonuje Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna która udziela pomocy dzieciom oraz młodzieży w wieku szkolnym. Do jej zadań należy przede wszystkim diagnozowanie dzieci i młodzieży, którego celem jest określenie indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych, wyjaśnienie mechanizmów ich funkcjonowania w odniesieniu do zgłaszanego problemu oraz wskazanie sposobu rozwiązania. Udziela porad rodzicom i nauczycielom. Efektem diagnozowania dzieci i młodzieży jest wydanie odpowiedniego orzeczenia lub opinii m. in. o potrzebie kształcenia specjalnego, zajęć rewalidacyjno - wychowawczych, opinii o potrzebie

wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka. W PP-P dzieci i młodzież z zaburzeniami rozwoju psychicznego mogą korzystać z pomocy psychologicznej, realizowanej w formie porad, konsultacji lub wsparcia krótko i długoterminowego. Poradnia prowadzi również poradnictwo w sprawie uzależnień, przemocy w rodzinie oraz doradztwo zawodowe.

NAZWA INSTYTUCJI	ZAKRES POMOCY	ADRES	TELEFON E-MAIL	DOSTĘPNOŚĆ
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Sejnach	Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, w sprawie przemocy w rodzinie, w sprawie uzależnień.	ul. Łąkowa 1, 16-500 Sejny,	87 5162-256 pppsejny@wp.pl	dzieci i młodzież z terenu powiatu pn. – pt. godz. 7.00 -15.00

OPIEKA ZDROWOTNA

Na terenie Powiatu Sejneńskiego osoby z zaburzeniami psychicznymi mogą korzystać z usług medycznych Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Sejnach, przychodni rodzinnych funkcjonujących w poszczególnych gminach, a także Poradni Zdrowia Psychicznego dla dorosłych. W poradni prowadzona jest działalność lecznicza i profilaktyczna. Pacjenci korzystający z usług Poradni Zdrowia Psychicznego mają dostęp do diagnostyki i farmakoterapii, mogą także skorzystać z pomocy i konsultacji lekarzy psychiatrów i psychologa.

NAZWA INSTYTUCJI	ZAKRES POMOCY	ADRES	TELEFON E-MAIL	DOSTĘPNOŚĆ
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sejnach	opieka zdrowotna	ul. E. Rittlera 2 16-500 Sejny	875 162 009; 875 172 301 sekretariat@szpital.sejny.pl	mieszkańcy powiatu i nie tylko
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sejnach- Poradnia lekarza POZ	leczenie i profilaktyka	ul. W. Polskiego 60D 16-500 Sejny	87 566 90 40 87 566 90 41 poz@szpital.sejny.pl	mieszkańcy powiatu i nie tylko
„Centrum Zdrowia Psychicznego” w Suwałkach- Poradnia Zdrowia Psychicznego dla dorosłych w Sejnach	leczenie i profilaktyka	ul. W. Polskiego 60D 16-500 Sejny	87 566 90 39	mieszkańcy powiatu i nie tylko

W roku 2021 Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach utworzył w Sejnach **Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży**. Ośrodek wprowadza model opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci przed rozpoczęciem nauki szkolnej i młodzieży uczącej się do 21 r.ż. W placówce świadczeń udzielają: psycholog, psychoterapeuta i terapeuta środowiskowy. Mogą zgłaszać się do nich rodzice z dziećmi oraz młodzież w przypadku występowania niepokojących objawów związanych z problemami psychologicznymi. Pacjenci mogą skorzystać z pomocy Ośrodka bez skierowania lekarskiego. Zgłoszenie do Ośrodka może nastąpić przez przedszkole/szkołę/placówkę lub rodzinę. Osoby poniżej 18 r. życia muszą posiadać zgodę opiekuna prawnego.

Zadania ośrodka:

- a) oddziaływania terapeutyczne,
- b) wsparcie społeczne dzieci i młodzieży,
- c) wsparcie rodzin i środowiska wychowawczego,
- d) pomoc w kryzysie,
- e) psychoedukację rodziców dotyczącą najczęstszych zaburzeń wieku rozwojowego i rozpoznawania ich symptomów,
- f) grupy wsparcia dla rodziców dzieci ze specyficznymi zaburzeniami rozwoju (organizacja grup samopomocowych).

NAZWA INSTYTUCJI	ZAKRES POMOCY	ADRES	TELEFON E-MAIL	DOSTĘPNOŚĆ
Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży	Poradnictwo psychologiczne i psychoterapeutyczne dla dzieci i młodzieży	ul. Wojska Polskiego 60D, 16-500 Sejny,	508 280 439	dzieci i młodzież oraz rodzice z terenu powiatu pn, czw. 11.00-20.00 wt 8.00-16.00 śr., pt 8.00-14.00.

AKTYWIZACJA ZAWODOWA

Powiatowy Urząd Pracy w Sejnach realizuje zadania w zakresie łagodzenia skutków bezrobocia i aktywizacji zawodowej stosując usługi i instrumenty rynku pracy. Osoby zarejestrowane jako bezrobotne lub poszukujące pracy z orzecznym stopniem niepełnosprawności w tym z zaburzeniami psychicznymi objęte są kompleksową pomocą w zakresie pośrednictwa i poradnictwa zawodowego. W ramach usług rynku pracy doradcy

zawodowi pomagają w poruszaniu się po rynku pracy. Udzielają porad indywidualnych i grupowych, dotyczących analizy sytuacji zawodowej klienta, omówienia planów zawodowych, określenia predyspozycji i umiejętności zawodowych. Pośrednicy pracy i doradcy klienta udzielają pomocy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia i organizacji szkoleń, których celem jest zwiększenie szans na uzyskanie zatrudnienia.

Ponadto osoba niepełnosprawna zarejestrowana w Urzędzie Pracy jako bezrobotna czy poszukująca pracy niepozostająca w zatrudnieniu może również korzystać z instrumentów określonych w ustawie o promocji zatrudnienia m. in.: szkoleń, stażu, prac interwencyjnych, badań lekarskich lub psychologicznych, bonu na zasiedlenie, itp.

Dla osób niepełnosprawnych poszukujących pracy, a nie pozostających w zatrudnieniu, przewidziane są usługi i instrumenty finansowane ze środków PFRON.

Powiatowy Urząd Pracy w Sejnach wykonując zadania w zakresie promocji zatrudnienia, łagodzenia skutków bezrobocia i aktywizacji zawodowej bezrobotnych współpracuje ze wszystkimi podmiotami zaangażowanymi w realizację „Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017-2022”.

NAZWA INSTYTUCJI	ZAKRES POMOCY	ADRES	TELEFON E-MAIL	DOSTĘPNOŚĆ
Powiatowy Urząd Pracy w Sejnach	poradnictwo zawodowe oraz związane z usługami i instrumentami rynku pracy	ul. Łąkowa 26 16-500 Sejny	tel.: 875 163 970, fax: 877 390 997 http://sejny.praca.gov.pl/ e-mail: biuro@pup.sejny.pl	mieszkańcy powiatu pn. – pt. godz. 7.30 -15.30

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA, PORADNICTWO OBYWATELSKIE I MEDIACJE

Z nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i mediacji może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie. Zapisu na wizytę można dokonać pod numerem telefonu: 87 5173 906, 87 5173 910 (centrala) e-mail: kontrola@powiat.sejny.pl lub zapisy na stronie: <https://np.ms.gov.pl/>

Osobom, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu, o których mowa w ustawie o języku migowym i innych środkach komunikowania się, może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, także poza punktem albo za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość.

Osoby, które zgłoszą uzasadnioną potrzebę komunikacji za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej: składają staroście, w formie papierowej lub elektronicznej oświadczenie, o którym mowa w art. 4 ust. 2 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz. U. z 2021 r. poz. 945) wraz ze wskazaniem okoliczności to uzasadniających oraz dostępnych tej osobie środków porozumiewania się na odległość. Oświadczenie składają również osoby korzystające z pomocy poza punktem. Oświadczenie te odbiera udzielający pomocy.

Nieodpłatna pomoc prawna obejmuje:

- poinformowanie osoby fizycznej o obowiązującym stanie prawnym oraz o przysługujących uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach, w tym w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądownoadministracyjnym,
- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego,
- sporządzenie projektu pisma, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się postępowaniu przygotowawczym lub sądowym i pism w toczącym się postępowaniu sądownoadministracyjnym,
- nieodpłatną mediację,
- sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego lub rzecznika patentowego w postępowaniu sądownoadministracyjnym oraz poinformowanie o kosztach postępowania i ryzyku finansowym związanym ze skierowaniem sprawy na drogę sądową,
- nieodpłatną pomoc prawną mogą uzyskać również osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą, niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku.

Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje działania dostosowane do indywidualnej sytuacji osoby uprawnionej, zmierzające do podniesienia świadomości tej osoby o przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach oraz wsparcia w samodzielnym rozwiązywaniu problemu, w tym, w razie potrzeby, sporządzenie wspólnie z osobą uprawnioną planu działania i pomoc w jego realizacji. Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje w szczególności porady dla osób zadłużonych i porady z zakresu spraw

mieszkaniowych oraz zabezpieczenia społecznego. Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje również nieodpłatną mediację.

Dyżury:

- KRASNOPOL ul. 1 Maja 1 (Gminne Centrum Czytelnictwa i Kultury ul. 1 Maja 1):
czwartek godz. 08.00-12.00
- DYŻURY w PUŃSKU- internat LO ul. 11 Marca 16, pok. 21 parter:
poniedziałek godz. 08.00-12.00
środa godz. 12.00-16.00
- DYŻURY w SEJNACH ul. Piłsudskiego 34 (Starostwo Powiatowe w Sejnach):
poniedziałek godz. 11.30-15.30
wtorek godz. 07.30-15.30
środa godz. 07.30-11.30
czwartek godz. 11.30-15.30
piątek godz. 07.30-15.30

W przypadku obowiązywania stanu zagrożenia epidemiologicznego, stanu epidemii albo wprowadzenia stanu nadzwyczajnego udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej oraz poradnictwa obywatelskiego może odbywać się za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość (np. telefon) wówczas oświadczenie nie jest wymagane.