



Przewodnik po dostępnych formach opieki zdrowotnej i pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi na terenie powiatu grajewskiego

Niniejszy przewodnik powstał w ramach realizacji zadania, o którym mowa w *Powiatowym Programie Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2011-2015*, przyjętym uchwałą nr XIII/71/11 Rady Powiatu Grajewskiego z dnia 26 października 2011 r., w celu zaznajomienia z placówkami, udzielającymi pomocy w różnym zakresie osobom z zaburzeniami psychicznymi.

I. DOSTĘPNE FORMY OPIEKI ZDROWOTNEJ.

1. Oddział Psychiatryczny z Izłą Przyjęć Szpitala Ogólnego im. dr Witolda Gineła w Grajewie, ul. Konstytucji 3 Maja 34, 19-200 Grajewo, tel. 086 2723271, fax 086 2722041, www.szpital-grajewo.pl, e-mail: szpital_grajewo@post.pl.

- Oddział liczy 30 łóżek,
- Oddział świadczy usługi w zakresie:
 - diagnostyki psychiatrycznej,
 - diagnostyki psychologicznej,
 - leczenia osób z zaburzeniami psychicznymi,
 - leczenia współistniejących schorzeń somatycznych,
 - psychoedukacji rodziny,
 - nawiązywania kontaktów ze środowiskiem rodzinnym pacjenta,
 - współpracy z ośrodkami pomocy społecznej w rejonie leczenia,
 - zajęć terapeutycznych,
- personel Oddziału stanowią: lekarz psychiatra, psycholog, terapeuta, pracownik socjalny, pielęgniarki i sanitariusze,
- przy Oddziale działa Poradnia Zdrowia Psychicznego, godziny pracy: poniedziałek 8:00-9:00, 10:00-14:30, wtorek i czwartek 11:00-15:00, środa 11:00-20:00, piątek 8:00-9:00, 10:00-15:00; aby skorzystać z usług Poradni nie jest potrzebne skierowanie,
- Poradnia oraz Oddział świadczą usługi w ramach podpisanego kontraktu z Narodowym Funduszem Zdrowia.

2. Poradnia Zdrowia Psychicznego w Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej „Medicus” S.C., ul. Konstytucji 3 Maja 9, 19-200 Grajewo, tel. 086 2724350, fax 086 2728452, www.medicus.grajewo.com, e-mail: medicus@grajewo.com.

- godziny pracy Poradni: poniedziałek i wtorek 16:00-20:00, piątek 15:00-20:00, sobota 8:00-14:00,
- personel Poradni stanowią: lekarz psychiatra, psycholog-psychoterapeuta, psychoterapeuta, pielęgniarka,
- Poradnia świadczy usługi w zakresie:
 - leczenia nerwic, depresji, zespołów psychotycznych,
 - leczenia i porad w uzależnieniach od alkoholu i innych środków,
 - porad psychologicznych,
 - terapii indywidualnych i grupowych,
 - psychoanalizy,
- Poradnia świadczy usługi w ramach podpisanego kontraktu z Narodowym Funduszem Zdrowia.

II. DOSTĘPNE FORMY POMOCY SPOŁECZNEJ.



1. Ośrodki Pomocy Społecznej

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Grajewie, ul. Strażacka 6, 19-200 Grajewo, tel. 086 2730860, fax 086 2730861, www.mops.grajewo.pl, e-mail: mops@mops.grajewo.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:30-15:30,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grajewie, ul. Komunalna 6, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2722260, www.gminagrajewo.pl, e-mail: gops@grajewo.com, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:00-15:00,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Radziłowie, Pl. 500-lecia 15, 19-213 Radziłów, tel. 086 2736872, fax 086 2737111 www.radzilow.pl, e-mail: gops@gminaradzilow.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:30-15:45,
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Rajgrodzie, ul. Warszawska 9, 19-206 Rajgród, tel. 086 2721845, fax 086 2721830, www.opsrajgrad.cba.pl, e-mail: ops_rajgrad@op.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:00-15:00,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Szczuczynie, Pl. 1000-lecia 23, 19-230 Szczuczyn, tel. 086 2735080, fax 086 2735081, www.um.szczuczyn.pl, e-mail: ops@szczuczyn.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:30-15:30,
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Wąsoszu, Pl. Rzędziana 8, 19-222 Wąsosz, tel. 086 2731001 wewn. 24, 25, fax 086 2731001, e-mail: opswasosz@poczta.onet.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:30-15:30,
- są jednostkami organizacyjnymi pomocy społecznej w gminach,
- jednym z zadań ośrodków jest organizacja na obszarze swojego działania – w porozumieniu z zakładami psychiatrycznej opieki zdrowotnej – oparcia społecznego dla osób, które z powodu choroby psychicznej lub upośledzenia umysłowego mają poważne trudności w życiu codziennym, zwłaszcza w kształtowaniu swoich stosunków z otoczeniem, w zakresie edukacji, zatrudnienia oraz w sprawach bytowych. Do zadań tych ośrodków należy więc m. in. podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego, aktywnego życia, organizowanie w środowisku społecznym pomocy ze strony rodziny, innych osób, grup, organizacji społecznych i instytucji, udzielanie pomocy finansowej, rzeczowej oraz innych świadczeń na zasadach określonych w ustawie z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (t. j. Dz. U. z 2009 r. Nr 175, poz. 1362, z późn. zm.).

2. Środowiskowy Dom Samopomocy w Grajewie, ul. Konstytucji 3 Maja 2B, 19-200 Grajewo, tel. 086 2728489, e-mail: sds.grajewo@wp.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:00-16:00

- jest jednostką prowadzoną przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Grajewie,
- jest placówką dziennego pobytu przeznaczoną dla osób przewlekle psychicznie chorych, zamieszkałych na terenie miasta Grajewo, nie wymagających leczenia szpitalnego bądź opieki stacjonarnej,
- posiada 34 miejsca,
- świadczone usługi obejmują różne formy terapii indywidualnej i grupowej prowadzone z uwzględnieniem potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestników, w tym:
 - trening funkcjonowania w codziennym życiu,
 - trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
 - trening umiejętności spędzania wolnego czasu,
 - pośrednictwo psychologiczne,
 - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
 - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
 - terapia ruchowa, muzyczna i plastyczna,
 - gorący posiłek (obiad i terapia kulinarna),

Ważną formą działalności Domu jest działalność integracyjna, a także współpraca z instytucjami i stały kontakt z rodzinami podopiecznych.

- personel Domu stanowią: pracownik socjalny, instruktor kulturalno-oświatowy, instruktor ds. muzycznych, instruktor ds. plastycznych, instruktor ds. rehabilitacji, lekarz psychiatra, pielęgniarka.



3. **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Grajewie, ul. Mickiewicza 3, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2738709, www.pcpr.grajewo.pl, e-mail: pcprgrajewo@wp.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:30-15:30**
- jest jednostką organizacyjną wchodzącą w skład powiatowej administracji zespolonej,
 - nadrzędnym celem jednostki jest realizacja zadań w sferze pomocy społecznej określonych w ustawie z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (t. j. Dz. U. z 2009 r. Nr 175, poz. 1362, z późn. zm.), w ustawie z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (t. j. Dz. U. z 2011 r. Nr 127, poz. 721, z późn. zm.), a także w ustawie z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. Nr 111, poz. 535, z późn. zm.) – są to zadania własne powiatu oraz zadania z zakresu administracji rządowej zlecone powiatowi na mocy przepisów ustawowych,
 - jednym z zadań Centrum jest dofinansowanie – ze środków, pochodzących z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych – rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych (w tym osób z zaburzeniami psychicznymi i upośledzonych umysłowo), w tym:
 - a) dofinansowanie turnusów rehabilitacyjnych,
 - b) dofinansowanie sportu, kultury, rekreacji i turystyki,
 - c) dofinansowanie zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze,
 - d) dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych, w komunikowaniu się i technicznych,
 - e) dofinansowanie kosztów działania warsztatów terapii zajęciowej,
 - sprawuje nadzór nad Domem Pomocy Społecznej w Grajewie, wydaje też decyzje o umieszczeniu w Domu.
4. **Dom Pomocy Społecznej w Grajewie, ul. dr T. Nowickiego 1, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2722724, e-mail: dompomocygrajewo@wp.pl**
- przeznaczony jest dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie,
 - jego działalność podstawową stanowi zapewnienie całodobowej opieki mieszkańcom oraz zaspokojenie ich potrzeb:
 - bytowych – miejsce zamieszkania, wyposażenie w niezbędne meble, sprzęt, bieliznę oraz środki higieny osobistej, utrzymanie czystości, wyżywienie,
 - opiekuńczych – zapewnienie całodobowej opieki, pomoc w podstawowych czynnościach życiowych, pielęgnacji, w załatwianiu spraw osobistych z uwzględnieniem stanu zdrowia, sprawności psychofizycznej, a także indywidualnych potrzeb i możliwości mieszkańców,
 - wspomagających – udział w terapii zajęciowej, rehabilitacji, zaspokajanie potrzeb religijnych i kulturalnych,
 - edukacyjnych – zajęcia rewalidacyjno-wychowawcze przeprowadzane przez nauczycieli Zespołu Szkół Specjalnych im. Jana Pawła II w Grajewie, na terenie Domu,
 - umożliwia mieszkańcom korzystanie z przysługujących im na podstawie ustawy o powszechnym ubezpieczeniu zdrowotnym świadczeń zdrowotnych oraz pokrywa opłatę ryczałtową za leki; usługi w zakresie podstawowej opieki zdrowotnej świadczy lekarz rodzinny, który – w przypadku takiej konieczności – kieruje mieszkańców Domu do lekarzy specjalistów,
 - posiada 39 miejsc,
 - personel specjalistyczny Domu stanowią: pracownik socjalny, technik fizjoterapii, instruktor terapii zajęciowej, pielęgniarki, opiekunowie, pokojowe.

III. DOSTĘPNE FORMY AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ.

1. **Powiatowy Urząd Pracy w Grajewie, ul. Strażacka 6A, 19-200 Grajewo, tel. 086 2613011, fax 086 2723605, www.pupgrajewo.pl, e-mail: bigr@praca.gov.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:30-15:30**



- prowadzi pośrednictwo pracy poprzez udzielanie pomocy bezrobotnym i poszukującym pracy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia oraz pracodawcom w pozyskaniu pracowników o poszukiwanych kwalifikacjach zawodowych,
- realizuje poradnictwo zawodowe, udzielając bezrobotnym i poszukującym pracy pomocy w wyborze odpowiedniego zawodu i miejsca zatrudnienia, w szczególności na:
 - udzielaniu informacji o zawodach, rynku pracy oraz możliwościach szkolenia i kształcenia,
 - udzielaniu porad z wykorzystaniem standaryzowanych metod ułatwiających wybór zawodu, zmianę kwalifikacji, podjęcie lub zmianę zatrudnienia, w tym badanie zainteresowań i uzdolnień zawodowych,
 - kierowaniu na specjalistyczne badania psychologiczne i lekarskie umożliwiające wydawanie opinii o przydatności zawodowej do pracy i zawodu albo kierunku szkolenia,
 - inicjowaniu, organizowaniu i prowadzeniu grupowych porad zawodowych dla bezrobotnych i poszukujących pracy;
- kieruje na szkolenia w celu zmiany lub podniesienia kwalifikacji zawodowych,
- udziela pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy w ramach klubów pracy poprzez przygotowanie do lepszego radzenia sobie w poszukiwaniu i podejmowaniu zatrudnienia, w szczególności przez: uczestnictwo w szkoleniach z zakresu umiejętności poszukiwania pracy, uczestnictwo w zajęciach aktywizacyjnych, dostęp do informacji i elektronicznych baz danych służących uzyskaniu umiejętności poszukiwania pracy i samo zatrudnienia,
- organizuje staże, roboty publiczne i prace interwencyjne,
- przyznaje bezrobotnemu i poszukującemu pracy środki na podjęcie działalności gospodarczej,
- refunduje koszty wyposażenia lub doposażenia stanowiska pracy dla skierowanego bezrobotnego lub poszukującego pracy.

2. Warsztat Terapii Zajęciowej w Grajewie, Os. Południe 61, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2738817, www.wtzgrajewo.pl, e-mail: mgutowska@wtzgrajewo.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 7:15-15:15

- uczestnikami WTZ mogą być osoby niepełnosprawne posiadające aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności ze wskazaniem „uczestnictwo w terapii zajęciowej”
- posiada 7 pracowni tematycznych, w których odbywają się zajęcia z rehabilitacji społeczno-zawodowej dla 35-osobowej grupy uczestników warsztatu – osób niepełnosprawnych,
- realizowane są:
 - zajęcia w 5-6-osobowych grupach terapeutycznych w pracowniach: plastyczno-ceramicznej, introligatorskiej, krawiecko-dziwiarskiej, informatycznej, politechnicznej, muzyczno-rehabilitacyjnej, gospodarstwa domowego,
 - indywidualne oraz grupowe zajęcia z psychologiem,
 - indywidualne zajęcia z logopedą,
 - grupowe zajęcia warsztatowego zespołu muzyczno-wokalnego „Tacy Sami”,
 - grupowe zajęcia warsztatowego zespołu teatralnego „Niezapominajki”,
 - grupowe zajęcia warsztatowej grupy tanecznej „KAMP”,
 - grupowe zajęcia warsztatowej grupy sportowej „WTZ – start”,
 - indywidualne i grupowe pogadanki o zdrowiu oraz opieka medyczna,
 - indywidualne i grupowe spotkania uczestników Warsztatu z księdzem,
- personel specjalistyczny Warsztatu stanowią: terapeuci zajęciowi, pracownik socjalny, logopeda, psycholog, rehabilitant.

3. Spółdzielnia Inwalidów w Szczuczynie, ul. Kilińskiego 19A, 19-230 Szczuczyn, tel. 086 2735128, fax 086 2725607, www.spins.pl, e-mail: marketing@spins.pl

- od 01.07.2012 r. jest zakładem pracy chronionej (czyli obiekty i urządzenia użytkowane przez ten zakład odpowiadają przepisom i zasadom bezpieczeństwa i higieny pracy, uwzględniają potrzeby osób



niepełnosprawnych w zakresie przystosowania stanowisk pracy, pomieszczeń higieniczno-sanitarnych i ciągów komunikacyjnych oraz spełniają wymagania dostępności do nich, a także jest zapewniona doraźna i specjalistyczna opieka medyczna, poradnictwo i usługi rehabilitacyjne).

IV. INNE FORMY POMOCY.

1. **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Grajewie, ul. Mickiewicza 3, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2723587, www.ppp.grajewo.com, e-mail: pppgrajewo@wp.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 8:00-16:00**
 - zajmuje się:
 - udzielaniem pomocy psychologiczno-pedagogicznej dzieciom i młodzieży z grup ryzyka,
 - terapią zaburzeń rozwojowych i zachowań dysfunkcyjnych,
 - pomocą uczniom w dokonywaniu wyboru kierunku kształcenia, zawodu i planowania kariery zawodowej,
 - pomocą rodzicom i nauczycielom w diagnozowaniu i rozwijaniu potencjalnych możliwości oraz mocnych stron uczniów,
 - wspomaganie wychowawczej i edukacyjnej funkcji rodziny,
 - wspomaganie wychowawczej i edukacyjnej funkcji szkoły.
 - zadania swoje realizuje poprzez diagnozę, terapię, konsultację i doradztwo, działalność psychoedukacyjną i profilaktyczną, interwencję w środowisku ucznia oraz działalność informacyjną,
 - przy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Grajewie działa zespół orzekający, który wydaje orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego dla uczniów z zaburzeniami i odchyleniami rozwojowymi, w tym o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych dla dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu głębokim, orzeczenia o potrzebie nauczania indywidualnego dla uczniów, których stan zdrowia uniemożliwia lub znacznie utrudnia uczęszczanie do szkoły oraz opinie o wczesnym wspomaganie rozwoju.
 - personel Poradni stanowią: psycholodzy, pedagogzy, logopedzi, doradca zawodowy.
2. **Zespół Szkół Specjalnych im. Jana Pawła II w Grajewie, ul. Elcka 11, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2723115, www.zs3.grajewo.net.pl, e-mail: zs3grajewo@gmail.com**
 - świadczy usługi oświatowe uczniom z niepełnosprawnością intelektualną oraz ich rodzicom i środowisku,
 - najważniejszym celem szkoły jest wykształcenie u uczniów umiejętności niezbędnych do samodzielnego i kulturalnego funkcjonowania w dynamicznie rozwijającym się świecie, w szczególności do: podejmowania wysiłku w przezwyciężaniu własnej niepełnosprawności, rozwijania talentów i zainteresowań, współzycia i współpracowania z innymi ludźmi, przestrzegania prawa i norm zwyczajowych, zdobywania dalszej wiedzy i podejmowania pracy zawodowej,
 - w ramach Zespołu Szkół funkcjonują: Szkoła Podstawowa Nr 3 Specjalna z Oddziałem Przedszkolnym Specjalnym, Publiczne Gimnazjum Nr 4 Specjalne, Zasadnicza Szkoła Zawodowa Specjalna, Szkoła Przysposabiająca do Pracy Zawodowej,
 - szkoła prowadzi również zajęcia w ramach wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka,
 - nauczyciele zatrudnieni w Zespole Szkół Specjalnych w Grajewie prowadzą zajęcia rewalidacyjno-wychowawcze dla dzieci i młodzieży z głębokim stopniem niepełnosprawności intelektualnej – od 3. do 25. roku życia – zarówno dla uczniów szkoły, jak i dla mieszkańców Domu Pomocy Społecznej w Grajewie, a także indywidualnie w domu ucznia.
3. **Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Grajewie, ul. Mickiewicza 3, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2610407, www.pcpr.grajewo.pl, e-mail: k.wyluda@op.pl, godz. pracy: poniedziałek – piątek 8:00-16:00**
 - wydaje orzeczenia o niepełnosprawności dla osób w wieku do 16 lat i orzeczenia o stopniu niepełnosprawności dla osób w wieku powyżej 16 lat,
 - wydaje legitymacje potwierdzające niepełnosprawność i stopień niepełnosprawności,



- orzeczenie – poza ustaleniem niepełnosprawności lub stopnia niepełnosprawności – zawiera wskazania dotyczące:
 - odpowiedniego zatrudnienia,
 - szkolenia, w tym specjalistycznego,
 - zatrudnienia w zakładzie aktywności zawodowej,
 - uczestnictwa w terapii zajęciowej,
 - konieczności zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne, środki pomocnicze oraz pomoce techniczne, ułatwiające funkcjonowanie danej osoby,
 - korzystania z systemu środowiskowego wsparcia w samodzielnej egzystencji, przez co rozumie się korzystanie z usług socjalnych, opiekuńczych, terapeutycznych i rehabilitacyjnych świadczonych przez sieć instytucji pomocy społecznej, organizacje pozarządowe oraz inne placówki,
 - konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji,
 - konieczności stałego współudziału na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia, rehabilitacji i edukacji,
 - spełniania przez osobę niepełnosprawną przesłanek określonych w art. 8 ust. 1 ustawy z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym (t. j. Dz. U. z 2012 r. poz. 1137 z późn. zm.),
 - stwierdzenia prawa osoby niepełnosprawnej do zamieszkiwania w oddzielnym pokoju,
- posiadane orzeczenie służy do celów pozarentowych i pozwala korzystać z pewnych uprawnień, pomocy i ulg, np.:
 - ulg podatkowych, komunikacyjnych, zwolnień z opłat radiowo-telewizyjnych – na podstawie odrębnych przepisów,
 - pomocy społecznej, uzyskania zasiłku pielęgnacyjnego, świadczenia pielęgnacyjnego,
 - dofinansowania turnusów rehabilitacyjnych,
 - dofinansowania sprzętu ortopedycznego oraz środków pomocniczych,
 - przywilejów pracowniczych (np. dodatkowy urlop, krótszy czas pracy),
 - uzyskania karty parkingowej,
 - ulgowej opłaty za wydanie paszportu (50% opłaty podstawowej),
 - zniżki na bilety wstępu do kina, teatru, muzeum, na basen.

4. Stowarzyszenie „Szkoła Naszą Szansą” przy Zespole Szkół Specjalnych w Grajewie, ul. Elcka 11, 19-200 Grajewo, tel. 086 2723115

- nastawione jest głównie na działalność w stosunku do niepełnosprawnych dzieci i młodzieży,
- skupia się na organizowaniu imprez, konkursów i festiwali dla dzieci i młodzieży, mających na celu wspieranie i rozwój osób niepełnosprawnych, a także ich integrację ze sprawnymi rówieśnikami.

5. Stowarzyszenie Wspierania Inicjatyw Społecznych na Rzecz Osób Niepełnosprawnych w Grajewie (SWISON), Os. Centrum 38A, 19-200 Grajewo, tel./fax 086 2738542, www.swison.neostrada.pl, e-mail: azswison@gmail.com

- zajmuje się działalnością wobec osób niepełnosprawnych, w tym osób z zaburzeniami psychicznymi,
- główna działalność skupia się wokół poradnictwa i terapii,
- w ramach SWISON-u działa Ośrodek Wsparcia Społecznego, realizujący poradnictwo i informację dla osób niepełnosprawnych i ich rodzin, Punkt Informacji o Prawach i Obowiązках Obywateli, a także Warsztat Terapii Zajęciowej w Grajewie.