



КИЇВСКА
ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА
АДМІНІСТРАЦІЯ



МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я

нейромережа Київщини

в рамках реалізації Всеукраїнської
програми ментального здоров'я
за ініціативи Олени Зеленської

ТИ ЯК?



МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я

(за визначенням ВООЗ)

- це стан благополуччя, при якому людина може реалізовувати власний потенціал
- долати життєві стреси
- продуктивно й плідно працювати
- робити внесок у життя спільноти

ЦІЛЬОВА

Для
кого?

- Населення Київщини - **1,781 млн**
- **Цільові групи:**
- Діти - **405 тис**
- Жінки - **250 тис**
- Чоловіки - **135 тис**
- Родини - **249 тис**
- Внутрішньопереміщені особи - **249 тис**
- Військовослужбовці, ветерани війни, їхні родини - **30 тис**
- Родини загиблих та зниклих безвісти - **1361 особа**



складається, насамперед, з жителів Київщини, особливо тих, хто потребує допомоги з питаннями ментального здоров'я та прагне покращити якість свого життя

ВЕКТОРИ

правовий



влада
духовність
розкіш

освітній



енергія
веселощі
тепло

соціальний



вірність
стабільність
спокій

медичний



зцілення
успіх
надія



включають поширення інформації про важливість ментального здоров'я, організацію івентів/семінарів на цю тему, групові терапії з метою підвищення освіченості та ментального благополуччя спільноти

ІНСТРУМЕНТИ

Функціонування координаційного центру підтримки цивільного населення

Пряма комунікація з органами влади та місцевого самоврядування

Функціонування центрів життєстійкості громад

Реалізація окремих проєктів



соціальні медіа, вебсайти освітнього характеру, мобільні програми для самопідтримки та самозбереження, а також партнерства з місцевими організаціями

ПАРТНЕРИ

органи влади та місцевого
самоврядування

заклади освіти та
дошкільні заклади

громадські організації та
професійні асоціації

заклади охорони здоров'я
та сімейні лікарі

територіальні центри комплектування
та соціальної підтримки

МЕДИЧНИЙ ВЕКТОР



Події воєнного часу мають психотравмівний вплив та негативно впливають на психіку людини також можуть викликати і психічні розлади. Психотравмівними вважаються події, що загрожують життю і фізичній цілісності людини:

- поранення, контузії, фізичне травмування
- важкі медичні процедури
- загибель чи смерть близьких людей, побратимів, мирного населення
- картини смерті, поранень і людських страждань
- суїциди і вбивства тощо

МЕДИЧНИЙ ВЕКТОР

як це працює?

ПЕРВИННИЙ РІВЕНЬ

Координаційний Центр підтримки
цивільного населення

Психодіагностика
та психологічна
підтримка

Психологічна
просвіта

Інформування
щодо специфіки
актуальної
соціальної
ситуації

ВТОРИННИЙ РІВЕНЬ

Надання медико-психологічної,
соціально-реабілітаційної допомоги
при медичних закладах

ОСВІТНІЙ ВЕКТОР

як це працює?



Психологічна підтримка в освіті має здійснюватися на таких рівнях:

- Мережа безкоштовних шкіл у дитячих медичних закладах
- Курси підвищення кваліфікацій, тренінги для медичних працівників Центрів допомоги населенню
- Курси підвищення кваліфікацій, тренінги для освітян та психологів закладів освіти
- Тренінги та інформаційно-навчальні заходи для інклюзивно-ресурсних центрів та соціальних працівників
- Навчання фахівців з ментального здоров'я щодо надання першої психологічної допомоги, психологічної реабілітації постраждалих від воєнного впливу війни
- Індивідуальні консультації, тренінги, інформаційно-навчальні матеріали для фахівців що надають корекційно-розвиткові та психолого-педагогічні послуги в системі освіти
- Проведення досліджень та аналіз його результатів у сфері психологічної підтримки у системі освіти
- Просвітницькі та навчальні заходи та матеріали для батьків

СОЦІАЛЬНИЙ ВЕКТОР

як це працює?



Виявлення проблем, потреб населення, яке потребує соціальної допомоги та пошук шляхів вирішення у співпраці з компетентними органами

- Створення дорожньої карти для населення, яке потребує допомоги в рамках соціальної послуги
- Організація тимчасового проживання внутрішньо переміщених осіб, влаштування в заклади освіти їх дітей та групи продовженого дня
- Навчання, перепрофілювання, підвищення кваліфікації та працевлаштування внутрішньо переміщених осіб
- Допомога у наданні якісних медичних послуг внутрішньо переміщеним особам
- Здійснення опіки / піклування над військовими, які отримали інвалідність під час бойових дій
- Навчання з грантової грамотності, методичний супровід щодо відкриття власної справи та працевлаштування ветеранів війни
- Методичний супровід процесу встановлення статусу безвісти зниклих осіб та військовополонених
- Гуманітарна допомога та забезпечення базових потреб ВПО та осіб, які постраждали від військової агресії

ПРАВОВИЙ ВЕКТОР

як це працює?

Юридичні консультації щодо оформлення компенсації за зруйноване/ пошкоджене майно внаслідок військової агресії

Допомога військовослужбовцям та їх родинам в оформленні юридичних документів

Первинна та вторинна безоплатна правова допомога постраждалим від військової агресії

Юридична допомога родинам загиблих захисників щодо отримання соціальних виплат та пакету послуг

ЦІЛІ КОМУНІКАЦІЙ

медичний

- Поширити інформацію про психологічну підтримку на різних рівнях, включаючи психодіагностику, психологічну просвіту та інформування про актуальну соціальну ситуацію.
- Забезпечити доступ до навчальних матеріалів, відео-гайдів та інформаційних ресурсів для медичних працівників.
- Підтримувати медико-психологічну та соціально-реабілітаційну допомогу при медичних закладах.

освітній

- Поширити інформацію про безкоштовні школи в дитячих медичних закладах та курси підвищення кваліфікації серед медичних працівників і педагогічних працівників.
- Підвищити обізнаність фахівців з ментального здоров'я щодо першої психологічної допомоги та психологічної реабілітації.
- Залучити учасників освітнього процесу до тренінгів та інформаційно-навчальних заходів з ментального здоров'я.
- Забезпечити доступну інформацію для батьків про психологічну підтримку та ресурси для їхніх дітей.

соціальний

- Популяризувати дорожні карту для населення, яке потребує соціальної підтримки, та організацію тимчасового проживання для внутрішньо переміщених осіб.
- Залучити увагу до програм і тренінгів для перепрофілювання, підвищення кваліфікації та працевлаштування внутрішньо переміщених осіб.
- Підвищити обізнаність щодо доступу до якісних медичних послуг та допомоги внутрішньо переміщеним особам.
- Сприяти здійсненню опіки та піклування над військовими, які отримали інвалідність, та забезпеченню базових потреб ВПО та постраждалих від військової агресії.

правовий

- Популяризувати можливості юридичної підтримки та консультацій для військовослужбовців, їх родин та постраждалих від військової агресії.
- Забезпечити доступ до інформаційних матеріалів та інструкцій щодо отримання компенсації, соціальних виплат та інших правових аспектів.
- Виділити необхідні кроки та процедури для отримання безоплатної правової допомоги та консультацій.
- Підтримати родини загиблих захисників у їхніх правових питаннях.

Як ми це зробимо

* Креативи для постів

- Інфографіки з ключовими статистиками про ментальне здоров'я, доступними ресурсами та послугами.
- Мотиваційні цитати та повідомлення для підтримки аудиторії.
- Візуальні матеріали, що відображають підтримку, єдність та зцілення.

* Відео-контент

- Короткі відеоролики з особистими історіями успіху, досвідом подолання стигми та переборення труднощів.
- Відеоінструкції та поради щодо підтримки ментального здоров'я та релаксації.
- Презентації проєкту та його філософії.

* Блог-пости та статті

- Публікації з інформацією про доступні ресурси, тренінги, курси та події.
- Статті з порадами щодо догляду за ментальним здоров'ям, важливість розмови про проблеми та забобони стосовно ментального здоров'я.

* Живі трансляції та вебіари

- Онлайн-зустрічі з експертами з психології, юридичної допомоги, медицини та інших галузей, що стосуються проєкту.
- Заходи, під час яких можна задавати питання експертам.

* Хештег-кампанії

- Створення унікальних хештегів, що відображають мету та цінності проєкту.
- Заохочення аудиторії долучатися до хештег-викликів, ділитися своїми історіями та досвідом.

* Сторіс та рілси

- Короткі відеоролики та зображення, що допоможуть залучити увагу.
- За кадром контент, що демонструє повсякденні моменти команди та успіхи проєкту.

* Опитування та голосування

- Проведення опитувань з проблем, які цікавлять аудиторію.
- Голосування за теми, які бажають бачити аудиторія.

* Підкасти та аудіо-матеріали

- Аудіоінтерв'ю з експертами з психології, медицини та інших сфер.
- Підкаст-серії з особистими історіями успіху та порадами для ментального здоров'я.

комунікаційна стратегія

Деякі травми пов'язані з війною можуть бути невиліковними і їх не можна приховати. Тому філософія Ментальної нейромережі Київщини, базується на **прийнятті вад і цінності історій** та сприяє покращенню як фізичного, так і ментального стану *

- Ми прагнемо створити нейромережу **єдності, підтримки та розвитку**, де кожна подряпина, кожен шрам і травма, кожна тріщина стають частинами нашого спільного шляху до зцілення та зміцнення – це пам'ять про нашу міцність і жагу до життя.
- Ми не приховуємо шрами, а приймаємо і цінуємо цю історію і робимо її часткою нашої ідентичності



Кінцугі не лише відновлює зламані об'єкти, а приймає їх недосконалість як перевагу, зберігаючи їх історію з усіма вадами.

**МЕНТАЛЬНЕ
ЗДОРОВ'Я**
нейромережа Київщини

в рамках реалізації Всеукраїнської
програми ментального здоров'я
за ініціатииви Олени Зеленської

ТИ ЯК?

КИЇВЬКА
ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА
АДМІНІСТРАЦІЯ

Єдність. Підтримка. Розвиток.

в єдності і
підтримці ми
знаходимо
розвиток



в рамках реалізації Всеукраїнської
програми ментального здоров'я
за ініціативи Олени Зеленської

ТИ ЯК?



КИЇВСЬКА
ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА
АДМІНІСТРАЦІЯ

Фонд Маші Єфросініної

ФОНД
МАША

Забезпечує психоедукацію

(психологічну просвіту) для постраждалих та їхніх родин

- ознайомлення з можливими реакціями на травмівні події
- формами першої допомоги та самопомоги
- способам реагування в конфліктних ситуаціях тощо.

Психологічна просвіта здійснюється в індивідуальній, сімейній та груповій формах

ВГО «Українська асоціація лікарів-психологів»



Забезпечує навчання
лікарів-психологів

Проводить професійну оцінку
психосоціальних послуг

за допомогою проведення
відповідних тренінгів та семінарів

**ДЯКУЮ
ЗА УВАГУ!**

**МЕНТАЛЬНЕ
ЗДОРОВ'Я**

нейромережа Київщини