O projekcie

Projekt **„Przystanek Mama”** jest realizowany na podstawie zawartej z Ministerstwem Zdrowia umowy o dofinansowanie projektu nr POWR.05.01.00-00-0023/18 w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.

Jest projektem profilaktyczno-edukacyjnym dotyczącym wczesnego wykrywania depresji poporodowej wśród kobiet w okresie poporodowym, objęte wizytami patronażowymi obszaru trzech województw: **pomorskiego, kujawsko – pomorskiego i warmińsko – mazurskiego**.

Odpowiada założeniom  **Ogólnopolskiego Programu Polityki Zdrowotnej pn. „Program w zakresie edukacji i profilaktyki depresji poporodowej” Ministerstwa Zdrowia.**

Cel i założenia projektu:

**Głównym celem** **Projektu**jest  wzrost wczesnego wykrywania depresji poporodowej poprzez edukację i wzrost świadomości społecznej na temat depresji poporodowej, a w dalszej konsekwencji jest wzrost odsetka kobiet z wcześnie rozpoznaną depresją poporodowa .

**Celami szczegółowymi są**:

-zwiększenie wiedzy o profilaktyce depresji poporodowej wśród pracowników medycznych ze szczególnym uwzględnieniem położnych, pielęgniarek  i lekarzy (POZ) oraz personelu medycznego szpitali biorących udział w Projekcie,

-zwiększenie poziomu wiedzy i świadomości grupy docelowej ( kobiet) projektu w zakresie czynników ryzyka i wczesnych objawów depresji poporodowej,

-zwiększenie dostępu do specjalistów (psychologów) i badań przesiewowych,

-zwiększenie świadomości i profilaktyki, w kierunku stwarzania warunków dla określonych zachowań (środki profilaktyczne, konsultacje psychologiczne) wśród  osób w wieku aktywności zawodowej.

**Realizatorem projektu jest Copernicus Podmiot Leczniczy sp. z o.o. wraz z Instytutem Psychologii Uniwersytetu Gdańskiego oraz Fundacją Twórczych Kobiet z Warszawy.**

**Okres realizacji projektu obejmuje lata 2019-2021** i stanowi odpowiedź na potrzeby w zakresie edukacji i profilaktyki depresji poporodowej związanej.

W ramach projektu oferujemy:

* **Badanie przesiewowe dotyczące ryzyka i nasilenia objawów depresji poporodowej podczas wizyt patronażowych położnych, ale też podczas wizyt z niemowlęciem u lekarza pediatry, na przykład podczas rutynowych szczepień.**
* W trakcie takiej wizyty położna/pielęgniarka wypełni z młodą Mamą formularz Edynburskiej Skali Depresji Poporodowej, a następnie omówi wynik i w zależności od potrzeb matki zaproponuje odpowiednią formę wsparcia.
* **Trzy konsultacje psychologiczne w miejscu zamieszkania. W przypadku utrzymywania się objawów** depresji i braku poprawy stanu psychicznego, psycholog zaleci dalsze leczenie (w ramach NFZ).
* **Szkolenia edukacyjne**skierowane do personelu medycznego opiekującego się matką i jej dzieckiem (tj. do pielęgniarek i położnych POZ, lekarzy POZ). Celem szkoleń będzie zdobycie wiedzy w zakresie rozpoznania objawów depresji poporodowej oraz stosowania Edynburskiej Skali Depresji Poporodowej.
* **Możliwość samodzielnego wypełnienia Edynburskiej Skali Depresji Poporodowej** przez młode matki za pośrednictwem strony internetowej (zobacz zakładkę: [**Test dla Mam**](https://przystanekmama.copernicus.gda.pl/test-dla-mam/)) i otrzymania natychmiastowej informacji zwrotnej.
* **Forum informacyjno-konsultacyjne obsługiwane przez psychologa**, będące miejscem, w którym Mamy mogą zadawać pytania, wymienić się̨ spostrzeżeniami, wątpliwościami, a także porozmawiać z innymi kobietami borykającymi się z problemem depresji poporodowej. Psycholog odpowiada na pytania zainteresowanych kobiet i ich rodzin oraz bliskich maksymalnie w ciągu 48 h (zobacz zakładkę: [**Forum informacyjno-konsultacyjne**](https://przystanekmama.copernicus.gda.pl/forum)).
* **Akcję informacyjno – edukacyjną: dostarczamy ulotki i materiały informacyjne dotyczące higieny psychicznej, oraz objawów depresji poporodowej do poradni ginekologicznych, poradni dla dzieci, oddziałów położniczych, neonatologicznych**
* **Grupy dla mam z dziećmi.**
* **Współpracujące z nami położne i pielęgniarki mogą korzystać z bezpłatnych superwizji – omawiania swoich wątpliwości w pracy z pacjentami z psychoterapeutą.**

**Zapraszamy na konferencje dla rodziców – porozmawiamy m.in. o karmieniu, rozwoju dziecka, dbaniu o higienę psychiczną.**