

Neart

Supporting mental health in post-primary schools

JIGSAW
Young people's
health in mind



An Roinn Oideachais
Department of Education

Réimsí cláir Neart 2025





Réimsí cláir

Neart 2025



An Roinn Oideachais
Department of Education

JIGSAW Young people's
health in mind

Fáilte go Neart – Tacaí meabhairshláinte Jigsaw d'iar-bhunscoileanna

Ag obair dó i gcomhpháirt leis an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (SNSO)/an Roinn Oideachais, soláthraíonn Jigsaw sraith chuimsitheach acmhainní meabhairshláinte agus folláine, oiliúna meabhairshláinte agus folláine agus clár meabhairshláinte agus folláine d'iar-bhunscoileanna. Sna trí bliana romhainn, cabhróidh Neart le scoileanna deiseanna foghlama a thabhairt do dhaltai chun an mheabhairshláinte agus an fholláine a chur chun cinn, chomh maith le seimineáir Ghréasáin agus cúrsaí ríomhfhoghlama ar an meabhairshláinte a sholáthar do thuismitheoirí agus do bhaill foirne scoile. Cuideoidh ár gcuid oibre leis an tacaíocht atá ar fáil cheana i scoileanna, lena n-áirítear treoirchomhairleoireacht a sholáthar, obair SNSO, curaclam OSPS agus clár agus tograí folláine eile atá ann cheana féin, lena n-áirítear struchtúr na bhFoirne Tacaíochta Daltaí.

Leis an gclár tacaí Neart, tairgtear cur chuige solúbtha il-chomhpháirte do scoileanna chun páirt a ghlacadh i raon leathan cúrsaí oiliúna, ríomhfhoghlama, seimineáir Gréasáin, ardranganna agus seimineáir mar fhreagairt do riachtanais na scoile. Chun an leas is fearr a bhaint as an tacaíocht atá ar fáil trí Neart, molann SNSO go gcuirfeadh Foireann Tacaíochta Daltaí do scoile na treoirlínte d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí (gov.ie – [Acmhainní agus Foilseacháin ón tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais \(SNSO\)](#)) a chur i bhfeidhm agus/nó gur bhain sí leas as an oiliúint atá ar fáil ó SNSO. Déan teagmháil le do Shíceolaí de chuid SNSO nó le d'oifig áitiúil de chuid SNSO chun tuilleadh faisnéise a fháil.

Moltar freisin go gcuireann do scoil timthriall athbhreithnithe agus forbartha sa siúil maidir le chur chun cinn na folláine trí Fhéinmheastóireacht Scoile (FMS) a úsáid. Féach gov.ie – [Folláine san oideachas](#) chun tuilleadh faisnéise a fháil agus chun amharc ar fhíseáin ar Mhachnaimh ar an bPróiseas Féinmheastóireachta Scoile (FMS) a Úsáid chun Tús a Chur le Timthriall Athbhreithnithe agus Forbartha le haghaidh Chur Chun Cinn na Folláine ó scoileanna a thaispeánann an dea-chleachtas. [gov](http://gov.ie) – [Machnaimh ar an bPróiseas Féinmheastóireachta Scoile \(FMS\) a Úsáid chun Tús a Chur le Timthriall Athbhreithnithe agus Forbartha le haghaidh Chur Chun Cinn na Folláine \(www.gov.ie\)](#)

Tá tacaíocht agus oiliúint do **gach ball foirne scoile** ábhartha dóibh siúd a bhfuil freagrachtaí teagaisc ábhair orthu agus dóibh siúd a bhfuil freagrachtaí breise orthu lasmuigh den seomra ranga. Áirítear leo sin, mar shampla, séiplínigh, comhordaitheoirí teagmhála, baile agus an phobail, múinteoirí tacaíochta iompraíochta, comhordaitheoirí folláine, Cinn Bhliana, múinteoirí riachtanas speisialta oideachais, treoiraithe riachtanas

speisialta oideachais, treoirchomhairleoirí, meáncheannairí sa scoil agus an fhoireann ardbhainistíochta. Tagraíonn an téarma 'gach ball foirne scoile' freisin do bhaill foirne neamhtheagaisc amhail cúntóirí riachtanas speisialta, baill foirne an Chláir Críochnaithe Scoile, oifigigh chléireachais, baill foirne breise agus cothabhála, glantóirí, lónadóirí, leabharlannaithe agus baill foirne choimhdeacha eile a thacaíonn le hobair na scoile.

Soláthraítear tacaíocht do **dhaltai** trí oiliúint múinteoirí do **bhaill foirne scoile a bhfuil freagrachtaí sonracha teagaisc orthu as OSPS agus as folláine**. Le Neart, soláthraítear roinnt clár rangbhunaithe ar féidir le múinteoirí iad a sholáthar do dhaltai tar éis oiliúint fhéinstiúrtha agus oiliúint ar líne a ghabháil de láimh. Dá réir sin, is leis na clár rangbhunaithe sin a sholáthrófar deiseanna foghlama do dhaltai lena gcuirfear an mheabhairshláinte agus an fholláine chun cinn.

A leis na an tacaíocht agus an oiliúint d'**Fhoirne Tacaíochta Daltaí**, cuirfear feabhas ar a gcuid eolais agus scileanna agus tógfar ar na hacmhainn seo chun an mheabhairshláinte agus an fholláine a chur chun cinn agus a chothú ar fud an phobail scoile uile.

Áirítear le tacaí do **thuismitheoirí/do chaomhnóirí** sraith podchraoltaí agus sraith seimineáir Gréasáin beo. Soláthrófar Foireann Uirlisí Idirghníomhacha do scoileanna freisin chun tacú leo feabhas a chur ar rannpháirtíocht agus rannpháirteachas na dtuismitheoirí/na gcaomhnóirí le scoileanna.

Sa doiciméad seo, tugtar forbhreathnú mionsonraithe ar gach réimse clár a bheidh ar fáil do scoileanna ón mbliain 2025 ar aghaidh.

Cúrsaí ríomhfhoghlama agus seimineáir Ghréasáin do gach ball foirne scoile

Aidhm: Cur le heolas agus acmhainn gach baill foirne scoile chun cineálacha cur chuige scoile uile a chur chun cinn i leith na folláine agus na meabhairshláinte

Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
Tacú leis an meabhairshláinte agus leis an bhfolláine i suíomh na scoile	Cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair an chloig do gach ball foirne scoile. Moltar go gcuirfeadh baill foirne a sholáthraíonn seisiúin rangbhunaithe do dhaltaí (mar atá leagtha amach thíos) an cúrsa seo i gcrích chun cur lena gcuid eolais agus acmhainne sula dtosódh siad ar na seisiúin rangbhunaithe a sholáthar.	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Forbróidh siad tuiscint níos fearr ar an meabhairshláinte agus ar an bhfolláine. - Beidh tuiscint níos fearr acu ar cén fáth a bhfuil scoileanna ina suíomhanna tábhachtacha le haghaidh meabhairshláinte agus folláine na n-óg a chur chun cinn agus a chothú - Méadóidh siad an tuiscint atá acu ar an ról is féidir leo a imirt i meabhairshláinte a chur chun cinn agus a chothú ina scoil. - Forbróidh siad raon straitéisí is féidir leo a úsáid ina ról chun an mheabhairshláinte agus an fholláine a chur chun cinn agus a chothú.	Eanáir 2025
An fhoghlaim sa mheabhairshláinte agus san fholláine a stiúradh	Cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha 40 nóiméad do gach ball foirne scoile. Moltar go gcuirfeadh baill foirne a sholáthraíonn seisiúin rangbhunaithe do dhaltaí (mar atá leagtha amach thíos) an cúrsa seo i gcrích chun cur lena gcuid eolais agus acmhainne sula dtosódh siad ar na seisiúin rangbhunaithe a sholáthar.	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Fiosróidh siad na nithe tábhachtacha atá le cur san áireamh le linn pleanáil le haghaidh teagasc faoin meabhairshláinte agus faoin bhfolláine sa seomra ranga. - Beidh tuiscint níos fearr acu ar an tábhacht a bhaineann le teorainneacha le linn teagasc faoin meabhairshláinte agus faoin bhfolláine - Gnóthóidh siad straitéisí praiticiúla is féidir a úsáid sa seomra ranga chun teagasc faoin meabhairshláinte agus faoin bhfolláine.	Eanáir 2025



Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
An imní a thuiscint sa seomra ranga	Cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair an chloig do gach ball foirne scoile.	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Beidh tuiscint níos fearr acu ar cad is imní ann - Tuigfidh siad an-chuid de na dóigheanna ar féidir le himní í féin a léiriú i ndaoine óga. - Beidh siad ábalta na tosca atá mar bhunús d'imní a d'fhéadfadh a bheith ag déanamh a bheith ag imirt tionchar ar dhaoine óga a shainaitheint. - Beidh roinnt straitéisí foghlamtha acu chun tacú lena bhfreagairt do dhaltaí atá ag fulaingt imní.	Eanáir 2025
Tacú le meabhairshláinte na ndaltaí LADTIA+¹	Seimineár Gréasáin oiliúna uair an chloig do gach ball foirne chun cur leis an eolas agus an mhuinín atá acu maidir le meabhairshláinte agus folláine na ndaoine óga LADTIA+ a chur chun cinn agus a chothú.	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Beidh eolas méadaithe acu ar an taighde reatha ar na riachtanais meabhairshláinte atá ag daoine óga LADTIA+ - Scrúdóidh siad an tionchar atá ag cinntithigh shóisialta na sláinte agus an struis mionlaigh ar meabhairs- hláinte agus folláine na ndaoine óga LADTIA+. - Tiocfaidh siad níos eolaí ar théarma- íocht agus teanga LADTIA+ agus ar conas is féidir teanga chuí a úsáid le linn tacú le daoine óga LADTIA+. - Fiosróidh siad dearchtaí a bhaine- ann le saincheisteanna agus dúshlán LADTIA+. - Déanfaidh siad straitéisí a fhorbairt agus a úsáid le haghaidh timpeal- lachtaí atá sábháilte do dhaoine LADTIA+ agus atá tacúil leo a chruthú i scoileanna agus le haghaidh athléimneacht na ndaoine óga LADTIA+ a thógáil.	Márta 2025

¹ Tabhair faoi deara go bhfuil obair ar bun chun tacaí agus acmhainní a fhorbairt do scoileanna i ndáil le meabhairshláinte agus folláine na ndaltaí ó ghrúpaí mionlaigh eile, ar aon dul le tosaíochtaí cuimsithe shóisialta na Roinne Oideachais. Beidh an tacaíocht sin ar fáil i mbliain 2 do Neart, 2025/26.

Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
Féin-atrua mar straitéis le haghaidh féinchúraim do bhaill foirne scoile	Seimineár Gréasáin oiliúna uair an chloig ina dtugtar tús eolais ar chineálacha cur chuige atá dírithe ar an atrua i leith tacú le folláine agus féinchúram an duine aonair é/í féin, mar aon le straitéisí le haghaidh cineálacha cur chuige atruacha atá praiticiúil agus fianaisebhunaithe a úsáid i ndáil leis an bhféinchúram. <i>(Deartha chun tacaíocht féinchúraim eile do bhaill foirne scoile a dtairgeann Oide/Spectrum.Life iad a chomhlánú)</i>	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Tuigfidh siad cineálacha cur chuige atá dírithe ar an atrua i leith tacú le folláine agus féinchúram an duine aonair é/í féin, bunaithe ar shaothar Paul Gilbert. - Déanfaidh siad cineálacha cur chuige atruacha atá praiticiúil agus fianaisebhunaithe a úsáid i ndáil lena bhféinchúram féin. - Déanfaidh siad a machnamh ar ghníomhartha sa todhchaí chun an fhoghlaim a úsáid chun féinchúram inbhuanaithe a chur chun cinn agus déanfaidh siad pleanáil lena n-aghaidh sin.	Aibreán 2025
An chorpíomhá agus timpeallacht scoile corpmhu-iníneach a chruthú	Seimineár Gréasáin oiliúna uair an chloig do gach ball foirne scoile	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Beidh eolas méadaithe acu ar na hábhair imní íomháchoirp a d'fhéadfadh a bheith ag daltaí - Gnóthóidh siad straitéisí chun cabhrú le daltaí caidreamh níos cineálta a fhorbairt leo féin agus lena gcorp. - Saináithneoidh siad bealaí chun rannchuidiú le timpeallacht dhearfach scoile ina gcuirtear corpmhuinín chun cinn agus ina dtacaítear le folláine agus foghlaim na ndaltaí agus chun an timpeallacht sin a chothú.	Meán Fómhair 2025
Cineálacha cur chuige trámabhunaithe do bhaill foirne scoile (arna bhforbairt agus arna soláthar i gcomh-pháirt le SNSO)	Seimineár Gréasáin beo uair an chloig do bhaill foirne scoile chun cur leis an eolas atá acu ar an tráma agus ar a thionchar, chun an tráma agus an fachtóir struis a bhreithniú agus chun tacú le baill foirne scoile athléimneacht a thógáil do chách, lena n-áirítear daltaí a bhfuil riachtanais bhreise acu agus na daltaí sin a bhfuil tráma agus deacrachtaí ag déanamh difear dóibh.	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Beidh eolas méadaithe acu ar an tráma agus ar conas a dhéanann sé difear do shaol na ndaltaí - Tuigfidh siad coincheap thráma an T mhóir agus an t bhig. - Breithneoidh siad an tráma agus an fachtóir struis ó thaobh na scoile uile de. - Foghlaiméoidh siad straitéisí chun athléimneacht a thógáil do chách, lena n-áirítear daltaí a bhfuil riachtanais bhreise acu agus na daltaí sin a bhfuil tráma agus deacrachtaí ag déanamh difear dóibh. - Gnóthóidh siad tuilleadh eolais ar an raon oiliúna agus acmhainní a soláthraíonn SNSO iad ar an gcleachtas atá bunaithe ar an tráma i scoileanna.	Aibreán 2025

Cláir rangbhunaithe agus seisiúin rangbhunaithe do dhaltaí

Aidhm: Oiliúint a chur ar mhúinteoirí chun cláir rangbhunaithe a sholáthar, rud lena soláthrófar deiseanna foghlama do dhaltaí lena gcuirfear an mheabhairshláinte agus an fholláine chun cinn



Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
An Clár Take Action!	Clár Gaisce 13 seachtaine atá faoi stiúir ag an múinteoir agus a sholáthraítear sa seomra ranga do dhaltaí Idirbhliana chun cur leis an tuiscint ar an meabhairshláinte, chun litearthacht meabhairshláinte agus scileanna meabhairshláinte a thógáil agus chun tacú le daltaí an mheabhairshláinte a chur chun cinn i measc pobal na scoile. Cuireann múinteoirí cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair an chloig i gcrích chun na hábhair ranga a rochtain.	<i>I gcás na ndaltaí:</i> - Beidh tuiscint níos fearr acu ar an meabhairshláinte agus ar an bhfolláine, lena n-áireofar litearthacht meabhairshláinte a fhorbairt, a fhiosrú cé na nithe ar féidir leo dochar a dhéanamh dá meabhairshláinte agus ar féidir leo cabhrú lena meabhairshláinte, agus conas is féidir leo cabhair a lorg le haghaidh a meabhairshláinte - Forbróidh siad scileanna atá bainteach le dea-mheabhairshláinte agus dea-fholláine a chothabháil, go háirithe maidir le mothúcháin a bhainistiú, le dea-ghnáthaimh chodlata agus aclaíochta a fhorbairt, le cairdis fholláine agus le spriocanna a shocrú. - Forbróidh siad straitéisí chun an fheasacht ar an meabhairshláinte a chur chun cinn i measc pobal na scoile, agus an creat chúig ghníomh sa lá ar son na meabhairshláinte á úsáid acu.	Eanáir 2025
Let's Talk Sure Why Not?	Ceithre sheisiún rangbhunaithe atá faoi stiúir ag an múinteoir do dhaltaí na sraithe sóisearaí sa tríú bliain chun meabhairshláinte agus folláine na ndaltaí a chur chun cinn agus a chothú. Cuireann múinteoirí cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair amháin an chloig i gcrích chun na hábhair ranga a rochtain.	<i>I gcás na ndaltaí:</i> - Forbróidh siad an tuiscint atá acu ar an meabhairshláinte agus ar an bhfolláine. - Foghlaimeoidh siad straitéisí chun aird a thabhairt ar a meabhairshláinte féin. - Fiosróidh siad cén dóigh agus cá háit ar féidir leo cabhair a iarraidh más gá dóibh déanamh amhlaidh/nuair is gá dóibh déanamh amhlaidh.	Feabhra 2025

Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
Strus Scrúduithe a Bhainistiú	Ceithre sheisiún rangbhunaithe atá faoi stiúir ag an múinteoir do dhaltaí sraithe sóisearaí agus do dhaltaí sraithe sinsearaí chun cabhrú leo strus scrúduithe a thuiscint agus straitéisí chun strus scrúduithe a bhainistiú a fhorbairt. Cuireann múinteoirí cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair an chloig i gcrích chun na hábhair ranga a rochtain.	<i>I gcás na ndaltaí:</i> - Fiosróidh siad cineál an struis mar ghnátheispéireas daonna. - Breithneoidh siad an tábhacht a bhaineann lena leibhéal struis a chothromú le linn tréimhsí scrúduithe. - Forbróidh siad straitéisí le haghaidh a leibhéal struis a bhainistiú roimh thréimhsí scrúduithe agus lena linn. - Fiosróidh siad raon cásanna a bhaineann le strus scrúduithe a bhainistiú, go háirithe sa tsraith shóisearach. - Beidh siad níos eolaí ar roghanna conas cabhair a iarraidh má tharl-aíonn sé nach bhfuil siad in ann an strus scrúduithe a bhainistiú.	Feabhra 2025
Nuáil ar son na Folláine (Arna fhorbairt agus arna sholáthar i gcomhpháirt le Nuálaithe Sóisialta Óga)	Clár curaclambhunaithe deich seachtaine atá faoi stiúir ag an múinteoir ina gcuirtear glór na ndaltaí chun cinn do dhaltaí Idirbhliana. Cuireann múinteoirí cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha dhá uair an chloig agus oiliúint bheo ar líne a mhaireann dhá uair an chloig i gcrích chun na hábhair rangbhunaithe a rochtain.	<i>I gcás na ndaltaí:</i> - Forbróidh siad a dtuiscint ar an meabhairshláinte agus ar thábhacht a nglóir féin i gcur chun cinn na meabhairshláinte i scoileanna, lena n-áirítear conas is féidir leis an rannpháirtíocht tacú lena meabhairshláinte féin. - Fiosróidh siad riachtanais a bpobail scoile i ndáil leis an meabhairshláinte agus roghnóidh siad saincheist chun díriú uirthi. - Forbróidh siad raon réiteach ar féidir leo aghaidh a thabhairt ar an ngá sin agus roghnóidh siad an réiteach is cuí.	Márta 2025
Cara Maith Amháin	Ceithre sheisiún rangbhunaithe atá faoi stiúir ag an múinteoir ina dtugtar deis do dhaltaí sraithe sinsearaí a gcuid eolais, muiníne agus scileanna a fhorbairt maidir le tacú leis an meabhairshláinte agus an fholláine de chuid carad. Cuireann múinteoirí cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair an chloig i gcrích chun na hábhair ranga a rochtain.	<i>I gcás na ndaltaí:</i> - Méadóidh siad a litearthacht meabhairshláinte. - Méadóidh siad a muinín tacaíocht a lorg don mheabhairshláinte cara leo. - Forbróidh siad a gcuid eolais, tuisc-eana agus scileanna chun freagairt do na riachtanais de chuid carad agus ch-un tacú leo sin ar an mbealach is fearr. - Méadóidh siad an tuiscint atá acu ar theorainneacha agus ar an tábhacht a bhaineann le haire a thabhairt dá meabhairshláinte féin má tá siad ag tacú le cara/nuair atá siad ag tacú le cara.	Meán Fómhair 2025



Ráimse cláir

Tuairisc agus cur chuige

Torthaí foghlama

Ar fáil ó...

An Clár Oideachais Piaráí

Clár oiliúna rangbhunaithe do dhaltai na sraithe sinsearaí chun oiliúint a chur orthu i gceardlann meabhairshláinte agus folláine a sholáthar do dhaltai sraithe sóisearaí. **Cuireann múinteoirí cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha 90 nóiméad agus dhá cheardlann oiliúna bheo ar líne a mhaireann dhá uair an chloig i gcrích.**

I gcás na ndaltaí:

- Tuigfidh siad an ról tábhachtach is féidir le hoideoirí is piaraí a imirt i dtacú leis an meabhairshláinte agus an fholláine i scoileanna
- Forbróidh siad tuiscint ar phríomhchoincheapa agus príomhtheachtairéachtaí a sholáthróidh siad sa cheardlann a soláthróidh piaraí í, i.e.,
 - An cumas chun cur síos a dhéanamh ar an téarma 'meabhairshláinte' agus chun é a shainmhíniú
 - Straitéisí a chomhroinnt le haghaidh dóigheanna ar féidir le piaraí aird a thabhairt ar a meabhairshláinte féin le linn tréimhsí athruithe
 - Breac-chuntas a thabhairt ar cá háit ar féidir le daoine óga cabhair a iarraidh más gá dóibh déanamh amhlaidh agus nuair is gá dóibh déanamh amhlaidh
 - A scileanna óráidíochta poiblí agus láithreoireachta a fhorbairt le linn dóibh ullmhú do cheardlanna piaraí a sholáthar do ranganna na sraithe sóisearaí.

Meán Fómhair 2025

Máistir-ranganna oiliúna agus acmhainní oiliúna d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí

Aidhm: Oiliúint agus tacaíocht a thabhairt d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí chun cur leis an acmhainn atá acu chun feasacht a mhúscailt ar mheabhairshláinte dhearfach agus ar fholláine dhearfach agus chun straitéisí agus cineálacha cur chuige a thabhairt dóibh chun glór na ndaoine óga agus na dtuismitheoirí/na gcaomhnóirí a lorg go láidir i ndáil leis an bhfolláine agus an mheabhairshláinte i scoileanna agus chun freagairt go láidir don ghlór sin.

Réimse cláir

Cineálacha cur chuige dea-chleachtais agus fianaisebhunaithe i leith an mheabhairshláinte a chur chun cinn i scoileanna

Tuairisc agus cur chuige

Ardrang beo ar líne a mhaireann uair an chloig (agus atá faoi stiúir ag an gcliniceoir) d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí ina dtugtar tús eolais ar chineálacha cur chuige dea-chleachtais i leith cur chuige scoile uile a chur chun cinn i leith na meabhairshláinte agus na folláine agus cineálacha cur chuige fianaisebhunaithe i leith freagairt do na riachtanais mheabhairshláinte atá ag daoine óga sa scoil (arna sholáthar i gcomhpháirt le príomh-shaineolaithe seachtracha).

Torthaí foghlama

I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí:

- Beidh tuiscint níos fearr acu ar na cineálacha cur chuige dea-chleachtais i leith cur chuige scoile uile a chur i bhfeidhm i leith na meabhairshláinte agus na folláine
- Sainaitheoidh siad deiseanna agus déanfaidh siad pleanáil ar conas a gcuirfidh siad na cineálacha cur chuige sin i bhfeidhm sa chleachtas (an teoiric a aistriú ina cleachtas).
- Tógfaidh siad ar an inniúlacht agus ar an muintinn maidir le freagairt do na riachtanais mheabhairshláinte atá ag daltaí sa scoil.

Ar fáil ó...

Feabhra 2025



Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
Glór na ndaltaí a threisiúmaidir leis le haghaidh an mheabhairshláinte agus an fholláine i scoileanna	Ardrang beo ar líne a mhaireann uair go leith d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí ar an dea-chleachtas i leith glór na ndaoine óga a lorg i ndáil leis an bhfolláine agus an mheabhairshláinte i scoileanna agus i leith freagairt don ghlór sin.	<i>I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí:</i> - Beidh tuiscint níos fearr acu ar an tábhacht a bhaineann le páirt a thabhairt do dhaoine óga i bpróisis chinnteoireachta a bhaineann leis an meabhairshláinte agus an fholláine i scoileanna. - Beidh siad in ann prionsabail an chreata náisiúnta rannpháirtíochta a úsáid, amhail spás sábháilte cuimsitheach a chruthú do dhaoine óga ina mbeidh siad in ann a dtuairimí a chur in iúl agus páirt a thabhairt dóibh i ngach céim den chinnteoireacht. - Beidh siad ar an eolas faoi straitéisí éifeachtacha le haghaidh glór na ndaltaí a lorg agus le haghaidh freagairt dó agus faoi straitéisí le haghaidh páirt a thabhairt do dhaoine óga i bpróisis chinnteoireachta Foirne Tacaíochta Daltaí. - Forbróidh siad scileanna chun comhairliúcháin fhiúntacha chuimsitheacha a éascú le daoine óga agus sainaitheoidh siad bealaí a mbeidh siad in ann a gcuid tuairimí agus aiseolais a chur san áireamh le linn tionscnaimh folláine a fhorbairt agus a chur i bhfeidhm i scoileanna.	Márta 2025
Tacú leis an gcleachtas trámabhunaithe i scoileanna (<i>arna bhforbairt agus arna soláthar i gcomhpháirt le SNSO</i>)	Ardrang beo uair an chloig d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí ina ndéanfar grinnscrúdú ar choincheap an chleachtais thrámabhunaithe ó thaobh na scoile uile de. Nóta: <i>Is gá do na baill d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí an oiliúint ríomhfhoghlama ó SNSO a chur i gcrích ar dtús maidir le Tús Eolais a Thabhairt ar Chur Chuige Trámabhunaithe: An Fachtóir Struis – An Choithromaíocht a Aimsiú i gCeart² (féach an nasc chuig an ríomhfhoghlaim san fhonóta).</i>	<i>I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí:</i> - Beidh eolas méadaithe acu ar an tráma agus ar an bhfachtóir struis agus ar an tábhacht a bhaineann leis 'an gcoithromaíocht a aimsiú i gceart' - Tuigfidh siad coincheap thráma an Tmhóir agus an t bhig. - Tacóidh siad le Foirne Tacaíochta Daltaí maidir le hathléimneacht a thógáil do chách, lena n-áirítear daltaí a bhfuil riachtanais bhreise acu agus na daltaí sin a bhfuil tráma agus deacrachtaí ag imirt tionchar orthu. - Foghlaimoidh siad straitéisí chun rannchuidiú le timpeallacht scoile atá tuisceanach faoin tráma. - Gnóthóidh siad tuilleadh eolais ar an raon oiliúna agus acmhainní a soláthraíonn SNSO iad ar an gcleachtas trámabhunaithe ar an tráma i scoileanna.	Aibreán 2025

² Tús Eolais a Thabhairt ar Chur Chuige Trámabhunaithe: An Fachtóir Struis – An Choithromaíocht a Aimsiú i gCeart: Cúrsa Ríomhfhoghlama SNSO do Scoileanna

Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
Caidreamh mar Bhunchloch maidir leis an meabhairshláinte agus an fholláine i scoileanna	Ardrang beo ar líne a mhaireann uair amháin an chloig (agus atá faoi stiúir ag an gcliniceoir) d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí ina bhfiosraítear an tábhacht a bhaineann le caidreamh mar an bonn faoin meabhairshláinte dhearfach agus an fholláine dhearfach i scoileanna.	<i>I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí:</i> - Cuirfidh siad feabhas ar a scileanna caidrimh féin trí chleachtaí idirghníomhacha ina ndíreofar ar an meabhairshláinte agus ar an bhfolláine. - Foghlaimeoidh siad straitéisí praiticiúla fianaisebhunaithe le haghaidh feabhas a chur ar thosca cosantacha (agus le tosca riosca a bhainistiú) laistigh de thimpeallacht na scoile.	Meán Fómhair 2025
Scoileanna comhbhách a fhorbairt	Ardrang beo ar líne a mhaireann uair an chloig (agus atá faoi stiúir ag an gcliniceoir) d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí ar straitéisí le haghaidh scoileanna comhbhách a fhorbairt agus le haghaidh an ceann is fearr a fháil ar éifeachtaí an féincháinte.	<i>I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí:</i> - Gnóthóidh siad tuiscint níos fearr ar chineálacha cur chuige atruabhunaithe. - Déanfaidh siad machnamh ar straitéisí atá bunaithe ar chineálacha cur chuige atruabhunaithe, ar an gcleachtas trámabhunaithe agus ar chleachtais shistéamacha agus chaidreamhacha agus déanfaidh siad pleanáil le haghaidh na straitéisí sin a chur i bhfeidhm.	Deireadh Fómhair 2025
Cineálacha cur chuige caidreamhacha agus comhbhách i leith freagairt do thuismitheoirí a bhfuil imní orthu faoi mheabhairshláinte agus folláine a linbh	Ardrang beo ar líne a mhaireann uair an chloig (agus atá faoi stiúir ag an gcliniceoir) ar chineálacha cur chuige caidreamhacha agus comhbhách i leith freagairt do thuismitheoirí a bhfuil meabhairshláinte agus folláine a linbh ag cur as go mór dóibh/a bhfuil imní orthu faoi mheabhairshláinte agus folláine a linbh.	<i>I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí:</i> - Beidh tuiscint níos fearr acu ar na cineálacha cur chuige caidreamhacha agus atruacha i leith freagairt do thuismitheoirí/do chaomhnóirí a bhfuil imní orthu faoi mheabhairshláinte agus folláine a linbh - Breithneoidh siad conas is fearr is féidir tacú le thuismitheoirí/le caomhnóirí an fholláine agus an mheabhairshláinte a chur chun cinn i gcomhoibriú lena scoil. - Foghlaimeoidh siad straitéisí praiticiúla le haghaidh freagairt do thuismitheoirí a bhfuil imní orthu nó atá trína chéile, bunaithe ar thaithí chliniceoirí Jigsaw.	Samhain 2025

Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
Pacáiste uirlisí idirghníomhacha ilmheán d’Fhoirne Tacaíochta Daltaí atá dírithe ar na saincheisteanna is coitianta a bhaineann le meabhairshláinte agus folláine daltaí	Pacáiste uirlisí idirghníomhacha ilmheán ina bhfiosraítear na saincheisteanna is coitianta a bhaineann le meabhairshláinte daltaí, amhail: - Imní, strus scrúduithe, aclaíocht fhisiciúil agus codladh; íomháchoirp dhearfach agus féinmheas dearfach a chur chun cinn; scoileanna atá ar an eolas faoin tráma; tacú le meabhairshláinte na ndaltaí sin atá néara-éagsúil; ailt, treoir agus straitéisí le haghaidh tacú leis an meabhairshláinte agus an fholláine i bpobal na scoile.	<i>I gcás baill foirne scoile:</i> - Forbróidh siad tuiscint níos fearr ar roinnt de na saincheisteanna meabhairshláinte is coitianta a thagann chun cinn do dhaltaí, ar chomharthaí rabhaidh agus ar thosca riosca agus cosantacha. - Foghlaimeoidh siad straitéisí fianaisebhunaithe ar féidir le baill foirne scoile iad a chur i bhfeidhm, agus iad sonrach do gach ceann de na saincheisteanna sin, chun tacú le meabhairshláinte agus folláine daltaí. - Tuigfidh siad an tábhacht a bhaineann le caidreamh tacúil mar an chuid dhílis den mheabhairshláinte agus an fholláine a chur chun cinn. - Beidh feasacht níos fearr acu ar an tábhacht a bhaineann le cineálacha cur chuige scoile uile i leith an fholláine agus an mheabhairshláinte a chur chun cinn.	Meán Fómhair 2025
Sraith seimineár d’Fhoirne Tacaíochta Daltaí (agus iad bunaithe ar an gcontae)	Seimineáir phearsanta chun tuilleadh feabhais a chur ar an oiliúint agus an tacaíocht d’Fhoirne Tacaíochta Daltaí. Leis na seimineáir seo, tógfar/díreofar ar bhealach níos mine (i) ar théamaí ar tugadh aghaidh orthu inardranganna roimhe, (ii) ar shaincheisteanna a tháinig i láthair agus ar tugadh aghaidh orthu san pacáiste uirlisí idirghníomhacha, nó (iii) ar shaincheisteanna ar luaigh baill d’Fhoirne Tacaíochta Daltaí iad in aiseolas a soláthraíodh trí ardan- ganna agus trí theagmháil eile le baill foirne an chlár Neart.	<i>I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí:</i> - Beidh eolas níos fearr acu ar phríomh-shaincheisteanna meabhairshláinte a dhéanann difear do dhaltaí mar thoradh ar ‘ghrinnschrúdú’ a dhéanamh ar na saincheisteanna a tháinig i láthair. - Glacfaidh siad páirt i gcleachtas athmhachnaimh chun teoiric agus fianaise na meabhairshláinte a aistriú ina gcleachtas d’fhonn úsáid a bhaint as straitéisí praiticiúla agus cineálacha cur chuige praiticiúla i leith an mheabhairshláinte agus an fholláine a chur chun cinn agus a chothú ina scoil. - Beidh deis acu páirt a ghlacadh i gcleachtas athmhachnaimh agus foghlaim a chomhroinnt le comhghleacaithe i dtimpeallacht thacúil foghlama.	Deireadh Fómhair 2025 ar aghaidh

Tacaíocht agus síocoideachas do thuismitheoirí/do chaomhnóirí

Aidhm: Oiliúint agus tacaíocht a thabhairt d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí chun cur leis an acmhainn atá acu chun feachtas a mhúscailt ar mheabhairshláinte dhearfach agus ar fholláine dhearfach agus chun feabhas a chur ar an acmhainn atá acu chun glór na ndaoine óga agus na dtuismitheoirí/na gcaomhnóirí a lorg go láidir i ndáil leis an bhfolláine agus an mheabhairshláinte i scoileanna agus chun freagairt go láidir don ghlór sin.

Réimse cláir	Tuairisc agus cur chuige	Torthaí foghlama	Ar fáil ó...
Síocoideachas do thuismitheoirí/do chaomhnóirí	Áirítear leis sraith podchraoltaí agus seimineáir Ghréasáin ar líne chun cur leis an eolas agus an mhuinín maidir leis an bhfolláine agus an mheabhairshláinte a chur chun cinn. Áirítear leis freisin cineálacha cur chuige i leith aird a thabhairt ar a meabhairshláinte féin mar aon le straitéisí le haghaidh tacú le meabhairshláinte agus folláine daoine óga mar thuismitheoirí. Déanfaidh raon saineolaithe seachtracha na seimineáir Ghréasáin a sholáthar i gcomhpháirt agus glacfaidh siad páirt sna podchraoltaí.	<i>I gcás tuismitheoirí/chaomhnóirí:</i> - Beidh siad níos eolaí ar shaincheistanna éagsúla meabhairshláinte atá ag déanamh dífear do mheabhairs- hláinte agus folláine daoine óga. - Beidh eolas níos fearr acu ar straitéisí ar féidir leo iad a úsáid chun tacú le meabhairshláinte agus folláine a ndaoine óga. - Beidh siad ar an eolas faoi chineálacha cur chuige i leith aird a thabhairt ar a meabhairshláinte féin agus beidh siad in ann na cineálacha cur chuige sin a úsáid ina ngnáthshaoil laethúil.	Feabhra 2025 ar aghaidh
Rannpháirtíocht na dtuismitheoirí agus na gcaomhnóirí a threisiú maidir leis an meabhairshláinte agus an fholláine i scoileanna	Soláthrófar pacáiste uirlisí idirghníomha- cha do scoileanna chun feabhas a chur ar rannpháirtíocht agus rannpháirteachas na dtuismitheoirí/na gcaomhnóirí san fholláine agus an mheabhairshláinte a chur chun cinn i suíomh na scoile.	<i>I gcás scoileanna:</i> - Beidh eolas níos fearr acu ar chineálacha cur chuige dea-chleachtais i leith páirt a thabhairt do thuismitheoirí/do chaomhnóirí san fholláine agus an mheabhairshláinte a chur chun cinn i bpobal na scoile. - Beidh rochtain acu ar pacáiste uirlisí chuimsitheach a bheidh bunaithe ar ghlór na dtuismitheoirí/na gcaomhnóirí, rud a fhágfaidh go mbeidh acu straitéisí, uirlisí, acmhainní agus creat le haghaidh feabhas a chur ar rannpháirtíocht na dtuismitheoirí sa mheabhairshláinte i scoileanna.	Meán Fómhair 2025



Supporting mental health in post-primary schools

Réimsí cláir Neart 2025



An Roinn Oideachais
Department of Education

JIGSAW Young people's
health in mind