

Neart

Supporting mental health in post-primary schools

JIGSAW
Young people's
health in mind



An Roinn Oideachais
agus Óige
Department of Education
and Youth

Paca Faisnéise d'Iar-bhunscoileanna

Réimsí Cláir Neart

Meán Fómhair 2026 - Meitheamh 2027



Fáilte go Neart -

Tacaí meabhairshláinte Jigsaw d'iar-bhunscoileanna

Ag obair dó i gcomhpháirt leis an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (SNSO)/an Roinn Oideachais agus Óige, soláthraíonn Jigsaw sraith chuimsitheach acmhainní meabhairshláinte agus folláine, oiliúna meabhairshláinte agus folláine agus clár meabhairshláinte agus folláine d'iar-bhunscoileanna. Cabhróidh Neart le scoileanna deiseanna foghlama a thabhairt do dhaltaí chun an mheabhairshláinte agus an fholláine a chur chun cinn, chomh maith le seimineáir Ghréasáin agus cúrsaí ríomhfhoghlama ar an meabhairshláinte a sholáthar do bhaill foirne scoile, d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí agus do thuismitheoirí/chaomhnóirí. Cuideoidh ár gcuid oibre leis an tacaíocht atá ar fáil cheana i scoileanna, lena n-áirítear treoirchomhairleoireacht a sholáthar, obair SNSO, curaclam OSPS agus cláir 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 bhfeidh 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 – 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, treoraithe 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 **dhaltaí** trí oiliúint múinteoirí do **bhaill foirne scoile a bhfuil freagrachtaí sonracha teagaisc orthu as OSPS agus as folláine**. Le Neart, soláthraítear roinnt cláir rangbhunaithe ar féidir le múinteoirí iad a sholáthar do dhaltaí tar éis oiliúint fhéinstiúrtha agus oiliúint ar líne a ghabháil de láimh. Dá réir sin, is leis na cláir rangbhunaithe sin a sholáthrófar deiseanna foghlama do dhaltaí lena gcuirfear an mheabhairshláinte agus an fholláine chun cinn.

Leis an tacaíocht agus leis 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 seimineár Gréasáin beo. Soláthrófar Foireann Uirlisí Idirghníomhacha (Padlet) do scoileanna freisin chun cabhrú leo comhpháirtíochtaí baile–scoile ar mhaithe le folláine a neartú agus rannpháirtíocht tuismitheoirí/caomhnóirí leis an scoil a fheabhsú.

Sa doiciméad seo, tugtar forbhreathnú mionsonraithe ar gach réimse cláir a bheidh ar fáil do scoileanna ón mbliain 2026 - 2027.



Cur chuige i leith soláthair – na nithe ar cheart duit a bheith ag súil leo

Úsáideann Neart na modhanna difriúla seo a leanas chun tacaí, acmhainní agus fothú acmhainne a sholáthar do scoileanna:

Modh soláthair	Tuairisc – na nithe ar cheart do bhaill foirne scoile a bheith ag súil leo
Seimineáir Ghréasáin bheo	Óstáiltear seimineáir Ghréasáin bheo ar Zoom Webinar agus maireann siad uair amháin an chloig de ghnáth. Lena linn, tugann láithreoir amháin nó níos mó láithreoireacht ar fhaisnéis fhianaisebhunaithe ar an topaic atá i gceist. Uaireanta, cuirtear faisnéis i láthair trí úsáid a bhaint as modheolaíocht ‘comhrá cois teallaigh’, áit a nglacann na láithreoirí cur chuige comhráiteach chun faisnéis a chomhroinnt faoin ábhar. Cé nach n-éilítear ar rannpháirtithe idirghníomhú le chéile, is féidir leo ceisteanna a chur tríd an bhfeidhm ceisteanna agus freagraí. Tabharfaidh na láithreoirí freagra ar na ceisteanna sin ag deireadh an tseimineáir Gréasáin. I gcás nach bhfuil dóthain ama ag na láithreoirí freagra a thabhairt ar na ceisteanna uile, scaipfear freagraí scríofa ar na ceisteanna atá fágtha ar na rannpháirtithe uile in éineacht leis an taifeadadh/na sleamhnáin.
Seimineáir Gréasáin bheo máistir-ranga	Úsáidtear seimineáir Gréasáin máistir-ranga chun faisnéis dhomhain a sholáthar atá saincheaptha d’Fhoirne Tacaíochta Daltaí. Reáchtáiltear iad chun eispéiris foghlama speisialaithe a sholáthar atá deartha chun eolas domhain, scileanna praiticiúla agus léargais uathúla a thabhairt do rannpháirtithe ar ábhar roghnaithe. Óstáiltear iad ar Zoom Webinar freisin agus maireann siad idir uair amháin an chloig agus uair amháin an chloig go leith de ghnáth. Cé nach n-éilítear ar rannpháirtithe idirghníomhú le chéile, is féidir leo ceisteanna a chur tríd an bhfeidhm ceisteanna agus freagraí. Tabharfaidh na láithreoirí freagra ar na ceisteanna sin ag deireadh an tseimineáir Gréasáin nó trí dhoiciméad scríofa ceisteanna agus freagraí a scaipeadh ar rannpháirtithe in éineacht le sleamhnáin agus taifeadtaí tar éis an tseimineáir Gréasáin.
Cúrsaí ríomhfhoghlama a féinstiúrtha	I gcúrsaí ríomhfhoghlama féinstiúrtha, éilítear ar bhaill foirne scoile aonair freagracht a ghlacadh as a bpróiseas foghlama féin. Maireann na cúrsaí ríomhfhoghlama Neart uile idir 40 nóiméad agus uair amháin an chloig de ghnáth, agus is féidir iad a rochtain tríd an tairseach ríomhfhoghlama Neart. Is féidir le rannpháirtithe ‘tosú agus imeacht’ tráth ar bith le linn a n-aistir fhéinstiúrtha trí aon chúrsa. Ní mór do rannpháirtithe an cúrsa iomlán a chríochnú agus foirm ghearr meastóireachta iarchúrsa a chomhlánú chun cáiliú le haghaidh Teastas Críochnaithe. Úsáidtear gearrchúrsaí ríomhfhoghlama freisin chun rochtain a thabhairt do mhúinteoirí ar na lámhleabhair theorach agus na hacmhainní ar líne a theastaíonn chun na seisiúin agus na cláir éagsúla rangbhunaithe Neart a sholáthar do dhaltai. Tá siad sin ar fáil ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart.
Comhdhálacha Réigiúnacha i bPearsa	Is ionann Comhdhálacha Réigiúnacha i bPearsa agus imeachtaí fothú acmhainne a mhaireann an lá ar fad agus atá dírithe go sonrach ar bhaill d’Fhoirne Tacaíochta Daltaí. Is ar bhonn réigiúnach a eagraítear na Comhdhálacha, agus is gá d’ionadaithe ó Fhoirne Tacaíochta Daltaí i scoileanna rannpháirteacha freastal orthu i bpearsa. Is gá seimineáir Gréasáin máistir-ranga atá sonrach don topaic agus/nó ríomhfoghlaim shonrach a bheith críochnaithe ag baill d’Fhoirne Tacaíochta Daltaí sula bhféadfaidh siad freastal ar Chomhdhálacha. Tá Comhdhálacha Réigiúnacha deartha chun a bheith an-idirghníomhach agus an-rannpháirtíoch, agus áirítear leo foghlaim chomhroinnte agus cleachtas machnamhach.
Foirne Uirlisí Idirghníomhacha	Is é is foirne uirlisí idirghníomhacha ann acmhainní digiteacha lena soláthraítear faisnéis fhianaisebhunaithe do bhaill foirne scoile. Áirítear leo ailt, físeáin, beochaintí, bileoga eolais, cás-staidéir, teoracha agus straitéisí le haghaidh dea-chleachtas a spreagadh agus a threorú maidir leis an meabhairshláinte agus an fholláine i scoileanna.
Ceardlanna idirghníomhacha a ar líne	Is ceardlanna ar líne iad seo, a mhaireann idir uair amháin an chloig agus uair amháin an chloig go leith. Óstáiltear ar Zoom iad, agus úsáidtear iad chun baill foirne scoile a uasoiúint agus chun cur leis an eolas agus an acmhainn atá acu i bpríomhréimsí na meabhairshláinte agus na folláine. Éilítear iontu idirghníomhaíocht agus rannpháirtíocht i seomraí ar leithligh, agus an méid sin á dhéanamh go minic trí úsáid a bhaint as uirlisí idirghníomhacha ar líne, e.g., Mentimeter, Slido, etc.
Seisiúin idirghníomhacha a ‘buail isteach’ ar líne	Is gearrsheisiúin idirghníomhacha ar líne iad seo, áit ar féidir le rannpháirtithe ‘bualadh isteach’ aon uair is mian leo chun freagraí a fháil ar cheisteanna, chun dúshláin a fhabhtcheartú agus chun smaointe agus leideanna a chomhroinnt ar théama sonrach. Bíonn siad faoi stiúir ag éascaitheoir ar féidir leis/leí freagra a thabhairt ar cheisteanna agus comhairle a thabhairt, e.g., ceisteanna agus comhairle a bhaineann le cur chun feidhme na gclár rangbhunaithe (e.g., Oideachas Piaráí, Nuáil ar son na Folláine).
Podchraoltaí	Sraith fuaime dhigiteach is féidir a shruthú nó a íoslódáil ó sholáthraithe éagsúla podchraoltaí, lena n-áirítear Acast agus Apple Podcast. Tá eagráin théamacha sa tsraith Podchraoltaí Meabhairshláinte Óige Neart, lena n-áirítear ionchur ó bhaill foirne Neart, ó ghairmithe eile, ó dhaoine óga agus ó thuismitheoirí.

Faoi bhráid ceannairí scoile

Tugtar sa Phaca Faisnéise seo forbhreathnú ar na Réimsí Cláir Neart uile a bheidh ar fáil d'iar-bhunscoileanna don bhliain acadúil 2026-2027.

Chun an leas is fearr a bhaint as na tacaí 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 \(SNSO\)](#)) chun feidhme agus go ndéanfadh sí athbhreithniú tráthrialta ar an dóigh a n-oibríonn an fhoireann 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, nó coinnigh súil ar shuíomh Gréasáin d'ionaid oideachais áitiúil chun mionsonraí a fháil faoi sheisiúin oiliúna atá le teacht.

Moltar freisin gur thionscain do scoil timthriall athbhreithnithe agus forbartha le haghaidh chur chun cinn na folláine trí Féinmheastóireacht 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).

Conas is féidir leat do spéis in Neart a chlárú: Mura bhfuil tú féin ná baill foirne do scoile cláraithe do Neart cheana féin, [cláraigh anseo](#) chun ár Nuachtlitir mhíosúil a fháil, rud ina dtugtar faisnéis faoi chomhpháirteanna an chláir Neart a luaithe a bhíonn siad ar fáil. Ar an tslí sin, coinneofar thú agus do bhaill foirne ar an eolas go hiomlán faoi na tacaí agus na hacmhainní meabhairshláinte agus folláine uile ar féidir le do scoil leas a bhaint astu i rith na bliana acadúla.

Cuir an nasc clárúcháin seo a leanas ar aghaidh chuig do bhaill foirne agus chuig do chomhghleacaithe i do scoil freisin: [Cláraigh anseo](#).

Cuir an nasc clárúcháin seo ar aghaidh freisin chuig tuismitheoirí/caomhnóirí i bpobal do scoile chun clárú le Neart: [Cláraigh anseo](#). Tá postálacha do na meáin shóisialta, sleamhnáin PowerPoint agus ábhair eile do scoileanna sa Phaca Earcaíochta do Thuismitheoirí chun Neart a chur chun cinn i measc tuismitheoirí/caomhnóirí. Is féidir an pac a íoslódáil anseo: [Paca Earcaíochta do Thuismitheoirí](#).



Seimineár Ghréasáin do cheannairí scoile

Aidhm: Faisnéis a sholáthar do cheannairí scoile faoin dóigh ar féidir le Neart tacú le meabhairshláinte agus folláine an phobail scoile uile, agus tacaí a sholáthar do cheannairí scoile ionas gur féidir leo cur chuige scoile uile a stiúradh i leith na meabhairshláinte agus na folláine.

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Ar thús cadhnaíochta maidir leis an nGradam Folláine Neart i do Scoil	Tá an seimineár gréasáin uair a chloig seo ar oscailt do bhaill foirne cheannaireachta na scoile agus Seaimpíní an Ghradaim Folláine Neart. Áirítear eolas nua tábhachtach maidir leis an nGradam Folláine Neart. Is é an príomhchúram ná plé painéil ar a mbeidh baill foirne cheannaireachta na scoile agus daltaí ó scoil Gradaim Folláine a roinnfidh a gcuid machnaimh ar a n-aistear agus leideanna praiticiúla ionas go mbeifear in ann an Gradam a bhaint amach i do scoil.	Déanfaidh foirne ceannaireachta scoile na nithe seo a leanas: - An t-eolas is déanaí uile maidir le príomhdhátá agus príomhthacaíochtaí don tréimhse 2026-27 a thuiscint - An deis a bheith acu straitéisí rathúla agus comhairle phraiticiúil iarfhaighteoirí a úsáid chun spreagadh a fhorbairt leis an ngradam a bhaint amach le linn na bliana seo chugainn.	Meán Fómhair '26
Féin-Atrua le haghaidh Foirne Ceannaireachta a Scoile	Seimineár gréasáin uair a chloig le haghaidh foirne ceannaireacht scoile ina bpléifear an tábhacht a bhaineann le féin-atrua i róil cheannaireachta	Déanfaidh foirne ceannaireachta scoile na nithe seo a leanas: - Coincheapa féin-atrua a phlé, agus iad bunaithe ar obair Kristen Neff agus Paul Gilbert, agus béim ar leith ar thábhacht na féin-atrua do róil cheannaireachta. - An deis a bheith acu chun taithí a fháil ar chleachtaí féin-atrua. - Forbairt a n-uirlisí féin-atrua dá gcuid féin a mheas.	Eanáir '27



Cláir rangbhunaithe do dhaltaí

Aidhm: An oiliúint agus na hacmhainní is gá a sholáthar do mhúinteoirí ionas gur féidir leo cláir rangbhunaithe a sholáthar ina gcuirtear meabhairshláinte agus folláine daltaí chun cinn

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Tuige nach labhraimis?	Ceithre sheisiún rangbhunaithe atá faoi stiúir ag an múinteoir do dhaltaí sraithe sóisearaí chun meabhairshláinte agus folláine na ndaltaí a chur chun cinn agus a chothú. Cuireann múinteoirí gearrchúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha i gcrích chun an Lámhleabhar Treorach do Mhúinteoirí agus na hábhair ranga a rochtain.	I gcás daltaí: - Forbróidh siad an tuiscint atá acu ar an meabhairshláinte agus ar an bhfolláine. - Foghlaimoidh 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.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart
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 gearrchúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha i gcrích chun an Lámhleabhar Treorach do Mhúinteoirí agus na hábhair ranga a rochtain.	I gcás daltaí: - Fiosróidh siad cineál an struis mar ghnátheispéireas daonna. - Breithneoidh siad an tábhacht a bhaineann lena leibhéil struis a chothromú le linn tréimhsí scrúduithe. - Forbróidh siad straitéisí le haghaidh a leibhéil 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 eolach ar roghanna iarrtha cabhrach má tharlaíonn sé nach bhfuil siad in ann an strus scrúduithe a bhainistiú.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart
Cara Maith Amhain	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 amháin an chloig i gcrích chun na hábhair ranga a rochtain.	I gcás daltaí: - Méadóidh siad a litearthacht meabhairshláinte - Méadóidh siad a muinín as tacaíocht don meabhairshláinte de chuid carad a thionscnamh. - Forbróidh siad a gcuid eolais, tuisceana agus scileanna chun freagairt do na riachtanais de chuid carad agus chun 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.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart

Cláir rangbhunaithe do dhaltáí Idirbhliana

Aidhm: An oiliúint agus na hacmhainní is gá a sholáthar do mhúinteoirí ionas gur féidir leo cláir rangbhunaithe níos faide agus níos doimhne a sholáthar ina gcuirtear an mheabhairshláinte agus an fholláine chun cinn i measc daltaí Idirbhliana, agus béim ar leith á cur ar ghlór na ndaltaí a spreagadh

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
An Clár Take Action! <i>i gcomhar le Gaisce</i>	Clár Gaisce 13 seachtaine atá faoi stiúir ag an múinteoir agus a sholáthraítear sa seomra ranga do dhaltáí 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 laistigh dá bpobal scoile. Cuireann múinteoirí cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair amháin an chloig i gcrích chun na hábhair ranga a rochtain.	I gcás daltaí: - 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 laistigh dá bpobal scoile, agus na cúig ghníomh sa lá ar son na meabhairshláinte á n-úsáid acu.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart
Oideachas Piaráí ar son na Folláine	Clár oiliúna rangbhunaithe deich seachtaine do dhaltáí Idirbhliana chun oiliúint a chur orthu i gceardlann meabhairshláinte agus folláine a sholáthar do dhaltáí sraithe sóisearaí. Cuireann múinteoirí gearrchúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha i gcrích chun an Lámhleabhar Treorach do Mhúinteoirí agus na hábhair ranga a rochtain.	I gcás daltaí: - 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 príomhtheachtaireachtaí 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 sraithe sóisearaí.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart

Lean ar aghaidh

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Nuáil ar son na Folláine Arna fhorbairt i gcomhpháirt le Nuálaithe Sóisialta Óga	Clár curaclamhunanaithe deich seachtaine atá faoi stiúir ag an múinteoir ina gcuirtear glór na ndaltaí chun cinn do dhaltáí Idirbhliana. Cuireann múinteoirí gearrchúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha i gcrích chun rochtain a fháil ar na hábhair rangbhunaithe ar líne a sholáthraíonn Jigsaw agus Nuálaithe Sóisialta Óga.	I gcás daltaí: - 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 le haghaidh gníomhaíocht nuálach.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart
Clár Ambasadóirí um Fholláine Daltaí	Clár tacaíochta ar líne a éascaíonn Neart le haghaidh Ambasadóirí ainmnithe um Fholláine Daltaí i scoileanna a ghlacann páirt i nGradam Folláine Neart. Tacaítear le hAmbasadóirí chun gníomh beag muintearais amháin a phleanáil agus a dhéanamh ina scoil.	Déanfaidh Ambasadóirí um Fholláine Daltaí na nithe seo a leanas: - tacófar leo chun muintearas a phlé - éistfidh siad le guth na ndaltaí ar bhealach sábháilte simplí - pleanálfaidh siad gníomh beag amháin - é sin a dhéanamh le tacaíocht foirne - déanfaidh siad athbhreithniú ar thionchar a ngnímh roghnaithe.	Meán Fómhair 2026-Eanáir 2027 Sé sheisiún daltaí ar líne, agus cuirtear gach ceann ar fáil faoi dhó chun tacú le solúbthacht chlár ama na scoile.



Tacaíochtaí do Chláir Folláine na hIdirbhliana

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Cláir Folláine na hIdirbhliana: Laethanta Tacaíochta i bPearsa do Mhúinteoirí agus do Chomhordaitheoirí Idirbhliana	Laethanta Tacaíochta Praiticiúla i bPearsa do Mhúinteoirí agus do Chomhordaitheoirí Idirbhliana a bhfuil Cláir Folláine na hIdirbhliana Neart á soláthar acu: Oideachas Piara don Fholláine, Nuáil don Fholláine agus Take Action!	Tacófar le múinteoirí agus le comhordaitheoirí Idirbhliana chun: - na trí chlár Idirbhliana a phlé agus an ceann is fearr dá gcomhthéacs scoile a mheas - taithí phearsanta a bheith acu ar ghníomhartha a roghnaíonn na daltaí - bealach a dhéanamh trí acmhainní cláir - roghanna solúbtha seachadta a mheas - scil agus muinín a fhorbairt maidir le héascú sábháilte - smaointe a roinnt le múinteoirí agus le comhordaitheoirí Idirbhliana eile	An 10 Meán Fómhair, '26: Baile Átha Cliatha. An 17 Meán Fómhair, '26: Gaillimh. An 1 Deireadh Fómhair '26: Corcaigh

Cúrsaí ríomhfhoghlama féinstiúrtha 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/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Tacú leis an meabhairshláinte agus leis an bhfolláine i suíomh na scoile	Cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair amháin an chloig do gach ball foirne scoile. Moltar go gcuirfeadh baill foirne a sholáthraíonn seisiúin rangbhunaithe do dhaltáí an cúrsa seo i gcrích chun cur lena gcuid eolais agus acmhainne sula dtosódh siad ar na seisiúin rangbhunaithe a sholáthar.	I gcás baill foirne scoile: - 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 meabhairshláinte agus an fholláine a chur chun cinn agus a chothú.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart
An fhoghlaím 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 dhaltáí an cúrsa seo i gcrích sula dtosódh siad ar na seisiúin rangbhunaithe a sholáthar.	I gcás baill foirne scoile: - 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.	Ar fáil anois ar an Tairseach Ríomhfhoghlama Neart
An imní a thuiscint sa seomra ranga	Cúrsa ríomhfhoghlama féinstiúrtha uair amháin an chloig do gach ball foirne scoile.	I gcás baill foirne scoile: - 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 taobh thiar d'inní a d'fhéadfadh a bheith ag déanamh difear do dhaoine óga a shainaithint. - Beidh roinnt straitéisí foghlamtha acu chun tacú lena bhfreagairt do dhaltáí atá ag fulaingt imní.	Tá an leagan is déanaí ar fáil ó Mheán Fómhair 2026

Lean ar aghaidh

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Guth na ndaltaí a uasmhéadú ar mhaithe le meabhairshláinte agus le folláine sna scoileanna	Cúrsa ríomhfhoghlama féin-stiúrtha uair a chloig d'fhoireann scoile uile ina bpléifear an chaoi inar féidir le scoileanna guth na ndaltaí a chur san áireamh go héifeachtúil maidir le folláine.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Tuiscint níos fearr a bheith acu maidir le tábhacht ghuth na ndaltaí i bpróisis chinnteoireachta a bhaineann le meabhairshláinte agus le folláine sna scoileanna. - Prionsabail an chreata náisiúnta rannpháirtíochta a chur i bhfeidhm, amhail spás sábháilte agus cuimsitheach a chruthú do dhaoine óga chun a dtuairimí a chur in iúl agus iad a chur san áireamh i ngach céim chinnteoireachta. - Taithí a bheith acu ar straitéisí éifeachtúla chun guth na ndaltaí a lorg agus chun freagairt air i dtimpeallacht na scoile.	Ar fáil anois ar Thairseach Ríomhfhoghlama Neart
Ag Glacadh leis an Éagsúlacht: Ag Tacú le Daltaí Mionlaithe agus Muintearas a Chothú i Scoileanna	Cúrsa ríomhfhoghlama féin-stiúrtha uair a chloig go leith d'fhoireann scoile uile ina bpléifear an chaoi inar féidir le scoileanna tacú le daltaí mionlaithe, rud a thacóidh le daltaí uile muintearas agus folláine a mhothú ina scoil, beag beann ar a gcúlra nó ar a bhféiniúlacht.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Machnamh a dhéanamh ar uirisle, ar phribhléid agus ar chlaonadh - Trasnachas a thuiscint - Straitéisí praiticiúla chun glacadh leis an éagsúlacht agus chun tacú le daltaí mionlaithe a phlé faoin gCreat Folláine - Samplaí dea-chleachtais ó scoileanna a bhreathnú - Guth na ndaltaí a phlé i gcomhthéacs na héagsúlachta agus an mhuintearais.	Meán Fómhair '26
Folláine agus tosca cosantacha a fheabhsú le haghaidh scoileanna	Cúrsa ríomhfhoghlama féin-stiúrtha uair a chloig d'fhoireann scoile uile ina bpléifear an chaoi inar féidir le scoileanna na tosca cosantacha is cúis le meabhairshláinte dhearfach agus folláine a uasmhéadú.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Tuiscint níos fearr a bheith acu ar an riosca agus ar na tosca cosantacha maidir le folláine a bhaineann leis an timpeallacht scoile. - An tábhacht a bhaineann le cultúr agus timpeallacht scoile atá tacúil a mheas chun tacú le meabhairshláinte agus chun braistint mhuintearais agus cheangail a chothú do dhaltaí. - Straitéisí praiticiúla a phlé chun tosca cosantacha atá bunaithe ar an scoil a neartú ar mhaithe le meabhairshláinte agus folláine na ndaltaí.	Márta '27



Seimineáir Ghréasáin bheo do gach ball foirne

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/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Ag Glacadh leis an Éagsúlacht: Ag Tacú le Daltaí Mionlaithe agus Muintearas a Chothú i Scoileanna	Seimineár gréasáin uair a chloig go leith a éascaíonn Neart agus SNSO, d'fhoireann scoile uile ina bpléifear an chaoi inar féidir le scoileanna tacú le daltaí mionlaithe, rud a thacóidh le daltaí uile muintearas agus folláine a mhothú ina scoil, beag beann ar a gcúlra nó ar a bhféiniúlacht.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Machnamh a dhéanamh ar uirisle, ar phribhléid agus ar chlaonadh - Trasnachas a thuiscint - Straitéisí praiticiúla chun glacadh leis an éagsúlacht agus chun tacú le daltaí mionlaithe a phlé faoin gCreat Folláine - Samplaí dea-chleachtais ó scoileanna a bhreathnú - Guth na ndaltaí a phlé i gcomhthéacs na héagsúlachta agus an mhuintearais.	Meán Fómhair '26
Tacú le daltaí atá ag féindochrú i gcomhar leis an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (SNSO) agus leis an Oifig Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc (ONFC)	Sa seimineár gréasáin uair a chloig go leith seo, cuirtear eolas, tuiscint agus straitéisí praiticiúla ar fáil d'fhoireann scoile chun an tacaíocht is fearr a thabhairt do dhaoine óga atá ag féindochrú.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Eolas níos mó a bheith acu faoi fhéindochrú, lena n-áirítear sainmhíniú agus contanam féindochraithe, tosca is cúis le féindochrú agus forleithne féindochraithe i measc daoine óga. - Straitéisí praiticiúla a fháil maidir le tacaíocht a thabhairt do dhaoine óga atá ag féindochrú. - Foghlaiméoidh siad faoi acmhainní reatha atá ar fáil chun tacú le foireann maidir le bainistiú an ábhair sin.	Deireadh Fómhair '26
Freagairt ar Dhaltaí atá i nGiúmar Íseal agus iad a Thuiscint	Sa seimineár gréasáin seo d'fhoireann scoile, pléifear ábhar an ghiúmar ísil i ndaoine óga agus an chaoi inar féidir le foireann an tacaíocht is fearr a thabhairt do dhaoine óga sa timpeallacht scoile.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Eolas níos mó a bheith acu ar an ngiúmar íseal i ndaoine óga agus na comharthaí le mothú laistigh den timpeallacht scoile. - Straitéisí praiticiúla a fháil maidir le freagairt ar dhaoine óga atá i ngiúmar íseal laistigh den timpeallacht scoile.	Samhain '26
Comhpháirtíochtaí le Tuismitheoirí / Caomhnóirí a Neartú ar Mhaithe le Folláine na nDaltaí	Sa seimineár gréasáin seo don fhoireann scoile uile, díreann ar straitéisí chun comhpháirtíochtaí idir foireann scoile agus tuismitheoirí / caomhnóirí a neartú, rud a chothaíonn cur chuige scoile uile ar fholláine na ndaltaí a chur chun cinn.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Cloisfidh siad ó réimse gairmithe faoi bhealaí éifeachtúla chun a gcur chuige reatha ar oibriú le tuismitheoirí / caomhnóirí a fheabhsú - Creat na dTrí R d'idirghníomhartha tacúla a thuiscint - Rachaidh siad i gcleachta ar cháipéisí tacaíochta ábhartha Neart - Bearta beaga a mheas ar féidir leo a ghlacadh chun tuilleadh feabhais a chur ar éifeachtúlacht a n-oibre le tuismitheoirí / caomhnóirí.	Nollaig '26

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Imní Daltaí a Thuiscint: Na Nithe is Gá d'Fhoireann Scoile a Bheith ar an Eolas Fúthu [Cuid 1 as 2]	Mar chuid 1 de shraith 2 chuid ar imní, sa seimineár gréasáin uair a chloig seo d'foireann scoile cuirfear tuiscint níos doimhne ar imní i ndaoine óga ar fáil dóibh.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Eolas níos mó a bheith acu ar an difríocht idir strus agus imní. - Tuiscint a fháil ar thionchar struis agus imní ar an intinn, agus an chaoi inar féidir le himní teacht chun cinn i measc daoine óga. - Conas tacú le daltaí maidir le himní a bhainistiú sa seomra ranga a phlé go hachomair.	Eanáir '27
Straitéisí Praicticiúla d'Fhoireann Scoile i dTacú le nDaltaí Chun Imní a Bhainistiú [Cuid 2 as 2]	Mar chuid 2 dár sraith 2 chuid ar imní, sa seimineár gréasáin uair a chloig seo d'foireann scoile déantar plé níos doimhne ar thuilleadh straitéisí praicticiúla chun tacú le daoine óga imní a bhainistiú laistigh den timpeallacht scoile.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Achoimre ghearr ar Chuid 1 den tsraith seo a fháil. - Straitéisí a phlé ar leibhéal an dalta aonair agus ar leibhéal scoile uile chun tacú le daltaí imní a bhainistiú laistigh den timpeallacht scoile.	Feabhra '27
Folláine agus Tosca Cosantacha a Fheabhsú le haghaidh Foireann Scoile	Sa seimineár gréasáin uair a chloig seo, pléifear an chaoi inar féidir le foireann scoile tosca cosantacha is cúis le meabhairshláinte dhearfach agus folláine a uasmhéadú do dhaltaí.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Tuiscint níos fearr a bheith acu ar an riosca agus ar na tosca cosantacha maidir le cur chun cinn folláine a bhaineann leis an timpeallacht scoile. - An ról atá acu a mheas i gcur le cultúr agus timpeallacht scoile atá tacúil chun tacú le meabhairshláinte.	Márta '27
Tacú le Folláine Daltaí den Lucht Siúil agus Romacha	Sa seimineár gréasáin seo ar cruthaíodh i gcomhar le daoine den Lucht Siúil agus den lucht Romach, pléitear straitéisí chun tacú le riachtanais folláine daltaí den Lucht Siúil agus Romacha. Tabhair faoi deara go moltar d'foireann féachaint ar an seimineár gréasáin nó an clár ríomhfhoghlama "Ag Glacadh le hÉagsúlacht" a chríochnú roimh fhreastal ar an seimineár seo.	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - Na riachtanais folláine ar leith atá ag daltaí ón dhá phobal a mheas - A gcuid dtuisceana ar eispéiris daltaí den lucht Siúil agus den lucht Romach a fheabhsú trí éisteacht le taithí saoil dhíreach - Straitéisí a phlé chun folláine agus muintearas a fheabhsú do dhaltaí den Lucht Siúil agus den lucht Romach.	Aibreán '27



Tacaí agus acmhainní breise d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí

Aidhm: Cur leis an acmhainn atá ag Foirne Tacaíochta Daltaí feasacht a mhúscailt ar mheabhairshláinte agus folláine dhearfach, agus straitéisí agus cineálacha cur chuige a thabhairt dóibh chun glór na ndaoine óga agus na dtuismitheoirí/na gcaomhnóirí a lorg go gníomhach i ndáil leis an bhfolláine agus an mheabhairshláinte i scoileanna agus chun freagairt go gníomhach don ghlór sin.

Réimse cláir	Tuairisc/cur chuige	Torthaí foghlama	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Sraith Comhdhálacha Réigiúnacha i bPearsa do bhaill d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí	Sraith Comhdhálacha Réigiúnacha i bPearsa a mhaireann an lá ar fad chun tuilleadh feabhais a chur ar an oiliúint agus an tacaíocht d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí.	I gcás Foirne Tacaíochta Daltaí: - Fiosróidh siad arís eile príomhréimsí i ndáil leis an meabhairshláinte agus an fholláine i scoileanna agus leagfaidh siad díriú níos doimhne orthu; is iad na téamaí a chumhdófar sa bhliain acadúil 2026-27 ná Cleachtas Trámabhunaithe i Scoileanna, Imní a Bhainistiú, agus Glór na nDaltaí a Spreagadh. - Gabhfaidh siad do chleachtas machnamhach chun an chuid is fearr a bhaint as an bhfoghlaim ón oiliúint ar líne agus ón oiliúint i bpearsa araon - Cabhrófar leo an fhoghlaim a chomhroinnt le baill eile den Fhoireann Tacaíochta Daltaí chun tacú leis an bhfoghlaim a chur chun feidhme sa chleachtas ina scoileanna féin.	Samhain '26 agus Eanáir '26
Seisiúin idirghníomhach a machnaimh ar líne do SST	Sna seisiúin idirghníomhacha 90 nóiméad seo, a éascaíonn cliniceoirí, úsáidfear cur chuige atá bunaithe ar chás-staidéar agus ar chomhairliúchán piara agus a bhfuil béim réitigh aige chun tacaíochtaí atá ag teastáil ó dhaltaí a bhfuil riachtanais mheabhairshláinte níos práinní acu a phlé. Bainfidh téama an tseisiúin le riachtanais tosaíochta aitheanta; giúmar íseal agus imní.	Déanfaidh baill SST na nithe seo a leanas: - Cuir chuige éifeachtúla a phlé ar féidir le baill SST a ghlacadh laistigh dá róil chun tacú le daltaí atá i ngiúmar íseal nó a bhfuil imní orthu - Cuir chuige a phlé le baill SST ó scoileanna eile ar fud na tíre, agus samplaí dea-chleachtais agus foghlama piara a roinnt - Conairí atreoraithe féideartha a mheas, le tacaíochtaí cliniceora, le haghaidh daltaí a d'fhéadfadh go mbeadh tacaíocht bhreise ag teastáil uathu - Plean Tacaíochta don Dalta a dhréachtú ina gcuimsítear foghlaim, agus é bunaithe ar chás-staidéar anaithnidithe.	Nollaig '26 (giúmar íseal) agus Aibreán '27 (imní)

Tacaíochtaí agus Acmhainní Breise do Gach Ball Foirne

Programme area	Description/approach	Learning outcomes	Available from
Foireann uirlisí (Padlet) idirghníomhach a ilmheán d'Fhoirne Tacaíochta Daltaí atá dírithe ar na saincheisteanna is coitianta a bhaineann le meabhairshláinte agus folláine daltaí	Foireann uirlisí idirghníomhacha ilmheán ina bhfiosraítear na saincheisteanna is coitianta a bhaineann le meabhairshláinte daltaí, amhail: imní, strus scrúduithe, aclaíocht fhisiciúil agus codladh; corpíomhá 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	Déanfaidh foireann scoile na nithe seo a leanas: - 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. - Foghlaiméoidh siad straitéisí fianaisebhunaithe ar féidir le baill foirne scoile iad a chur chun feidhme, 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 feachtas 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.	Ar fáil anois
Comhpháirtíochtaí Baile-Scoile ar mhaithe le Folláine Daltaí a Neartú (topaic Padlet)	Topaic laistigh den Padlet thuas ina bpléitear straitéisí éifeachtúla ar féidir le scoileanna iad a chur i bhfeidhm chun rannpháirtíocht tuismitheora/chaomhnóra a uasmhéadú maidir le meabhairshláinte agus folláine. Chuir ár gCóras Ghuth an Tuismitheora go díreach leis an tsraith straitéisí seo, i gcomhar le gairmithe éagsúla, le cinntiú gur lárnach guth an tuismitheora/an chaomhnóra.	Déanfaidh Foirne Tacaíochta Daltaí na nithe seo a leanas: - Tuiscint níos mó a fhorbairt ar réimse constaicí agus éascaitheoirí chun rannpháirtíocht tuismitheora / chaomhnóra a uasmhéadú. - Dearcthaí tuismitheoirí ar an gcaoi chun dul i ngleic leis an ábhar seo a thuiscint. - Straitéisí atá bunaithe ar fhianaise a fhoghlaim ar féidir leis foireann scoile iad a chur i bhfeidhm chun rannpháirtíocht tuismitheora / chaomhnóra a uasmhéadú maidir le meabhairshláinte agus folláine.	Lúnasa '26

Tacaí do thuismitheoirí/do chaomhnóirí

Aidhm: Faisnéis, acmhainní agus straitéisí a sholáthar do thuismitheoirí/do chaomhnóirí ionas gur féidir leo tacú le meabhairshláinte agus folláine a nduine óg.

	Topaic	Tuairisc/cur chuige	An t-am óna mbeidh sé ar fáil
Sraith Phodchraolta Nearta do thuismitheoirí/ caomhnóirí	Folláine do dhaoine óga néara-éagsúla - cuid a dó	Sa phodchraoladh seo, cloisfear ó réimse guthanna, lena n-áirítear iad siúd a bhfuil taithí saoil acu, agus bealaí inar féidir linn go léir tacú le riachtanais folláine daoine óga néara-éagsúla á roinnt. San eagrán seo, díreofar go háirithe ar NEAH agus ar dhisléicse.	Deireadh Fómhair '26
	Cad ba chóir duit a dhéanamh nuair atá do dhuine óg íseal ann/inti féin	Sa phodchraoladh seo, cuirfear eolas agus tuiscint níos doimhne ar fáil do thuismitheoirí/caomhnóirí maidir leis an ngiúmar íseal, chomh maith le straitéisí praiticiúla chun tacú lena nduine óg atá íseal ann/inti féin.	Nollaig '26
	Ag labhairt le do Dhéagóir	Agus inspioráid tugtha ónár saothar seimineáir gréasáin níos faide 'Ag Labhairt le do Dhéagóir', sa phodchraoladh seo beidh plé idir Neart, Comhairle Náisiúnta na dTuismitheoirí agus Guth na hÓige ar an gcaoi ar féidir le tuismitheoirí/caomhnóirí a scileanna cumarsáide a fheabhsú agus a gcaidreamh lena nduine óg a neartú.	Feabhra '27
	Conas tacú le do dhuine óg chun an imní a bhainistiú	Sa phodchraoladh seo, cuirfear eolas agus tuiscint níos doimhne ar fáil do thuismitheoirí/caomhnóirí maidir leis an imní agus an strus, chomh maith le straitéisí praiticiúla chun tacú lena nduine óg an imní a bhainistiú.	Aibreán '27

Tacaí do thuismitheoirí/do chaomhnóirí

Aidhm: Faisnéis, acmhainní agus straitéisí a sholáthar do thuismitheoirí/do chaomhnóirí ionas gur féidir leo tacú le meabhairshláinte agus folláine a nduine óig.

Sraith Seimineár Gréasáin do thuismitheoirí/do chaomhnóirí	Ag labhairt le do Dhéagóir <i>i gcomhar le Comhairle Náisiúnta na dTuismitheoirí</i>	Sa seimineár gréasáin uair a chloig go leith seo agus C&F beo, atá á gcur i láthair ag Neart agus Comhairle Náisiúnta na dTuismitheoirí go comhoibríoch, pléifear bunús scileanna cumarsáide laistigh den chaidreamh tuismitheora/linbh, agus straitéisí praiticiúla á gcur ar fáil do thuismitheoirí/caomhnóirí ar labhairt lena ndéagóir faoi mheabhairshláinte agus folláine.	Meán Fómhair '26
	Tacú le Daoine Óga atá i nGiúmar Íseal agus iad a Thuiscint	Sa seimineár gréasáin seo, cuirfear eolas agus léargas ar ghiúmar íseal ar fáil, chomh maith le straitéisí praiticiúla a chur ar fáil do thuismitheoirí/caomhnóirí chun tacú le daoine óga atá i nGiúmar Íseal.	Samhain '26
	Folláine agus tosca cosantacha a fheabhsú le haghaidh daoine óga	Sa seimineár gréasáin uair a chloig seo, pléifear an chaoi inar féidir le tuismitheoirí/caomhnóirí tosca cosantacha is cúis le meabhairshláinte dhearfach agus folláine a uasmhéadú do dhaoine óga.	Márta '27
	Tuismitheoirí / Caomhnóirí atá ag obair i gcomhar le scoileanna ar mhaithe le folláine	Comhairle phraiticiúil ar noda maidir le bheith ag obair i gcomhar le scoil do linbh chun tacú le folláine do linbh.	Bealtaine '27



Supporting mental health in post-primary schools

Paca Faisnéise d'Iar-bhunscoileanna

2026 - 27



An Roinn Oideachais
agus Óige
Department of Education
and Youth

JIGSAW Young people's
health in mind