



województwa  
śląskiego



# Newsletter Państwowej Inspekcji Sanitarnej województwa śląskiego

*listopad 2023*



## 16 listopada – Światowy Dzień Rzucania Palenia

Światowy Dzień Rzucania Palenia, obchodzony jest corocznie w trzeci czwartek listopada. Pomysłodawcą akcji był amerykański dziennikarz Lynn Smith, który w 1974 roku zaapelował do czytelników swojej gazety, aby przez jeden dzień nie palili papierosów. Co przyniosło niespodziewane skutki, aż 150 tysięcy osób postawiło sobie wyzwanie ograniczenia się od palenia tytoniu przez 24 godziny. Akcja ta w kolejnych latach objęła wszystkie stany i następne tysiące pałaczy. Palenie tytoniu niesie ze sobą wiele negatywnych skutków wpływających na stan zdrowia człowieka, między innymi:

- Choroby układu oddechowego (Przewlekła Obturacyjna Choroba Płuc – POCHP, zapalenie płuc);
- Choroby układu krążenia (niedokrwienność serca, choroba naczyń i mózgu, zły stan mięśnia sercowego, miażdżyca tętnic, tętniak aorty);
- Nowotwory (płuc, przełyku, jamy ustnej, krwi, nerek, górnych dróg oddechowych, pęcherza moczowego).

Obchody „Światowego Dnia Rzucania Palenia” mają na celu zwrócenie uwagi całego społeczeństwa na skutki palenia tytoniu: społeczne, ekonomiczne, a przede wszystkim na skutki zdrowotne. Zachęcanie osób palących do zaprzestania palenia; ochrona osób niepalących (w tym dzieci), które mają prawo do przebywania w przestrzeni publicznej wolnej od dymu tytoniowego, bez narażania na tzw. „bierne palenie”. Prowadzone działania edukacyjne mają na celu przybliżenie tej tematyki młodym ludziom również w procesie ochrony przed uzależnieniem.



## PSSE w Katowicach

W dniach 16–17 listopada, pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach, przeprowadzili kilka pogadanek oraz zajęć warsztatowych dla młodzieży szkół ponadpodstawowych. Głównym celem było przekazanie informacji dotyczących zagrożeń wynikających ze stosowania substancji psychoaktywnych, ze szczególnym zwróceniem uwagi na problem wynikający z palenia papierosów, w tym e-papierosów. Podczas zajęć poruszono kwestie zdrowotne, społeczne i ekonomiczne związane z nikotynizmem. Rozwiano wiele mitów związanych z paleniem papierosów elektronicznych. Ważnym elementem zajęć było wykształcenie postaw asertywnych w kontakcie z osobami palącymi. Edukacją objęto ponad 220 osób. W ramach obchodów „Światowego Dnia Rzucania Palenia Tytoniu” dla uczniów szkół ponadpodstawowych ogłoszono konkurs TikTok pod nazwą: „Nie! Dziękuję – nie eksperymentuję”. Przedmiotem konkursu było nagranie filmiku w aplikacji TikTok, którego tematem przewodnim było ukazanie zachowań prozdrowotnych poprzez nieużywanie e-papierosów oraz promowanie zdrowego stylu życia. W konkursie wzięło udział 8 szkół.



## PSSE w Cieszynie

16 listopada na dworcu autobusowym w Cieszynie pracownicy Oświaty Zdrowotnej wraz z uczniami Zespołu Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych w Cieszynie przeprowadzili Akcję pod hasłem „Rzucić palenie”. Młodzież informowała przechodniów oraz osoby oczekujące na przyjazd autobusów o szkodliwości palenia tytoniu i jego zdrowotnych konsekwencjach. Palacze tytoniu zachęcali do powstrzymania się od palenia papierosów, przynajmniej w „dniu bez papierosa”. Zainteresowani otrzymywali materiały edukacyjne dotyczące profilaktyki tytoniowej w szczególności ulotki pt. „Jak rzucić palenie?”. Wzmocnieniem działań antytytoniowych w powyższej szkole było zorganizowanie

dla młodzieży konkursu pt. „Zamiast zapalić papierosa, zapal się do swojej pasji”. Jury konkursu, w której mieli zaszczyt uczestniczyć pracownicy oświaty zdrowotnej, wyłoniło zwycięzców. Laureatów konkursu nagrodzono. Prace uczniów wyeksponowano w holu szkoły.



### PSSE w Żywcu

W dniach 3-21 listopada odbyły się działania profilaktyczne skupione wokół tematu uzależnień od tytoniu. Na zaproszenie Szkoły Podstawowej z Żabnicy i Szkoły Podstawowej nr 5 w Żywcu przeprowadziliśmy dla uczniów klas VII i VIII zajęcia edukacyjne. W pierwszej części spotkania omówiono mechanizm powstawania uzależnienia, błędne koło nałogu oraz rodzaje czynników warunkujących powstanie uzależnienia. W kolejnej części zajęć przedstawiono zagrożenia dla zdrowia wynikające z palenia tytoniu (w tym e-papierosów), ukazano skład dymu tytoniowego i jego szkodliwy wpływ na organizm człowieka. Przedstawiono również różne produkty zawierające w swoim składzie nikotynę. Dodatkowo, w ramach podsumowania uczniowie na wielkoformatowych makietach papierosów wypisali zagrożenia jakie niesie za sobą palenie papierosów. Gotowe projekty uczniowie zabrali ze sobą do klas.





### PSSE w Jaworznie

16 listopada w Świątowy Dzień Rzucania Palenia razem z Funkcjonariuszem Komendy Miejskiej Policji w Jaworznie przeprowadziliśmy akcję profilaktyczną w Szkole Podstawowej nr 5 w Jaworznie. W akcji brało udział 48 uczniów z klas 7 i 8. Podczas spotkania uczniowie dowiedzieli się o szkodliwym działaniu wyrobów z nikotyną oraz o mechanizmie powstawania uzależnienia. Funkcjonariusz wytłumaczył, jakie konsekwencje prawne grożą za posiadanie, spożywanie lub handlowanie różnymi substancjami psychoaktywnymi przez niepełnoletnich. Po części teoretycznej zrobiliśmy doświadczenie z użyciem tradycyjnego papierosa. Uczniowie z zaciekawieniem obserwowali, ile substancji smolistych znajduje się tylko w jednym papierosie. Chętni mogli spróbować przejść tor przeszkód w narko- i alkoholglach. Doświadczenie to miało pokazać jakie zaburzenia psychoruchowe występują po spożyciu substancji psychoaktywnych – alkoholu i narkotyków. W czasie spotkania odbyły się ciekawe dyskusje, dzięki aktywności uczniów, którzy zadawali wnikliwe pytania.



## PSSE w Zawierciu

Z okazji Światowy Dzień Rzucania Palenia w Szkole Podstawowej nr 5 w Zawierciu pedagog szkolny we współpracy z PSSE w Zawierciu zorganizował akcję edukacyjną podczas której poruszano temat szkodliwego wpływu palenia tytoniu na organizm człowieka oraz zagadnienia „bierny palacz” i „bierne palenie”. W ramach akcji odbył się konkurs plastyczny pod hasłem „Rzuć palenie” skierowany do uczniów klas IV–VIII. Pracownik PSSE w Zawierciu wygłosił krótką pogadankę na temat szkodliwości palenia tytoniu, a pedagog szkolny zrealizował program edukacji antytytoniowej „Bieg po zdrowie”. Ponadto w ramach obchodów Światowego Dnia Rzucania Palenia pracownik PSSE w Zawierciu utworzył punkty informacyjno-edukacyjne w Zespole Szkół im. Hugona Kołłątaja w Zawierciu, Zespole Szkół im. gen. Bema w Zawierciu oraz w Liceum Ogólnokształcącym im. Elżbiety Piłczy w Pilicy.



## PSSE w Bytomiu

17 listopada na terenie Wielospecjalistycznego Szpitala Powiatowego im. dr B. Hagera w Tarnowskich Górach zorganizowano akcję profilaktyczno-edukacyjną z okazji Światowego Dnia Rzucania Palenia oraz Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach. Zachęcano osoby palące papierosy do zerwania z nałogiem i przeprowadzano u nich pomiar stężenia tlenku węgla w wydychanym powietrzu. Na stoisku promocji zdrowia można było skorzystać z testów w alko- i narkogoglach oraz sprawdzić swoją wiedzę przy „kole wiedzy”.



W dniu Światowego Dnia Rzucania Palenia przeprowadzono zajęcia edukacyjne dla seniorów w Dziennym Domu Pomocy nr 1 w Bytomiu. Przeprowadzono wykład oraz wykonywano u osób palących papierosy pomiary stężenia tlenu węgla w wydychanym powietrzu, zachęcając ich do zerwania z nałogiem.



### PSSE w Dąbrowie Górniczej

Wspólnie z Policjantami Komendy Powiatowej Policji w Będzinie prowadzono zajęcia edukacyjne, natomiast uczniowie klas 6-8 przygotowali prace konkursowe z okazji obchodów Dnia Rzucania Palenia.



### PSSE w Bielsku-Białej

17 listopada odbył się Dzień Seniora dla Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku Uniwersytetu Bielsko-Bialskiego. Spotkanie zostało zorganizowane przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Bielsku-Białej we współpracy z Narodowym Funduszem Zdrowia Delegatura w Bielsku-Białej, Komendą Miejską Policji w Bielsku-Białej oraz Śląską Fundacją "Błękitny Krzyż". Ekspersi z powyższych instytucji zorganizowali stanowiska informacyjne, gdzie udzielali porad i przeprowadzali indywidualne rozmowy, co jak zwykle cieszyło się ogromną popularnością. Ponieważ 16 listopada przypadał Światowy Dzień Rzucania Palenia przedstawiciele PSSE w Bielsku-Białej zwracali szczególną uwagę na profilaktykę palenia tytoniu. Była to dobra okazja, aby przypomnieć jak wiele korzyści niesie za sobą zerwanie z nałogiem. Akcją objęto około 45 osób.



### PSSE w Lublińcu

16 listopada w Szkole Podstawowej nr 4 w Lublińcu odbyły się zajęcia pod hasłem „Dbam o siebie – nie ryzykuję!”, które przeprowadził przedstawiciel Powiatowej Stacji Sanitarno–Epidemiologicznej w Lublińcu. Celem spotkań z uczniami klas VII i VIII była promocja zasad zdrowego stylu życia, omówienie czynników potęgujących zdrowie i ryzykownych zachowań związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Obchodzony w tym dniu Światowy Dzień Rzucania Palenia, był okazją do szerszej prezentacji zagrożeń wynikających z palenia papierosów – czynnika ryzyka chorób nowotworowych. Aktywna forma spotkania bardzo podobała się uczniom, którzy dyskutowali na temat wrażeń z filmu o uzależnieniu i doświadczeń związanych ze sposobami radzenia sobie ze stresem. Najwięcej emocji wzbudziły ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli. Łącznie w zajęciach uczestniczyło 96 uczniów i 5 nauczycieli.





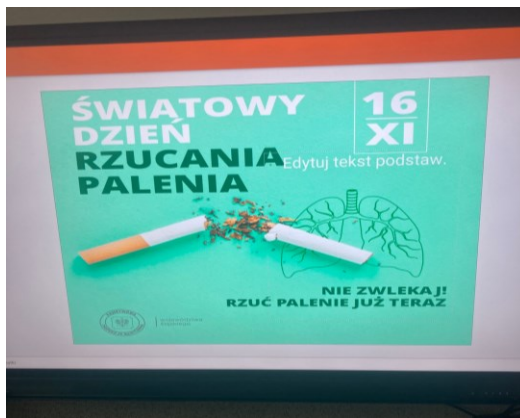
## PSSE w Częstochowie

W ramach obchodów Światowego Dnia Rzucania Palenia pracownicy PSSE w Częstochowie przeprowadzili działania edukacyjno-informacyjne dla mieszkańców oraz pracowników Dziennego Domu Pomocy Społecznej w Częstochowie. Wyeksponowano materiały edukacyjne, dyskutowano na temat skutków społecznych, ekonomicznych, a głównie zdrowotnych wynikających z czynnego oraz biernego palenia tytoniu. Palenie papierosów jest nałogiem, z którym niełatwo się rozstać, dlatego przeprowadzono pokaz jak działa „smokerlyzer” – urządzenie do badania ilości tlenu węgla w wydychanym powietrzu. Chętni uczestnicy spotkania dokonali pomiaru, co w naoczny sposób uświadomiło im, jakie skutki powoduje używanie tytoniu i wyrobów tytoniowych.



## PSSE w Myszkowie

Z okazji Światowego Dnia Rzucania Palenia przypadającego na trzeci czwartek listopada gościliśmy w Zakładzie Doskonalenia Zawodowego - Zespole Szkół w Żarkach oraz w Zespole Szkół im. T. Kościuszki w Żarkach. Tematem przewodnim spotkania była szkodliwość palenia e-papierosów. Uczniowie zapoznali się z negatywnymi skutkami palenia tytoniu oraz obejrzyli prezentację multimedialną w tym zakresie. Podkreślano konsekwencje dla zdrowia jakie mogą nieść za sobą e-papierosy. Pojawiały się pytania na które w swojej prelekcji odpowiedział przedstawiciel Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Myszkowie. Cykl spotkań obejmował cztery prelekcje. W przedsięwzięciu uczestniczyło 115 osób.



## PSSE w Sosnowcu

16 listopada pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Sosnowcu na terenie VI LO w Sosnowcu zrealizowali zajęcia edukacyjno-informacyjne dotyczące uzależnienia od tytoniu oraz innych środków psychoaktywnych. W zajęciach wykorzystano filmy profilaktyczne oraz prezentację dotyczącą pracy Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii o. Katowice. W dniach 13-17 listopada na terenie VI LO trwał konkurs plastyczny na plakat profilaktyczny, którego pomysłodawcą byli pracownicy PSSE w Sosnowcu. W Światowym Dniu Rzucania Palenia Tytoniu zajęcia profilaktyczno-informacyjne miały zwrócić uwagę młodych ludzi na fakt, że papieros to także rodzaj narkotyku. W zajęciach udział wzięły 62 osoby.



## PSSE w Rudzie Śląskiej

16 listopada w SP ZOZ w Rudzie Śląskiej pracownicy PSSE w Rudzie Śląskiej przygotowali stanowisko promocji zdrowia i profilaktyki uzależnień na którym wyeksponowano materiały edukacyjne, szczególnie dotyczące szkodliwości palenia tytoniu. Osoby palące, korzystające z usług przychodni miały możliwość skorzystania z pomiaru poziomu CO w wydychanym powietrzu i mogły dowiedzieć się jaki poziom tej szkodliwej substancji jest w ich płucach.



### PSSE w Tychach

23 listopada w Liceum Ogólnokształcącym im. Zbigniewa Religi w Gilowicach odbyły się obchody Światowego Dnia Rzucania Palenia. Do młodzieży skierowano wykłady dotyczące szkodliwości palenia zarówno papierosów tradycyjnych, jak i e-papierosów. Uczestnicy wykładów mieli możliwość pomiaru zawartości tlenu węgla w wydychanym powietrzu.



## 18 listopada – Światowy Dzień Wiedzy o Antybiotykach

18 listopada przypada Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach, który rozpoczyna Światowy Tydzień Wiedzy o Antybiotykach. W tym czasie zwracamy uwagę na to, jak stosować antybiotyki, aby skutecznie leczyć choroby i zapobiegać antybiotykooporności.

Antybiotyki to leki stosowane w zwalczaniu zakażeń bakteryjnych. Mogą działać bakteriobójczo, tzn. zabijać drobnoustroje, lub bakteriostatycznie – wówczas powodują zahamowanie ich procesów życiowych, aby uniemożliwić namnażanie.

Oporność na leczenie antybiotykami to poważne zagrożenie dla zdrowia publicznego, zarówno w Europie, jak i na całym świecie. Każdego roku w Unii Europejskiej, Islandii i Norwegii ponad 35 000 osób umiera z powodu infekcji wywołanej antybiotykoopornymi bakteriami. Niestety w ostatnich latach liczba ta stale rośnie. Poziom zagrożenia antybiotykoopornością dla społeczeństwa można porównać do wpływu jaki łącznie mają wirusy grypy, gruźlicy i HIV.



### PSSE w Częstochowie

W dniach 18-24 listopada w szkołach podstawowych oraz ponadpodstawowych z terenu nadzorowanego przez PPIS w Częstochowie odbyła się kampania edukacyjna dotycząca obchodów Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach i Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach. Wychowawcy klas wraz z pedagogami szkolnymi zrealizowali zajęcia tematyczne na podstawie materiałów otrzymanych z PSSE w Częstochowie. Przy pomocy prezentacji multimedialnych i filmów edukacyjnych zapoznawano uczniów, rodziców i nauczycieli z ideą obchodów Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach oraz z zagadnieniem odpowiedzialnego stosowania tych leków. Akcja miała na celu zwiększenie świadomości na temat rosnącej oporności bakterii na antybiotyki. W klasach starszych odbywały się warsztaty na temat leczenia chorób wywołanych przez wirusy i bakterie oraz o wpływie antybiotyków na nasz organizm. W klasach młodszych przeprowadzono krótkie pogadanki, dzięki którym uczniowie dowiedzieli się co to są wirusy i bakterie. Dzieci wykonały prace plastyczne, które stały się dodatkowym źródłem zdobywania wiedzy o zapobieganiu lekooporności i prawidłowym stosowaniu antybiotyków.

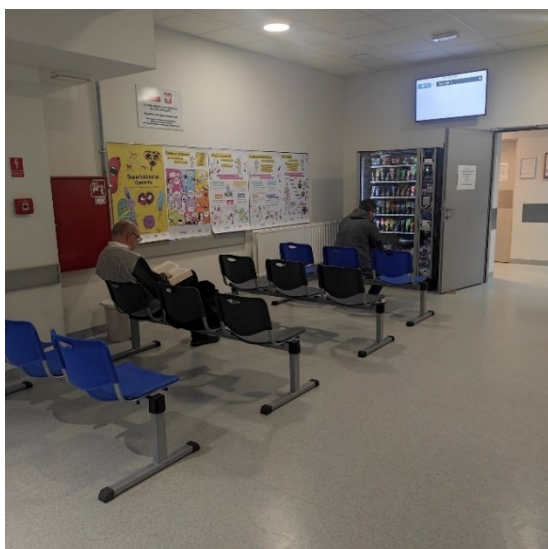


Ponadto wystawę tematyczną dotyczącą antybiotyków i antybiotykooporności przygotowano w Urzędzie Miasta Częstochowa, gdzie na każdym poziomie budynku ustawiono plakaty. Pliki z informacjami prasowymi przekazano lokalnym mediom, a także do biura prasowego Urzędu Miasta. Natomiast na stronie internetowej PSSE w Częstochowie oraz w mediach społecznościowych zamieszczano materiały edukacyjne promujące racjonalne korzystanie z antybiotyków.



### PSSE w Jaworznie

W dniach 16-24 listopada zorganizowaliśmy wystawę plakatów o antybiotykach „Superbakterie Oporniaki”. Wystawa została zorganizowana w związku z obchodami Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach (18 listopada) i Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach (18-24 listopada). Plakaty można było zobaczyć w głównej poczekalni Poradni Specjalistycznych Szpitala Wielospecjalistycznego w Jaworznie. Wystawę obejrzało około 1 000 pacjentów poradni.



24 listopada zakończyliśmy Światowy Tydzień Wiedzy o Antybiotykach prelekcją w Klubie Seniora „Senior+”, znajdującego się przy ulicy Matejki 24 d w Jaworznie. Seniorzy dowiedzieli się o zjawisku antybiotykooporności i poznali zasady prawidłowego stosowania antybiotyków. Rozmawialiśmy również o tym, co zrobić żeby uniknąć zachorowania, a tym samym zakażeń bakteryjnych. W spotkaniu udział wzięło 20 seniorów należących do klubu.



### **PSSE w Katowicach**

W dniach 16–27 listopada w ramach obchodów „Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach” oraz „Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach” pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach przeprowadzili cykl spotkań dla dzieci przedszkolnych i młodzieży szkolnej, których celem było zwrócenie uwagi na problem antybiotykooporności. Przedstawiono informacje na temat skutków nadmiernego i nieprawidłowego zażywania antybiotyków, zwracano uwagę na problem narastania oporności na antybiotyki wśród drobnoustrojów wywołujących zakażenia u ludzi. Rozmawiano o przyczynach antybiotykooporności, takich jak przede wszystkim nadmierne i/lub niewłaściwe stosowanie antybiotyków w medycynie, weterynarii i hodowli zwierzęcej. Edukacją objęto ponad 400 uczniów i nauczycieli.



### Go blue for AMR

Pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach włączyli się do akcji organizowanej przez Narodowy Program Ochrony Antybiotyków. Celem kampanii uświadczenie społeczeństwa o konieczności przeciwdziałania antybiotykooporności (AMR). Post zamieszczony na Facebooku Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach spotkał się z dużym zainteresowaniem obserwujących profil Stacji.



## PSSE w Gliwicach

W dniach 18-24 listopada, w związku z trwającym Światowym Tygodniem Wiedzy o Antybiotyku, zorganizowano na terenie Centrum Handlowego Forum w Gliwicach wystawę antybiotykową pt. „Superbakterie Oporniaki”. Do akcji „Go blue for AMR” przyłączyli się również pracownicy PSSE w Gliwicach.



## PSSE w Dąbrowie Górniczej

W ramach obchodów Tygodnia Wiedzy o Antybiotyku, 21 Listopada uczestniczo w spotkaniu z seniorami Stowarzyszenia Civitas w Dąbrowie Górniczej. Poza problemem antybiotykoodporności i zwiększenia świadomości społeczeństwa na temat zjawiska narastającej oporności na antybiotyki, omówiono tematykę chorób sezonowych ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki grypy.



Natomiast, 25 listopada w przygotowanym punkcie promocji zdrowia prowadzono rozmowy na tematy związane ze zdrowiem z seniorami uczestniczącymi w Olimpiadzie Seniorów w Czeladzi zorganizowanej przez Urząd Miasta w Czeladzi.



### PSSE w Zawierciu

W dniach 20-24 listopada w NZOZ Centrum Diagnostyki medycznej ENDOSCOPICA w Zawierciu zorganizowano wystawę dotyczącą antybiotykooporności pt. „Superbakterie Oporniaki” składającą się z 8 plasz tematycznych pokazujących jak zapobiegać antybiotykooporności, jak prawidłowo stosować antybiotyki oraz w jaki sposób naturalnie dbać o odporność.



### PSSE w Sosnowcu

20 listopada w sosnowieckiej Sali widowiskowej Muza Naczelnik Wydziału Zdrowia UM w Sosnowcu zainaugurowała serię otwartych wykładów o zdrowiu dla mieszkańców Sosnowca. W wydarzeniu uczestniczył Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Sosnowcu. Podczas spotkania z mieszkańcami Sosnowca wyeksponowano wystawę plakatową pod hasłem: „Superbakterie Oporniaki, problem narastającej oporności na antybiotyki”. W spotkaniu udział wzięło około 70 osób.



Dodatkowo wszystkim podmiotom Lecznictwa Zamkniętego i Otwartego na terenie Sosnowca przesłano materiały informacyjno-edukacyjne wraz z wystawą e-plakatów dedykowaną obchodom Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach oraz Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach. Stacjonarna wystawa plakatów na terenie Sosnowca dotycząca antybiotyków i antybiotykoodporności została wyeksponowana na terenie Specjalistycznego Szpitala Górniczego w Sosnowcu, Sosnowieckiego Szpitala Miejskiego w Sosnowcu, Urzędu Miejskiego w Sosnowcu, Wyższej Szkoły HUMANITAS, PSSE w Sosnowcu, Zakładu Lecznictwa Ambulatoryjnego w Sosnowcu.

### PSSE w Żywcu

W dniach 20–24 listopada zorganizowano w Zespole Szkół Agrotechnicznych i Ogólnokształcących w Żywcu oraz w Zespole Szkolno–Przedszkolnym w Leśnej wystawę tematyczną „Superbakterie Oporniaki” z okazji Obchodów Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach. Zaprezentowane na ekspozycji plakaty cieszyły się dużym zainteresowaniem w obu placówkach, zarówno wśród uczniów, jak i rodziców.



### PSSE w Rybniku

W listopadzie w związku z obchodami Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach oraz Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach, pracownicy PSSE w Rybniku podjęli wiele działań mających na celu zwrócenie uwagi społeczeństwa na narastające zagrożenie związane ze zjawiskiem oporności drobnoustrojów na antybiotyki. Przygotowano wystawę w holu tutejszej Stacji pt. „Superbakterie Oporniaki”. Z plansz wystawy można było dowiedzieć się m.in. jaka jest historia antybiotyków, czym są i jak działają oraz jakich chorób nie leczą. Przez cały listopad organizowane były różnorodne

działania. Odbyły się pogadanki, wystawy, przyłączono się do akcji "Go blue for AMR" w której kolor niebieski dominował w ubiorach społeczności lokalnych. Dużym wydarzeniem w tym zakresie było również przeprowadzenie w dniu 2 listopada w auli Rybnickiego Centrum Edukacji Zawodowej pogadanki dla słuchaczy Uniwersytetu III Wieku dotyczącej roli szczepień ochronnych oraz stosowania racjonalnie antybiotykoterapii.



### PSSE w Chorzowie

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Chorzowie zorganizowała wystawę plakatów pt. „Superbakterie Oporniaki”. Adresatami wystawy byli seniorzy uczestniczący w imprezie „Dzień Seniora” na terenie Centrum Kultury Śląskiej w Świętochłowicach oraz uczniowie i nauczyciele chorzowskiego Technikum Mechaniczno-Elektrycznego i III Liceum Ogólnokształcącego.

Zainteresowanie tematyką związaną z problemem narastającej oporności na antybiotyki było bardzo duże i skłoniło do refleksji nad tym co możemy zmienić w swoim postępowaniu, aby uchronić się przed rozwojem wielolekoopornych drobnoustrojów.



### PSSE w Bielsku-Białej

21 listopada w Klubie Seniora SCK Best odbył się „Dzień dla Zdrowia Seniora”, w którym udział wzięli przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bielsku-Białej, Zakładu Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Bielsku-Białej, Narodowego Funduszu Zdrowia Delegatura w Bielsku-Białej, Zespołu do spraw orzekania o niepełnosprawności. Przedstawiciele PSSE w Bielsku-Białej w ramach działań dotyczących Światowego Tygodnia Wiedzy o Antybiotykach zorganizowali punkt promocji zdrowia, gdzie udzielali informacji i przekazywali materiały informacyjno-edukacyjne z dziedziny profilaktyki zdrowotnej w szczególności racjonalnej antybiotykoterapii. Z możliwości uzyskania informacji oraz badań skorzystało 30 osób.



### PSSE w Tychach

Tematyczną wystawę w ramach Narodowego Programu Ochrony Antybiotyków zorganizowano w Liceum Ogólnokształcącym im. Powstańców Śląskich w Bieruniu, gdzie uczniowie mogli zapoznać się z faktami dotyczącymi narastającej oporności bakterii na antybiotyki oraz sposobów ochrony antybiotyków w celu przedłużenia ich skuteczności.



### PSSE w Bytomiu

W związku ze Światowym Tygodniem Wiedzy o Antybiotykach przypadającym od 18 do 24 listopada, zorganizowano trzy wystawy pt. „Superbakterie Oporniki”, składające się z 8 plasz tematycznych obrazujących problem antybiotykoodporności:

- od 10 do 20 listopada na terenie Szpitala Specjalistycznego nr 1 w Bytomiu;
- od 20 do 29 listopada na terenie Piekarskiego Centrum Medycznego w Piekarach Śląskich;
- od 29 listopada do 8 grudnia na terenie Centrum Medycznego Gabos w Piekarach Śląskich.



## PSSE w Rudzie Śląskiej

W ramach współpracy Szpitala Miejskiego w Rudzie Śląskiej z Powiatową Stacją Sanitarno–Epidemiologiczną w Rudzie Śląskiej, na korytarzu budynku Psychiatrii Diennej zorganizowano wystawę plakatów Narodowego Instytutu Leków, pt. „Superbakterie Oporniaki. Problem narastającej oporności na antybiotyki”. Pacjenci, personel szpitalny oraz osoby odwiedzające mogły zapoznać się z treściami na temat antybiotykoodporności zamieszczonymi na barwnych plakatach.



21 listopada w ramach „Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach” pracownicy Sekcji Epidemiologii oraz Oświaty Zdrowotnej przeprowadzili w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy spotkanie z pracownikami urzędu. Zainteresowane osoby wysłuchały prelekcji i zapoznaly się z prezentacją na temat prawidłowego stosowania antybiotyków, a także profilaktyki grypy.



## Profilaktyka nowotworów

Międzynarodowy Miesiąc Świadomości męskich nowotworów

Movember - zapuść wąsy!

Akcja Movember w Polsce powstała w 2014 roku. Jej celem jest zwiększenie świadomości na temat zdrowia intymnego mężczyzn i zachęcenie ich do regularnych badań oraz dbania o swoje zdrowie. W ramach akcji Movember, mężczyźni na całym świecie zapuszczają w listopadzie wąsy, kojarzące się z męskością. Należy jednak pamiętać, że męskość to nie tylko siła. To przede wszystkim zdrowie – jego świadomość, dbałość o nie oraz rozpoczęcie leczenia najwcześniej, jak to możliwe.



### PSSE w Cieszynie

14 listopada w ramach akcji profilaktyczno-edukacyjnej „Cudowny Senior - Patrz Sercem”, odbyły się w Sali Sesyjnej Starostwa konsultacje ze specjalistami medycznymi między innymi z Fundacji Zdrowia Śląska Cieszyńskiego. W ramach Miesiąca Świadomości Męskich Nowotworów seniorzy uczestniczyli w warsztatach samobadania jader oraz piersi. Osobom palącym udzielono indywidualnych porad, a także wykonano pomiar tlenu węgla w wydychanym powietrzu.



### PSSE w Zawierciu

18 listopada w Galerii Stara Łaźnia zorganizowano „Dzień różowej wstążki i czarnego wąsa” pod honorowym patronatem prezydenta miasta Zawiercie. W ramach akcji odbyły się 3 wykłady: lekarza ginekologa dr. Wojciecha Mleczo, przedstawiciela fundacji RaknRoll Pani Kornelii Łączkowskiej oraz urofizjoterapeutki uroginekologicznej Pani Anny Kopeć. Spotkanie dotyczyło profilaktyki raka piersi oraz profilaktyki raka jądra. Partnerami tego wydarzenia byli: Stowarzyszenie Zawierciańskie „Amazonki”, braffitterki z Metamorfoza Trzynastka, Fundacja Katarzyny Stachowicz Pokonaj raka, UTW Zawiercie, RCKU – Szkoła medyczna w Zawierciu, Powiatowa Stacja Sanitarno–Epidemiologiczna w Zawierciu, Stowarzyszenie OdNowa oraz Miejska i Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zawierciu. Tematyka wykładów obejmowała: anatomie palpacyjną, lokalizację węzłów chłonnych, elementy drenażu limfatycznego, pielęgnację biustu, naukę doboru biustonosza prowadzoną przez Panią braffitterkę oraz naukę samobadania piersi i jąder. Na stanowisku PSSE w Zawierciu promowano szczepienia ochronne oraz zdrowy styl życia oparty na racjonalnej diecie, aktywności fizycznej, wolny od używek i uzależnień.





## PSSE w Żywcu

23 listopada uczniowie III i IV klas I LO im. M. Kopernika w Żywcu mieli okazję uczestniczyć w akcji profilaktycznej poświęconej profilaktyce nowotworów szyjki macicy i piersi. Do udziału w spotkaniu zaproszono przedstawicielki Stowarzyszenia Żywieckiego Klubu Amazonek oraz Panią Agnieszkę Kos-położną, edukatora. Spotkanie otworzyła P. Marta Micor - Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żywcu – organizator wydarzenia. Podczas akcji mówiono o skali problemu nowotworów w Polsce, skutecznych metodach zapobiegania zakażeniom HPV poprzez szczepienie, badaniach cytologicznych i samobadaniu piersi. W trakcie akcji prowadzono dystrybucję materiałów edukacyjnych, zaprezentowano fantomy do samobadania piersi. Podkreślono również akcją Movember - skupioną wokół profilaktyki męskich narządów płciowych. Zwieńczeniem akcji było stworzenie wspólnego plakatu "Jak dbam o zdrowie?"







### PSSE w Wodzisławiu Śląskim

23 listopada w Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej „WIOMED” w Radlinie przedstawicielki Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Wodzisławiu Śląskim przygotowały stoisko promocji zdrowia. Celem akcji było podniesienie świadomości społeczeństwa jakim zagrożeniem jest zachorowanie na raka szyjki macicy i inne choroby wywołane zakażeniem wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV), upowszechnienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby typu A, B i C oraz

nowotworów skóry. Zainteresowani otrzymali informacje z zakresu działań profilaktycznych takich jak badania cytologiczne oraz szczepienia. Sporym zainteresowaniem cieszyła się tematyka czerniaka, pacjenci dopytywali o sposoby ochrony przed tym nowotworem oraz jak wygląda badanie skóry.



### PSSE w Chorzowie

29 listopada po raz kolejny pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Chorzowie wzięli udział w szkolnych obchodach „Tygodnia Profilaktyki” w III Liceum Ogólnokształcącym w Chorzowie. Przez całą dzień wszyscy uczniowie i nauczyciele szkoły mogli odwiedzić przygotowane stanowisko profilaktyczne Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Chorzowie oraz stanowisko Narodowego Funduszu Zdrowia. Wśród wielu poruszanych tematów szczególną uwagę uczniów zwrócono na profilaktykę chorób nowotworowych w tym profilaktykę zakażeń wirusem HPV oraz nowotworów tytoniozależnych. Zainteresowani uczniowie mogli skorzystać z bezpłatnego badania poziomu tlenu węgla w wydychanym powietrzu.





### PSSE w Katowicach

17 listopada w Zespole Szkół nr 7 im. Stanisława Mastalerza w Katowicach pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach przeprowadzili profilaktyczne zajęcia edukacyjno-informacyjne dla młodzieży technikum. Przedstawiono zasady samobadania skóry – w ramach programu „Znamię! Znam je?”, rolę podejmowania rozsądnych życiowych decyzji oraz szczepień ochronnych – w ramach programu „Wybierz życie – pierwszy krok”, podstawowe zasady profilaktyki zakażeń wirusami WZW – w ramach programu „Podstępne WZW”. Uczniowie z zacięciem słuchali prelekcji, a następnie zadawali konkretne pytania związane z profilaktyką nowotworów. Edukacją objęto ponad 120 uczniów.



## Wyróżnione działania

### PSSE w Częstochowie

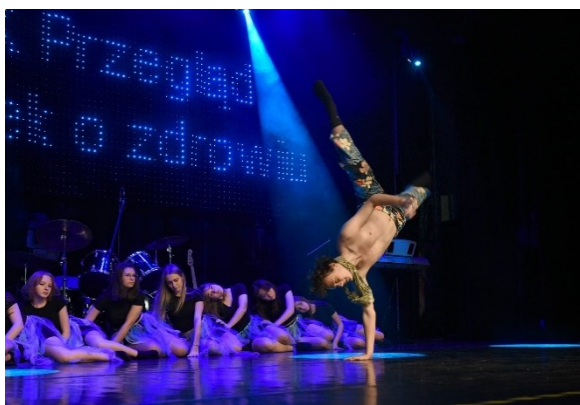
#### X Przegląd Piosenki o Zdrowiu

W tym roku Finał Przeglądu Piosenki o Zdrowiu odbył się 24 listopada w Miejskim Domu Kultury. Ta coroczna impreza adresowana jest do najmłodszych mieszkańców Częstochowy i Powiatu częstochowskiego, realizujących Projekt WSSE w Katowicach „Klub Zdrowego Przedszkolaka”. Organizatorami uroczystości była Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Częstochowie, Urząd Miasta Częstochowy oraz Miejski Dom Kultury. Finał przeglądu poprzedziły przesłuchania grup przedszkolnych, w których udział wzięło 21 przedszkoli, prawie 140 dzieci. Celem przeglądu jest rozpowszechnianie i popularyzowanie treści prozdrowotnych, oddziaływanie profilaktyczne poprzez przekazywanie wiedzy w formie atrakcyjnej dla dzieci oraz integracja i aktywizacja środowiska przedszkolnego. Jury konkursowe podczas oceny prezentowanych piosenek brało pod uwagę treści prozdrowotne, umiejętności wokalne oraz walory artystyczne. Z uwagi na wysoki

poziom prezentacji przyznano po dwie równorzędne miejsca pierwsze, drugie i trzecie, a wszystkie dzieci uczestniczące w gali finałowej otrzymały upominki – pluszowe przytulanki.



W części artystycznej „Baśniowy koncert Walta Disneya”, który przygotowali uczniowie częstochowskich szkół średnich wystąpiło ponad 100 młodych artystów z częstochowskich szkół średnich.



## PSSE w Dąbrowie Górniczej

### Fundacja „Z sercem do Pacjenta” - spotkanie ze słuchaczami Uniwersytetu III wieku

Na zaproszenie Fundacji „Z sercem do Pacjenta” uczestniczono w konferencji zorganizowanej w dniu 21 listopada dla słuchaczy Uniwersytetu III Wieku Akademii Wyższej Szkoły Biznesu w Dąbrowie Górniczej. Patronatem honorowym przedsięwzięcia jest Ministerstwo Zdrowia oraz Prezydent Dąbrowy Górniczej. Pierwszy z wykładów był poświęcony prawom pacjenta, następnie mówiono o tym jak dbać o układ nerwowy oraz o profilaktyce schorzeń układu nerwowego. Pracownik Powiatowej Stacji Sanitarno–Epidemiologicznej w Dąbrowie Górniczej przedstawił temat „Jak uniknąć zachorowań

na grypę i związanych z tym powikłań”. Ponadto w punkcie promocji zdrowia słuchacze mogli zapoznać się z tematyką profilaktyki HPV, WZW, chorób odkleszczowych oraz w jaki sposób dbać o skórę i kiedy należy skontaktować się z lekarzem gdy pojawiają się znamiona.



### PSSE w Wodzisławiu Śląskim

#### Fundacja „Z sercem do Pacjenta” Dzień seniora w Jastrzębiu-Zdroju

10 listopada w Zespole Szkół nr 6 im. Króla Jana III Sobieskiego w Jastrzębiu-Zdroju odbyły się obchody Dnia Seniora. Organizatorem spotkania była Fundacja „Z sercem do Pacjenta”. Dla seniorów przygotowano wiele atrakcji artystycznych ale też sporo informacji na temat edukacji zdrowotnej. Przedstawicielki Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Wodzisławiu Śląskim wygłosiły prelekcję dzięki której słuchacze dowiedzieli się jak czytać etykiety na produktach, na co szczególnie zwracać uwagę podczas zakupów oraz jak wybierać wartościową żywność. Ponadto przygotowane zostało stoisko promocji zdrowia na którym podczas przerw była okazja do indywidualnych rozmów, porad oraz bezpłatnych badań.



*Opracowanie: Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Katowicach na podstawie sprawozdań z Powiatowych Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych woj. śląskiego.*