



NEWSLETTER

Państwowej Inspekcji Sanitarnej
województwa śląskiego



Luty 2023

NAWIĄZANIE WSPÓŁPRACY Z NFZ

W Delegaturach NFZ w Rybniku, Bielsku-Białej, Częstochowie i Piekarach Śl. odbyły się spotkania w ramach współpracy w zakresie realizacji działań zdrowotnych z przedstawicielami NFZ i Państwowej Inspekcji Sanitarnej województwa śląskiego.

Omówione zostały wspólne przedsięwzięcia, które zaplanowane zostały na terenie całego woj. śląskiego, a ich celem będzie promocja zdrowego stylu życia wśród mieszkańców naszego województwa.



Spotkanie w Rybniku, 16.02.2023 r.



Spotkanie w Piekarach Śl., 21.02.2023 r.



Spotkanie w Bielsku-Białej, 17.02.2023 r.



Spotkanie w Częstochowie, 20.02.2023 r.

Działania w zakresie współpracy z Narodowym Funduszem Zdrowia

PSSE w Raciborzu

W lutym w ramach podjętej współpracy z delegaturą NFZ w Rybniku mającej na celu promocję zdrowego stylu życia wśród mieszkańców województwa śląskiego zaplanowano wspólne działania promujące zdrowie w powiecie raciborskim. Przedsięwzięcia będą miały miejsce w wybrane czwartki każdego miesiąca. Mając na uwadze powyższe przedsięwzięcia podjęto współpracę ze Szpitalem Rejonowym w Raciborzu i zgodnie z ustaleniami, 23 marca na terenie szpitala zorganizowany zostanie punkt informacyjno-edukacyjny dotyczący profilaktyki chorób odkleszczowych. Realizując wojewódzką akcję informacyjno-edukacyjną „Nowe narkotyki. Nowe zagrożenia” podjęto współpracę z kadrą pedagogiczną i uczniami szkół ponadpodstawowych, której celem jest wspólne przeprowadzenia działań edukacyjnych w szkołach podstawowych. Ponadto zaproszono placówki oświatowe do udziału w konkursie „Szkolna aktywność fizyczna” organizowanym przez WSSE w Katowicach oraz rozpowszechniono we wszystkich placówkach oświatowych na terenie powiatu raciborskiego bezpłatne szkolenie organizowane przez Regionalny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli i Informacji Publicznej „WOM” w Rybniku pt. Inspiracje dla placówek biorących udział w konkursie „Szkolna aktywność fizyczna”, które odbyło się w dniu 27 lutego.

PSSE w Rybniku

Środa z profilaktyką

15 lutego, w filii „Pod Lipami” Domu Kultury w Rybniku-Niewiadomiu odbyło się spotkanie w ramach akcji środa z profilaktyką. Tematem przewodnim była profilaktyka onkologiczna, a szczególnie profilaktyka czerniaka oraz znaczenie i rola dietoprofilaktyki w chorobach nowotworowych. Spotkanie - choć tym razem w nielicznym dziesięcioosobowym składzie - było bardzo owocne. Mieszkańcy dzielnicy Niewiadom w Rybniku brali czynnie udział dzieląc się swoimi doświadczeniami w przebiegu chorób nowotworowych oraz działań profilaktycznych z nimi związanymi.





PSSE w Bielsku-Białej

9 lutego, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bielsku-Białej uczestniczyli w akcji profilaktycznej zorganizowanej przez bielski oddział NFZ w Urzędzie Gminy w Wilkowicach. Podczas spotkania prowadzono dystrybucję materiałów informacyjno-edukacyjnych dotyczących m.in. profilaktyki zakażeń HPV i raka szyjki macicy, promocji szczepień ochronnych oraz racjonalnego stosowania antybiotyków. Pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej przeprowadzali rozmowy indywidualne, podczas których promowano zdrowy styl życia oraz dokonywano pomiarów ciśnienia tętniczego. W ramach Wojewódzkiej Akcji informacyjno-edukacyjnej pt. „Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia” wykonywano ćwiczenia z użyciem narko- oraz alkoholi. Wszyscy chętni mogli się przekonać jak postrzega otoczenie osoba pod wpływem działania środków psychoaktywnych. W związku z trwającym okresem wzmożonych infekcji grypowych omówiono także zagadnienia związane z Wojewódzką Akcją informacyjno-edukacyjną pt. „Wirusoochrona”. Uczestnicy spotkania mogli bezpłatnie wykonać badanie słuchu oraz mammografię, a przedstawiciele NFZ umożliwili założenie Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego i udzielali informacji na zadawane pytania.



KAMPANIA NA RZECZ SZCZEPIEŃ #UnitedInProtection

15 lutego rozpoczęliśmy realizację medialnej kampanii Komisji Europejskiej na rzecz szczepień #UnitedInProtection pod hasłem „Zaszczep się: spraw, by szczepionki działały”. Celem kampanii jest zwiększenie zaufania poprzez podniesienie świadomości korzyści płynących ze szczepień.



Wczesne szczepienie chroni chłopców i dziewczęta przed zakażeniem wirusem HPV.

Zaszczep się:
szczepionki chronią.



Coroczne szczepienie może chronić przed grypą i jej powikłaniami.

Zaszczep się:
szczepionki chronią.



Dbając o bieżące szczepienia, możemy chronić całe społeczeństwo.

Zaszczep się:
szczepionki chronią.

#UnitedInProtection



PSSE w Bytomiu

W ramach trwającej kampania Komisji Europejskiej na rzecz szczepień #UnitedInProtection pod hasłem: "Zaszczep się: spraw, by szczepionki działały" pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu przeprowadzili zajęcia dotyczące profilaktyki chorób zakaźnych w trzech placówkach przedszkolnych:

- ✚ Przedszkole nr 12 w Tarnowskich Górach;
- ✚ Przedszkole Miejskie Integracyjne nr 8 w Bytomiu;
- ✚ Katolickie Przedszkole Niepubliczne „Ochronka” im. bł. E. Bojanowskiego w Bytomiu.

Podczas zajęć rozmawiano z dziećmi o zdrowym stylu życia, aktywności fizycznej, higienie osobistej, w tym o prawidłowym myciu rąk, odpowiednim ubiorze oraz prawidłowym odżywianiu. Przedszkolaki podczas czytania bajki edukacyjnej pt. „Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana” dowiedziały się w prosty i ciekawy sposób, jak działają szczepienia ochronne oraz dlaczego szczepienia są tak ważne w życiu człowieka. Dzieci aktywnie włączyły się w zajęcia, chętnie odpowiadały na zadawane pytania. Wykazały się dużą wiedzą na temat chorób zakaźnych, znając zasady, co należy zrobić, kiedy same czują się źle i podejrzewają u siebie przeziębienie. Na zakończenie, każde dziecko w nagrodę otrzymało odblaskowy breloczek w kształcie misia.



Przedszkole nr 12 w Tarnowskich Górach





Przedszkole Miejskie Integracyjne nr 8 w Bytomiu

PSSE w Jaworznie

W lutym pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE w Jaworznie przeprowadził akcję dotyczącą szczepień ochronnych i profilaktyki chorób zakaźnych w Przedszkolu Miejskim nr 22 w Jaworznie. Na początku zajęć zostały przypomniane zasady prawidłowego mycia rąk. Przedszkolaki zobaczyły doświadczenie z użyciem pieprzu, wody i płynu do mycia naczyń, które miało uświadomić ich o konieczności używania mydła. W towarzystwie misia Szczepana dzieci wysłuchały pogadanki o zasadzie działania szczepionek i fragmentu bajki „Przygodny dzielny niedźwiadka Szczepana”. W placówce zostały wystawione dla rodziców ulotki informacyjno-educacyjne „Zaszczep w sobie chęć szczepienia”.





PSSE w Kłobucku

16 lutego, dzielny niedźwiadek Szczepan odwiedził przedszkolaków w Gminnym Zespole Szkolno-Przedszkolnym Nr 2 w Wąsoszu Górnym. Podczas spotkania przedszkolaki wysłuchały bajki pt. „Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana”, która pomogła im zrozumieć, jak działają szczepionki i dlaczego szczepienia ochronne są tak ważne w zapobieganiu chorobom zakaźnym. Zadaniem Szczepana było oswojenie u dzieci lęku, strachu przed szczepieniami. Przypomniano również dzieciom o zdrowym odżywianiu, aktywności fizycznej oraz zasadach higieny osobistej w tym o prawidłowym myciu rąk. Dzieci wykazały się dużą wiedzą na temat omawianych zagadnień, znają prawidłową technikę mycia rąk, umiejętności utrwalają w praktyce. Przedszkolaki aktywnie uczestniczyły w zajęciach, z zaangażowaniem opowiadały o swoich doświadczeniach. Na zakończenie każde dziecko otrzymało znaczek z wizerunkiem niedźwiadka. Przekazano materiały informacyjno-edukacyjne z zakresu profilaktyki chorób zakaźnych, szczepień ochronnych, promowano kampanię społeczną "Zaszczep w sobie chęć szczepienia". W prowadzonych działaniach uczestniczyło 25 dzieci oraz 2 nauczycieli wychowania przedszkolnego. Ogólna liczba odbiorców - 27 osób.



PSSE w Myszkowie

28 lutego, w Niepublicznym Przedszkolu Puchatek w Myszkowie odbyła się pogadanka przeprowadzona przez pracownika Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Myszkowie na temat szczepień ochronnych. Przedszkolaki odsłuchwały również bajkę pt. „Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana”, dzięki której informacje na temat szczepień przekazywane są w wiarygodny, prosty i zrozumiały sposób. Na zakończenie dzieci otrzymały wizerunek niedźwiadka w formie gadżetu odblaskowego.



PSSE w Zawierciu

W roku szkolnym 2022/2023 w placówkach przedszkolnych województwa śląskiego realizowana jest kolejna edycja projektu „Klub Zdrowego Przedszkolaka”. Głównym celem projektu jest wspieranie prawidłowego rozwoju dzieci poprzez propagowanie zdrowego stylu życia w placówkach przedszkolnych. W ramach projektu kontynuowana jest akcja ph. „Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana”. Treść bajki, opowiadającej o przygodach pluszowego niedźwiadka mieszkającego w przychodni, ma ułatwić dzieciom zrozumienie znaczenia szczepień ochronnych dla ich zdrowia i złagodzić ewentualne obawy związane z wykonywaniem szczepienia. 16 lutego w Niepublicznym Przedszkolu „Katilandia” w Zawierciu odbyły się zajęcia dla dzieci prowadzone przez pracownika PSSE w Zawierciu i poruszały następujące zagadnienia: profilaktykę chorób zakaźnych oraz promocję szczepień. Dzieci żywo reagowały podczas czytania bajki na przygody pluszowego misia Szczepanka, podczas zajęć każde dziecko mogło wcielić się w rolę lekarza, na zajęciach omawiano także podstawowe zasady higieny i zdrowego trybu życia.



PSSE w Częstochowie

W Miejskim Przedszkolu Nr 41 w Częstochowie kontynuowana jest akcja edukacyjna w zakresie profilaktyki chorób zakaźnych i szczepień ochronnych. Przedszkolaki z dużym zainteresowaniem wysłuchały Przygód Dzielnego Niedźwiadka Szczepana, na podstawie których przedstawiono dzieciom jak ważnym elementem są szczepienia i dlaczego są ważne dla naszego zdrowia. Spotkanie z niedźwiadkiem Szczepanem jak zawsze wzbudziło zainteresowanie i radość wśród maluchów. Dzieci aktywnie włączyły się w zajęcia, a przystępna forma przekazu zachęcała do zadawania pytań przez maluchy, które wykazywały się dużą wiedzą dotyczącą chorób zakaźnych oraz podawały przykłady objawów chorobowych. Spotkanie wzbogacono prelekcją na temat właściwego mycia rąk oraz przypomniano zasady właściwych nawyków higienicznych.



W Szkole Podstawowej Nr 49 w Częstochowie przeprowadzono zajęcia edukacyjne, których tematem przewodnim były choroby zakaźne przenoszone drogą kropelkową. Omówiono również wirusowe zapalenie wątroby typu A, jako jednostkę chorobową wysoce zakaźną przy braku higieny, a szczególnie higieny rąk. Zaakcentowano jak ważnym elementem są prawidłowe przyzwyczajenia i nawyki higieniczno-zdrowotne. Przypomnieniem i utrwaleniem było przedstawienie sposobu właściwego mycia rąk. Na podstawie omawianych jednostek chorobowych (grypa, koronawirus, WZW typu A) przedstawiono cel szczepień ochronnych oraz ich znaczenie w profilaktyce chorób zakaźnych. Podczas spotkań z uczniami kl. I wykorzystano fragmenty opowiadania o Dzielnym Niedźwiadku Szczepanie, co bardzo spodobało się uczestnikom i z zainteresowaniem wsłuchali się w treści opowiadania. Uczniom kl. II,III przedstawiono podział szczepień na obowiązkowe i zalecane oraz podano kilka przykładów jednostek chorobowych, gdzie najlepszą zalecaną przez lekarzy profilaktyką są szczepienia ochronne. W odniesieniu do uczniów kl. III wykorzystano materiały edukacyjne „Skoła mycia rąk Elli i Maxa”.

NOWE NARKOTYKI – NOWE ZAGROŻENIA

Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny mając na uwadze zdrowie i bezpieczeństwo dzieci i młodzieży oraz ze względu na obserwowane niezwykle niepokojące zjawiska nadmiernego korzystania z substancji psychoaktywnych przez młodzież, od 2010 roku prowadzi działania w zakresie profilaktyki środków psychoaktywnych na terenie województwa śląskiego. Od 2023 roku ww. działania będą odbywały się pod hasłem „Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia”. Głównym celem Akcji jest zapobieganie używaniu substancji psychoaktywnych, w szczególności nowych narkotyków, ale także alkoholu, tytoniu oraz leków przez osoby młode. Akcja realizowana będzie w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych w trakcie trwania roku szkolnego, w ośrodkach wypoczynku letniego i zimowego, a odbiorcami działań będzie szczególnie młodzież w wieku 15-30 lat, w tym uczniowie szkół podstawowych i ponadpodstawowych oraz ich rodzice i opiekunowie, a także organizatorzy i uczestnicy wypoczynku letniego i zimowego.




NOWE #NARKOTYKI
#ZAGROŻENIA
WOJEWÓDZKA AKCJA INFORMACYJNO-EDUKACYJNA

PSSE w Bytomiu

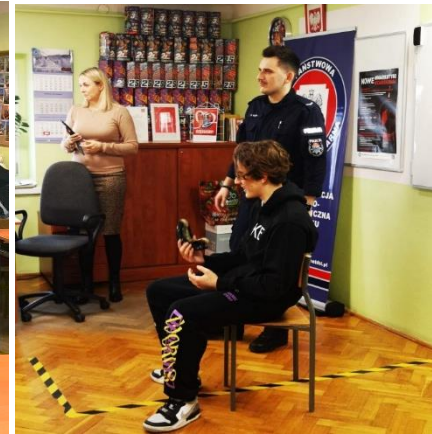
Warsztaty profilaktyczne dla młodzieży

17 lutego, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu zorganizowali dla uczniów klas siódmych i ósmych Szkoły Podstawowej nr 51 z Oddziałami Integracyjnymi w Bytomiu warsztaty profilaktyczne skupione wokół tematu uzależnień od środków psychoaktywnych. Zaproponowane warsztaty mają na celu wzmocnienie działań profilaktycznych w związku z wojewódzką kampanią edukacyjną „Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia”. Prelekcję podparto prezentacją multimedialną dotyczące zagrożeń wynikających z przyjmowania środków psychoaktywnych. Po części teoretycznej zaproponowano młodzieży ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli celem zobrazowania świata widzianego oczami osoby uzależnionej. Dużym zainteresowaniem wśród uczniów cieszyło się „koło wiedzy” z przygotowanymi pytaniami na temat promocji i profilaktyki zdrowia. Młodzież aktywnie i z zaangażowaniem wzięła udział w zajęciach. Zaproponowana akcja skutecznie zniechęciła młodzież do podejmowania zachowań ryzykownych dla zdrowia i życia.



PSSE w Zawierciu

W ramach realizacji wojewódzkiej akcji „Nowe narkotyki–Nowe zagrożenia”, pracownik PSSE w Zawierciu w koalicji z Komendą Powiatową Policji w Zawierciu przeprowadził zajęcia edukacyjne dotyczące środków psychoaktywnych w tym nowych narkotyków oraz tytoniu. Zajęcia przeprowadzono w Zespole Szkół Ogólnokształcących im. Stefana Żeromskiego w Zawierciu oraz Zespole Szkół im. prof. R. Gostkowskiego w Łazach. Podczas spotkania promowano wśród młodzieży zdrowy, aktywny tryb życia wolny od używek.



PSSE w Żywcu

1 lutego, pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu we współpracy z przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji w Żywcu zorganizowali dla uczniów klas I Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Żywcu Akcję profilaktyczną skupioną wokół tematu uzależnień. Zapropionowane działanie zostało przeprowadzone w ramach nowej wojewódzkiej Akcji informacyjno-edukacyjnej „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia”. Do udziału w spotkaniu w charakterze prelegenta zaproszono lek. med. Janusza Wyrwalskiego, który przy pomocy prezentacji multimedialnej omówił problem uzależnienia od środków psychoaktywnych, ukazał mechanizm powstawania uzależnienia (w tym błędne koło nałogu) i wskazał na konsekwencje zdrowotne związane z przyjmowaniem tego typu środków. Przedstawiciel Komendy Powiatowej Policji w Żywcu zwrócił w swojej przemowie uwagę na odpowiedzialność karną w omawianym obszarze. Pracownicy Sekcji OZ przeprowadzili ćwiczenia z użyciem alkoholu i narkogogli uwrażliwiając uczniów na przykre konsekwencje związane z sięganiem po tego typu środki.





15 lutego, pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu zorganizowali w Zespole Szkół Mechaniczno-Elektrycznych w Żywcu akcję profilaktyczną skupioną wokół tematu uzależnień od środków psychoaktywnych. Zapropionowana akcja ma na celu wzmocnienie działań profilaktycznych w związku z trwającą od lutego 2023 wojewódzką kampanią edukacyjną „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia”. Prelekcję z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej dotyczącej zagrożeń wynikających z przyjmowania tego typu środków wygłosił lek. med. Janusz Wyrwalski. W drugiej części spotkania przedstawiciel KPP w Żywcu wskazał na skutki prawne związane z handlem, posiadaniem i dystrybucją środków psychoaktywnych. Po części teoretycznej zaproponowano uczniom ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli celem zobrazowania świata widzianego oczami osoby uzależnionej.





W celu wzmocnienia działań profilaktycznych w powiecie żywieckim w obszarze promowania zdrowego stylu życia, wolnego od nałogów, Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żywcu zaprosił wszystkie placówki edukacyjne powiatu żywieckiego, Miejskie Centrum Kultury oraz Gminne Ośrodki Kultury do uczestnictwa w Powiatowym Konkursie Plastycznym pn. „Rozum mam, myślę sam!”. Wydarzenie zostało objęte Patronatem Honorowym Burmistrza Miasta Żywca i Starosty Żywieckiego. Współorganizatorami konkursu są Klub Środowiskowy MCK „Papiernik” i Filia nr 1 Żywieckiej Biblioteki Samorządowej. Główne zamierzenia konkursu to:

- ✚ uwrażliwienie społeczeństwa na zagrożenia związane z uzależnieniami oraz promowanie zdrowego stylu życia, wolnego od nałogów;
- ✚ kształtowanie umiejętności dbania o zdrowie własne i swoich bliskich;
- ✚ kreowanie postaw asertywnych związanych z funkcjonowaniem w społeczeństwie, w tym unikanie zachowań ryzykownych dla zdrowia i życia.

Osoby zainteresowane udziałem w konkursie, wykonują pracę odnoszącą się do jednego z poniższych punktów:

- ✚ szkodliwość dymu tytoniowego;
- ✚ zagrożenia związane z długotrwałym korzystaniem z urządzeń elektronicznych tj. komputer, telewizor czy telefon komórkowy;
- ✚ uzależnienie od produktów zawierających w swoim składzie dużą ilość cukru;
- ✚ konsekwencje zdrowotne związane z przyjmowaniem środków psychoaktywnych (alkohol, narkotyki i wyroby tytoniowe, w tym e-papierosy);
- ✚ negatywny wpływ napojów energetyzujących na zdrowie młodego człowieka.

Konkurs potrwa 2 miesiące. Podsumowanie konkursu połączone z wręczeniem nagród planowane jest na ostatni tydzień maja 2023 r.



PSSE w Gliwicach

W dniu 1 lutego, w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Przyszowicach, odbyło się spotkanie z rodzicami dotyczące bezpieczeństwa dzieci w kontekście zagrożeń wynikających z używania substancji psychoaktywnych. Podczas spotkania przedstawiciel Komendy Miejskiej Policji w Gliwicach zaprezentował rodzicom walizkę edukacyjną, zawierającą przedmioty imitujące substancje do zażywania, porcjowania, przechowywania i używania narkotyków. Pracownicy Inspekcji Sanitarnej w Gliwicach omówili założenia oraz cele programu "Smak życia, czyli debata o dopalaczach", który realizuje szkoła oraz założenia akcji "Nowe Narkotyki - Nowe Zagrożenia". Rozmawiano o środkach odurzających, substancjach psychotropowych, a także uzależnieniach. poinformowano gdzie szukać pomocy w przypadku zagrożeń, szczególnie dotyczących substancji psychoaktywnych. Spotkanie cieszyło się dużym zainteresowaniem rodziców.





6 lutego, w Zespole Szkolno-Przedszkolnym Nr 2 w Gliwicach, odbyło się kolejne spotkanie z rodzicami klas V-VIII dotyczące bezpieczeństwa dzieci w kontekście zagrożeń wynikających z używania substancji psychoaktywnych. Podczas spotkania przedstawiciel Komendy Miejskiej Policji w Gliwicach zaprezentował rodzicom walizkę edukacyjną, zawierającą przedmioty imitujące substancje do zażywania, porcjowania, przechowywania i używania narkotyków. Pracownicy Inspekcji Sanitarnej w Gliwicach omówili założenia oraz cele programu "Smak życia, czyli debata o dopalaczach", który realizuje szkoła oraz założenia Wojewódzkiej Akcji "Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia". Rozmawiano o środkach psychoaktywnych, a także uzależnieniach. Poinformowano gdzie szukać pomocy w przypadku zagrożeń, szczególnie dotyczących uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Spotkanie cieszyło się dużym zainteresowaniem rodziców, wzięło w nim udział około 60 osób.





7 lutego, w Liceum Ogólnokształcącym Filomata w Gliwicach, odbyło się spotkanie z rodzicami dotyczące bezpieczeństwa dzieci w kontekście zagrożeń wynikających z używania substancji psychoaktywnych. W spotkaniu udział wzięli przedstawiciel Komendy Miejskiej Policji w Gliwicach oraz dzielnicowy. Zaprezentowano rodzicom walizkę edukacyjną, zawierającą przedmioty imitujące substancje do zażywania, porcjowania, przechowywania i używania narkotyków. Pracownicy Inspekcji Sanitarnej w Gliwicach omówili założenia oraz cele akcji "Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia" przedstawiono prezentację multimedialną. Rozmawiano o substancjach psychoaktywnych, a także uzależnieniach. Poinformowano gdzie szukać pomocy w przypadku zagrożeń, szczególnie dotyczących substancji psychoaktywnych. Spotkanie cieszyło się dużym zainteresowaniem rodziców, którzy aktywnie brali udział w spotkaniu. Liczba osób ok. 150.





PSSE w Jaworznie

W związku z realizacją wojewódzkiej akcji informacyjno-edukacyjnej „Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia”, Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Jaworznie rozpoczęła współpracę z Komendą Miejską Policji w Jaworznie. Pierwsze wspólne działania edukacyjne zostały przeprowadzone w Szkole Podstawowej nr 6 w Jaworznie. W pierwszej części zajęć pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE z Jaworzna przeprowadził pogadankę na temat substancji psychoaktywnych (alkohol, nowe narkotyki). Druga część zajęć dotyczącą konsekwencji prawnych stosowania i posiadania środków psychoaktywnych przeprowadzili policjanci z Zespołu do spraw Profilaktyki Nietletnich i Patologii KMP w Jaworznie. Na zakończenie zajęć profilaktycznych każdy uczeń mógł doświadczyć zaburzeń koordynacji psychoruchowej w narko- i alkoholach.



Profilaktyka wad postawy – Lekki Tornister

Akcja skierowana jest do dyrektorów szkół podstawowych, uczniów oraz ich rodziców i ma na celu uświadomienie adresatom, iż działając wspólnie mogą skutecznie zapobiegać problemom zdrowotnym wynikającym z nadmiernego obciążenia kręgosłupa tornistrami szkolnymi.

WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W KATOWICACH
www.wsse.katowice.pl

Lekki TORNIŚTER

1. Droga do szkoły (i do wiedzy) nie musi być ciężka!
Dbaj o to, by plecak był jak najlżejszy.

2. Ile waży Twój tornister?
Lżejszy plecak = zdrowszy kręgosłup.
Ułóżmy naszym plec(a)kom.
Noś ze sobą tylko absolutnie niezbędne rzeczy.

3. Ile (z)niesie Twój kręgosłup?
Za nadbagaż zaptacisz zdrowiem!
Waga Twojego plecaka wpływa na zdrowie Twojego kręgosłupa.

Sam zadbaj o swoje zdrowie. Zastanów się czy potrzebujesz w szkole swojego pamiętnika, ciężkich segregatorów, zabawek i 2 piórników? Ten nadbagaż może cię dużo kosztować. Codzienne noszenie zbyt ciężkiego tornistra powoduje nadmierne obciążenie kręgosłupa. Przyczynia się do powstawania wad postawy, dolegliwości bólowych i nieprawidłowego funkcjonowania narządów wewnętrznych.

Pakuj tornister z głową!

więcej o ZDROWIU na:
www.promocjazdrowia.wsse.katowice.pl

PSSE w Chorzowie

W ramach akcji „Lekki tornister”, 7 lutego pracownicy Oświaty Zdrowotnej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Chorzowie przeprowadzili zajęcia edukacyjne dla uczniów Szkoły Podstawowej nr 37 w Chorzowie. Dzieci z klasy III uczestniczące w zajęciach, dowiedziały się m.in. jak prawidłowo spakować i nosić tornister do szkoły, jak prawidłowo siedzieć podczas nauki przy biurku, a także wykonywały proste ćwiczenia, które korzystnie wpływają na postawę ich ciała. Każdy uczeń dodatkowo otrzymał wydrukowany plan lekcji z kolorowymi, krótkimi hasłami pozwalającymi utrwalić zasady profilaktyki wad postawy.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

W szkołach podstawowych na terenie działalności Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej realizowany jest cykl spotkań edukacyjnych pt. „Lekki Tornister” w ramach profilaktyki wad postawy. Spotkania mają na celu zwrócenie uwagi nauczycieli, dzieci i rodziców na kwestię ciężkich plecaków oraz zmniejszenie skali tego problemu w przyszłości. Podejmowane działania edukacyjne wpływają na zwiększenie świadomości dzieci i rodziców na temat zdrowia. W tym celu podczas spotkań z dziećmi dokonywano oceny obciążenia uczniów tornistrami i plecakami oraz prowadzono zajęcia w formie zabaw, warsztatów i prelekcji na temat wad postawy, chorób zakaźnych i innych zagadnień z zakresu zdrowia publicznego. Wychowawcy systematycznie przekazują rodzicom podczas zebrań wskazówki dotyczące wyboru plecaka i jego zawartości. Zagadnienia poruszane w projekcie „Lekki tornister” są realizowane podczas zajęć lekcyjnych w celu utrwalania wiedzy na temat właściwych postaw zdrowotnych.



Szkoła Podstawowa nr 26 w Dąbrowie Górniczej – spotkanie w klasach I–III



Fundacja „Serce Szkole”- Szkoła Podstawowa w Dąbrowie Górniczej- dzieci uczestniczące w zajęciach z klasy I–III

PSSE w Jaworznie

W listopadzie pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE Jaworzno przeprowadził akcję pt. „Lekki Tornister” dotyczącą profilaktyki wad postawy w Szkole Podstawowej nr 5, w Szkole Podstawowej nr 13 oraz w Szkole Podstawowej nr 16 w Jaworznie. Podczas zajęć z uczniami omówiono wpływ czynników takich jak: nieprawidłowe siedzenie, brak ruchu oraz ciężki tornister mogących mieć wpływ na występowanie wad postawy w przyszłości. Dzieci aktywnie uczestniczyły w lekcji i wspólnie z prowadzącym omawiały działania profilaktyczne, które mogą wdrożyć w codzienne życie. Chętni uczniowie mieli okazję sprawdzić swoje tornistry pod kątem prawidłowo wyregulowanych szelek. Na zakończenie zajęć uczestnicy otrzymali kolorowanki oraz naklejki przypominające o zasadach pakowania tornistrów.



Szkoła Podstawowa nr 5 w Jaworznie



Szkoła Podstawowa nr 16 w Jaworznie



Szkoła Podstawowa nr 5 w Jaworznie

PSSE w Zawierciu

Profilaktyka wad postawy była tematem zajęć, które odbyły się 24 lutego, w Szkole Podstawowej nr 6 w Zawierciu. Pracownicy PSSE w Zawierciu we współpracy z Panem dr Przemysławem Filipczykiem przeprowadzili warsztaty dotyczące wad postawy. Podczas zajęć uczniowie nauczyli się jak prawidłowo nosić tornister, jak dbać o kręgosłup, jakie ćwiczenia wykonywać podczas przerwy śródlekcyjnej. Uczniowie śpiewali piosenkę o tornistrze, rozwiązywali rebusy, krzyżówki. Zajęcia promowały zdrowy i aktywny tryb życia. Pracownicy PSSE w Zawierciu zachęcali do udziału w wojewódzkim konkursie „Szkolna aktywność fizyczna”. Zajęcia nagrywane były przez Panią Gabrielę Kaczyńską z Radia Katowice i zostaną wyemitowane na antenie Radia Katowice w audycji „EKO-RANEK”.



Inne działania

PSSE w Częstochowie

Igrzyska zdrowia

7 i 8 lutego w Hali Sportowej Częstochowa odbyły się Igrzyska Zdrowia. Jest to inicjatywa Zespołu do spraw wdrażania zasad profilaktyki zdrowotnej wśród dzieci i młodzieży w szkołach i placówkach na terenie Częstochowy. Zespół reaktywował swoją działalność po dwóch latach przerwy, a Igrzyska Zdrowia zainaugurowały działalność wpisaną do harmonogramu inicjatyw prozdrowotnych na rok 2023. Igrzyska Zdrowia kompleksowo wpisały się w edukację zdrowotną realizowaną na poziomie placówek przedszkolnych oraz szkół podstawowych. Udział w imprezie wzięły przedszkola realizujące Projekt „Klub Zdrowego Przedszkolaka” oraz uczniowie szkół podstawowych, które prowadzą program edukacyjny „Trzymaj Formę!”.

W pierwszym dniu Igrzysk Zdrowia do Hali Sportowej Częstochowa przybyli uczniowie szkół podstawowych, a drugiego dnia - przedszkolacy. Łącznie w imprezie udział wzięło ok. 800 dzieci. Igrzyska oficjalnie otwarte zostały uroczystą defiladą, po czym uczestnicy przeszli do poszczególnych stref dyscyplin sportowych zlokalizowanych na parkiecie hali sportowej. Podczas spotkań dzieci poprzez zabawę poznawały zdrowe nawyki korzystne dla organizmu modele spędzania wolnego czasu. W jednym miejscu mogli poznać różne dyscypliny sportu i sprawdzić, które z nich najbardziej im odpowiadają. W Igrzyskach udział wzięły częstochowskie kluby sportowe prezentując w przystępny sposób dyscypliny sportowe oraz zachęcając do uczestnictwa w zajęciach pod okiem fachowców, trenerów i zawodników. Stoiska wzbogacone zostały pokazem pierwszej pomocy przedmedycznej oraz strefą zdrowego żywienia, nawiązując do zasad wdrażanych w zakresie realizacji wojewódzkiego Projektu „Klub Zdrowego Przedszkolaka” oraz Programu „Trzymaj Formę!”. Ostatnim odwiedzanym przez dzieci miejscem była strefa wypoczynku i edukacji, gdzie prezentowano film o zdrowym żywieniu i omawiano zasady żywienia na podstawie talerza zdrowia. Zespół do spraw wdrożenia programu upowszechniającego zasady profilaktyki zdrowotnej wśród dzieci i młodzieży powstał we współpracy Urzędu Miasta Częstochowy, Powiatowej Stacji Sanitarно-Epidemiologicznej w Częstochowie, a także szkół i placówek szkolno-wychowawczych z terenu miasta Częstochowy.





PSSE w Sosnowcu

Tydzień Zdrowia w Wyższej Szkole HUMANITAS

Luty był miesiącem intensywnych działań informacyjno-edukacyjnych skierowanych do różnych grup odbiorców. W dniach 6-19 lutego na terenie Wyższej Szkoły Humanitas w Sosnowcu, odbyły się współorganizowane z Powiatową Stacją Sanitarно-Epidemiologiczną w Sosnowcu działania profilaktyczne w ramach Tygodnia Zdrowia. Odbiorcami byli uczniowie szkół średnich, studenci oraz seniorzy z Uniwersytetu III Wieku. Harmonogram wydarzeń obejmował wykłady, debaty, prelekcje, szkolenia oraz warsztaty w zakresie problematyki prozdrowotnej. Pracownicy OZ PSSE w Sosnowcu, prowadzili działania własne, promując akcje i kampanie, realizowane i koordynowane przez Państwową Inspekcję Sanitarną woj. śląskiego. Zorganizowano ekspozycje materiałów edukacyjnych oraz stoisko, gdzie można było skorzystać z narko- i alkoholgli. Prowadzono rozmowy indywidualne i udzielano porad zgodnie z indywidualnymi zainteresowaniami w zakresie zasad zdrowego stylu życia. Przedsięwzięcie cieszyło się dużym zainteresowaniem i zgromadziło ok. 1 000 osób.





Konferencja szkoleniowa dla młodzieży pod hasłem „Wiem więcej – dbam o siebie”

Konferencja szkoleniowa dla młodzieży pod hasłem: „Wiem więcej – dbam o siebie”, została przygotowana przez pracowników Oświaty Zdrowotnej PSSE w Sosnowcu w dniu 9 lutego. Adresatami przedsięwzięcia byli uczniowie klas 7 i 8 szkoły podstawowej z terenu miasta Sosnowca.



Do współpracy przy organizacji wydarzenia zostało zaproszone Regionalne Centrum Kształcenie Ustawicznego przy ul. Stalowej 9a. Spotkanie z osobami profesjonalnie zajmującymi się problemem przybliżyło młodzieży kwestie związane z problemem raka piersi oraz zwróciło ich uwagę na istotę zdrowego stylu życia. W konferencji udział wzięło 400 uczestników. Prelegenci na wszystkich panelach dyskusyjnych podkreślali kwestię odpowiedniej profilaktyki

i regularnego badania, w tym samokontroli. Z uwagi na liczbę zgłoszeń chętnych do wzięcia udziału w spotkaniu organizatorzy zostali zmuszeni do podziału konferencji na trzy tury spotkań. Organizacyjnie konferencja została podzielona na seminaria tematyczne. Młodzież oraz nauczyciele mogli uczestniczyć w przygotowanych blokach tematycznych.



Poruszono następujące zagadnienia:

- ✚ Badania obrazowe w profilaktyce nowotworowej;
- ✚ Działania pracowników medycznych na rzecz profilaktyki nowotworów. Zdrowy styl życia;
- ✚ „Szkodliwość alkoholu – co się dzieje w organizmie?” – spot informacyjny;
- ✚ „Profilaktyka raka piersi”;
- ✚ Wiem, rozumiem, działam. O profilaktyce słów kilka;
- ✚ Samobadanie piersi jako wczesne wykrywanie raka piersi.





Po konferencji organizatorzy przekazali opiekunom grup materiały informacyjno–profilaktyczne z przeznaczeniem dla gabinetu pielęgniarki szkolnej. Atrakcją dla młodzieży był konkurs związany z aktywnością edukacyjną w przestrzeni medialnej PSSE w Sosnowcu. Na facebooku

PSSE w Sosnowcu umieszczony został film edukacyjny pt. „Kodeks walki z rakiem”. Największa aktywność edukacyjna po konferencji została uhonorowana nagrodą rzeczową przekazaną do biblioteki szkolnej Szkoły Podstawowej nr 6 w Sosnowcu.



PSSE w Katowicach „Dbam o siebie – żyję zdrowo”

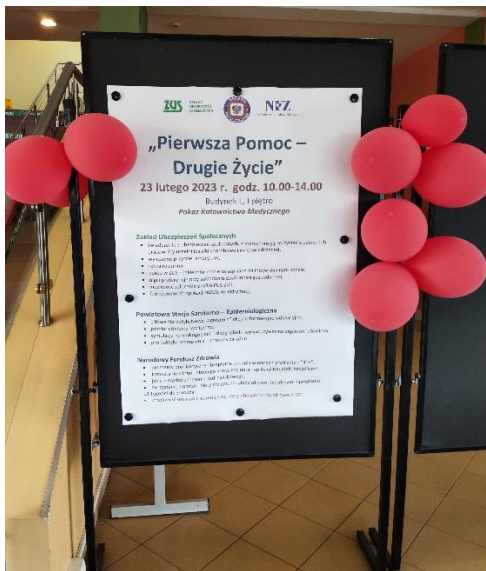
4 lutego w Dniu Światowego Dnia Walki z Rakiem, w „Krainie Czarów” na katowickim Tysiącleciu, pracownicy PSSE w Katowicach przygotowali stoisko promocji zdrowia w ramach Akcji edukacyjno-informacyjnej „Dbam o siebie – żyję zdrowo”. Rodzice z dziećmi chętnie brali udział w „Konkursie Wiedzy o Zdrowiu”, prowadzono poradnictwo dotyczące profilaktyki nowotworów m.in. poprzez samobadanie piersi. Przekazywano informacje dotyczące zagrożeń wynikających z używania substancji psychoaktywnych, w szczególności nowych narkotyków, ale także alkoholu, tytoniu oraz leków. Chętne osoby mogły zobaczyć świat przez alko- i narkogogle. Przygotowano także ekspozycję oraz prowadzono dystrybucję materiałów edukacyjno-informacyjnych. Pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej Powiatowej prowadzili poradnictwo w zakresie zdrowego stylu życia oraz profilaktyki chorób zakaźnych poprzez promocję szczepień ochronnych.





PSSSE w Bielsku-Białej Pierwsza Pomoc–Drugie Życie

23 lutego w Akademii Techniczno-Humanistycznej w Bielsku-Białej odbyło się spotkanie pod hasłem "Pierwsza Pomoc–Drugie Życie". Pracownicy Powiatowej Stacji w Bielsku-Białej zorganizowali stoisko promocji zdrowia, gdzie uczestnicy mogli otrzymać materiały edukacyjne dotyczące chorób zakaźnych, w tym przenoszonych drogą płciową, oraz dotyczące szczepień ochronnych. W ramach profilaktyki palenia tytoniu, każdy chętny mógł zbadać poziom CO w wydychanym powietrzu przy użyciu smokerlyzera oraz uzyskać podstawowe informacje na temat szkodliwego działania dymu tytoniowego. Szczególnym zainteresowaniem cieszyły się symulatory środków psychoaktywnych, tj. alko- i narkogogle, które pozwalają przekonać się jak postrzega się otoczenie pod wpływem tych substancji, a tym samym zniechęcić do korzystania z nich. W spotkaniu uczestniczyli także eksperci z instytucji partnerskich ZUS oraz NFZ.





PSSE w Cieszynie

Bezpieczne ferie w górach

Podczas ferii, ostatniej grupy województw, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Cieszynie przeprowadzili spotkania z dziećmi i młodzieżą przebywającą w ośrodkach wczasowych DW „Globus” i DW „DolceVita” w Ustroniu oraz DW „Krokus” i DW „Kłos” w Wiśle. W ramach działań związanych z akcją „Bezpieczne Ferie 2023” takie spotkania były okazją do przypomnienia dzieciom i młodzieży bezpiecznych zachowań w czasie pobytu w górach. Rozmawiano na temat podstawowych zasad zdrowego odżywiania, profilaktyki grypy i chorób zakaźnych oraz zagrożeń wynikających ze spożywania różnych rodzajów używek oraz stosowania produktów i substancji psychoaktywnych, w tym także nowych narkotyków. Dzieci wzięły udział w grach edukacyjnych, obejrzały spot pt. „Grypa”, „Zaszczep się i pozbądź się niechcianych wielbicieli”, „Zdrowy organizm”, „Co za dużo to niezdrowo”, „Szkoda Ciebie na takie patoklimaty”, oraz film „Kuzyn” i „Skąd się biorą produkty ekologiczne”. Dużym zainteresowaniem cieszyły się zaproponowane ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli, które zobrazowały świat widziany oczami osoby pod wpływem alkoholu lub substancji psychoaktywnych. Organizatorom wypoczynku przekazano materiały informacyjno-edukacyjne.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

Profilaktyka chorób zakaźnych – Zdrowe dziecko – zdrowy dorosły – zdrowa rodzina

W Zespole Szkół Zawodowych „Szygarka” w Dąbrowie Górniczej zorganizowano zajęcia edukacyjne i warsztaty na temat:

- ✚ zapobiegania chorobom zakaźnym w tym HIV/AIDS, WZW, HPV,
- ✚ profilaktyki chorób nowotworowych
- ✚ chorób przenoszonych drogą płciową;
- ✚ Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia.

W punkcie informacyjno-edukacyjnym udzielano porad oraz prowadzono kolportaż materiałów edukacyjnych, a we wszystkich klasach szkół zawodowych wyświetlano filmy z zakresu profilaktyki zdrowotnej. Warsztaty z wykorzystaniem alko- i narkogogli pokazywały jaki efekt na sprawność psychomotoryczną mogą wywoływać substancje psychoaktywne.



Prelekcja i warsztaty edukacyjne dla młodzieży

PSSE w Chorzowie

Wręczenie nagrody w konkursie na najlepszy spot edukacyjny

9 lutego, w Szkole Podstawowej nr 5 im. Jerzego Kukuczki w Świętochłowicach, przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Chorzowie wzięli udział w uroczystym wręczeniu nagrody ufundowanej przez partnera wojewódzkiej akcji informacyjno-edukacyjnej pt. „Wirusoochrona”. Szkoła wygrała w konkursie, na 30-sekundowy spot edukacyjny zachęcający do mycia rąk organizowanego w ramach realizacji akcji „Wirusoochrona”. Podczas spotkania Placówka otrzymała także certyfikat "Szkoły Czystych Rąk", a każde dziecko drobny upominek. Duże zainteresowanie wzbudziła specjalna lampa UV, która dzięki specjalnemu żelowi ukazała obszary dłoni prawidłowo umyte oraz te które zostały pominięte. Każde dziecko mogło sprawdzić czy jego dłonie są dokładnie czyste.





PSSE w Tychach

Prelekcja dla uczniów

27 lutego, przedstawiciele Sekcji Oświaty Zdrowotnej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Tychach przeprowadzili prelekcje dla uczniów Zespołu Szkół im. Orłąt Lwowskich w Tychach. Luty obchodzony był w szkole pod hasłem: „Miesiąc walki z rakiem”. Młodzież wysłuchała prelekcji, w których omawiano poszczególne zalecenia „Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem”. Pierwsza prelekcja dotyczyła szkodliwości palenia papierosów tradycyjnych i e-papierosów, szkodliwego wpływu biernego palenia, mechanizmu uzależnienia oraz kwestii zdrowotnych i finansowych z nim związanych. W drugiej prelekcji omawiano zdrowy styl życia. Promowano modny ostatnio trend „Slow food”, zasady zdrowego odżywiania, codzienną i regularną aktywność fizyczną oraz sposoby radzenia sobie ze stresem. Ostatnia prelekcja dotyczyła unikania nadmiernej ekspozycji na promienie słoneczne oraz ochrony przed nimi, regularnej obserwacji znamion i wizyt u dermatologa.





28 lutego, Sekcja Oświaty Zdrowotnej wzięła udział w działaniach prozdrowotnych zorganizowanych w I Liceum Ogólnokształcącym im. K. Miarki w Mikołowie. Podczas działań uczniowie całej szkoły mogli skorzystać ze stoiska promocji zdrowia, na którym prowadzono zabawy profilaktyczne z użyciem alko- i narkogogli, zabrać ze sobą interesujące materiały profilaktyczne dotyczące m. in. tematyki: HIV/AIDS, bezpiecznego opalania i spędzania czasu wolnego, szczepień ochronnych, ochrony przed kleszczami, podstawowych zasad higieny, bezpiecznego grzybobrania, szkodliwości używania wyrobów tytoniowych, e-papierosów czy substancji psychoaktywnych. Stoisko edukacyjne cieszyło się dużym zainteresowaniem zarówno młodzieży, jak i nauczycieli szkoły.



PSSE w Kłobucku

„Wirusoochrona” - podsumowanie konkursu

Uroczyste wręczenie nagrody za zajęcie I miejsca w konkursie na 30 sekundowy spot edukacyjny zachęcający do mycia rąk, realizowany w ramach Wojewódzkiej Akcji "Wirusoochrona". Podsumowanie konkursu odbyło się 7 lutego w Szkole Podstawowej im. St. Staszica w Aleksandrowie, która zwyciężyła w konkursie na 30 sekundowy spot edukacyjny zachęcający do mycia rąk. Partner akcji przekazał certyfikat i nagrodę dla szkoły. Dla uczniów i nauczycieli przygotował drobne upominki jako formę podziękowania za zaangażowanie w realizację Akcji w tym modułu "Szkoła mycia rąk Maxa i Elli". Podczas spotkania dzieci aktywnie uczestniczyły w dyskusji, wykazały się wiedzą - dlaczego, kiedy i jak należy myć ręce. Ciekawym doświadczeniem dla dzieci było sprawdzenie swoich umiejętności w zakresie prawidłowego

mycia rąk w specjalnej lampie UV. Dzieci zobaczyły, które miejsca zostały pominięte podczas mycia rąk. Uczestnikami spotkania byli uczniowie klasy III, przedszkolaki oraz kadra pedagogiczna.



PSSE w Rudzie Śląskiej

Warsztaty dla młodzieży w ramach programu „Wybierz Życie – Pierwszy Krok”

Dzięki współpracy PSSE w Rudzie Śląskiej i Fundacji Godula Hope przeprowadzono warsztaty dla młodzieży rudzkich szkół, w ramach realizacji wojewódzkiego programu edukacyjnego „Wybierz Życie – Pierwszy Krok”. Zajęcia, w których wzięło udział 160 uczniów, odbywały się w każdy czwartek miesiąca w siedzibie NZOZ Genom w Rudzie Śląskiej przy ul. Głównej 11. Podczas warsztatów, dyplomowana pielęgniarka przekazywała wiedzę uczniom na temat profilaktyki raka szyjki macicy i roli wirusa HPV w jego powstawaniu. Młode kobiety, przy pomocy fantomu mogły zobaczyć jak prawidłowo wykonywać samobadanie piersi. Akcja miała również na celu zmotywowanie młodych kobiet do regularnego poddawania się badaniom profilaktycznym. Dodatkowo, co bardzo istotne, uczniowie mieli możliwość zobaczenia wyposażenia gabinetu ginekologicznego, w tym mammografu oraz urządzenia do USG pochwy. Zdecydowana większość młodzieży po raz pierwszy przestąpiła próg gabinetu. Zajęcia warsztatowe cieszyły się dużym zainteresowaniem zarówno żeńskiej, jak i męskiej części słuchaczy.



PSSE w Rybniku

Konkurs „Szkolna aktywność fizyczna” oraz promocja programu „Trzymaj Formę!”

27 lutego, w Regionalnym Ośrodku Doskonalenia Nauczycieli i Informacji Pedagogicznej “WOM” w Rybniku przy współpracy z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Rybniku odbyło się szkolenie dla nauczycieli przystępujących do wojewódzkiego konkursu „Szkolna aktywność fizyczna” oraz program „Trzymaj Formę!”. W szkoleniu udział wzięło 29 osób z tego 23 realizatorów działań w szkołach z terenu miasta Rybnika, miasta Żory, powiatu rybnickiego oraz powiatu raciborskiego. Podczas szkolenia dzięki bogatym „dobrym praktykom” przekazanym przez metodyka, a zarazem aktywnego nauczyciela wychowania fizycznego, uczestnicy poznali

wiele ciekawych i innowacyjnych działań mogących wzbogacić realizację konkursu oraz programu „Trzymaj Formę!”.

Dzień Walki z Depresją

23 lutego, PSSE w Rybniku włączyło się a obchody Dnia Walki z Depresją. W siedzibie PSSE w Rybniku zorganizowano wystawę materiałów informacyjno-edukacyjnych w tym zakresie. Ponadto, informację z prośbą o podjęcie tej tematyki wysłano do wszystkich placówek oświatowych, kulturalnych, sportowo-rekreacyjnych. Informację zamieszczono również na stronie internetowej PSSE oraz facebooku.

PSSE w Zawierciu

Akcja profilaktyczna „Łączy nas kobiecość”

23 lutego, we współpracy z Pedagogiczną Biblioteką Wojewódzką w Katowicach Filia w Zawierciu oraz Policealną Szkołą Pascal zorganizowano seminarium poświęcone profilaktyce raka piersi pod hasłem „Łączy nas kobiecość”. Celem akcji było uświadomienie kobietom, że mogą dzielić nas tysiące spraw, ale łączy nas jedno. Podczas spotkania uczestniczki z wykorzystaniem fantomów uczyły się jak prawidłowo badać piersi, jak często wykonywać badania, a także jak rozpoznawać zmiany chorobowe. Pracownik PSSE w Zawierciu zorganizował punkt informacyjno-edukacyjny, w którym wyeksponowano materiały edukacyjne dotyczące promocji szczepień ochronnych, profilaktyki cukrzycy, profilaktyki środków psychoaktywnych, a także promocji bezpiecznego stosowania antybiotyków. Uczestniczki spotkania mogły skorzystać z bezpłatnego pomiaru poziomu cukru we krwi oraz pomiaru ciśnienia. Każda z Pań otrzymała pakiet materiałów edukacyjnych wraz z drobnym upominkiem oraz miała możliwość indywidualnego spotkania i rozmowy z prelegentami.



PSSE w Żywcu

3 lutego, w Zespole Szkół Samochodowych w Żywcu pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Żywcu zorganizowali cykl warsztatów profilaktycznych pt. „Potęga profilaktyki”. Działanie miało na celu ukazanie znaczenia profilaktyki w życiu człowieka i podniesienie rangi działań profilaktyczno-wychowawczych w systemie edukacji. Na potrzeby akcji utworzono specjalną prezentację multimedialną ukazującą siłę działań profilaktycznych w przypadku niektórych chorób, uzależnień, czy innych niebezpiecznych zachowań. Podczas prelekcji pracownik Sekcji OZ wskazał na skuteczność działań profilaktycznych w przypadku chorób zakaźnych i nowotworowych, skupiając się tym samym na zagadnieniach poruszanych w ramach programów edukacyjnych realizowanych przez

placówkę, tj. „Nie daj się HIV, zapobiegaj zakażeniu”, Podstępne WZW”, „ARS, czyli jak dbać o miłość?”, „Wybierz życie – pierwszy krok” i „Znamię? Znam je!”. Ponadto poruszono również problem uzależnień od tytoniu i środków psychoaktywnych i ukazano postawę asertywności jako najlepszą formę profilaktyki w tym przypadku. Po teoretycznej części spotkania przeprowadzono wśród młodzieży test jednokrotnego wyboru podsumowujący zdobyte informacje. Dodatkowo, chętni uczniowie mieli możliwość wykonania testów w alko- i narkogoglach, uświadamiając sobie tym samym zagrożenia jakie niesie ze sobą przyjmowanie alkoholu i narkotyków. Na końcu zajęć uczniowie otrzymali materiały edukacyjne dot. profilaktyki czerniaka i kodeks walki z rakiem.



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