



NEWSLETTER

Państwowej Inspekcji Sanitarnej
woj. śląskiego

SIERPIEŃ 2022



Bezpieczne Wakacje 2022 – Bądź ostrożny! Nie ryzykuj!

W sierpniu kontynuowaliśmy realizację wojewódzkiej Akcji „Bezpieczne Wakacje 2022” pod hasłem „Bądź ostrożny! Nie ryzykuj!”. Celem akcji jest stworzenie bezpiecznych warunków wypoczynku dzieci i młodzieży na terenie woj. śląskiego, zwłaszcza w ośrodkach wypoczynku letniego.

BEZPIECZNE WAKACJE

ZASADY BEZPIECZNEJ KĄPIELI

- Nie kąp się w miejscach niedozwolonych – korzystaj tylko ze strzeżonych kąpielisk
- Nigdy nie skacz do wody
- Nie zanurzaj się gwałtownie w wodzie po długim przebywaniu na słońcu
- Przed wejściem do wody ochlap nią klatkę piersiową, szyję i głowę, aby uniknąć wstrząsu termicznego
- Nie rób hałasu – ratownik może nie usłyszeć czyjegoś wołania o pomoc
- Nie wchodź do wody w czasie burzy, mgły oraz gdy wieje porywisty wiatr
- Zwracaj uwagę na osoby wokół, czy nie potrzebują pomocy




BEZPIECZNE OPALANIE

- Nie przebywaj na słońcu w godzinach od 10:00 do 14:00
- Stosuj kremy z filtrami ochronnymi
- Noś nakrycie głowy i okulary przeciwsłoneczne
- Pamiętaj o piciu wody



WYCIECZKA W GÓRY

- Przed wyjściem w góry sprawdź prognozę pogody
- Zaopatrz się w apteczkę
- Zabierz telefon z dobrze naładowaną baterią
- Weź ze sobą ciepłe ubranie, odpowiednie obuwie, jedzenie i napoje
- Nie schodź ze szlaku i nie oddalaj się od grupy
- Uważaj na kleszcze i owady, chroń się przed nimi odpowiednim ubraniem i preparatami odstraszającymi
- Nie zbieraj grzybów, jeśli nie jesteś pewny, czy są jadalne

AKTYWNY WYPOCZYNEK

- Zawsze zakładaj kask, gdy jeździsz na rowerze, rolnkach czy deskorolce
- Przestrzegaj przepisów drogowych
- Bądź widoczny na drodze – noś odblaski
- Bądź aktywny fizycznie, ale zachowaj rozsądek – nie uprawiaj sportu w miejscach niedozwolonych



DBAJ O ZDROWIE I HIGIENĘ!

- Często myj ręce – minimum 30 sekund, wodą z mydłem
- Stosuj zasady ochrony podczas kichania i kaszlu – zakrywaj usta i nos chusteczką lub zgięciem łokcia
- Dbaj o higienę osobistą i czystość wokół siebie
- Nie używaj wspólnych przyborów toaletowych
- Odżywiaj się zdrowo



BĄDŹ OSTROŻNY!

- Nie sięgaj po środki psychoaktywne – alkohol, dopalacze, narkotyki – to tylko złudzenie dobrej zabawy
- Nie pij napojów energetycznych – mają one negatywny wpływ na zdrowie
- Pamiętaj, że e-papierosy stwarzają poważne zagrożenie uzależnienia od nikotyny
- Palenie tytoniu niesie za sobą poważne skutki zdrowotne

NIE RYZYKUJ, Z WAKACJI PRZYWIĘŻ TYLKO MIŁE WSPOMNIENIA!

- Zachowaj ostrożność w kontaktach z obcymi
- Nie przyjmuj poczęstunków od nieznamych
- Uważaj na dzikie i bezpańskie zwierzęta



NUMER ALARMOWY 112

Organizator



Partnerzy



WOJEWODA ŚLĄSKI

Województwo Śląskie

www.slask.gov.pl

POLICJA

Województwo Śląskie

Województwo Śląskie

Województwo Śląskie

Województwo Śląskie

Województwo Śląskie

Województwo Śląskie

Województwo Śląskie

Wojewódzka kampania w mediach społecznościowych „Bezpieczne Wakacje 2022” pod hasłem „Bądź ostrożny! Nie ryzykuj!”

BEZPIECZNE #WAKACJE W WOJ. ŚLĄSKIM

BĄDŹ OSTROŻNY! NIE RYZYKUJ!

ZATRUCIA POKARMOWE

- Dokładnie myj ręce po wyjściu z toalety i przed przygotowaniem i spożywaniem posiłków
- Myj warzywa i owoce przed spożyciem
- Odpowiednio przechowuj żywność, sprawdzaj datę przydatności do spożycia
- Kupuj żywność w sprawdzonych miejscach
- W razie wystąpienia objawów chorobowych (ból brzucha, biegunka, mdłości, wymioty) zgłoś się do lekarza



BEZPIECZNE #WAKACJE W WOJ. ŚLĄSKIM

BĄDŹ OSTROŻNY! NIE RYZYKUJ!

UWAŻAJ NA KLESZCZE!

- pojawiają się na łąkach, w lasach, przydomowych ogrodkach, miejskich parkach oraz placach zabaw
- pamiętaj o odpowiednim ubraniu w jasnych kolorach, na których łatwiej jest zauważyć kleszcza
- po spacerze zawsze sprawdzaj całe ciało
- stosuj preparaty odstrasżające kleszcze



BEZPIECZNE #WAKACJE W WOJ. ŚLĄSKIM

BĄDŹ OSTROŻNY! NIE RYZYKUJ!

BEZPIECZNIE W LESIE

- Uważaj na kleszcze i owady, chron się przed nimi odpowiednim ubraniem i preparatami
- Nie zbieraj grzybów, jeśli nie jesteś pewny, czy są jadalne
- Grzyby jadalne może ocenić klasyfikator grzybów świeżych
- Nie rozpalaj ogniska w lesie
- Nie zostawiaj śmieci w lesie



BEZPIECZNE #WAKACJE W WOJ. ŚLĄSKIM

BĄDŹ OSTROŻNY! NIE RYZYKUJ!

ŚRODKI PSYCHOAKTYWNE

- Nie sięgaj po alkohol, narkotyki - to tylko złudzenie dobrej zabawy
- Idąc na imprezę zawsze miej na uwadze swoją szklankę, kieliszek
- Palenie tytoniu niesie za sobą poważne skutki zdrowotne



BEZPIECZNE #WAKACJE W WOJ. ŚLĄSKIM

BĄDŹ OSTROŻNY! NIE RYZYKUJ!

ZASADY BEZPIECZNEJ KĄPIELI

- Nie kąp się w miejscach niedozwolonych - korzystaj ze strzeżonych kąpielisk
- Nigdy nie skacz do wody
- Nie zanurzaj się gwałtownie w wodzie po długim przebywaniu na słońcu
- Przed wejściem do wody ochlap nią klatkę piersiową, szyję, głowę, aby uniknąć wstrząsu termicznego
- Nie wchodź do wody w czasie mgły, burzy oraz gdy wieje porywisty wiatr



BEZPIECZNE #WAKACJE W WOJ. ŚLĄSKIM

BĄDŹ OSTROŻNY! NIE RYZYKUJ!

BEZPIECZNE OPALANIE

- Nie przebywaj na słońcu w godzinach 10-14
- Stosuj kremy z filtrami ochronnymi, chronią przed poparzeniami
- Noś nakrycie głowy i okulary przeciwsłoneczne
- Pamiętaj o piciu wody, unikniesz odwodnienia



PSSE w Chorzowie

Półkolonie

1 sierpnia odbyło się ostatnie spotkanie Oświaty Zdrowotnej PSSE w Chorzowie z uczestnikami III turnusu półkolonii organizowanej w Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej. W pierwszej części spotkania pracownik Oświaty Zdrowotnej omówił zagadnienia dotyczące zagrożeń, na które należy zwrócić uwagę podczas wypoczynku letniego m.in. zasady bezpiecznego przebywania na słońcu, sposoby ochrony przed kleszczami. Przypomniano zasady higieny i profilaktyki zażywania środków psychoaktywnych. Drugą część spotkania poprowadzili przedstawiciele Komendy Miejskiej Policji w Chorzowie. Spotkanie odbyło się w ramach realizacji wojewódzkiej Akcji „Bezpieczne Wakacje”.



Akcja na basenie

17 sierpnia na basenie krytym OSiR „Skałka” w Świętochłowicach przeprowadzono Akcję profilaktyczną dotyczącą bezpiecznych zachowań podczas wakacji. Na przygotowanym stanowisku udzielano porad jak postępować podczas upałów oraz zwrócono uwagę na niekorzystne skutki zdrowotne jakie powstają w wyniku nadmiernej ekspozycji na promieniowanie UV. Przypomniano również o przestrzeganiu podstawowych zasad higieny, aby uchronić się przed drobnoustrojami chorobotwórczymi. Zainteresowane osoby otrzymały materiały informacyjno-edukacyjne.



Akcja na basenie ekologicznym

24 lipca na terenie basenu ekologicznego należącego do Ośrodka Sportu i Rekreacji „Skalka” w Świętochłowicach pracownik PSSE w Chorzowie przygotował stanowisko profilaktyczne dla osób odwiedzających obiekt. Podczas Akcji promowano szczepienia ochronne, bezpieczne grzybobranie, udzielano informacji dot. chorób odkleszczowych oraz zachęcano do badań profilaktycznych i kontroli znamion. Zainteresowane osoby otrzymały materiały informacyjno-edukacyjne oraz wykonały zadania z wykorzystaniem narko- i alkoholgli. Na stanowisku przygotowanym przez przedstawiciela Komendy Miejskiej Policji w Świętochłowicach prowadzony był instruktaż udzielania pierwszej pomocy.



Spotkanie z uczestnikami Szkolnego Koła Szachowego „Jedynka”

W sierpniu pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE w Chorzowie spotkał się z uczestnikami wtorkowych zajęć szachowych odbywających się w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Świętochłowicach. Podczas spotkania przypomniano zasady jakimi należy się kierować spędzając czas wolny od nauki, zwrócono uwagę na rolę higieny i szczepień ochronnych w zapobieganiu zakażeniom wirusowym. Z uwagami na zbliżający się początek nowego roku szkolnego omówiono zagadnienia związane z profilaktyką wad postawy.



PSSE w Częstochowie

Kontynuacja Akcji „Bezpieczne Wakacje”

W sierpniu kontynuowano działania edukacyjno-informacyjne w dyżurujących placówkach przedszkolnych i szkolnych w ramach „Bezpiecznych Wakacji” oraz w Dziennym Domu Seniora w ramach akcji „Bezpieczny Senior”. Na podstawie prezentacji omówiono i zaakcentowano jak ważnym elementem są prawidłowe przyzwyczajenia i nawyki higieniczne. Przypomniano i utrwalono właściwy sposób mycia rąk, jako jeden z najskuteczniejszych sposobów profilaktyki chorób zakaźnych ze szczególnym uwzględnieniem Wirusowego Zapalenia Wątroby typu A - „choroby brudnych rąk”. W związku z sezonem występowania kleszczy, na podstawie zaprezentowanej kreskówki „uważaj na kleszcze”, dzieci dowiedziały się jakie choroby przenoszą kleszcze oraz jak się przed nimi chronić. Na podstawie zdjęć rośliny o nazwie „Barszcz Sosnowskiego”, przedstawiono skutki zdrowotne wynikające z kontaktu z tą niebezpieczną rośliną (zrywania, dotykania oraz przebywania w bliskiej odległości od rośliny, szczególnie w dni słoneczne i upalne). Natomiast, w związku z pojawieniem się pierwszych grzybów przedstawiono zasady bezpiecznego grzybobrania, omówiono gatunki grzybów jadalnych i ich podobieństwo do niejadalnych. Zaprezentowano kilka popularnych gatunków grzybów oraz omówiono dlaczego nie należy zbierać grzybów do toreb i pojemników z tworzyw sztucznych. W placówkach pozostawiono materiały edukacyjne, celem wykorzystania ich do wyeksponowania na gazetkach tematycznych.



PSSE w Myszkowie

Podsumowanie Akcji „Bezpieczne wakacje 2022”

W okresie czerwiec–sierpień Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Myszkowie prowadziła działania, których celem było zapewnienie bezpiecznych warunków wypoczynku dzieci i młodzieży w szczególności poprzez stworzenie odpowiednich wymagań higieniczno-sanitarnych. W związku z powyższym w ramach szeroko prowadzonej działalności edukacyjno-promocyjnej przeprowadzono narady i pogadanki. 9 sierpnia został zorganizowany konkurs plastyczny pt. „Bezpieczne wakacje”. Konkurs został przeprowadzony we współpracy z Dyrektorem Gminnego Ośrodka Kultury w Niegowie z udziałem Wójta Gminy oraz w obecności Burmistrza Miasta Myszkowa. W konkursie wyłoniono i nagrodzono trzy najlepsze prace (w dwóch grupach wiekowych). Nagrody zostały ufundowane przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Myszkowie, Wójta Gminy Niegowie oraz Starostwo Powiatowe w Myszkowie. W ramach akcji „Bezpieczne Wakacje” równocześnie realizowano także przedsięwzięcia tj.: „Brązowo ale czy zdrowo?”; Dopalacze Wypalacze „groźne narkotyki” oraz „Zaszczep w sobie chęć szczepienia”. Łącznie akcją objęto 1 813 osób (poza szeroką liczbą odbiorców portalu FB).



PSSE w Katowicach

Piknik integracyjny

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Katowicach został zaproszony przez Prezydenta Miasta Katowice do współorganizacji pikniku, w którym integrowali się mieszkańcy Katowic z Ukraińcami. Pod Spodkiem, w Parku Powstańców Śląskich i na terenie Żłobka Miejskiego przy ul. Uniwersyteckiej na uczestników czekało wiele atrakcji, a w wśród nich występy artystyczne, animacje dla najmłodszych, bezpłatna strefa gastronomiczna oraz stoiska, np. NFZ, gdzie można było wyrobić kartę EKUZ przydatną szczególnie podczas wakacyjnych wyjazdów. Swoją cegiełkę w wydarzenie dołożyli pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach – przygotowali stoisko promocji zdrowia, przy którym prowadzili poradnictwo w zakresie szczepień ochronnych, profilaktyki chorób zakaźnych, bezpiecznego spędzania czasu wolnego (m.in. bezpieczne opalanie). Ponadto dzieci i dorośli mogli sprawdzić swoją wiedzę w „Konkursie Wiedzy o Zdrowiu”, a chętni mogli zobaczyć świat przez alko- i narkogogle.

Prezydent Katowic Marcin Krupa zaprasza

POLSKO – UKRAIŃSKI PIKNIK INTEGRACYJNY

30.07.2022r.
Plac Sławika i Antalla, Park Powstańców Śląskich, Złobek Miejski ul. Uniwersytecka 15
Godz. 12:00 - 17:00

Strefa Kultury (Plac Sławika i Antalla, Park Powstańców Śląskich)
wsparty m. in. Zespołu Chórów, Grupy Śpiewnej, Zespołu Gwary Śląskiej, Zespołu Gwary, Międzypokoleniowe pokazy artystyczne
teatru, muzyki, tańca, gry na kółkach, afektacji, występy grup artystycznych

Bezpłatna Strefa Zabaw (Plac Sławika i Antalla, Park Powstańców Śląskich, Złobek Miejski ul. Uniwersytecka 15)
magazy, teatrzyki, dmuchawki, animacja dla dzieci, tematyczne strefy zabaw dla rodzin z dziećmi, malowanie twarzy, warsztaty plastyczne, malowanie
malowaniem kamieni, tworzenie ekologicznych zabawek oraz instrumentów muzycznych, Warsztaty z herbaty, zabawy i gry z udziałem psów (wspieranych
rodziców), konkursy wiedzy/warunki/finansowe w kolorze zielono-białym, sesja foto w ubrańkach stroju, bałki mydlane
DIY, energetyka i kolory, mini golf

Strefa Zdrowia (Park Powstańców Śląskich)
Punkt informacyjny NFZ – możliwość założenia Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego, stoisko ZIS – możliwość założenia profilu na Platformie Usług Elektronicznych ZIS (PUE), punkt poradni dietetycznej, bezpłatna łazienka – pralka, chłodziarka, suszarka, ciśnienie krwi, ciąża, demontaż
sprzętu sportowego, punkty pomocy psychologicznej, stoisko edukacyjne z zakresu pierwszej pomocy, kampania przeciw uzależnieniom

Bezpłatna Strefa Gastronomiczna (Park Powstańców Śląskich, Złobek Miejski ul. Uniwersytecka 15)
warunki i zasady – przygotowanie napiłki (bez alkoholu) i kawałki wina i degustacja, kawałek kawy, napoje, słodkie ciasteczka, podanie
kawy wraz z degustacją kawy, degustacja piw (bez alkoholu) z degustacją i kawy, popcorn, wata cukrowa, stoisko pasterki „Z Łódki”,
zawody, konkursy

Kolorowa impreza (Złobek Miejski ul. Uniwersytecka 15) na zakończenie Pikniku

W trakcie trwania Pikniku planowane są liczne konkursy z atrakcyjnymi nagrodami, m. in. kola fortuny, mini zawody
sportowe, konkurs gwary śląskiej, konkursy talentów dzieci

Dodatkowo informujemy, że w trakcie Pikniku będzie możliwość założenia Katowickiej Karty Mieszkańca.

**Ważne: Z uwagi na ograniczoną ilość miejsc parkingowych rekomendujemy dojazd komunikacją miejską
oraz korzystanie z centrów przesiadkowych: Brynów, Zawodzie, Ligota.**



PSSE w Rybniku

Pogadanki dotyczące Bezpiecznych Wakacji

Kontynuując rozpoczętą w czerwcu akcją „Bezpieczne Wakacje 2022” Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Rybniku organizuje/współorganizuje różnorodne działania mające na celu przypomnienie lub stworzenie bezpiecznych warunków wypoczynku dzieci i młodzieży w ośrodkach wypoczynku letniego oraz w placówkach organizujących letnie zajęcia dla dzieci i młodzieży na terenie podległym PSSE w Rybniku. W trakcie działań szczególną uwagę zwraca się na zasady bezpiecznej kąpieli, bezpiecznego opalania, dbałości o odpowiednie nawodnienie oraz higieniczne spożywanie pokarmów. Ponadto pracownicy PSSE w Rybniku zwracają uwagę na profilaktykę środków psychoaktywnych szczególnie w kontekście

przyjmowania/spożywania substancji niewiadomego pochodzenia czy składu, niebezpiecznych roślin (barszcz Sosnowskiego), pajęczaków (kleszcze), bezpieczeństwa ruchu drogowego, korzystania z kąpielisk wodnych, korzystania z pomocy odpowiednich służb w razie wypadku. Działania prowadzone są samodzielnie oraz z pracownikami ONS/HDiM, służbami mundurowymi jak Policja, Straż Miejska, Państwowa Straż Pożarna, Ochotnicza Straż Pożarna czy pracownikami Delegatury Narodowego Funduszu Zdrowia. W sierpniu pracownicy PSSE w Rybniku, sekcji ONS/HDiM przeprowadzili pod względem bezpieczeństwa higieniczno-sanitarnego 6 kontroli na których wyczerpało 178 uczestników.

10 sierpnia w Domu Kultury w Rybniku-Niewiadomiu filia „POD LIPAMI” na boisku obok placu zabaw znów było wesoło, bezpiecznie i mokro. Tym razem królowały maluchy, które bardzo grzecznie słuchały pogadanki o zasadach bezpieczeństwa oraz zagrożeniach jakie mogą na nie czyhać w czasie wakacji i nie tylko. W spotkaniu udział wzięli: Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Rybniku, Komenda Miejska Policji w Rybniku, Ochotnicza Straż Pożarna Rybnik – Niewiadom, która ostudziła letnią aurę, oraz NFZ delegatura w Rybniku.



11 sierpnia w MOSiR Rybnik – Ośrodku Rekreacyjno-Sportowym "RUDA" odbyła się Akcja "Bezpieczne Wakacje 2022". Dzięki współpracy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku, Miejskiej Komendy Policji w Rybniku oraz Ochotniczej Straży Pożarnej w Rybniku - Niewiadomiu tego dnia nie brakowało atrakcji i dla małych i dla dużych. Oprócz pogadarek dotyczących szeroko pojętego bezpieczeństwa były również gry i zabawy o charakterze profilaktycznym.



14 sierpnia w Remizie Ochotniczej Straży Pożarnej w Rybniku Golejowie odbył się II festyn charytatywny zorganizowany z myślą o Leosiu-Wojowniku. W słoneczną niedzielę na terenie OSP Golejów trzynaście jednostek OSP z Rybnika i okolic, lokalni aktywiści i organizacje oraz rybniczanie wspólnie spędzali czas i korzystali z różnego rodzaju atrakcji, z których przychód w całości zasilili zbiórkę dla Leosia. Zebrane środki zostały przeznaczone na zakup profesjonalnego aparatu słuchowego dla chłopca oraz dalsze jego leczenie. W pomoc włączyła się również Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Rybniku oraz Miejska Komenda Policji w Rybniku, które zorganizowały stoisko edukacyjno-profilaktyczne. Odwiedzający mogli zwiedzić radiowóz, wziąć udział w zabawach i grach, które oprócz zabawy i uśmiechu uczyły również zasad bezpieczeństwa.



19 sierpnia na Kąpielisku „Pniowiec”, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku, Miejskiej Komendy Policji w Rybniku oraz Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Rybniku przeprowadzili wspólne działania profilaktyczno-edukacyjne. Działania jak zawsze dotyczyły bezpieczeństwa podczas wakacji. Wszyscy plażowicze prócz relaksu na łonie przyrody mogli wziąć udział w pokazach pierwszej pomocy przedmedycznej, zabawach i konkursach profilaktycznych.



27 sierpnia w MOSiR Rybnik, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku, Komendy Miejskiej Policji w Rybniku oraz Ochotniczej Straży Pożarnej w Rybniku-Niewiadomiu w trakcie ALTER SPORT FESTIWAL prowadzili zajęcia na wesoło aby zapoznać uczestników festiwalu z zagrożeniami jakie mogą nas spotkać w życiu codziennym.



31 sierpnia w sklepie Auchan Rybnik przeprowadzona została ostatnia w te wakacje Akcja profilaktyczno-edukacyjna pt. "Bezpieczny powrót do szkoły". Pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku, Komendy Miejskiej Policji w Rybniku Ochotniczej Straży Pożarnej w Rybniku-Niewiadomiu oraz przedstawiciele Narodowego Funduszu Zdrowia zaprosili Klientów sklepu Auchan do wspólnej zabawy poprzez którą zwracali ich uwagę na ważne aspekty zdrowia bezpieczeństwa. Szczególną uwagę poświęcono bezpieczeństwu najmłodszych w drodze do i ze szkoły. Rodzice i opiekunowie uczniów przypominali sobie o najważniejszych aspektach prawidłowego doboru i użytkowania plecaków czy tornistrów szkolnych. Z kolei dzięki pomocy strażaków każdy mógł przećwiczyć udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej.

PSSE w Sosnowcu

Pracownicy oświaty zdrowotnej i promocji zdrowia PSSE w Sosnowcu w ramach Akcji „Bezpieczne Wakacje” realizowali szereg działań i spotkań edukacyjno-informacyjnych dla dzieci oraz młodzieży, która swój wakacyjny czas wolny spędzała w Sosnowcu. Jednymi z ciekawszych i najbardziej pracowitych przedsięwzięć pracowników oświaty PSSE w Sosnowcu w tym roku było spotkanie przygotowane dla młodych ukraińskich piłkarzy z klubu Dynamo Kijów. Piłkarzy gości Klub Sportowy Zagłębie Sosnowiec oraz Urząd Miasta w Sosnowcu, pomagając także ich rodzinom, które znalazły schronienie na czasie inwazji Rosji na Ukrainę w Sosnowcu. 29 lipca odbyły się zajęcia informacyjno-edukacyjne poświęcone zasadom zdrowego stylu życia, w tematyce niebezpiecznych roślin w Polsce, bezpiecznego grzybobrania, bezpiecznego zażywania kąpieli słonecznych. W trakcie spotkania dużo uwagi poświęcono również profilaktyce zakażeń COVID-19. Pracownicy oświaty zdrowotnej nie zapomnieli poruszyć tak istotnej kwestii dla zdrowia człowieka, jaką jest uzależnienie od substancji psychoaktywnych w tym nowych narkotyków. Działania przeprowadzono z tłumaczem w oparciu o materiały edukacyjne przygotowane w języku ukraińskim.





#урокГІГІЄНИ
Ч. ЗАХИСТ ВІД ВІРУСУ

ВІДПОВІДЬ НА ЗАПИТАННЯ:

1. ЧОМУ І КОЛИ ПОТРІБНО РЕТЕЛЬНО МИТИ РУКИ З МИЛОМ?
2. НАВІЩО МЕНІ РОБИТИ ЩЕПЛЕННЯ?
3. НАВІЩО УНИКАТИ ВЕЛИКОГО СКУПЧЕННЯ ЛЮДЕЙ І ТРИМАТИСЯ ПОДАЛІ ВІД ІНШИХ ЛЮДЕЙ ПІД ЧАС ПРОГУЛЯНОК, ШОПІНГУ ТОЩО. ?
4. НАВІЩО ЗАКРИВАТИ НІС І РОТ МАСКОЮ?
5. ЧОМУ СЛІД УНИКАТИ ТОРКАННЯ НОСА, РОТА ТА ОЧЕЙ?

POWIATOWA STACJA SANITARNO - EPIDEMIOLOGICZNA W SOSNOWCU

БЕЗПЕЧНИЙ ВІДПОЧИНОК
НЕБЕЗПЕЧНІ І ОТРУЙНІ РОСЛИНИ

БОРЩІВНИК СОСНОВСЬКОГО

Досягає до 4 м у висоту і характеризується білими суцвіттями і великим листям. Часто плутають з кропом або дягелем.

! Перебування поблизу цієї рослини та прямий контакт з нею небезпечні для здоров'я!

Ця рослина дає сік, який містить т. зв фуранокумарини. Сік під дією УФ-випромінювання стає дуже небезпечним - викликає опіки другого і третього ступеня. Зміни шкіри проявляються через 30 хвилин після контакту з рослиною. Опіки і запалення зберігаються на шкірі до декількох днів.

ДЕ ЗНАХОДИТЬСЯ?

Найчастіше його можна зустріти в покинутих і невикористовуваних місцях. Зазвичай розростається масово.

PSSE w Cieszynie
Koniec wakacji

Pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Cieszynie przez cały okres wakacji podejmowali działania mające na celu zapewnienie bezpieczeństwa dzieci i młodzieży podczas

wypoczynku. Przeprowadzono, narady, pogadanki i warsztaty plastyczne. Działania te miały zwrócić uwagę na właściwe postępowanie i dbałość o własne bezpieczeństwo. Tematyka obejmowała: bezpieczne korzystanie z kąpielii słonecznych, profilaktykę uzależnień (tytoń, alkohol, narkotyki w tym tzw. „dopalacze”), profilaktykę chorób odkleszczowych, zakaźnych (w tym promocję szczepień ochronnych) oraz ochronę przed niebezpiecznymi roślinami (Barszcz Sosnowskiego). Materiały dystrybuowane były do organizatorów letniego wypoczynku, zarządzających kąpieliskami i basenami oraz opublikowane zostały w mediach społecznościowych.



PSSE Racibórz

Realizacja akcji „Bezpieczne Wakacje 2022” na Zamku Piastowskim w Raciborzu

Na Zamku Piastowskim w Raciborzu miał miejsce III Raciborski Festiwal Gamingowy. Można było tam oglądać dawny sprzęt komputerowy czy śledzić rywalizację zawodników. Obejrzeć można było stare komputery, m.in. amigi. W ramach tego przedsięwzięcia PSSE w Raciborzu miała możliwość zorganizowania stoiska informacyjno-edukacyjnego, gdzie prowadzone były m.in. działania edukacyjne i profilaktyczne dotyczące profilaktyki uzależnień od narkotyków i środków psychoaktywnych. Chętni mogli wziąć udziału w ćwiczeniach z użyciem alko- i narkogogli. Nakładając specjalne okulary, na własnej skórze mogli się przekonać, jaki wpływ na sprawność psychomotoryczną wywiera substancja zawarta w narkotykach. Uczestnikom udostępnione zostały także materiały informacyjno-edukacyjne dotyczące tematyki zdrowotnej.

Przeprowadzone m.in. ćwiczenia z alkoholami miały na celu demonstrację upośledzenia zmysłów po spożyciu alkoholu takich jak: obniżenie koncentracji, spowolnienie czasu reakcji, niemożność określenia kierunków, zniekształcenie widzianego obrazu, zmiany w ocenie odległości, zmniejszenie możliwości oceny sytuacji, podwójne widzenie, brak koordynacji mięśniowej. Natomiast narkogogle symulowały wiele skutków używania narkotyków lub przedawkowania leków na receptę, w tym: dezorientacja, zaburzenia percepcji, zawroty głowy, brak koncentracji, zniekształcenia obrazu.



„Bezpieczne Wakacje 2022” w Klubach Osiedlowych „Itaka” i „Cegiełka” w Raciborzu

W ramach akcji „Bezpieczne Wakacje 2022” w Klubach Osiedlowych „Itaka” „Cegiełka” w Raciborzu zorganizowano akcje informacyjno-edukacyjne we współpracy z Komendą Powiatową Policji w Raciborzu, skierowaną do uczestników zorganizowanego wycieczki letniego. Szczególną uwagę poświęcono niekorzystnym skutkom zdrowotnym wynikającym z nadmiernego promieniowania ultrafioletowego (UV), bezpieczeństwu podczas korzystania z kąpielisk wodnych a także zachowaniu się podczas wycieczek górskich, pobytu w lesie oraz profilaktyce i postępowaniem w przypadku ukąszenia przez kleszcze i owady oraz kontaktu z niebezpiecznymi roślinami. Ponadto ostrzeżono uczniów przed niebezpieczeństwem przegrzania organizmu i udarem cieplnym, a także skutkami utraty wody z organizmu. Organizatorom i uczestnikom przekazano materiały informacyjno-edukacyjne dotyczące zasad bezpiecznych wakacji.





„Bezpieczne Wakacje 2022” w Klubie Jeździeckim w Szymocicach

W Klubie Jeździeckim w Szymocicach w ramach wypoczynku letniego propagowano ideę wojewódzkiej Akcji „Bezpieczne Wakacje 2022”. Wspólnie z Komendą Powiatową Policji w Raciborzu zorganizowano Akcję informacyjno-edukacyjną, podczas której uczestnikom spotkania dostarczono podstawowych informacji dotyczących zagrożeń podczas wakacji. Omówiono m.in. zasady bezpieczeństwa podczas korzystania z kąpielisk wodnych oraz bezpiecznego opalania. Przekazano jakie mogą być niebezpieczeństwa związane z przegrzaniem organizmu, udarem ciepłym i wyczerpaniem ciepłym. Omówiono także zasady zachowania się podczas wycieczek do lasu oraz w góry uwzględniając różne warunki pogodowe.





Bezpieczne wakacje w powiecie raciborskim

W okresie wakacyjnym zorganizowano akcję plakatową na terenie powiatu raciborskiego z wykorzystaniem plakatów „Bezpieczne Wakacje”. Po nawiązaniu współpracy z dyrektorem Ośrodka Sportu i Rekreacji w Raciborzu, na 15 słupach ogłoszeniowych zostały zamieszczone plakaty dotyczące bezpiecznych wakacji. Celem przedsięwzięcia było dotarcie z informacjami dotyczącymi podstawowych zasad bezpieczeństwa w czasie wakacji do jak największej liczby mieszkańców.



PSSE w Gliwicach

Zajęcia w przedszkolu

18 sierpnia pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gliwicach wraz z przedstawicielem Komendy Miejskiej Policji w Gliwicach, odwiedzili dzieci z Przedszkola Miejskiego Nr 29 w Gliwicach. Podczas spotkania edukowano najmłodszych w zakresie: bezpiecznych wakacji, zasad ochrony przed wirusami, a także szczepień ochronnych. Podczas Akcji dzieci rozwiązywały zagadki, krzyżówki, quizy, były gry i zabawy. W zajęciach udział wzięło 100 dzieci.





Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gliwicach nawiązała współpracę z przedstawicielem sieci sklepów Rossmann na terenie miasta Gliwice oraz powiatu gliwickiego dotyczącą akcji "Brązowo, ale czy zdrowo?". W sklepach zostały wyeksponowane plakaty profilaktyczne związane z bezpiecznym opalaniem i negatywnymi skutkami promieniowania UV.



28 sierpnia odbyły się XXII Dożynki Województwa Śląskiego pod patronatem Prezydenta RP Andrzeja Dudy na których nie zabrakło również Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gliwicach. Promowaliśmy zdrową bezpieczną żywność, dbanie o zdrowie i higienę. Ze względu na zbliżający się rok szkolny nie zabrakło porad dotyczących bezpiecznego powrotu do szkoły, ze szczególnym naciskiem na zakup odpowiedniego tornistra, który przeciwdziała wadom postawy u dzieci.





Stanowisko Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gliwicach cieszyło się popularnością wśród uczestników. Rodzice z dziećmi z chęcią rozwiązywali quizy, krzyżówki i kolorowanki z zakresu promocji zdrowia: profilaktyki chorób zakaźnych, szczepień ochronnych, prawidłowej higieny rąk, profilaktyki wad postawy, itp. Liczba uczestników zadeklarowanych przez organizatora imprezy masowej to ok. 1 200 osób.





PSSE w Bytomiu Warsztaty profilaktyczne

Drugi miesiąc wakacji w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu upłynął pod znakiem akcji i warsztatów profilaktycznych oraz przyciągającego uwagę wakacyjnego okienka profilaktycznego. Okienko profilaktyczne wzbudzało zainteresowanie przechodniów, którzy niejednokrotnie sięgali po przygotowane materiały - ulotki na temat zdrowia, bezpiecznych wakacji, bezpiecznego opalanie, szczepień ochronnych, profilaktyki uzależnień (substancji psychoaktywnych i tytoniu), profilaktyka HPV, HIV/AIDS, rozważnego stosowania antybiotyków.



19 sierpnia, pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu zorganizowali akcję profilaktyczną na terenie Wodnego Placu Zabaw Park Wodny w Tarnowskich Górach. Przygotowali i obsługiwali stoisko informacyjno-edukacyjne, dystrybuowali materiały wśród zainteresowanych osób i udzielali porad dotyczące „Bezpiecznych wakacji”, bezpiecznego opalania oraz znaczenia i roli szczepień ochronnych, zapobiegania uzależnieniom (tytoń, alkohol, substancje psychoaktywne). Zainteresowane osoby mogły przekonać się, jaki wpływ na sprawność psychomotoryczną wywierają narkotyki i alkohol po wykonaniu określonych zadań w okularach typu alko- lub narkogogle. Dodatkowo przeprowadzono krótką pogadankę na temat bezpiecznych wakacji dla dzieci, które uczestniczyły w półkoloniach.



W dniach 22-25 sierpnia, pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej mieli przyjemność włączyć się w akcję „Becekobus”. Działanie to skierowane jest do dzieci i młodzieży, która nie wyjechała na wakacje, aby zaoferować „Letni objazd warsztatowy”. „Becekobus” odwiedza różne bytomskie dzielnice proponując uczestnikom dobrą zabawę, możliwość rozwinięcia zdolności, rozbudzenia wyobraźni, a także poznania rówieśników mieszkających w innych częściach miasta. Pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej PSSE w Bytomiu uczestniczyli w zajęciach w Bytomiu w Klubie „Sezam” osiedle Arki Bożka, Pałacu Tiele-Wincklerów w Miechowicach, Szkole Podstawowej nr 16 w dzielnicy Bobrek. Po krótkiej pogadance przeprowadzono dla dzieci zajęcia profilaktyczno-warsztatowe. Uczestnicy mieli możliwość zapoznania się z konsekwencjami zażywania różnego rodzaju środków psychoaktywnych tj. alkoholu, narkotyków czy tzw. „dopalaczy”. Zainteresowane osoby mogły przekonać się, jaki wpływ na sprawność psychomotoryczną wywierają narkotyki i alkohol po wykonaniu określonych zadań: układanie puzzli, wieży z sześciu kubków, rzutu lotkami w tarcze, strącanie kręgli i podbijanie lotki paletką w okularach typu alko- lub narkogogle. Zajęcia cieszyły się dużym zainteresowaniem.



W dniu 26 sierpnia odbyła się kolejna akcja profilaktyczna, tym razem na terenie MOSiR w Piekarach Śląskich – Basen i wodny plac zabaw dla dzieci. Przygotowano punkt, w którym pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu dystrybuowali materiały informacyjno-edukacyjne wśród zainteresowanych osób i udzielali porad dotyczących bezpiecznych wakacji, zasad podczas opalania, znaczenia i roli szczepień ochronnych, zapobiegania uzależnieniom (tytoń, alkohol, substancje psychoaktywne). Ze względu na zbliżający się rok szkolny nie zabrakło także porad dotyczących bezpiecznego powrotu do szkoły, w tym profilaktyki wad postawy u dzieci. Zainteresowane osoby mogły przekonać się, jaki wpływ na sprawność psychomotoryczną wywierają narkotyki i alkohol po wykonaniu określonych zadań w alko- lub narkogoglach.



Na zakończenie wakacji, w dniu 30 sierpnia odbyła się ostatnia akcja profilaktyczna. Na placu zabaw „Mały Miś” przy ul. Wrocławskiej na terenie Ośrodka Sportu i Rekreacji w Bytomiu, pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu zorganizowali punkt, w którym dystrybuowali materiały informacyjno-edukacyjne wśród zainteresowanych osób i udzielali porad dotyczących m.in. zasad bezpiecznych wakacji, a także znaczenia i roli szczepień ochronnych, zapobiegania uzależnieniom (tytoń, alkohol, substancje psychoaktywne). Nie zabrakło porad dotyczących bezpiecznego powrotu do szkoły w tym „lekkiego tornistra”, który ma za zadanie przeciwdziałać wadom postawy u dzieci. Zainteresowane osoby mogły przekonać się, jaki wpływ na sprawność psychomotoryczną wywierają narkotyki i alkohol po wykonaniu określonych zadań: układanie puzzli i wieży z sześciu kubków w alko- i narkogoglach.





Ponadto, podczas trwania wakacji prowadzono w sześciu wybranych placówkach NZOZ narady połączone z dystrybucją materiałów informacyjno-edukacyjnych na temat szczepień ochronnych i profilaktyki HIV/AIDS. Dla wszystkich koordynatorów z placówek oświatowych współpracujących i realizujących programy profilaktyczno-edukacyjne w roku szkolnym 2021/2022 przygotowano podziękowania, mające zachęcić ich do dalszej współpracy, zaangażowania i pomysłowości w realizacji programów w kolejnym roku szkolnym.



PSSE w Tychach Akcja informacyjno-edukacyjna

20 sierpnia pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej PSSE w Tychach zorganizowali stoisko promocji zdrowia w Ośrodku Wypoczynkowym Paprocany w Tychach. Na stoisku promowano życie wolne od używek, bezpieczne spędzanie czasu wolnego, zdrowy styl życia. Zainteresowani mogli przetestować alko- i narkogoogle poprzez wykonanie prostych ćwiczeń profilaktycznych. Dla dzieci przygotowano były rebusy, kolorowanki, naklejki i komiksy.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

Bezpiecznie i zdrowo podczas wakacji

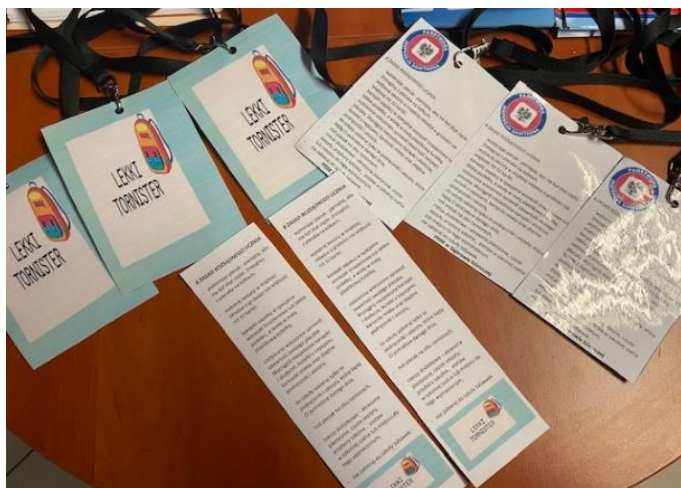
W dniach 6 i 27 sierpnia przedstawiciele PSSE w Dąbrowie Górniczej uczestniczyli w przedsięwzięciach organizowanych przez Urząd Miejski w Będzinie dla społeczności lokalnej:

- | 6 sierpnia – Plaża Miejska Będzin;
- | 27 sierpnia – Park Miejski Syberka Będzin.

Uczestnicy spotkań w przygotowanym punkcie Promocji Zdrowia mogli uzyskać informacje na tematy z zakresu zdrowia publicznego m.in.:

- szczepień ochronnych,
- profilaktyki raka piersi,
- chorób zakaźnych- WZW A, B, C oraz HIV/AIDS,
- chorób odkleszczowych,
- profilaktyki uzależnień,
- profilaktyki raka skóry i promocja kampanii „Brązowo, ale czy zdrowo?”,
- profilaktyki zatruc grzybami.

Prowadzono quizy o zdrowiu, pokazy mycia zębów dla najmłodszych, a dla osób dorosłych pomiar ciśnienia tętniczego. Przygotowany tor przeszkód i szereg zabaw z wykorzystaniem alkoholu i narkogogli to forma zajęć w czasie, których można sprawdzić jak zachowują się zmysły narażone na działanie środków psychoaktywnych. Zakończenie wakacji to także czas przygotowań do nowego roku szkolnego czyli edukacja dzieci i rodziców o tym, że plecak szkolny (tornister), stanowi nieodzowny atrybut każdego ucznia. Jego waga, odpowiednie dopasowanie oraz właściwe użytkowanie odgrywają ogromną rolę w utrzymaniu prawidłowej postawy oraz w zapobieganiu skrzywienia kręgosłupa. Z tej okazji dla dzieci, które rozpoczynają naukę w klasie I–III przygotowano zakładki do książki oraz fiszki zawierające informację na temat „8 zasad rozsądnego ucznia”.



Gadżety oraz inne przygotowane nagrody, uczestnicy akcji otrzymywali w punkcie Promocji Zdrowia biorąc udział w zabawach i quizach o zdrowiu.



Plaża Miejska Będzin



Park Miejski Syberka w Będzinie

PSSE w Zawierciu **Bezpieczne Wakacje 2022**

W sierpniu 2022 roku pracownicy PSSE w Zawierciu we współpracy z Komendą Miejską Policji przeprowadzili akcje profilaktyczne skierowane do uczestników wypoczynku i kadry opiekunów w obiektach hotelowych oraz harcerskich bazach obozowych. Tematyka spotkań obejmowała zasady bezpiecznego korzystania z promieniowania słonecznego, profilaktykę uzależnień od alkoholu, tytoniu, e-papierosów i innych środków psychoaktywnych, w tym „dopalaczy”, profilaktykę chorób odkleszczowych (borelioza, kleszczowe zapalenie mózgu), zakaźnych (w tym promocja szczepień ochronnych), odzwierzęcych, nowotworowych, HIV/AIDS, racjonalne stosowanie antybiotyków, ochronę przed poparzeniami barszczem Sosnowskiego oraz bezpieczeństwo podczas wypoczynku letniego. Uczestnikom przekazano informacje dotyczące niebezpieczeństwa związanego z przegrzaniem organizmu, udarem cieplnym i wyczerpaniem cieplnym. Odbyły się prelekcje, pogadanki, rozmowy indywidualne, udzielano porad. Wyeksponowano materiały informacyjno-edukacyjne (ulotki, broszury, zakładki, plakaty). W ramach akcji letniej zorganizowano narady z organizatorami wypoczynku letniego, nawiązano współpracę z Starostwem Powiatowym w Zawierciu, Urzędami Miast i Gmin, zakładami nauczania i wychowania, lokalną prasą. W mediach społecznościowych zamieszczono materiały edukacyjne i informacje o przeprowadzonych akcjach.





SAMORZĄDOWY PORTAL INTERNETOWY

GMINA KROCZYCE



AKTUALNOŚCI
GMINA
URZĄD GMINY
SAMORZĄD
INWESTYCJE
OCHRONA POWIETRZA
INNE
GALERIA
KONTAKT

KROCZYCE.PL

PERŁA POLSKIEGO KRAJOBRAZU








BEZPIECZNE WAKACJE 2022

STRONA STARTOWA - AKTUALNOŚCI - BEZPIECZNE WAKACJE 2022

Rozmiar tekstu: A A A

ZASADY BEZPIECZNEJ KĄPIELI

- Nie kąpać się w miejscach nieoznakowanych - szczególnie tych ze słabymi prądami.
- Woda powinna być gładka i ciepła, nie powinna być zbyt zimna.
- Woda powinna być czysta i nie powinna być zbyt mętna.
- Woda powinna być czysta i nie powinna być zbyt mętna.
- Woda powinna być czysta i nie powinna być zbyt mętna.

BEZPIECZNE OPALANIE

- Nie palenie się na słońcu.
- Używanie kremu opalającego.
- Używanie okularów przeciwsłonecznych.
- Używanie kapelusza.
- Używanie szlafki.
- Używanie okularów przeciwsłonecznych.
- Używanie kapelusza.
- Używanie szlafki.

WYCIECZKA W GÓRY

- Przed wyjściem w góry sprawdzić prognozę pogody.
- Wziąć ze sobą wodę.
- Wziąć ze sobą jedzenie.
- Wziąć ze sobą leki.
- Wziąć ze sobą mapę.
- Wziąć ze sobą telefon.
- Wziąć ze sobą torbę.
- Wziąć ze sobą szlafki.
- Wziąć ze sobą okulary przeciwsłoneczne.
- Wziąć ze sobą kapelusz.
- Wziąć ze sobą szlafki.

Panstwowa Inspekcja Sanitarna rozpoczęła działania edukacyjne skierowane do uczestników wypoczynku, kadry opiekunów w obiektach hotelowych, harcerskich bazach obozowych. Celem akcji jest stworzenie bezpiecznych warunków wypoczynku dzieci i młodzieży na terenie województwa śląskiego poprzez prowadzenie działalności informacyjno-edukacyjnej, zwłaszcza w zakresie bezpiecznych zachowań zdrowotnych. Realizujemy także wojewódzką akcję "Brazowo, ale czy zdrowo?" oraz "Dopalacze Wypalacze - groźne narkotyki!"

Strona startowa

Aktualności

Gmina

Urząd Gminy

Samorząd

Inwestycje

Ochrona Powietrza

Inne

cookies

Kontakt

DBAJ O ZDROWIE I HIGIENĘ!



PSSE w Żywcu

W klubie środowiskowym MCK „Ogródek” odbyły się zajęcia edukacyjne poświęcone bezpieczeństwu w trakcie wycieczki letniej. Pracownicy Sekcji OZ PSSE w Żywcu przygotowali dla uczestników półkolonii stacje zadaniowe. Uczestnicy spotkania wykonując poszczególne działania zweryfikowali swoją wiedzę w obszarze przestrzegania zasad bezpieczeństwa w górach, nad wodą, w lesie i w domu. Nie zabrakło różnorodnych form ćwiczeń w postaci uzupełnianek, ćwiczeń dedukcyjnych, wykreślanek, eliminarek, zadań polegających na dopasowywaniu tekstów do obrazków czy przyporządkowaniu elementów. Dzieci z radością i dużym zaangażowaniem realizowały powierzone im zadania. Po weryfikacji kart pracy zaproponowano dzieciom wspólną gimnastykę na zewnątrz budynku. Na zakończenie każdy uczeń otrzymał kodeks postępowania w trakcie wycieczki letniej, „zadanie domowe” oraz dyplom za aktywny udział w warsztatach.





W dniach 1-4 sierpnia w Żywcu odbył się 59. Tydzień Kultury Beskidzkiej, połączony z jarmarkiem twórców ludowych i występami artystycznymi na żywieckim Rynku. Pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia z PSSE w Żywcu zorganizowali w tych dniach Punkt Promocji Zdrowia i Profilaktyki Uzależnień. Zaproponowane działania jest ściśle związane z akcjami realizowanymi corocznie przez pracowników PSSE. W punkcie wykonywano pomiary ciśnienia tętniczego krwi oraz pomiar saturacji krwi. Dla dzieci przygotowano szereg atrakcyjnych zadań, m.in. „Koło fortuny”, gra podczas której dzieci miały możliwość sprawdzenia swojej wiedzy z zakresu bezpiecznego wypoczynku letniego i zdrowego stylu życia. Za poprawną odpowiedź każde dziecko otrzymało gadżet w postaci bransoletki ze zdrowotnym przesłaniem czy długopisu. Młodzież i osoby dorosłe mogły wykonać testy w alko- i narkogoglach ukazujące stan umysłu osoby będącej pod wpływem alkoholu czy środków psychoaktywnych.





W sierpniu Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żywcu zaproponował placówkom przedszkolnym powiatu żywieckiego (pełniącym dyżur wakacyjny) przeprowadzenie krótkich zajęć edukacyjnych z zakresu bezpieczeństwa w trakcie wypoczynku letniego w ramach akcji „Bezpieczne Wakacje” oraz „Brązowo, ale czy zdrowo?”. Celem nadrzędnym akcji jest zintensyfikowanie działań dotyczących usystematyzowania wiedzy dzieci w obszarze bezpiecznych zachowań podczas wakacji oraz przestrzegania podstawowych zasad higieny i bezpieczeństwa. Na potrzeby akcji przygotowano prezentację multimedialną oraz dodatkowe materiały edukacyjne, które przesłano wraz z pismem do placówek dyżurujących.

12 sierpnia na terenie zabytkowego parku Habsburgów w Żywcu odbył się piknik rodzinny pt. „Ciuchcia zdrowia. Fajne zajęcia plenerowe”. Dla uczestników spotkania zorganizowano grę terenową. Na miejscu dostępnych było kilka stoisk edukacyjnych. Osoby odwiedzające poszczególne punkty zostały zaangażowane w różnego rodzaju zadania związane z promocją zdrowego stylu życia i bezpieczeństwem. Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żywcu został zaproszony w charakterze współorganizatora do udziału w tym wydarzeniu. Zorganizowany przez PSSE w Żywcu Punkt Promocji Zdrowia i Profilaktyki Uzależnień oferował najmłodszym szereg atrakcyjnych gier edukacyjnych, podczas których dzieci miały możliwość zweryfikowania swojej wiedzy w obszarze bezpieczeństwa i zdrowego stylu życia. Nagrodami za poprawne odpowiedzi były bransoletki, naklejki i plany lekcji na nowy rok szkolny. Nie zabrakło

również aktywności fizycznej! Dzieci z radością i dużym zaangażowaniem realizowały powierzone im zadania. W punkcie wykonywano również pomiary ciśnienia tętniczego krwi, pomiar saturacji krwi i przeprowadzano testy w alko- i narkogoglach.



24 sierpnia przedstawiciel PSSE w Żywcu zorganizował dla uczestników „Rowerowej półkolonii” w Klubie Środowiskowym MCK „Śrubka” zajęcia edukacyjne metodą stacji zadaniowych. Akcja pt.

„Z profilaktyką na TY” zmobilizowała dzieci do podjęcia szeregu zadań poświęconych tematyce skupionej wokół zdrowego stylu życia i bezpieczeństwa. Uczestnicy spotkania rozwiązując powierzone im zadania sprawdzili swoją wiedzę z zakresu zdrowego odżywiania, zasad bezpiecznego wypoczynku w górach, nad wodą, w lesie i w domu np. podczas korzystania z Internetu. Za poprawne odpowiedzi przy poszczególnych stacjach, dzieci otrzymały na swoich kartach pracy pieczątki. W związku ze zbliżającym się nowym rokiem szkolnym, uwrażliwiono dzieci na odpowiedni dobór plecaka, zasady jego noszenia i pakowania. Pod koniec, w ramach podsumowania spotkania, omówiono wspólnie kodeks bezpiecznych zachowań i wykonano kilka ćwiczeń ruchowych, stanowiących świetną rozgrzewkę przed wycieczką rowerową. W nagrodę za aktywny udział w zajęciach i duże zaangażowanie wręczono dzieciom pamiątkowe dyplomy.



PSSE w Jaworznie „Brazowo, ale czy zdrowo?”

W sierpniu pracownik oświaty zdrowotnej PSSE w Jaworznie w ramach wojewódzkiej akcji informacyjnej „Brazowo, ale czy zdrowo?” prowadził działania informacyjno-edukacyjne na terenie Zalewu Sosina oraz przy Wodnym Placu Zabaw w Jaworznie. Podczas działań rozdawano ulotki informacyjne oraz udzielano porad osobom zainteresowanym, które dotyczyły zasad bezpiecznego korzystania z kąpeli słonecznych. W akcję zaangażowały się też lokalne media publikując w swoich witrynach internetowych oraz tygodnikach plakaty „Brazowo, ale czy zdrowo” oraz artykuły dotyczące zasad bezpiecznego opalania.

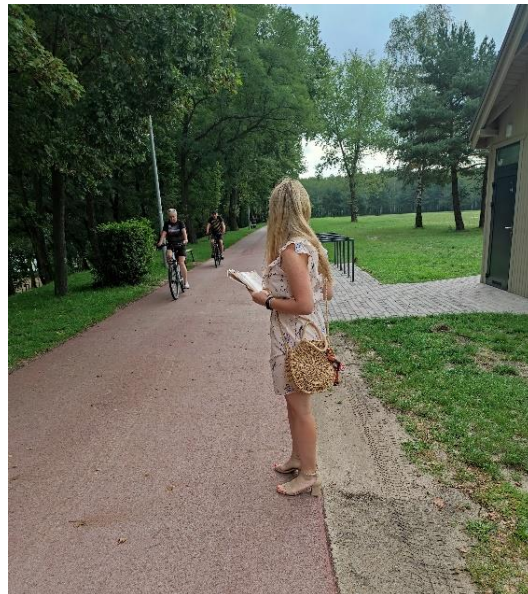
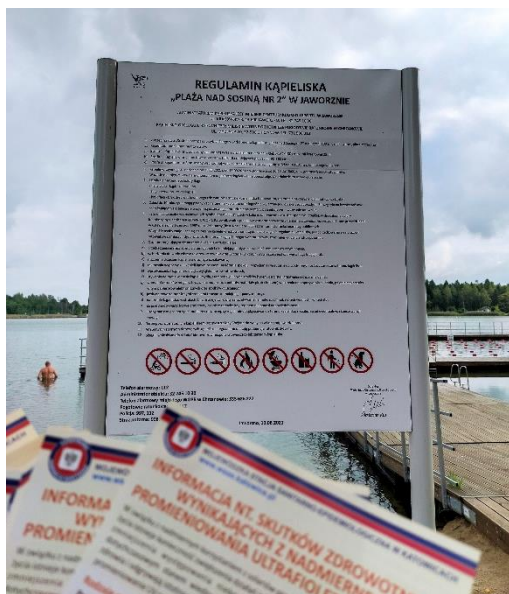


Zdrowe opalanie

Pracownicy jaworzniackiego nadzoru przeciwnieżylnego przed nadmiernym promieniowaniem opalają się. Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych. Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych. Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych.

Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych. Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych. Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych.

Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych. Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych. Wskazują na polską siatkę, która nie ma żadnych przeciwnieżylnych działań edukacyjnych.



PSSE w Rudzie Śląskiej

Pogadanka dla uczestników wypoczynku letniego

W sierpniu pracownik Oświaty Zdrowotnej w Rudzie Śląskiej uczestniczył w pogadance z dziećmi półkolonijnymi. Organizatorem wypoczynku był Park Wodny Aquadrom w Rudzie Śląskiej. Na terenie obiektu sportowego przeprowadzono pogadankę o tematyce prozdrowotnej. Szczególną uwagę zwrócono na bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w czasie wakacji. Omówiono kwestie prawidłowego nawodnienia organizmu, ochrony przed nadmiernym promieniowaniem słonecznym, ochrony przed kleszczami oraz higieny osobistej.



Event „Bieg wiewiórki”

20 sierpnia, pracownicy Oświaty Zdrowotnej oraz Sekcji Epidemiologii PSSE w Rudzie Śląskiej uczestniczyli w imprezie plenerowej pt. „Bieg wiewiórki” organizowanej przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Rudzie Śląskiej. Zarówno biegacze jak i mieszkańcy miasta mieli możliwość odwiedzenia stanowiska Promocji Zdrowia i Profilaktyki Uzależnień. Zainteresowane osoby mogły otrzymać materiały edukacyjne oraz skorzystać z symulatorów środków psychoaktywnych, tj. alko- i narkogogli. Stanowisko cieszyło się dużym zainteresowaniem przybyłych na imprezę biegaczy i osób dopingujących.





Akcja na terenie kąpieliska

W ramach bezpiecznego wypoczynku oraz promocji zdrowia i profilaktyki uzależnień oraz przy współpracy z MOSiR w Rudzie Śląskiej, 10 sierpnia przeprowadzono akcję na terenie Kąpieliska Odkrytego przy ul. Ratowników w Rudzie Śląskiej. Przedstawiciel PPIS w Rudzie Śląskiej udzielał porad w zakresie zdrowego stylu życia oraz bezpiecznego spędzania wakacji. Zainteresowane osoby mogły skorzystać z wyeksponowanych materiałów informacyjno-edukacyjnych. Dodatkowo, chętni mogli przekonać się jak funkcjonuje człowiek po użyciu alkoholu i substancji psychoaktywnych, zakładając alko- i narkogogle.



PSSE w Bielsku-Białej

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Bielsku-Białej oraz Narodowy Fundusz Zdrowia w Bielsku-Białej stawia na pierwszym miejscu profilaktykę oraz propagowanie zdrowego stylu życia. Wiemy jak ważna jest profilaktyka i jak dużą rolę odgrywa w naszym życiu, dlatego naszym zadaniem jest przekazywanie i dzielenie się wiedzą wśród naszych petentów.

Wychodząc naprzeciw potrzebom mieszkańców zorganizowaliśmy w dniu 17 sierpnia w siedzibie Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej wraz z NFZ w Bielsku-Białej akcję mającą na celu:

- | Zachęcenie do udziału w dostępnych programach profilaktycznych;
- | Informowanie o profilaktyce na temat chorób zakaźnych, chorób skóry, chorób układu krążenia, profilaktyki zdrowia kobiet;
- | Udzielanie informacji o możliwości skorzystania z leczenia uzdrowiskowego;

- | Wydawanie karty EKUZ i omówienie korzyści z jej posiadania;
- | Omówienie zalet Internetowego Konta Pacjenta- moje IKP;
- | Zachęcenie do szczepień.



Inne działania

PSSE w Katowicach

Bezpieczne grzybobranie

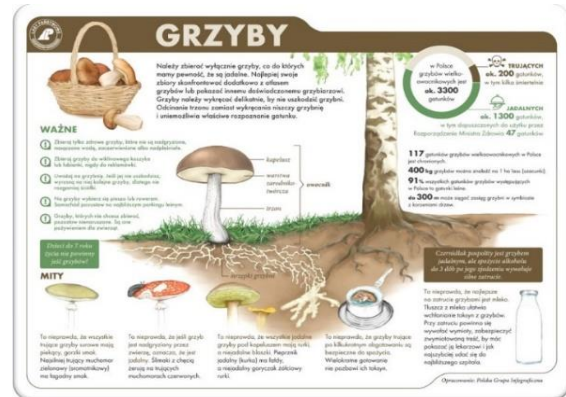
Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Katowicach w związku z sezonem zbierania grzybów przygotował akcję dotyczącą bezpieczeństwa związanego ze zbieraniem, przetwarzaniem i spożywaniem grzybów po hasłem „Bezpieczne grzybobranie”. Opracowano i systematycznie zamieszczano w mediach społecznościowych własne posty:

„Bezpieczne grzybobranie” – zachęcamy do śledzenia cyklu informacji dotyczących bezpieczeństwa związanego ze zbieraniem, przetwarzaniem i spożywaniem grzybów, w naszych mediach społecznościowych.

**Bezpieczne grzybobranie
z PSSE w Katowicach...**

więcej informacji już wkrótce!





Bezpieczne grzybobranie

Zbieramy tylko te grzyby, co do których jesteśmy absolutnie pewni, że są jadalne.

Nie wolno rozpoznawać trujących gatunków grzybów na podstawie ich gorzkiego smaku – gatunki śmiertelnie trujące mają przeważnie smak przyjemny, słodkawy.

Nie należy zbierać grzybów zbyt młodych, ponieważ nie wszystkie cechy potrzebne do identyfikacji mogą być u nich wykształcone.

Najwięcej gatunków trujących występuje wśród grzybów blaszkowych. Uważajmy na nie.

Grzyby należy wykrywać z podłoża, a miejsca po nich przykrywać mchem lub ściółką leśną, dzięki czemu zapobiegniemy wysychaniu grzybnia.

Grzyby wkładamy najlepiej do koszyków, nigdy zaś do toreb foliowych, gdzie na pewno się pokruszą i być może nabiorą (niektóre gatunki) szkodliwych dla naszego zdrowia właściwości.

Nie zbierajmy grzybów znajdujących się pod ochroną prawną.

Nie niszczy my grzybów niejadalnych i trujących, np. muchomorów.

W lesie zachowujmy się cicho.

Nie śmiećmy ani w lesie, ani na obrzeżu.

Więcej informacji: <https://www.lasy.gov.pl/pl/informacje/faq/grzyby>





Bezpieczne grzybobranie – jak się przygotować???

- | Ubierz się odpowiednio – załóż bluzę/kurtkę z długim rękawem, spodnie z długimi nogawkami, kalosze lub buty z wyższą cholewką, czapkę lub kapelusz – zabezpieczy Cię przed wilgocią oraz ukąszeniem owadów i żmij. Zabierz pelerynę przeciwdeszczową.
- | Zabierz koszyk na grzyby (najlepiej wiklinowy) – nigdy nie zbieraj grzybów do foliowej torby!
- | Przygotuj nożyk do oczyszczania grzybów – zbierając grzyby delikatnie je wykręcaj z podłoża a pozostałości ściółki oczyść za pomocą noża.
- | Warto zabezpieczyć się środkiem odstrasżającym owady – stanowi dodatkową ochronę przed komarami i kleszczami.

Pamiętaj - zbieraj tylko te grzyby, do których masz całkowitą pewność – inne pozostaw w lesie. Niewłaściwe rozpoznanie jadalnych i trujących grzybów jest główną przyczyną zatrucia grzybami. Jeśli po zjedzeniu grzybów pojawiają się oznaki zatrucia, należy niezwłocznie zapewnić pomoc lekarską, skontaktować się z numerem alarmowym 999 lub 112 albo przewieźć chorego do szpitala.



PSSE w Częstochowie

Zebranie z dyrektorami szkół w Częstochowie

30 sierpnia przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Częstochowie uczestniczyli w zebraniu dyrektorów szkół podstawowych, szkół ponadpodstawowych oraz placówek przedszkolnych. Zebranie miało charakter organizacyjny, podczas którego omawiano zamierzenia na rok szkolny 2022/2023. Omówiono m.in. programy profilaktyczne realizowane przez Państwową Inspekcję Sanitarną w placówkach szkolnych na poszczególnych poziomach nauczania. Ponadto przedstawiono planowane działania wspierające realizację programów w szkołach, tj. wystawy, konkursy i przeglądy organizowane dla poszczególnych grup odbiorców. Omówiono także statystyki dotyczące szczepień ochronnych i planowane działania edukacyjne w tym zakresie. Szczególną uwagę zwrócono na zbliżający się sezon zwiększonej zachorowalności na grypę i choroby grypopochodne, jak również COVID-19. Jednocześnie podkreślono zasadność szczepień przeciwko tym chorobom, jako najlepszej metody zapobiegania im. Podsumowano również statystyki liczby dzieci pozostających bez szczepień obowiązkowych w latach 2015–2022. W spotkaniu udział brali przedstawiciele Urzędu Miasta Częstochowy – Naczelnik Wydziału Edukacji i Sportu - Rafał Piotrowski, Naczelnik Wydziału Zdrowia – Grażyna Stramska oraz kierownik oddziału NFZ w Częstochowie – Małgorzata Leszczyńska.



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