



Newsletter Państwowej Inspekcji Sanitarnej województwa śląskiego

wrzesień
2023

Najciekawsze wydarzenia, które odbyły się we wrześniu na terenie województwa śląskiego

PSSE w Częstochowie

XVI Pielgrzymka Państwowej Inspekcji Sanitarnej

30 września odbyła się pielgrzymka Państwowej Inspekcji Sanitarnej na Jasną Górę. Tradycyjnie już w spotkaniu udział wzięli pracownicy z całej Polski wraz ze swoimi rodzinami. Uczestników przywitała Izabela Kucharska – Zastępca Głównego Inspektora Sanitarnego, dr n. med. Grzegorz Hudzik – Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny w Katowicach, płk Tadeusz Nierebiński – Główny Inspektor Sanitarny Wojska Polskiego oraz dr n. med. Dariusz Nowicki - Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Częstochowie, który prowadził spotkanie.

Izabela Kucharska odczytała list, w którym Krzysztof Saczka – Główny Inspektor Sanitarny zwrócił się do pielgrzymów ze słowami wsparcia w realizacji kolejnych wyzwań jakie stoją przed Inspekcją. W szczególności zwrócił uwagę na istotny wymiar służb sanitarnych, stojących na straży bezpieczeństwa publicznego. Podczas pielgrzymki podziękowano pracownikom Inspekcji Sanitarnej za ich codzienną pracę oraz zaangażowanie oraz podkreślono szeroko pojętą aktywizację i rozwój cyfryzacyjny naszej instytucji.

Pielgrzymkę uświetnił wykład Mariana Floraka pt: „Zza kulis Jasnej Góry”, podczas którego opowiadał jak toczy się codzienne życie za murami klasztoru, a także jakie cuda miały miejsce na Jasnej Górze, dzięki wstawiennictwu Matki Bożej Jasnogórskiej. Autor wykładu, obecnie redaktor Tygodnika Katolickiego „Niedziela” w przystępny sposób przedstawił fakty historyczne przeplatane anegdotami z życia mieszkańców Klasztoru Ojców Paulinów na Jasnej Górze. Tegoroczna Pielgrzymka już po raz drugi miała miejsce w zabytkowym Bastionie św. Barbary na Jasnej Górze. Prace przy budowie bastionu trwały 6 lat, od 1720 do 1726 roku. Do niedawna Bastion św. Barbary pozostawał w ruinie, decyzję o odbudowie podjęto dopiero w 2003 roku. Remont zabytku potrwał do 2018 roku, wtedy też podjęto decyzję o udostępnieniu go zwiedzającym.

Po wspólnym spotkaniu uczestnicy Pielgrzymki wzięli udział w mszy świętej, której przewodniczył ks. Arkadiusz Zawistowski, krajowy duszpasterz służby zdrowia. Na zakończenie nabożeństwa dr n. med. Grzegorz Hudzik – Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny dokonał aktu zawierzenia Inspekcji Sanitarnej Maryi, której polecił sprawę bezpieczeństwa sanitarnego naszego kraju, sprawę edukacji i promocji zdrowia. Akt zawierzenia to uroczysty element pielgrzymek i podniosłych uroczystości kościelnych, podczas których wierni powierzają najistotniejsze dla siebie sprawy boskiej opiece.







XXXII Krajowa Wystawa Rolnicza w Częstochowie po patronatem Prezydenta RP Andrzeja Dudy

2-3 września w Częstochowie odbyła się XXXII Krajowa Wystawa Rolnicza. Jest to coroczne wydarzenie, organizowane w pierwszy weekend września. Prezentacje, wystawy i koncerty odbywają się w ciągu alei NMP w Częstochowie, a także na obszernym placu przy Jasnej Górze. W ramach imprezy organizowana jest wystawa maszyn i narzędzi rolniczych, kiermasz kwiatów i krzewów ozdobnych, prezentacja odnawialnych źródeł energii, degustacja produktów lokalnych i tradycyjnych promująca kulinarne tradycje regionu śląskiego, a także targi pszczelarskie. Najmłodszy mogli przyjrzeć się zwierzętom na wystawie inwentarza oraz ptaków ozdobnych, można była podziwiać również konie czy psy pasterskie podczas pokazów wypasu owiec. Część artystyczną wypełnił koncert Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” w Bazylice Jasnogórskiej, a także zespoły ludowe, które prezentowały się na terenie sceny przy Jasnej Górze. Wystawa to nie tylko ekspozycje, ale również okazja do podnoszenia wiedzy z zakresu profilaktyki zdrowotnej w środowisku rolniczym, a także wśród zwiedzających przybyłych z całej Polski. Stanowisko edukacyjne w ramach Kampanii „Nie bądź atrakcyjny dla kleszcza” Państwowej Inspekcji Sanitarnej Województwa Śląskiego stało w ciągu stoisk edukacyjnych instytucji rządowych i samorządowych. Edukacja ukierunkowana była na profilaktykę chorób odkleszczowych, takich jak borelioza i kleszczowe zapalenie mózgu (KZM). Z licznych rozmów, które przeprowadzone zostały z odwiedzającymi nasze stanowisko wynika, że coraz więcej osób jest świadomych korzyści ze szczepień przeciwko KZM i takie szczepienia już wykonało. W targach uczestniczyło ponad 500 firm i instytucji rolniczych z całego kraju. Jak szacują organizatorzy imprezę odwiedziło ponad 100 000 osób.



Jarmark Zdrowia

15 września w Szkole Podstawowej nr 48 im. Armii Krajowej w Częstochowie odbył się Jarmark Zdrowia. Działanie zostało zorganizowane w ramach powołanego w Częstochowie Zespołu upowszechniającego zasady promocji zdrowia wśród dzieci i młodzieży w szkołach i placówkach prowadzonych przez miasto Częstochowę. W skład zespołu wchodzi przedstawiciele Wydziału Edukacji Urzędu Miasta, Inspekcji Sanitarnej w Częstochowie oraz dyrektorzy placówek szkolnych i przedszkolnych z terenu miasta Częstochowy.

W imprezie skierowanej do najmłodszych, uczestniczyło prawie pięciuset przedszkolaków z 25 miejskich przedszkoli. Mieli okazję do świetnej zabawy promującej zdrowe odżywianie, ruch i kulturę fizyczną, a także edukację w zakresie ratownictwa i segregacji odpadów. Zajęcia warsztatowe odbywały się w 30 punktach, poświęconych tematom „Zdrowa żywność” i „Sport”. Dzieci spędzały także aktywnie czas w strefie wzorowego kibica oraz miały okazję odbyć trening z koszykarzami AZS Częstochowa i piłkarzami Klubu Sportowego Raków Częstochowa. Podsumowaniem atrakcji edukacyjnych promujących zdrowe odżywianie i ruch na świeżym powietrzu było rozstrzygnięcie konkursu „Aktywny Przedszkolak”.

Nagrodzone prace zostały zaprezentowane uczestnikom Jarmarku, a część artystyczną wypełnił spektakl „Dzień Marchewki” w wykonaniu dzieci z Miejskiego Przedszkola 31 i piosenka „Witaminki” w wykonaniu uczniów Szkoły Podstawowej nr 48 im. Armii Krajowej.



PSSE w Tychach

Konferencja „Zdrowie dzieci w naszych rękach”

13 września, Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Tychach, Starosta Powiatu Pszczyńskiego oraz Burmistrz Pszczyzny zorganizowali konferencję pt. „Zdrowie dzieci w naszych rękach” w Pszczyńskim Centrum Kultury.

Konferencja skierowana była do przedstawicieli powiatowych stacji sanitarno-epidemiologicznych województwa śląskiego, placówek oświatowych i podmiotów leczniczych z terenu powiatu pszczyńskiego. Uczestnicy konferencji wysłuchali wykładów nt. COVID-19 i zakażeń SARS-COV-2 w województwie śląskim z perspektywy Państwowej Inspekcji Sanitarnej, otyłości dziecięcej i roli środowiska szkolnego w profilaktyce i leczeniu, odpowiedzialności prawnej nieletnich, suplementów diety, napojów energetycznych, dostosowania mebli edukacyjnych do zasad ergonomii w placówkach oświatowych, środków higienicznych i podniesienia poziomu higieny w placówkach szkolnych, szczepień przeciw pneumokokom. Przerwę między wykładami uatrakcyjnił występ Stowarzyszenia "Take Tam..." im. Artystów Międzywojnia, który przedstawił w sposób artystyczny problem

konsekwencji używania przez młodych ludzi napojów energetycznych. W konferencji udział wzięło 250 osób.



PSSE w Bielsku-Białej

Konferencja „Zagrożenia zdrowotne wynikające z obecności bakterii Legionella sp. w instalacjach wodnych”

26 września w siedzibie Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bielsku-Białej zorganizowano konferencję pod tytułem „Zagrożenia zdrowotne wynikające z obecności bakterii Legionella sp. w instalacjach wodnych”. Na spotkanie zaproszono osoby odpowiedzialne za utrzymywanie sieci wodociągowych.

Poruszono następujące tematy:

- ✚ patogenność i epidemiologia (Sekcja Epidemiologii);
- ✚ aspekty prawne nadzoru nad występowaniem bakterii Legionella sp. w środowisku człowieka (Sekcja Higieny Komunalnej i Środowiska);
- ✚ diagnostyka laboratoryjna (Oddział Laboratoryjny);
- ✚ rozwiązania techniczne ograniczające narażenie zakażeniem bakterią Legionella sp. (Sekcja Zapobiegawczego Nadzoru Sanitarnego).

Spotkanie cieszyło się dużym zainteresowaniem, uczestniczyło w nim 22 przedstawiciele Urzędów Miast i Gmin oraz spółek wodociągowych.



PSSE w Raciborzu

Wystawa plenerowa połączoną z wykładami „Bezpieczne Grzybobranie - Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”

22 września na dziedzińcu Zamku Piastowskiego w Raciborzu miała miejsce wystawa plenerowa połączoną z wykładami pt. „Bezpieczne Grzybobranie - Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. Organizatorem przedsięwzięcia była Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Raciborzu we współpracy z Zamkiem Piastowskim w Raciborzu. Patronat honorowy nad wydarzeniem objęli Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny w Katowicach - dr n. med. Grzegorz Hudzik, Starosta Raciborski - Grzegorz Swoboda oraz Prezydent Miasta Racibórz - Dariusz Polowy.

W ramach wystawy były prowadzone wykłady i pogadanki na temat grzybów przez Justyna Kołek - członka i współzałożyciela Polskiego Towarzystwa Mykologicznego, uczestnika programów telewizyjnych i radiowych, aktywnego propagatora wiedzy na temat grzybów. Punkt informacyjno-edukacyjny Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Raciborzu przygotował:

- ✚ wystawę grzybów (żywe okazy i modele grzybów);
- ✚ podstawowe zasady podczas grzybobrania;
- ✚ jak postępować w przypadku zatruc grzybami;
- ✚ bezpłatną ocenę grzybów przez grzyboznawcę;
- ✚ punkt edukacyjny poświęcony tematyce kleszczy i profilaktyki chorób odkleszczowych,
- ✚ promocję szczepień ochronnych i profilaktykę substancji psychoaktywnych.

Ponadto na zamkowym dziedzińcu pojawiły się stoiska informacyjno-edukacyjne:

- ✚ Nadleśnictwa Rudy – Lasy Państwowe;

- ✚ Wojewódzkiego Inspektoratu Ochrony Roślin i Nasiennictwa w Katowicach/Oddział w Raciborzu;
- ✚ Komendy Powiatowej Policji w Raciborzu;
- ✚ Wodociągów Raciborskich;
- ✚ Ratownictwa Medycznego LIFE;
- ✚ Powiatowego Centrum Sportu w Raciborzu;
- ✚ Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego PT Racibórz.





PSSE w Sosnowcu

Nagroda dla uczennicy za II miejsce w Ogólnopolskim Konkursie Wiedzy „Trzymaj Formę!”

28 września podczas Sesji Rady Miasta Sosnowca, w obecności Prezydenta miasta Sosnowca oraz zaproszonych gości Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Sosnowcu uhonorował wyróżnieniem absolwentkę Szkoły Podstawowej nr 6. Uczennica odebrała dodatkowo z rąk Prezydenta Miasta Sosnowca nagrodę rzeczową z życzeniami dalszych sukcesów w rozwoju swojej pasji do nauki. Już po raz jedenasty, w ramach programu, odbył się Ogólnopolski Konkurs Wiedzy "Trzymaj Formę!". Wzięło w nim udział ponad 6 tysięcy uczniów z całej Polski. Konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia Trzymaj Formę!, w którym sosnowiczanka zdobyła II miejsce skierowany był do uczniów klas VI, VII i VIII szkół podstawowych zainteresowanych zdobyciem i pogłębieniem wiedzy z zakresu zdrowego stylu życia, w szczególności uwzględniając tematykę zbilansowanej diety i aktywności fizycznej. Działanie skierowane jest zarówno do szkół, które uczestniczą w Ogólnopolskim Programie Edukacyjnym "Trzymaj Formę!", jak i do tych placówek, które nie realizują programu.



Edukacja sosnowieckich przedszkolaków w zakresie ochrony przed kleszczami

6, 19 i 20 września na terenie przedszkoli miejskich nr 33, 14, 12 w pracownicy Oświaty Zdrowotnej przeprowadzili cykl spotkań edukacyjnych w zakresie profilaktyki chorób odkleszczowych. W przystępnej formie przybliżono przedszkolakom ważną problematykę ochrony przed kleszczami. Dzieci były bardzo zainteresowane oraz chętnie dzieliły się własnymi doświadczeniami w temacie kleszczy. Wiele radości sprawiły kolorowanki dedykowane kampanii. Pomogły przedszkolakom utrwalić zdobytą wiedzę. W działaniach edukacyjnych uczestniczyło 97 przedszkolaków.



PSSE w Chorzowie

XII Piknik Organizacji Pozarządowych w Świętochłowicach

10 września, Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Chorzowie uczestniczyła w XII edycji Pikniku Organizacji Pozarządowych w Świętochłowicach.

Podczas trwającego wydarzenia na terenie dawnego parku linowego na OSIR Skałka uczestnicy mieli okazję odwiedzić stanowisko profilaktyczne przygotowane przez pracowników PSSE w Chorzowie na którym promowano m.in. bezpieczne grzybobranie,

kampanię EFSA „Wybieraj bezpieczną żywność”, udzielano informacji na temat szczepień ochronnych, zachęcano do badań profilaktycznych i ochrony przed kleszczami. Rodzice, opiekunowie obecni na pikniku chętnie rozmawiali z pracownikami Stacji na temat dotyczący przeciwdziałaniu uzależnieniom od środków psychoaktywnych wśród młodzieży. Osoby palące mogły poddać się badaniu tlenku węgla w wydychanym powietrzu oraz uzyskać informacje gdzie szukać pomocy w przypadku chęci rzucenia tego zgubnego nałogu.



PSSE w Żywcu

Nowy powiatowy projekt edukacyjny dla uczniów klas I-III „Profilaktyka na 6!”

We wrześniu Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żywcu zaprosił szkoły podstawowe powiatu żywieckiego do udziału w nowym powiatowym projekcie edukacyjnym skierowanym do uczniów klas I-III.

Celem projektu jest wypracowanie wśród uczniów właściwych postaw wobec zdrowia w różnych sytuacjach życia codziennego.

Projekt zakłada realizację 6 następujących tematów:

- ✚ Postawa do podstawa! – profilaktyka wad postawy;
- ✚ Śniadanie – najważniejszy posiłek dnia – profilaktyka otyłości, racjonalna, zbilansowana dieta;
- ✚ Patent na bezpieczne ferie – kodeks bezpiecznych zachowań podczas ferii;
- ✚ Piękne zęby mam, bo o nie dbam! – higiena jamy ustnej;
- ✚ Stop wirusom i bakteriom! – profilaktyka chorób zakaźnych;
- ✚ Patent na bezpieczne wakacje. Temat dodatkowy: Elementy pierwszej pomocy – kodeks bezpiecznych zachowań podczas wakacji.

Dla nauczycieli, koordynatorów projektu przygotowano szereg atrakcyjnych materiałów dydaktycznych do wykorzystania w trakcie zajęć, takich jak: materiały w formie elektronicznej: prezentacje multimedialne, karty pracy z różnorodnymi zadaniami, plakat, kodeks dla ucznia, kolorowanki, dyplom.



„Śniadanie – najważniejszy posiłek dnia”

RADEK RADZI:

1. Spożywaj 4-5 posiłków dziennie co 3-4 godz.
2. Śniadanie daje nam moc do działania. Bez niego czujemy się osłabieni i zmęczeni.
3. Dobrze skomponowane śniadanie powinno zawierać wszystkie elementy z pięter piramidy żywnościowej: produkty zbożowe, źródła białka zwierzęcego i roślinnego, dobrej jakości tłuszcze, warzywa i owoce.
4. Unikaj produktów ciężkostrawnych i słodkich.
5. Polecanym dodatkiem do śniadania są: orzechy, pestki dyni, słonecznika czy siemienia lnianego.
6. Spożywanie śniadań wpływa na: lepszą koncentrację, zapamiętywanie, zdolność uczenia i rozwój intelektualny.



Akcja profilaktyczna „Bez social mediów da się żyć!”

25 września, na zaproszenie Zespołu Szkół Mechaniczno-Elektrycznych w Żywcu przeprowadzono akcję profilaktyczną „Bez social mediów da się żyć!”. W pierwszej części spotkania omówiono zagrożenia zdrowotne i społeczne wynikające z nadmiernego korzystania z Internetu oraz mediów społecznościowych. Poruszony został problem dotyczący FOMO (Fear of missing out), oznaczający lęk przed wypadnięciem z obiegu, obawy, że coś istotnego nam umknie, kiedy nie będziemy online. Do udziału w drugiej części spotkania zaproszono panią Ewelinę Cienkus, wieloletniego instruktora fitness, która podzieliła się swoim zamiłowaniem do sportu i zachęciła młodzież do codziennej aktywności fizycznej. Podczas spotkania prowadzona była dodatkowo dystrybucja materiałów związanych z poruszonymi podczas spotkania tematami.



PSSE w Katowicach

„Żegnajcie wakacje – witaj szkoło!” – warsztaty dla dzieci

W okresie 14–29 września pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach przeprowadzili cykl zajęć warsztatowych dotyczących profilaktyki wad postawy, dla uczniów klas drugich i trzecich katowickich szkół podstawowych. Podczas zajęć

przekazano informacje dotyczące między innymi prawidłowego pakowania tornistra, pilnowania aby nie znajdowały się w nim niepotrzebne rzeczy. Ważnym elementem warsztatów było uświadomienie wpływu zbyt ciężkiego oraz nieprawidłowo noszonego tornistra na zdrowie. Prowadząca pytała dzieci o ich wymarzone szkolne plecaki oraz o zbędne przedmioty, które dzieci przynoszą do szkoły. Wyjaśniono uczniom ile maksymalnie powinny ważyć ich tornistry. Rozmawiano z dziećmi o aktywności fizycznej jako podstawowej profilaktyce wad postawy. W zajęciach wzięło udział ponad 200 uczniów.



PSSE w Jaworznie **Lekki Tornister 2023**

W ramach realizacji wojewódzkich akcji „Lekki Tornister 2023” pracownik Oświaty Zdrowotnej przeprowadził warsztaty profilaktyczne dla uczniów klas 1-3 w Szkole Podstawowej nr 15 i w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 1 w Jaworznie. Podczas warsztatów odbyła się pogadanka o profilaktyce wad postawy, odpowiednim noszeniu i pakowaniu tornistrów oraz o aktywności fizycznej, która ma pozytywny wpływ na sylwetkę. Uczniowie wykazywali się dużą świadomością w tym temacie. Na zakończenie zajęć każdy uczeń mógł sprawdzić, czy ma prawidłowo wyregulowane szelki w swoim plecaku.



Tydzień seniora

Co roku w mieście Jaworzno organizowany jest „Tydzień Seniora”, podczas którego zorganizowanych jest wiele ciekawych atrakcji dla lokalnych seniorów. W tym roku pracownik Oświaty Zdrowotnej prowadził stoisko informacyjno–edukacyjne w GEOsferze - mecie rajdu Nordic Walking, gdzie miała odbyć się Biesiada przy muzyce na żywo. Na stoisku PSSE w Jaworznie seniorzy mogli zasięgnąć informacji na temat promocji zdrowia, zdrowego odżywiania, profilaktyki chorób odkleszczowych oraz bezpieczeństwa żywności. Chętni mogli skorzystać z badania tlenku węgla w wydychanym powietrzu oraz zobaczyć zaburzenia koordynacji w alko- i narkoglach.



PSSE w Gliwicach

X Rodzinny Piknik Seniora

3 września w Parku Chopina w Gliwicach, odbył się X Rodzinny Piknik Seniora. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele Państwowej Powiatowej Inspekcji Sanitarnej w Gliwicach. Podczas akcji pracownicy udzielali porad dotyczących bezpiecznego grzybobrania, zapobiegania ukąszeniu przez kleszcze, profilaktyki środków psychoaktywnych, bezpiecznego korzystania ze słońca, profilaktyki palenia tytoniu,

szkodliwości spożywania napojów energetyzujących. W akcji uczestniczyło wielu partnerów działań prozdrowotnych, piknik cieszył się ogromnym zainteresowaniem społeczności lokalnej, w którym udział wzięło ok 2 500 osób.



6 Bieg Oko w Oko z Rakiem

24 września pracownicy Państwowej Inspekcji Sanitarnej w Gliwicach wzięli udział w akcji prozdrowotnej "6 Bieg Oko w Oko z Rakiem". Wydarzenie odbyło się na terenie Instytutu Onkologii w Gliwicach. Do współpracy zaproszono Oddział NFZ w Rybniku.

Podczas akcji pracownicy udzielali porad dotyczących profilaktyki chorób nowotworowych. W wydarzeniu uczestniczyło wielu partnerów działań prozdrowotnych, akcja cieszyła się ogromnym zaangażowaniem uczestników, szacuje się że wzięło w niej udział 1 500 osób.





PSSE w Dąbrowie Górniczej

Festyn Zdrowia na Rynku Starego Miasta w Czeladzi

6 września, na Rynku Starego Miasta w Czeladzi odbył się Festyn Zdrowia gdzie uczestnicy skorzystali z wielu konsultacji specjalistycznych, a także badań profilaktycznych. Przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Dąbrowie Górniczej i Delegatury NFZ w Piekarach Śląskich, również uczestniczyli w powyższym przedsięwzięciu w ramach współpracy i na zaproszenie Urzędu Miasta w Czeladzi. W przygotowanym stoisku promocji zdrowia prowadziliśmy rozmowy i porady na temat zasad bezpiecznego grzybobrania oraz zasady ochrony przed chorobami odkleszczowymi. Natomiast w punkcie NFZ można było skorzystać z porad na temat zdrowia i wyrobić kartę EKUZ. Liczba uczestników akcji 280 osób.



Zajęcia edukacyjne dla dzieci i młodzieży

W ramach akcji Bezpieczny powrót do szkoły i przedszkola w dniach od 11-15 września, wspólnie z Komendą Miejską Policji w Dąbrowie Górniczej prowadzono zajęcia edukacyjne dla dzieci i młodzieży w celu uświadamiania czym jest zdrowie i bezpieczeństwo. W spotkaniach pomagał policyjny pies „Sznupiek”, a dzieci aktywnie brały udział w pokazie mycia zębów oraz poznały zasady profilaktyki wad postawy, aby zaczynając przygodę ze szkołą wiedziały jak się do niej przygotować. Ponadto podczas zajęć w grupach wszystkie dzieci zapoznały się z tematem ochrony przed kleszczami. W Akcji udział wzięło 125 dzieci.



PSSE w Bytomiu

Piknik Rodzinny pod hasłem „Sport wzbogaca - nałóg zatracza”

2 września pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu uczestniczyli w pikniku rodzinnym na Kopcu Wyzwolenia w Piekarach Śląskich. Na stoisku promocji zdrowia można było skorzystać z bezpłatnych materiałów profilaktycznych oraz wykonać określone zadania w okularach typu alko- i narkogogle celem zobrazowania, jak zachowuje się narząd wzroku pod wpływem dużej dawki alkoholu i narkotyków. Ponadto osoby palące papierosy zachęcano do zerwania z nałogiem poprzez przeprowadzenie u nich pomiaru stężenia tlenku węgla w wydychanym powietrzu. Zbliżający się koniec wakacji i powrót do szkoły był dobrą okazją do poruszenia tematu profilaktyki powstawania wad postawy oraz doboru odpowiedniego tornistra. W ramach trwającej kampanii „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”, uczestnicy pikniku mogli zobaczyć, jak wyglądają kleszcze oraz dowiedzieć się czym i jak prawidłowo je usnąć. Dużym zainteresowaniem cieszyło się koło wiedzy z przygotowanymi pytaniami z zakresu profilaktyki chorób i promocji zdrowia.



Warsztaty profilaktyczne w Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom w Bytomiu

21 września uczestniczono w warsztatach profilaktyczno-edukacyjnych na terenie Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom w Bytomiu. Adresatami zajęć byli uczniowie z Zespołu Szkół Technicznych w Bytomiu. Głównym celem zajęć było przedstawienie i przypomnienie podstawowych informacji o uzależnieniach oraz zagrożeń wynikających z zażywania substancji psychoaktywnych. Zainteresowane osoby miały możliwość sprawdzenia, jak zachowuje się organizm po alkoholu i narkotykach poprzez przeprowadzenie prostych zadań w okularach typu alko- i narkogogle. Na zakończenie zajęć, w celu utrwalenia wiedzy przeprowadzono quiz wiedzy dotyczący uzależnień.



PSSE w Tychach

Dzień bez samochodu

22 września podczas obchodów „Dnia bez samochodu” pod Urzędem Miasta w Tychach przygotowano stoisko Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej. Na najmłodszych czekały zagadki oraz quizy dotyczące zdrowia i higieny, a na nieco starszych ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli. Prezentowano różne formy kleszczy oraz przyrządy służące do bezpiecznego ich usuwania ze skóry.



PSSE w Rudzie Śląskiej

Akcja „Biała Sobota – Dzień Seniora” w Szpitalu Miejskim

30 września, w ramach organizowanego przez Szpital Miejski w Rudzie Śląskiej wydarzenia „Biała Sobota – Dzień Seniora” przygotowano stanowisko promocji zdrowia i profilaktyki uzależnień. Pacjenci mogli skorzystać z porad w zakresie profilaktyki chorób nowotworowych, a także zasad zdrowego stylu życia. Szpital przygotował wiele atrakcji o charakterze promującym zdrowie, w tym punkty profilaktyki i poradnictwo zdrowotne. Nasze stanowisko odwiedziło ok. 250 osób.



PSSE w Wodzisławiu Śląskim

Akcja profilaktyczna w Markłowicach

3 września wzięliśmy udział w Akcji profilaktycznej, która odbyła się w czasie trwania imprezy dożynkowej w Gminie Markłowice. Głównym celem akcji było kształtowanie umiejętności prawidłowych decyzji odnośnie własnego zdrowia oraz poczucia odpowiedzialności za wybory związane ze zdrowiem w tym zwrócenie uwagi na zagrożenia wynikające z korzystania ze środków psychoaktywnych. Ponadto na stanowisku promocji zdrowia uczestnicy wydarzenia mogli uzyskać informacje dotyczące chorób odkleszczowych takich jak borelioza oraz kleszczowe zapalenie mózgu, podstawowych zasad ochrony przed

kleszczami w tym szczepień ochronnych czy prawidłowego usuwania kleszcza. Tłumaczono jak dokonywać świadomych wyborów żywieniowych poprzez wyjaśnianie kluczowej roli, jaką odgrywa nauka w bezpieczeństwie żywności. Dużym zainteresowaniem cieszyła się próba sprawności psychomotorycznej przy użyciu narko- oraz alkoholu.



PSSE w Kłobucku

O zdrowiu i higienie w przedszkolu

21 września w Gminnym Zespole Szkolno-Przedszkolnym Nr 3 w Rębelicach Królewskich pracownik Oświaty Zdrowotnej w towarzystwie niedźwiadka Szczepana przeprowadził zajęcia profilaktyczne dla dzieci przedszkolnych. Podczas zajęć przedszkolaki dowiedziały się jak działają szczepienia i dlaczego są tak ważne w zapobieganiu chorob zakaźnych. Przypomniano również dzieciom o zdrowym odżywianiu oraz zasadach higieny osobistej w tym o prawidłowym myciu rąk. Dzieci usłyszały o sposobach ochrony przed kleszczami oraz jak należy postępować gdy dojdzie do ukąszenia przez kleszcza. Z zaciekawieniem obejrzały spoty edukacyjne na temat kleszczy i higieny rąk. Dzieci wykazały się dużą wiedzą na temat prezentowanych zagadnień, aktywnie uczestniczyły w zajęciach. W zajęciach uczestniczyło ogółem 36 osób (30 dzieci, 6 nauczycieli).



PSSE w Cieszynie

Niedźwiadek Szczepan z wizytą w przedszkolu

26 września w Przedszkolu nr 1 w Cieszynie przeprowadzono akcję informacyjno-edukacyjną dla dzieci na temat profilaktyki chorób zakaźnych oraz akcji „Zaszczep w sobie chęć szczepienia”. Dzieci wysłuchały opowiadania o przygodach niedźwiadka Szczepana. Bardzo chętnie wzięły udział w zabawie w lekarza badającego i kierującego misia Szczepana do szczepienia. Podsumowując wydarzenie Dyrekcja przedszkola ogłosiła

konkurs plastyczny z nagrodami na najciekawszą postać z opowiadania. Na zakończenie wszyscy obejrzeli filmiki o prawidłowym myciu rąk oraz sposobie przemieszczania się wirusów i bakterii. W akcji wzięło udział 52 dzieci z opiekunami.



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