



# NEWSLETTER

PAŃSTWOWEJ INSPEKCJI SANITARNEJ  
WOJ. ŚLĄSKIEGO

LISTOPAD 2021

**W numerze:**

- Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach;
  - Światowy Dzień Rzucania Palenia;
  - Kampania społeczna #SzczepimySię;
- Działania w zakresie środków psychoaktywnych;
  - Inne działania.



## Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach

Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach został ustanowiony w 2008 roku przez Komisję Europejską na wniosek Europejskiego Centrum Zapobiegania i Kontroli Chorób, natomiast Światowy Tydzień Wiedzy o Antybiotykach w 2015 roku przez Światową Organizację Zdrowia.



Inicjatywy te są odpowiedzią na narastające zagrożenie związane ze zjawiskiem oporności drobnoustrojów na antybiotyki i mają na celu zwiększenie świadomości na temat globalnej oporności na środki przeciwdrobnoustrojowe (AMR) i zachęcenie ogółu społeczeństwa, pracowników ochrony zdrowia i decydentów do najlepszych praktyk, aby uniknąć dalszego pojawiania się i rozprzestrzeniania zakażeń lekoopornych. Przyczyny narastającej antybiotykooporności to przede wszystkim nadmierne i/lub niewłaściwe stosowanie antybiotyków w medycynie, weterynarii a także w wielu krajach w hodowli zwierzęcej.

### Antybiotyki:

- | nie działają na wirusy,
- | działają na bakterie,
- | nadużywane tracą skuteczność.

### Pamiętaj!

- | przyjmuj tylko antybiotyki przepisane przez lekarza,
- | stosuj się do zaleceń lekarza,
- | nie przerywaj terapii antybiotykowej nawet jeśli poczujesz się lepiej,
- | nie stosuj antybiotyków pozostałych po wcześniejszych terapiach.

### Przeciwdziałaj zakażeniom:

- | często myj lub dezynfekuj ręce,
- | zasłaniaj usta i nos w przestrzeni publicznej,
- | zachowaj co najmniej 1,5 m odległości od innych.

## Pamiętajmy!

Antybiotykooporność jest zagrożeniem dla zdrowia i życia nas wszystkich. Skuteczność antybiotyków, a więc możliwość leczenia zakażeń i chorób bakteryjnych zależy od rozsądnego ich stosowania.

# Działajmy wspólnie aby utrzymać skuteczność antybiotyków

Epidemia antybiotykoopornych bakterii nadal trwa

Stosuj  
antybiotyki  
rozważnie

Przyjmuj tylko  
te przepisane  
przez lekarza



Nadużywane  
tracą  
skuteczność

Nie wymuszaj  
przepisania  
przez lekarza

W dobie COVID-19 nie zapominaj o oporności na antybiotyki

Przeziębienie, grypa, COVID-19  
to choroby wirusowe  
Antybiotyki nie działają na wirusy  
tylko na bakterie

[www.antybiotyki.edu.pl](http://www.antybiotyki.edu.pl)

## PSSE w Katowicach

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Katowicach z okazji Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach oraz Światowego Tygodnia bez Antybiotyków zorganizował w kilku szkołach podstawowych wystawy edukacyjne. Tematyka wystawy przybliżała uczniom historię odkrycia antybiotyków, ich wpływ na bakterie oraz zdrowie. Zwrócono również uwagę na zjawisko antybiotykooporności oraz niewłaściwego stosowania i nadużywania lekarstw. W niektórych klasach dzieci uzupełniały wiedzę oglądając prezentację pt. „Superbakterie Odporniaki”, filmiki edukacyjne „Jak działają antybiotyki i czy mogą przestać działać”, „Gdzie mieszkają bakterie?” oraz eksperymenty zachęcające do częstego mycia rąk. Ponadto z okazji obchodów Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach oraz Światowego Tygodnia bez Antybiotyków opracowano własny post i zamieszczono go w mediach społecznościowych.



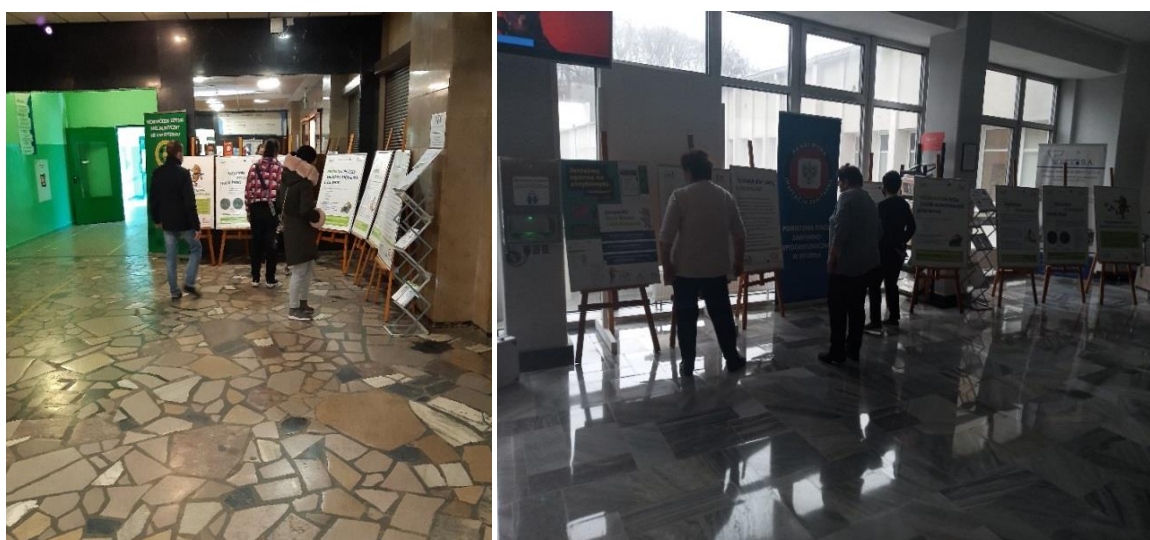


## PSSE w Bytomiu

W związku z Europejskim Dniem Wiedzy o Antybiotykach przypadającym 18 listopada pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej PSSE Bytom zorganizowali dwie wystawy informacyjno-edukacyjne o antybiotykach. Wystawy były prezentowane w okresie od 5 do 21 listopada w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym nr 4 w Bytomiu oraz w dniach od 21 listopada do 3 grudnia w Górnośląskim Centrum Rehabilitacji "REPTY".



Ww. działania miały na celu zwrócenie uwagi społeczeństwa na problem antybiotykoodporności, oraz nadużywania i niewłaściwego stosowania antybiotyków. Z plansz wystawy odwiedzający dowiedzieli się m.in. czym są i jak działają antybiotyki, jakich chorób nie leczą albo – jaka jest ich historia. Niewłaściwe stosowanie antybiotyków jest problemem na całym świecie. Dla zainteresowanych osób odwiedzających wystawę przygotowano bezpłatne ulotki informacyjno-edukacyjne.



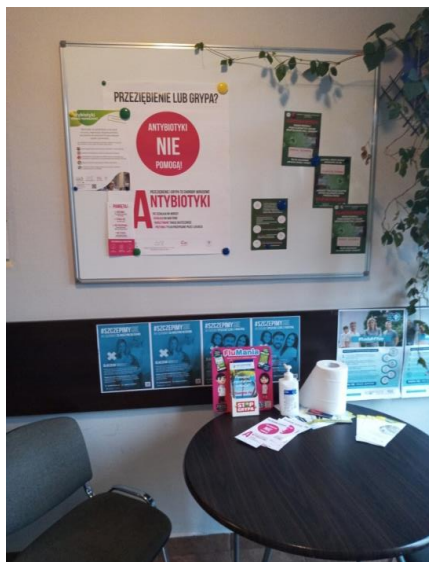
## PSSE w Chorzowie

W związku z obchodami Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarно-Epidemiologicznej w Chorzowie podjęli współpracę z Miejską Biblioteką Publiczną w Świętochłowicach. W ramach prowadzonych działań w dniach od 15 listopada do 19 listopada wyeksponowano w holu biblioteki plakaty oraz udostępniono czytelnikom ulotki na temat właściwego stosowania antybiotyków. Prowadzona akcja miała na celu zwrócenie uwagi oraz podniesienie świadomości społeczeństwa na temat zjawiska narastania i rozprzestrzeniania się oporności na antybiotyki wśród drobnoustrojów wywołujących zakażenia u człowieka.



## PSSE w Cieszynie

W dniu 18 listopada szczególnie zwracano uwagę na skutki zdrowotne jakie powoduje niewłaściwe stosowanie i nadużywanie antybiotyków. Do dyrektorów przedszkoli przesłano pisma zapraszające do promowania akcji informacyjnej wśród rodziców. Do wszystkich placówek oświatowo-wychowawczych dostarczono ulotki i plakaty. Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach promowano również w mediach społecznościowych.



### PSSE w Rudzie Śląskiej

W dniu 17 listopada na zaproszenie Stowarzyszenia Św. Filipa Nereusza w Rudzie Śląskiej pracownicy Oświaty Zdrowotnej oraz Sekcji Epidemiologii przeprowadzili wykład dla podopiecznych Stowarzyszenia. Tematem spotkania były antybiotykoterapia, profilaktyka grypy oraz szczepienia przeciw COVID-19. Wykładu wysłuchało 25 osób w wieku emerytalnym.





## Światowy Dzień Rzucania Palenia

Światowy Dzień Rzucania Palenia, obchodzony jest corocznie w trzeci czwartek listopada. Pomysłodawcą akcji był amerykański dziennikarz Lynn Smith, który w 1974 roku zaapelował do czytelników swojej gazety, aby przez jeden dzień nie palili papierosów. W Polsce Światowy Dzień Rzucania Palenia obchodzony jest od 1991 roku.

Jest wiele powodów, aby rzucić palenie, a obecna pandemia może być jeszcze jednym motywatorem:

- Każdego roku umiera ponad 8 milionów osób, z czego 7 milionów to aktywni palacze, a około 1 milion to osoby narażone na bierne palenie.
- Osoby palące tytoń oraz używające e-papierosów są 7 razy bardziej narażone na zakażenie koronawirusem.
- Palenie tytoniu sprzyja powstawaniu przewlekłych chorób układu oddechowego, takich jak – nowotwory płuc, gruźlica, astma oskrzelowa oraz przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP). Palenie tytoniu lub używanie e-papierosa zwiększa ryzyko ciężkiego przebiegu COVID-19. Koronawirus atakuje przede wszystkim układ oddechowy, doprowadzając do jego uszkodzenia. Palacze i osoby cierpiące na POChP mogą mieć podwyższony poziom enzymu ACE-2, który pomaga wirusom dostać się do komórek znajdujących się w płucach, gdzie patogen się namnaża. Palenie tytoniu może być także istotnym czynnikiem sprzyjającym powstaniu i rozwojowi przewlekłej obturacyjnej choroby płuc, która doprowadza do uszkodzenia pęcherzyków płucnych, co zmniejsza ich wydolność w pobieraniu tlenu i usuwanie dwutlenku węgla. W konsekwencji dochodzi do uciążliwego kaszlu i problemów z oddychaniem. Jest to także czynnik zwiększający ryzyko ciężkiego przebiegu COVID-19.
- Palenie tytoniu oraz używanie e-papierosów, podobnie jak COVID-19, podnosi stężenie czynników krzepnięcia krwi, co zwiększa ryzyko udaru.
- Osoby palące dużo częściej dotykają okolic ust podczas palenia, co w obecnej sytuacji, przy niedostatecznej higienie rąk, także zwiększa możliwość zarażenia koronawirusem.



# CHCEMY ŻYĆ! BEZ DYMU!



ZMIEN SIĘ  
I INNYCH  
**NIE PAL!**



WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA  
W KATOWICACH



## PSSE w Zawierciu

W dniu 18 listopada przypada „Światowy Dzień Rzucania Palenia”, celem akcji jest edukacja antynikotynowa uczniów na temat niekorzystnego wpływu palenia papierosów, czyli zagrożenia wynikające z czynnego i biernego palenia. Z tej okazji w Szkole Podstawowej nr 1 w Pilicy na korytarzu szkolnym zorganizowano wystawę dotyczącą profilaktyki palenia tytoniu skierowaną do całej społeczności szkolnej. Pedagog szkolny prowadził pogadanki w klasach IV–VIII w Szkole Podstawowej nr 1 w Pilicy podczas których poruszał temat szkodliwego wpływu palenia tytoniu na organizm człowieka oraz zagadnienia „bierny palacz” i „biernie palenie”.



Wystawa w Szkole Podstawowej nr 1 w Pilicy

W obchody Światowego Dnia Rzucania Palenia włączyła się również Świetlica Środowiskowa w Zawierciu, pracownicy OZ PSSE Zawiercie przeprowadzili pogadankę na temat szkodliwości palenia tytoniu, dzieci zostały zapoznane z informacjami jakie substancje zawarte są w papierosie oraz jakie skutki zdrowotne niesie ze sobą palenie tytoniu. Dzieci kolorowały znaki zakazu palenia oraz projektowały i wykonały plakat promujący wolny od tytoniu zdrowy styl życia.



Świetlica Środowiskowa w Zawierciu

W Szkole Podstawowej nr 1 i w Szkole Podstawowej nr 5 w Zawierciu, w dniu 18 listopada zorganizowano akcję profilaktyczną, w którą zaangażowana została cała szkoła. Wszyscy uczniowie na godzinie wychowawczej przygotowywali plakaty i rozmawiali o konsekwencjach zdrowotnych palenia tytoniu. Przeprowadzono pogadanki w poszczególnych klasach oraz podczas zajęć na świetlicy szkolnej. Wyjaśniono pojęcie „biernego palenia” oraz „biernego palacza”. Plakaty zostały wyeksponowane na korytarzach szkolnych.



Szkoła Podstawowa nr 1 w Zawierciu



Szkoła Podstawowa nr 1 w Zawierciu



Szkoła Podstawowa nr 5 w Zawierciu



## PSSE w Dąbrowie Górniczej

Dnia 18 listopada młodzież II Liceum Ogólnokształcącego w Będzinie uczestniczyła w obchodach Światowego Dnia Rzucania Palenia. Zorganizowano punkty informacyjne oraz konkurs na plakat o treści antytytoniowej, a także prowadzono rozmowy na temat szkodliwości palenia tytoniu. Ponadto na zaproszenie Dyrekcji M1 w Czeladzi dnia 19 listopada miało miejsce spotkanie z pracownikami Marketu Bi1. Prelekcja poruszała zagadnienia z zakresu profilaktyki uzależnień tj. Negatywny wpływ palenia tytoniu pod względem zdrowotnym społecznym i ekonomicznym. W punkcie informacyjnym można było wykonać test uzależnienia i test motywacji do zaprzestania palenia.



18.11 obchodzimy Dzień Rzucania Palenia, z tej okazji uczniowie kl. I A przygotowali plakaty zachęcające do rzucenia palenia



*II Liceum Ogólnokształcące Będzin*







*Market Bi1 Czeladź*

### **PSSE w Sosnowcu**

W związku z obchodami Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach i Światowego Dnia Rzucania Palenia, które w tym roku przypadły w dniu 18 listopada 2021 roku zorganizowano w dniach 18-25 listopada na terenie nadzorowanym przez PPIS w Sosnowcu działania informacyjno-edukacyjne. Inauguracja tygodnia promującego niepalenie została zorganizowana na terenie Szkoły Podstawowej nr 22 w Sosnowcu. Pracownik oświaty zdrowotnej PSSE w Sosnowcu spotkał się z dziećmi i młodzieżą. Podczas akcji zostały poruszone także kwestie antybiotyków, antybiotykoodporności. Najmłodszym uczestnikom spotkań zostało przygotowane krótkie kompendium wiedzy o antybiotykach w formie historycznej ciekawostki. Akcja cieszyła się dużym zainteresowaniem ze strony uczniów i nauczycieli.







## Kampania społeczna #SzczepimySię i inne działania w zakresie profilaktyki koronawirusa SARS-CoV-2

Wszelkie informacje, najświeższe wiadomości oraz odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania można znaleźć na stronie <https://www.gov.pl/web/szczepimysie>

Na terenie województwa śląskiego systematycznie podejmowane są działania informacyjno-edukacyjne w zakresie kampanii społecznej #SzczepimySię.



### Wojewódzka Akcja Koronawirus. „Przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny”

Akcja ma na celu przypomnienie społeczeństwu, jak ważne jest przestrzeganie podstawowych zasad higieny i bezpieczeństwa w ograniczaniu rozprzestrzeniania się zakażeń wirusem SARS-CoV-2. Na potrzeby przedsięwzięcia została opracowana ulotka informacyjna, która oprócz informacji, ma budzić do refleksji na temat wyceny zdrowia własnego i innych.

WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA  
W KATOWICACH  
[www.wsse.katowice.pl](http://www.wsse.katowice.pl)

# KORONAWIRUS

## PRZESTRZEGAJ PODSTAWOWYCH ZASAD BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY

MANDAT ZAUFANIA

..... zł

Na ile wyceniasz  
zdrowie swoje i innych?

Zastanij usta i nos

- w miejscach ogólnodostępnych m.in. w sklepie, galerii handlowej, targu, kościele i innych budynkach użyteczności publicznej
- w pojazdach komunikacji zbiorowej (w autobusie, tramwaju, pociągu itp.)
- w samochodzie – dotyczy sytuacji, kiedy jedziesz z osobą z którą nie mieszkasz

Zwróć uwagę czy prawidłowo nosisz maseczkę

- zastanij zarówno usta jak i nos
- unikaj dotykania maseczki podczas jej używania
- niewłaściwe stosowanie maseczek może zwiększyć ryzyko infekcji

Zachowaj bezpieczną odległość od innych min. 1,5 metra. Unikaj dużych skupisk ludzkich

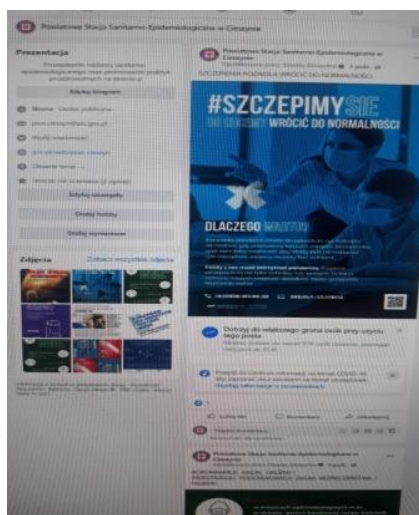
Często myj ręce - minimum 30 sekund, wodą z mydłem lub dezynfekuj je środkiem na bazie alkoholu (60%)

Unikaj dotykania dłońmi oczu, nosa i ust – w ten sposób możesz przenieść wirusa

Podczas kichania i kaszlu zakrywaj usta i nos chusteczką lub zgięciem łokcia

## PSSE w Cieszynie

W ramach kampanii społecznej #Szczepimy Się prowadzono działania promujące akcję szczepień wśród dzieci i dorosłych. Petenci Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Cieszynie zapoznali się z przygotowaną ekspozycją materiałów informacyjno-edukacyjnych pt. „Wszystko o szczepieniach”. Placówki lecznicze i przedszkola otrzymały pakiety ulotek zachęcających do szczepień przeciwko COVID-19. Kampania na bieżąco promowana jest w mediach społecznościowych.



## PSSE w Częstochowie

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Częstochowie w miesiącu listopadzie kontynuuje działania informacyjno-edukacyjne w ramach Kampanii „SzczepimySię” oraz „Zaszczep w sobie chęć szczepienia”. 16 listopada w VI Liceum Ogólnokształcącym im. Jarosława Dąbrowskiego w Częstochowie oraz 18 listopada w Szkole Podstawowej nr 16 w Częstochowie odbyły się spotkania z młodzieżą, podczas których omówiono podstawowe zasady higieny, których stosowanie zmniejsza ryzyko zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2. Na podstawie prezentacji multimedialnej przedstawiono sposób właściwego mycia rąk, a także omówiono zasady prawidłowej dezynfekcji i konieczności zachowania dystansu społecznego, jako istotnego czynnika zapobiegania zakażeniom. Podjęto również tematykę chorób zakaźnych, w tym grypy ze szczególnym uwzględnieniem szczepień ochronnych. Młodzież wykazała duże zainteresowanie tematem oraz przedstawiła swoje spostrzeżenia i uwagi. Pozostawiono materiały edukacyjne celem wyeksponowania w miejscach widocznych dla całej społeczności szkolnej oraz do kontynuowania działań informacyjno-edukacyjnych przez nauczycieli.

## PSSE w Myszkowie

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Myszkowie kontynuuje akcję pt. „Koronawirus-przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny” zainicjowanej przez Śląskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego w Katowicach. Akcja została opracowana



w związku z bieżącą sytuacją epidemiologiczną (pandemia COVID-19), a jej celem jest przypomnienie podstawowych zasad higieny i bezpieczeństwa w ograniczaniu rozprzestrzeniania się zakażeń wirusem SARS- CoV-2 (Dezynfekcja, Dystans, Maseczka).

Ulotka informacyjna, która zastała opracowana na potrzeby przedmiotowej akcji jest dystrybuowana, aby dotarła do jak największej liczby odbiorców. Została zamieszczona w social mediach oraz na stronie internetowej. Podejmowane są szeroko zakrojone działania informacyjno-edukacyjne w tym zakresie.

## PSSE w Tychach

Przez cały miesiąc listopad trwała akcja promująca szczepienia przeciwko COVID-19 ph. #SzczepimySię oraz akcja promująca zasadę DDM czyli dezynfekcja, dystans, maseczka ph. „Koronawirus. Przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny”. Materiały edukacyjne były dystrybuowane do placówek szkolno-wychowawczych. Tematykę prezentowano również podczas webinarów prowadzonych przez Sekcję Oświaty Zdrowotnej. Materiały edukacyjne dotyczące akcji „Zaszczep w sobie chęć szczepienia” dystrybuowano do punktów szczepień na terenie nadzorowanym przez PPIS w Tychach.



## PSSE w Sosnowcu

W listopadzie, w związku z nadal trwającą sytuacją pandemiczną SARS-CoV-2, praca i działania pracowników PSSE w Sosnowcu poświęcone były profilaktyce zakażeń, oraz promocji szczepień z kalendarza szczepień i szczepień ochronnych w ramach Kampanii #Szczepimy Się. Zainicjowano

działanie na terenie placówek przedszkolnych pod hasłem „Szczepanek w akcji”. Przedszkolaki w Sosnowcu za pośrednictwem treści zawartych w książce pt. "Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana" uczą się co to jest szczepionka oraz jak duże jest jej znaczenie w profilaktyce zdrowia.



W kolejnych tygodniach maskotka i książka będą promować szczepienia i gościć przez tydzień w każdej następczej placówce przedszkolnej na terenie miasta Sosnowiec.



Miesiąc listopad również był czasem wzmożonych działań informacyjno-edukacyjnych w ramach kampanii „Koronawirus, przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny”. W korespondencji z palcówkami szkolnymi i przedszkolnymi pracownicy podkreślali powagę działań do kampanii, mając na względzie obecną sytuację epidemiologiczną w Polsce. Dla odbiorców załączono edytowalną wersję ulotki informacyjnej. W kontakcie z nauczycielami przedszkolnymi sugerowano prowadzenie warsztatów instruktarzowych z dokładnego mycia i dezynfekowania dłoni dla dzieci z zadaniem powielania ich przez dzieci w domach rodzinnych dla domowników. Podkreślano, iż przestrzeganie bowiem zasad higieny osobistej oraz wdrożenie odpowiednich działań profilaktycznych w placówkach oświatowo-wychowawczych pozwala na ograniczenie zachorowań wśród dzieci, co jednocześnie podnosi poziom bezpieczeństwa zdrowotnego pozostałych członków ich rodzin. W korespondencji podkreślano zasady: dystans, dezynfekcja, maseczka.



### PSSE w Żywcu

W dniu 2 listopada pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia z PSSE w Żywcu zorganizowali dla dzieci z Przedszkola im. ks. J. Hojdysa w Międzybrodziu Żywieckim zajęcia profilaktyczne skupione wokół tematu odporności i szczepień ochronnych. Działanie zrealizowano w ramach programu „Klub Zdrowego Przedszkolaka” i wojewódzkiej akcji „Koronawirus. Przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny”. W pierwszej części spotkania zaproponowano uczestnikom prezentację multimedialną na temat odporności i znaczenia szczepień ochronnych. W kolejnej części dzieci odgadywały zagadki skupione wokół tematu zdrowia, po czym miały możliwość wysłuchania bajki pt. „Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana”. Na koniec przekazano dzieciom kolorowanek i odczytano wiersz stworzony na potrzeby akcji:

*„Choć szczepienia nie są przyjemnie,  
Dla nas wszystkich są zbawienne!  
Szczepionka skutecznie nas obroni  
I groźne choroby szybko przegoni!  
A więc krzyknijemy: „My się nie boimy!”  
Idziemy do doktora i się szczepimy!  
Ukucie trwa chwilę, ból szybko przechodzi,  
Zdrowie jest najważniejsze! O to w tym chodzi!”*





## Działania w zakresie środków psychoaktywnych

### PSSE w Chorzowie

#### Tydzień Świadomości Profilaktycznej

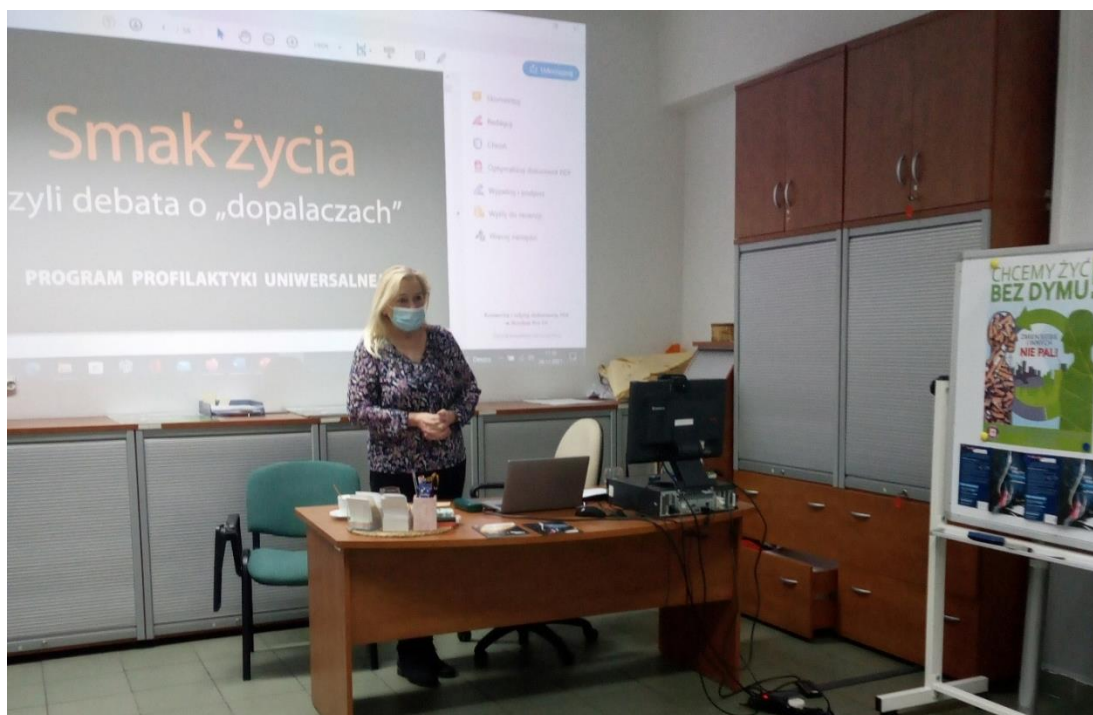
Oświata Zdrowotna PSSE w Chorzowie wsparła akcję „Tydzień Świadomości Profilaktycznej”, która zorganizowana była dla uczniów III Liceum Ogólnokształcącego w Chorzowie. Na szkolnym korytarzu powstał kącik profilaktyczny do którego dostęp miała cała społeczność szkolna. Pod nadzorem opiekuna uczniowie mieli okazję przymierzyć alko- i narkogogle - symulatory zażywania środków psychoaktywnych. „Tydzień Świadomości Profilaktycznej” był okazją zwrócenia uwagi młodzieży na założenia programu „ARS, czyli jak dbać o miłość?” którego celem jest pogłębienie wiedzy uczniów na temat konsekwencji używania substancji psychoaktywnych m.in. alkoholu, papierosów czy narkotyków. Na przygotowanym stanowisku uczniowie mogli zapoznać się z ulotkami nt. zagrożeń jakie niesie zażywanie narkotyków w tym także tzw. „dopalaczy” picie alkoholu czy palenie tradycyjnych papierosów i e-papierosów. Promowano także anonimowe testowanie w kierunku wirusa HIV oraz szczepienia ochronne przeciwko COVID-19.





## **PSSE w Sosnowcu** **Spotkanie z pedagogami sosnowieckich szkół podstawowych**

26 listopada na terenie Centrum Doskonalenia Nauczycieli przy ul. Białostockiej 17 w Sosnowcu pracownicy oświaty zdrowotnej PSSE w Sosnowcu, zachowując reżim sanitarny spotkali się z pedagogami sosnowieckich szkół podstawowych.

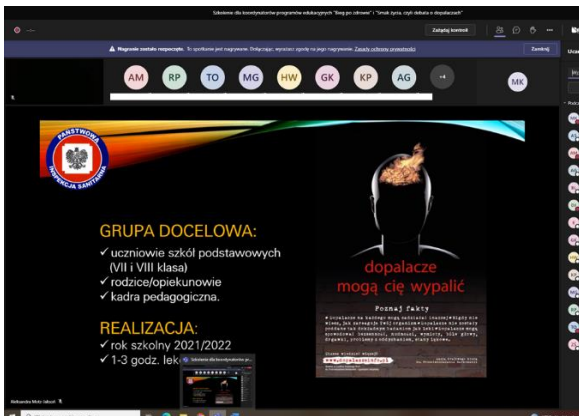
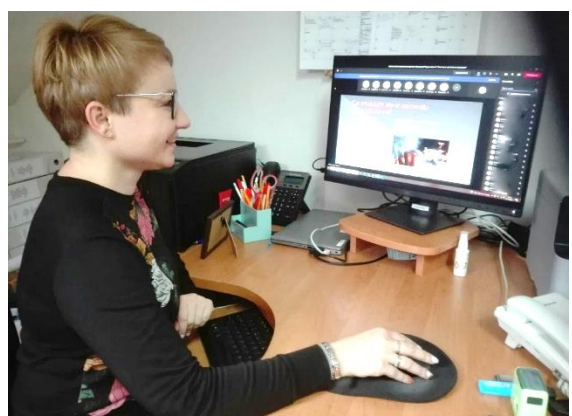
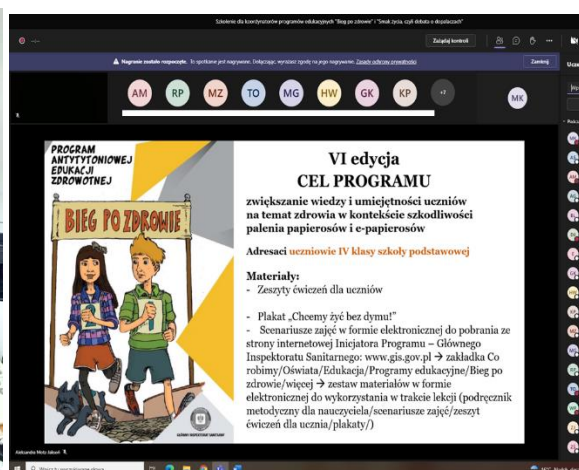
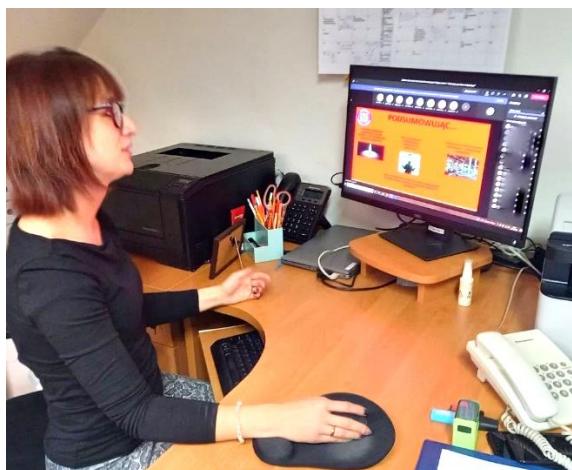


Spotkanie miało na celu prezentację kampanii, programów i akcji, które są promowane i nadzorowane przez PSSE w Sosnowcu, a także szkolenie dla koordynatorów programu „Smak życia, czyli debata o dopalaczach”. Na spotkanie zostały przygotowane materiały promujące, informacyjne oraz prezentacja programu wczesnej interwencji Krajowego Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii pod nazwą „Fred goes Net”. Dodatkowo zostały zaprezentowane materiały do pobrania, umieszczone na stronie internetowej PSSE w Sosnowcu, które mogą zostać wykorzystywane do prowadzenia zajęć poświęconych profilaktyce uzależnień.

### **PSSE w Żywcu** **Szkolenie online dla koordynatorów szkolnych**

W dniu 4 listopada pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu zorganizowali dla koordynatorów programów „Smak życia, czyli debata o dopalaczach” i „Bieg po zdrowie” szkolenie online. W pierwszej części spotkania wyemitowano krótki film ukazujący zakres działań Państwowej Inspekcji Sanitarnej ph. „Profilaktyka”. W kolejnej części szkolenia zaproponowano uczestnikom dwa wykłady z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych. Treści przekazane na wykładach: „E-papierosy, nowa moda czy nowe zagrożenie” oraz „Dopalacze – droga donikąd” poszerzyły wiedzę koordynatorów w zakresie profilaktyki uzależnień od tytoniu i środków psychoaktywnych. Kluczową część spotkania stanowiło przekazanie koordynatorom metodyki działania w poszczególnych programach. Uczestnicy szkolenia uzyskali dodatkowo informacje i wytyczne na temat techniki pracy z uczniem, środków dydaktycznych, sprawozdawczości i materiałów edukacyjnych celowanych do programów. W szkoleniu wzięły udział 23 osoby.





## Warsztaty profilaktyczne dotyczące uzależnień od środków psychoaktywnych

Pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu przeprowadzili wśród uczniów klas pierwszych Liceum Mistrzostwa Sportowego im. Żywieckich Habsburgów warsztaty profilaktyczne dotyczące uzależnień od środków psychoaktywnych. Działanie odbyło się w dniu 10 listopada w ramach programu edukacyjnego „ARS, czyli jak dbać o miłość?” oraz kampanii społecznej Dopalacze Wypalacze „groźne narkotyki”. Pracownik Sekcji w oparciu o prezentację multimedialną omówił mechanizm działania uzależnień, wskazał na konsekwencje zdrowotne i prawne wynikające z przyjmowania środków psychoaktywnych, przedstawił za pomocą krótkich spotów z MSWiA skutki zachowań ryzykownych. Po części teoretycznej zaproponowano uczniom zestaw ćwiczeń z wykorzystaniem alko- i narkogogli, które umożliwiły zgromadzonym zaprezentowanie świata widzianego oczami osoby będącej pod wpływem alkoholu i narkotyków. Zaburzony obraz, brak równowagi, rozmyte litery, brak koordynacji ręka – oko – to tylko niektóre z reakcji zaobserwowanych podczas testów. Na ręce pedagoga szkolnego przekazano materiały edukacyjne.



### „Szkolny Dzień Bezpieczeństwa”

Dzień 16 listopada upłynął w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Leśnej pod znakiem profilaktyki uzależnień. Pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu oraz przedstawiciele Komendy Powiatowej Policji w Żywcu zostali zaproszeni do wzięcia udziału w szkolnym „Dniu Bezpieczeństwa”. W pierwszej części spotkania zaprezentowano uczniom przy pomocy krótkiego filmu obszar działania Państwowej Inspekcji Sanitarnej. Następnie pracownik PSSE w Żywcu w oparciu o prezentację multimedialną wygłosił prelekcję nt. szkodliwości palenia tytoniu, przedstawił różne produkty zawierające w swoim składzie nikotynę, ukazał skład dymu papierosowego. Działanie odbyło się w związku ze zbliżającym się Światowym Dniem Rzucania Palenia. W drugiej części spotkania uczniowie wysłuchali wykładu nt. zagrożeń wynikających z przyjmowania środków psychoaktywnych. Dodatkowo, pracownik PSSE w Żywcu przybliżył młodzieży mechanizm powstawania uzależnień, objaśnił zjawisko tzw. błędnego koła nałogu. W trakcie spotkania wyświetlono krótkie spoty edukacyjne nawiązujące do tematów prelekcji. Przedstawiciele KPP w Żywcu zwrócili w swojej przemowie uwagę na odpowiedzialność karną



w omawianym obszarze, a także przeprowadzili wśród zgromadzonych testy przy użyciu alko- i narkogogli przedstawiając im tym samym przykre konsekwencje sięgania po tego typu środki. Po wysłuchaniu prelekcji, uczniowie udali się do swoich sal w celu utworzenia plakatów nawiązujących do omawianych podczas spotkania tematów.





## Akcja profilaktyczna dotycząca uzależnień

W dniu 25 listopada pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu we współpracy z przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji w Żywcu zorganizowali dla młodzieży z Zespołu Szkół Zawodowych w Węgierskiej Górze akcję profilaktyczną skupioną wokół tematu uzależnień. Spotkanie rozpoczęto od emisji filmu „Profilaktyka”, dzięki któremu uczniowie mieli możliwość zapoznania się z zakresem zadań Państwowej Inspekcji Sanitarnej. W kolejnej części akcji pracownik PSSE w Żywcu omówił przy pomocy prezentacji multimedialnej problem uzależnienia od e-papierosów, ukazał skład dymu tytoniowego i jego szkodliwy wpływ na organizm człowieka, przedstawił różne produkty zawierające w składzie nikotynę. Następnie przeprowadzono wśród uczniów pogadankę dot. uzależnienia od środków psychoaktywnych, ukazano mechanizm powstawania uzależnienia (w tym błędne koło nałogu), przedstawiono fakty i obalono mity w tym temacie, wskazano na konsekwencje zdrowotne i prawne związane z przyjmowaniem i posiadaniem tego typu środków. Przedstawiciel KPP w Żywcu natomiast zwrócił w swojej przemowie uwagę na odpowiedzialność karną w omawianym obszarze, a także przeprowadził wśród zgromadzonych testy przy użyciu alko- i narkogogli przedstawiając im tym samym przykre konsekwencje sięgania po tego typu środki. Po przeprowadzeniu akcji na ręce pedagoga przekazano materiały edukacyjne dotyczące problemu uzależnienia od środków psychoaktywnych i e-papierosów.





## Kontrole przestrzegania reżimu sanitarnego wspólnie z Policją

### PSSE w Chorzowie

Dnia 17 listopada pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Chorzowie wspólnie z funkcjonariuszami chorzowskiej Policji kontrolowali przestrzeganie reżimu sanitarnego w tramwajach i autobusach. Działania miały na celu kontrolę stosowania obostrzeń wprowadzonych w celu zminimalizowania rozprzestrzeniania się wirusa SARS-CoV-2. Podczas wspólnej kontroli pracownik Oświaty Zdrowotnej przekazywał pasażerom ulotki „Koronawirus. Przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny”, przypominał o stosowaniu się do zasady DDM. Dystans, dezynfekcja, maseczka.





## PSSE w Bielsku-Białej

W listopadzie pracownicy PSSE w Bielsku-Białej wraz z policjantami KM Policji w Bielsku-Białej kontynuowali kontrolę w centrach handlowych oraz w środkach komunikacji miejskiej, w tym również Kolei Linowej na Szyndzielnię. Sprawdzano czy klienci przestrzegają obostrzeń sanitarnych, zakrywają nos i usta. Na osoby nieprzestrzegające nałożono mandaty karne od 50-500 zł. W przypadku odmowy przyjęcia mandatu funkcjonariusze Policji kierowali sprawy do Sądu Grodzkiego. W środkach komunikacji miejskiej kontrole dotyczyły przestrzegania noszenia maseczek przez pasażerów. W galeriach handlowych sprawdzano dostępność środków do dezynfekcji rąk lub rękawiczek. Sprawdzano ponadto sposób weryfikacji przez prowadzących działalność liczbę osób mogących jednocześnie przebywać w placówce. Reagowano na każdą interwencję dotyczącą nieprzestrzegania obostrzeń sanitarnych przeprowadzając kontrole, w tym wspólnie z Policją.

## Inne działania

### PSSE w Żywcu

#### Konkurs wiedzy dotyczący profilaktyki HIV/AIDS

W dniu 17 listopada przeprowadzono wśród uczniów Zespołu Szkół Zawodowych w Węgierskiej Górcie konkurs wiedzy dot. profilaktyki HIV/AIDS, zorganizowany w ramach wojewódzkiego projektu „HIV/AIDS – wiem, nie boję się, toleruję!”. Uczniowie mieli możliwość sprawdzenia swojej wiedzy rozwiązując test opracowany przez przedstawicieli Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia z Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Żywcu. Komisja w składzie: przedstawiciele PSSE w Żywcu oraz pani Agnieszka Bieniek – pedagog szkolny rozstrzygnęli konkurs wyłaniając trzy zwycięskie prace. Po ogłoszeniu wyników laureatom konkursu wręczono dyplomy oraz nagrody rzeczowe. W konkursie wzięło udział 33 uczniów. W związku ze zbliżającym się Światowym Dniem AIDS, uczniowie przygotowali bogatą w treść gazetkę tematyczną, którą zamieścili w widocznym miejscu szkoły.







## **PSSE w Tychach** **Wybieraj bezpieczną żywność – webinary**

W dniach 20 i 26 października odbyły się webinary pt. „Wybieraj bezpieczną żywność”, w których łącznie wzięło udział 101 uczestników. Webinary realizowane były w ramach kampanii EFSA #EUChooseSafeFood, która miała na celu uświadomienie konsumentom, jak istotną rolę w zapewnieniu bezpieczeństwa żywności odgrywa nauka. Ogólnoeuropejska kampania rozpoczęła się w lipcu i zachęcała Europejczyków do podejmowania świadomych wyborów dotyczących żywności.

## Co to są substancje dodatkowe?

- Substancje dodatkowe do żywności są to substancje dodawane w celu technologicznym, a ich obecność w żywności powinna przynieść korzyść konsumentowi.
- W Unii Europejskiej każda substancja dodatkowa ma przypisany numer poprzedzony literą „E”



fol. Shutterstock

### PSSE w Częstochowie

#### Szkolenie Zarządu Uniwersytetu III Wieku w Poczesnej

Przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Częstochowie uczestniczyli w szkoleniu zorganizowanym przez Zarząd Uniwersytetu III Wieku w Poczesnej. Spotkanie odbyło się w ramach cyklu edukacyjno-informacyjnego dla studentów Uniwersytetu. Zaproszeni goście reprezentowali Policję, Inspekcję Sanitarną, Straż Pożarną oraz Zakład Ubezpieczeń Społecznych i Kasę Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego. Z uwagi na nadal trwającą sytuację pandemiczną omówiono zasady nakładania kwarantanny, podkreślono szczególne znaczenie szczepień ochronnych w zapobieganiu chorobom zakaźnym wśród seniorów i całego społeczeństwa. Funkcjonariusze policji omówili zasady bezpieczeństwa, których stosowanie zapobiega oszustwom kierowanym do starszej części naszego społeczeństwa, natomiast przedstawiciele Straży Pożarnej przedstawili zasady zachowania, które chronić mają przed zatruciami tlenkiem węgla. Na koniec spotkania zasady ubezpieczeń seniorów omówili pracownicy reprezentujący ZUS i KRUS.

### PSSE w Gliwicach

#### Akcja informacyjno-edukacyjna dla dzieci

Dnia 18 listopada w Przedszkolu Miejskim nr 34 w Zabrze odbyła się akcja informacyjno-edukacyjna dla dzieci. Podczas akcji poruszano zagadnienia dotyczące zdrowego stylu życia, higieny, mycia rąk, bezpiecznego zachowania itp. Dzieci tańczyły, śpiewały, malowały, uczestniczyły w konkursach. Podziękowania przekazano nauczycielom przedszkolnym za duże zaangażowanie w realizację działań. Przedszkole od lat współpracuje z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Gliwicach, m.in. realizując: Klub Zdrowego Przedszkolaka, „Wirusochronę” oraz Projekt „Skąd się biorą produkty ekologiczne”. W ramach podziękowań za udział w akcji dzieci otrzymały owoce. Jeszcze raz dziękujemy za współpracę i zaangażowanie dyrekcji, pań przedszkolank oraz dzieci.



### Akcja informacyjno-edukacyjna w Centrum Handlowym „Arena” w Gliwicach

W dniu 20 listopada w Centrum Handlowym „ARENA” w Gliwicach odbyła się akcja informacyjno-edukacyjna w myśl sentencji: „*Praeventioni melius quam remedium – lepiej zapobiegać niż leczyć*”. Ośrodek Pomocy Społecznej w Gliwicach promował profilaktykę przeciwdziałania przemocy. Wydarzenie to skierowane było od ogółu społeczeństwa.

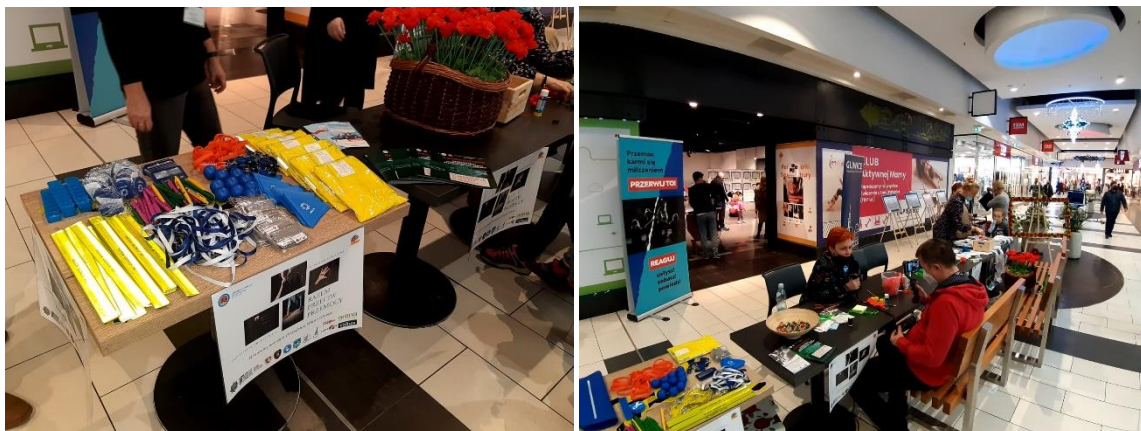
Podczas akcji odbyły się:

- | Warsztaty „Temperatura temperamentu”,
- | Warsztaty „Oddech zamiast złości”,
- | Warsztaty „PrzeMOCne eMOCje”,
- | Warsztaty „Polne maki mają siłę”.

Ponadto spotkania z psychologami, specjalistami i konsultantami z Ośrodka Pomocy Społecznej, funkcjonariuszem policji Komendy Miejskiej Policji czy prawnikami kancelarii adwokackiej LIBRA. W czasie akcji rozdysponowano materiały edukacyjne w postaci ulotek dotyczące akcji pt.



„Koronawirus. Przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny”. W akcji udział wzięło ok 500 osób.



### PSSE w Wodzisławiu Śląskim

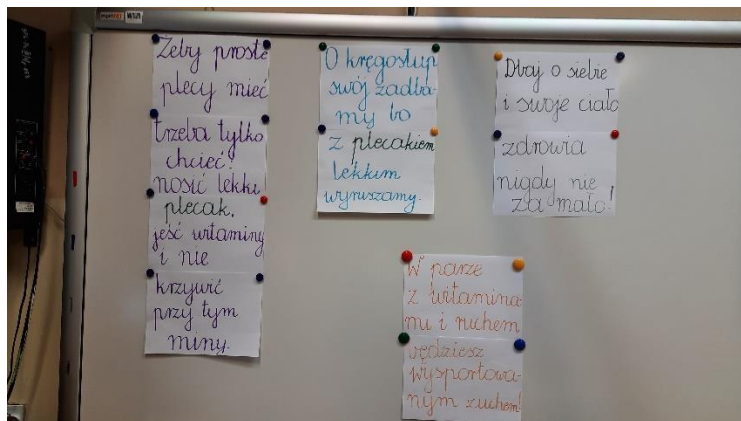
#### Obchody Światowego Dnia AIDS w wodzisławskim szpitalu

W dniu 24 listopada w Powiatowym Publicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej w Rydułtowach i Wodzisławiu Śląskim odbyła się narada pracowników Oświaty Zdrowotnej PSSE w Wodzisławiu Śląskim z Naczelną Pielęgniarką. Tematem spotkania były zbliżające się obchody Światowego Dnia AIDS, omówienie głównych celów i założeń oraz zakresu współpracy w tym temacie. Państwowa Inspekcja Sanitarna w Wodzisławiu Śląskim zaprosiła do współpracy wodzisławski szpital, który każdego roku włącza się w działania związane z profilaktyką HIV/AIDS.



## PSSE w Zawierciu Profilaktyka wad postawy ph. „Lekki tornister”

W Szkole Podstawowej nr 6 im. Janusza Korczaka w Zawierciu w klasach II we współpracy z pielęgniarką szkolną przeprowadzono zajęcia dotyczące profilaktyki wad postawy. Podczas zajęć wazono tornistry uczniów, następnie uczniowie segregowali swoje rzeczy na potrzebne i niepotrzebne, które zostały przyniesione w danym dniu do szkoły. Dzieci pracowały w grupach kilkuosobowych których zadaniem było układanie i zapisywanie rymowanek dotyczących prawidłowej postawy. Ponadto uczniowie uczyli się jak dbać o kręgosłup wykonując odpowiednie ćwiczenia. Zajęcia promowały zdrowy i aktywny tryb życia.



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