



NEWSLETTER

Państwowej Inspekcji Sanitarnej
województwa śląskiego

NIE BĄDŹ ATRAKCYJNY
DLA KLESZCZY!



KAMPANIA
EDUKACYJNA



Marzec 2023

NIE BĄDŹ ATRAKCYJNY DLA KLESZCZY

16 marca w woj. śląskim i warmińsko-mazurskim ruszyła Kampania edukacyjna dot. profilaktyki chorób odkleszczowych pod hasłem „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”.

Celem kampanii jest propagowanie podstawowych zasad ochrony przed kleszczami, edukacja w zakresie prawidłowego usuwania kleszcza, zwiększenie społecznej świadomości w zakresie profilaktyki chorób przenoszonych przez kleszcze, zwiększenie wiedzy na temat szczepień ochronnych jako skutecznej metody profilaktyki kleszczowego zapalenia mózgu.

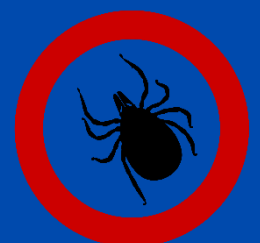
Choroby odkleszczowe stanowią niezwykle aktualny problem zdrowia publicznego. To grupa chorób zakaźnych przenoszonych przez zainfekowane kleszcze. Do zakażenia zwykle dochodzi na skutek ukłucia, w czasie którego do krwiobiegu wraz ze śliną lub wymiotami kleszcza dostają się groźne patogeny.

Najczęściej występującymi chorobami odkleszczowymi są borelioza z Lyme oraz kleszczowe zapalenie mózgu. **Borelioza z Lyme** jest przewlekłą wielofazową chorobą układową charakteryzującą się występowaniem objawów skórnych, stawowych, kardiologicznych i neurologicznych. Różnorodność objawów oraz podobieństwo do wielu innych schorzeń znacznie utrudnia rozpoznanie. **Kleszczowe zapalenie mózgu (KZM)** to ostra choroba wirusowa, która często wiąże się z powikłaniami neurologicznymi. Przed kleszczowym zapaleniem mózgu najskuteczniej chroni szczepienie. Na chwilę obecną nie ma szczepionki przeciw boreliozie.

Sezonowa aktywność kleszczy rozpoczyna się, w zależności od temperatury, w końcu marca i trwa zazwyczaj do listopada. Jeszcze jakiś czas temu kleszcze można było spotkać wyłącznie na wilgotnych, porośniętych gęstą trawą łąkach lub w lasach. Obecnie jednak pajęczaki pojawiają się nawet w przydomowych ogródkach, miejskich parkach lub placach zabaw. Najskuteczniejszą ochroną przed ukłuciem przez kleszcza jest przestrzeganie kluczowych zasad, takich jak: ubieranie odpowiedniej odzieży, stosowanie repelentów, obserwacja ciała po powrocie z miejsc narażenia na kontakt z kleszczami. W momencie zaobserwowania kleszcza w skórze, należy szybko i prawidłowo usunąć go z powierzchni ciała.

W 2022 roku zapadalność na boreliozę zarówno w woj. śląskim jak i warmińsko-mazurskim była powyżej średniej krajowej. W woj. śląskim wynosiła 48,9, w woj. warmińsko-mazurskim 61,4, a w Polsce 45,4. Mając na uwadze rosnącą liczbę zachorowań na boreliozę, Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny i Warmińsko-Mazurski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny zainicjowali działania informacyjno-edukacyjne skierowane do ogółu społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem: kadry pedagogicznej, dzieci i młodzieży, rodziców i opiekunów, seniorów oraz rolników.

Partnerami kampanii są Polskie Towarzystwo Higieniczne oraz Warmińsko-Mazurskie Stowarzyszenie Higieny i Zdrowia Publicznego w Olsztynie.





PRZENOSZĄ GROŹNE CHOROBY
- NAJCZĘŚCIEJ BORELIOZĘ I KLESZCZOWE ZAPALENIE MÓZGU

NIE BĄDŹ ATRAKCYJNY DLA KLESZCZY!



STOSUJ ŚRODKI ODSTRASZAJĄCE KLESZCZE (REPELENTY)!
UWAŻNIE CZYTAJ INSTRUKCJE I POSTĘPUJ ZGODNIE Z ZALECENIAMI ICH PRODUCENTÓW



TWOJE UBRANIE TWOJĄ OCHRONĄ!
IDZIESZ DO LASU - WYBIERZ UBRANIE Z DŁUGIM RĘKAWEM, DŁUGIMI NOGAWKAMI I PEŁNE OBUWIE
WYBIERZ JASNE KOLORY UBRANI, BY W PORĘ ZAUWAŻYĆ I USUNĄĆ KLESZCZA



BĄDŹ CZUJNY - UNIKAJ MIEJSC BYTOWANIA KLESZCZY!
NIE SIADAJ NA ŚCIĘTYCH PNIACH, NIE KŁADŹ SIĘ NA TRAWIE I POD KRZEWAMI
PO POWROTCIE DO DOMU ZMIENŲ UBRANIE I OBEJRZYJ CAŁE CIAŁO



ZNALAZŁEŚ U SIEBIE KLESZCZA? NIE PANIKUJ!
USUŃ GO JAK NAJSZYBCIEJ - JEŻELI POTRAFISZ SAMODZIELNIE - NAJLEPIEJ ODPOWIEDNIM
PRZYRZĄDEM WG INSTRUKCJI LUB SKONTAKTUJ SIĘ Z PERSONELEM MEDYCZNYM



PAMIĘTAJ!
PRZED KLESZCZOWYM ZAPALENIEM MÓZGU (KZM) NAJSKUTECZNIEJ CHRONI SZCZEPIENIE!
NA CHWILĘ OBECNĄ NIE MA SZCZEPIONKI PRZECIW BORELIOZIE.

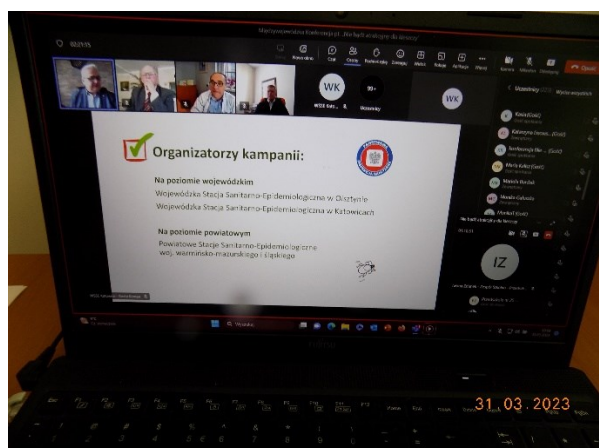
POWYŻSZE ZASADY STANOWIĄ TARCZĘ OCHRONNĄ
PRZECIWKO CHOROBYM ODKLESZCZOWYM



WSSE w Katowicach

16 marca odbyła się Międzywojewódzka Konferencja pt. „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. W Konferencji, która odbyła się w trybie online wzięli udział pracownicy Państwowej Inspekcji Sanitarnej województwa śląskiego i warmińsko-mazurskiego, kadra pedagogiczna przedszkoli i szkół, przedstawiciele NFZ Śląski Oddz. Wojewódzki w Katowicach. Łącznie ponad 300 uczestników. Podczas Konferencji zaprezentowano następujące wykłady:

- ✚ Jak się nie bać kleszczy?
- ✚ Profilaktyka chorób odkleszczowych w praktyce.



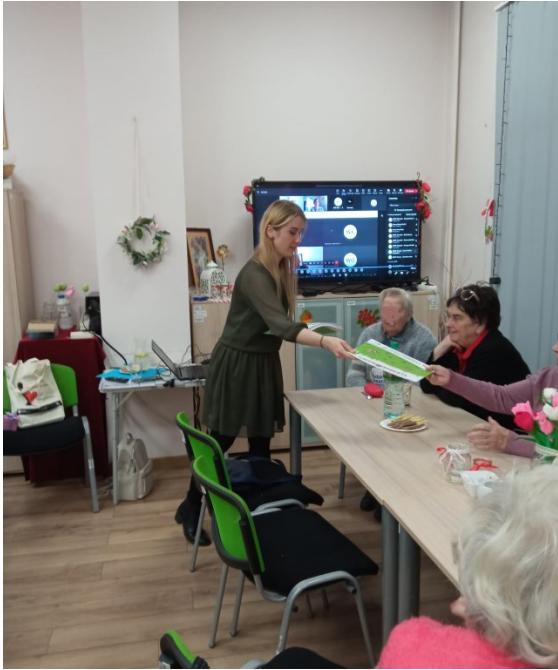
PSSE w Kłobucku

31 marca na platformie Teams odbyła się konferencja ph. "Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy" dla dyrektorów szkół, przedszkoli, placówek opiekuńczo-wychowawczych, kadry pedagogicznej i opiekuńczej oraz podopiecznych Dziennego Domu SENIOR+. Konferencję przeprowadzono w ramach kampanii edukacyjnej pt. "Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy" w oparciu o nagranie z Międzywojewódzkiej Konferencji inaugurującej kampanię, która odbyła się 16 marca. Uczestnicy wysłuchali wykładów na temat sytuacji epidemiologicznej zachorowań na choroby odkleszczowe oraz zasad ochrony przed kleszczami. Materiały informacyjno-edukacyjne promujące kampanię "Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy" zostaną przesłane placówkom w wersji elektronicznej. Liczba uczestników ogółem - 29 osób.

PSSE w Jaworznie

W marcu pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE w Jaworznie przeprowadził działania edukacyjne w związku z realizacją kampanii pn. „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy” w Domu Seniora „Senior+” w Jaworznie. Podczas spotkania seniorzy wysłuchali wykładu Pani Hanny Kantor – Edukatora Zdrowia, gdzie omówiono podstawowe zasady profilaktyki chorób odkleszczowych. Na zakończenie zajęć uczestnicy otrzymali materiały edukacyjne dotyczące kleszczy.





30 marca odbył się czwartek z profilaktyką chorób odkleszczowych pn. „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. W tym dniu w PSSE w Jaworznie zostały przeprowadzone dwa webinary poświęcone tematyce chorób odkleszczowych. W webinarach brali udział dyrektorzy, nauczyciele, przedstawiciele instytucji oraz zainteresowani rodzice i opiekunowie.



PRZENOŚCĄ OPISANE CHOROBY - NAJCIĘŻSZEJ BOLEŚCIĄ I KLESZCZOWE ŻYWIĄ SIĘ KRWIĄ!

NIE BĄDŹ ATRAKCYJNY DLA KLESZCZY!

- ✓ **WYKONYWUJĄC OPIEKUNSTWA KLESZCZY ODPARLIWY**
UNIKAJ CIEPŁYCH MIEJSC - PIĘKOSTYK, ŻEWNĘTRZNE I ZAŁOŻENIA OPIEKUNSTWA
- ✓ **TRWALE OBRABIAJ TRWAŁE OBRABIAJ**
DŁUGIE RĘKAWY - KRÓTKIE CIĘŻKIŚCIE I DŁUGIE RĘKAWYK. PŁOCH NAGŁOZKI! PŁOCH OBRABIAJ WIELKIE ŁOŻYSKA I SOFY! OBRABIAJ W OPIEKUNSTWAŁOŻYSKA I SOFY!
- ✓ **BAJKAŁY OBRABIAJ - UNIKAJ WIEKOWYCH WYKONANIA KLESZCZY**
NE WYKONAJ WYKONANIAŁY. NE WYKONAJ WYKONANIAŁY. NE WYKONAJ WYKONANIAŁY. NE WYKONAJ WYKONANIAŁY.
- ✓ **INWALIDZUJ W WIEKOWYCH WYKONANIAŁY**
WYKONAJ WYKONANIAŁY. WYKONAJ WYKONANIAŁY. WYKONAJ WYKONANIAŁY. WYKONAJ WYKONANIAŁY.
- ✓ **PANICZKAŁY**
PRZEDY KLESZCZOWYK DOPILNOWANIE WYKONAJ WYKONANIAŁY. WYKONAJ WYKONANIAŁY. WYKONAJ WYKONANIAŁY.

POWYŻSZE ZAGADY STANOWIA TABLICZKĘ OCHRONNĄ PRZECIWKO CHOROZOM ODKLESZCZOWYK

Wykonawca: Dorota Gąbka/Instytut Epidemiologii i Higieny w Warszawie

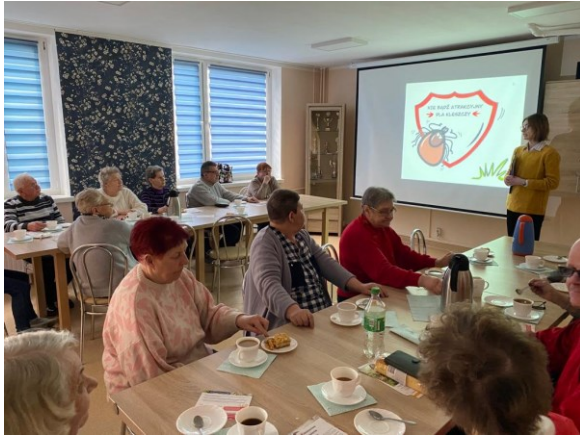
PSSE w Wodzisławiu Śląskim

30 marca w Starostwie Powiatowym w Wodzisławiu Śląskim z okazji Ogólnopolskiego Dnia Świadomości o Kleszczowym Zapaleniu Mózgu odbyła się konferencja pt. „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. W wydarzeniu wzięło udział 12 przedstawicieli oświaty powiatu wodzisławskiego. W trakcie spotkania przedstawiono oraz omówiono materiały dotyczące nowej kampanii. Uczestnicy konferencji aktywnie włączyli się w końcową dyskusję, a także zadeklarowali się do chęci wprowadzenia kampanii w placówkach.



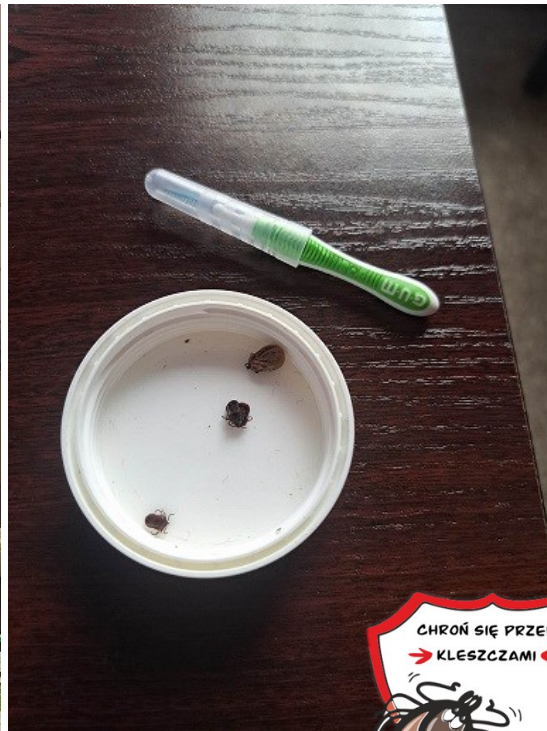
PSSE w Chorzowie

28 marca w świętochłowickim Domu Złotej Jesieni seniorzy mieli okazję zapoznać się z założeniami nowej Kampanii informacyjno-edukacyjnej „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. Podczas spotkania seniorzy wysłuchali webinaru dotyczącego metod zmniejszenia ryzyka ukąszenia przez kleszcze oraz wykładu poświęconego chorobom przenoszonym przez te pajęczaki m.in. boreliozie, odkleszczowemu zapaleniu mózgu. Seniorzy otrzymali także ulotki informacyjne dotyczące szczepień przeciwko odkleszczowemu zapaleniu mózgu.



PSSE w Zawierciu

23 marca odbyło się spotkanie w ramach kampanii „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy” dotyczące profilaktyki chorób odkleszczowych. To drugie spotkanie w ramach cyklu spotkań-seminariów pod hasłem "Zdrowy i Bezpieczny Senior" organizowane przez Wojewódzką Bibliotekę Pedagogiczną w Zawierciu oraz Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Zawierciu. Podczas spotkania prelekcję na temat chorób odkleszczowych wygłosił Kierownik Sekcji Epidemiologii PSSE w Zawierciu, który omówił: miejsca występowania kleszczy, sposoby na zminimalizowanie ryzyka ukąszenia, choroby przenoszone przez kleszcze i ich objawy. Podczas spotkania pracownicy PSSE w Zawierciu zaprezentowali jak prawidłowo usunąć kleszcza. Każdy uczestnik otrzymał pakiet materiałów informacyjnych przygotowany przez Powiatową Stację Sanitarno- Epidemiologiczną w Zawierciu. Uczestnicy spotkania wyposażeni w taką wiedzę mogą śmiało wyruszać na jurajskie wędrówki.



PSSE w Żywcu

W dniach 23-24 marca w Przedszkolu nr 9 w Żywcu odbyły się 3 spotkania profilaktyczne przeprowadzone przez przedstawicieli Sekcji Oświaty Zdrowotnej PSSE w Żywcu. Spotkania odbywały się w ramach projektu „Klub zdrowego przedszkolaka” oraz akcji „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. Przedszkolaki wzięły udział w pogadankach z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej na temat zagrożeń związanych z aktywnością kleszczy. Dowiedziały się o sposobach ochrony przed kleszczami, a także o metodach postępowania w przypadku, kiedy dojdzie już do ukłucia. Następnie mogły sprawdzić się podczas symulacji usuwania kleszczy, do której wykorzystano pomarańczę i goździki. Dzieci bardzo chętnie brały udział w tym doświadczeniu. Zostały poinformowane, że prawdziwe kleszcze mogą być usuwane tylko przez osoby dorosłe, które wiedzą jak prawidłowo to wykonać. W drugiej części spotkań dzieci brały udział w grze edukacyjnej ph. „Ścieżka zdrowia”, poświęcona w głównej mierze bezpieczeństwu i zdrowiu. Zadania przydzielane poszczególnym grupom polegały m.in. na udzieleniu odpowiedzi na pytania testowe, rozwiązaniu zagadek czy trafnym dokończeniu zdania. Dzieci, oprócz wiedzy, miały również możliwość wykazania się sprawnością fizyczną wykonując szereg ćwiczeń. Podczas gry przedszkolaki mogły sprawdzić swoją wiedzę dotyczącą zdrowego stylu życia oraz ochrony przed kleszczami. Na zakończenie każde z dzieci otrzymało odznakę „czujnego przedszkolaka” oraz kolorowaną edukacyjną – „Kleszczowankę”.





PSSE w Bielsku-Białej

W dniu 17 marca pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bielsku-Białej uczestniczyli w spotkaniu prozdrowotnym, które odbyło się w oddziale ZUS w Bielsku-Białej. Zorganizowano punkt promocji zdrowia, gdzie w ramach kampanii „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy!” umieszczono materiały informacyjno-edukacyjne odnoszące się do powyższego tematu. Stoisko zaopatrzone także w materiały dotyczące innych chorób zakaźnych, promocji szczepień ochronnych, racjonalnego stosowania antybiotyków oraz profilaktyki palenia tytoniu i zażywania środków psychoaktywnych. Przedstawiciele PSSE w Bielsku-Białej udzielali odpowiedzi na zadawane pytania, w szczególności zwracano uwagę jak chronić się przed kleszczami i chorobami, które przenoszą. Chętne osoby mogły wykonać ćwiczenia w alko- i narkogoglach, a także zmierzyć sobie ciśnienie tętnicze krwi. Podczas spotkania uczestnicy mogli bezpłatnie wykonać badanie słuchu, nauczyć się zasad udzielania pierwszej pomocy oraz dowiedzieć się jak poprawnie wykonywać badanie piersi. Przedstawiciele NFZ w Bielsku-Białej udzielali informacji na tematy dotyczące profilaktyki zdrowia oraz umożliwili założenie Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego. 31 marca odbył się webinar dla przedstawicieli szkół podstawowych i ponadpodstawowych poświęcony tematyce profilaktyki chorób odkleszczowych. Działania informacyjno-edukacyjne podjęto w ramach kampanii „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy” prowadzonej przez dwie stacje sanepidu Wojewódzką Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Katowicach oraz Wojewódzką Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Olsztynie. Podczas spotkania w formule zdalnej omawiano tematy z zakresu ochrony przed kleszczami, prawidłowego wyjmowania kleszczy, a przede wszystkim zwiększenia świadomości na temat profilaktyki chorób przenoszonych przez kleszcze.



PSSE w Wodzisławiu Śląskim

11 marca na Rynku w Wodzisławiu Śląskim we współpracy z Narodowym Funduszem Zdrowia odbyła się akcja profilaktyczno-edukacyjna pt. „Chroń się przed kleszczami”. Pracownik Sekcji Oświaty Zdrowotnej przeprowadził rozmowy, podczas których promowano odpowiednie środki ochrony przeciw ugryzieniom kleszcza oraz przekazano informacje jak prawidłowo usuwać pajęczaki przyrządem o nazwie kleszczołapki. Edukacją objęto 87 osób.



PSSE w Lublińcu

21 marca przedstawiciel Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Lublińcu został zaproszony do Zespołu Szkół w Kochanowicach na szkolną imprezę prozdrowotną – Dzień Profilaktyki. Przedsięwzięcie było okazją do zainicjowania w powiecie lublinieckim kampanii w zakresie profilaktyki chorób odkleszczowych „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy” oraz nowej odsłony kampanii dotyczącej zapobiegania używaniu substancji psychoaktywnych „Nowe Narkotyki – Nowe zagrożenia”. Uczniowie klas młodszych zostali zapoznani z podstawowymi zasadami ochrony przed kleszczami, czyli jak zapobiegać ukąszeniu, kiedy i jak bezpiecznie wyjąć kleszcza w domu, a kiedy wskazana jest pomoc specjalisty. Na warsztatach wspólnie z uczniami, rodzicami i nauczycielami zostały obalone mity na temat tych pasożytów. Natomiast uczniom klas starszych zaprezentowano prezentację dotyczącą zagrożeń wynikających z przyjmowania środków psychoaktywnych oraz ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli celem zobrazowania świata widzianego oczami osoby uzależnionej. W akcji uczestniczyli również przedstawiciele: policji, pogotowia ratunkowego, nadleśnictwa i dietetyk.



PSSSE w Cieszynie

Cieszyński Uniwersytet III Wieku i Starostwo Powiatowe w Cieszynie w ramach programu profilaktyczno-edukacyjnego „Zdrowy Senior – patrz sercem” zorganizował IV Konferencję z cyklu „Jak mądrze dbać o zdrowie w wieku dojrzałym”. Przedsięwzięcie odbyło się pod patronatem Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Cieszynie, Wydziału Sztuki i Nauk o Edukacji Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie oraz Szpitala Śląskiego w Cieszynie. W dniu 30 marca w Sali konferencyjnej Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie odbyło się spotkanie słuchaczy Uniwersytetów III Wieku, przedstawiciele innych organizacji senioralnych działających na terenie powiatu oraz wszystkich chętnych seniorów ziemi cieszyńskiej. Celem konferencji było edukowanie i motywowanie seniorów do świadomego dbania o własne zdrowie. Podczas wykładu prelegenci omówili ważne kwestie zdrowotne dotyczące zdrowych oczu w każdym wieku. W ramach rozpoczynającej się Kampanii pt. „Nie bądź atrakcyjny dla kleszcza” przygotowano punkt informacyjno-edukacyjny dotyczący profilaktyki chorób przenoszonych przez kleszcze oraz szczepień ochronnych jako skutecznej metody zapobiegania kleszczowego zapalenia mózgu. Z uczestnikami konferencji przeprowadzono liczne rozmowy, udzielano instruktażu na temat sposobów usuwania kleszcza oraz wręczano ulotki związane z profilaktyką chorób odkleszczowych. Dodatkowo w Siedzibie Stacji przygotowano ekspozycję kampanijnych materiałów edukacyjnych.



PSSE w Rudzie Śląskiej

W Szkole Podstawowej Nr 30 w Rudzie Śląskiej odbyło się spotkanie uczniów klas IV i VI z przedstawicielem Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Rudzie Śląskiej, w ramach akcji „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. Uczniowie wzięli udział w pogadance nt. zagrożeń związanych z aktywnością pajęczaków. Mieli także możliwość zobaczenia prezentacji oraz rozwiązać quiz o kleszczach. Te same zagadnienia zostały omówione w trakcie pogadanki z dziećmi Przedszkola Miejskiego nr 32 w Rudzie Śląskiej. Dla dzieci temat kleszczy nie był obcy i chętnie odpowiadały na pytania związane z ochroną przed kleszczami oraz z zagrożeniami po ukąszeniu pajęczaka.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

Na terenie województwa śląskiego trwa kampania informacyjna dotycząca profilaktyki chorób odkleszczowych pod hasłem „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. W Szkole Podstawowej Nr 2 w Będzinie odbyło się spotkanie edukacyjne z uczniami klas 2 i 3 celem przybliżenia wiedzy na temat zasad ochrony przed kleszczami. Dzieci z zainteresowaniem słuchały prezentowanej tematyki, aktywnie uczestnicząc w dyskusji i warsztatach utrwalających zdobytą wiedzę.



PSSE w Tychach

W marcu zorganizowano kilka konferencji dotyczących profilaktyki chorób odkleszczowych pt. „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy” skierowanych dla pracowników PSSE w Tychach, dyrekcji oraz kadry pedagogicznej szkół podstawowych i przedszkoli. Ponadto kampanię rozpropagowano wśród społeczności szkół podstawowych i przedszkoli, do których przesłano materiały edukacyjne. Informację o kampanii rozpropagowano w podmiotach leczniczych i jednostkach samorządu terytorialnego. Instytucje te zamieściły informacje na swoich stronach internetowych i mediach społecznościowych.

POWIATOWA STACJA SANITARNO – EPIDEMIOLOGICZNA W TYCHACH

Kampania edukacyjna pod hasłem „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”

Kampania jest wynikiem przeprowadzonej analizy epidemiologicznej zachorowań na choroby odkleszczowe. W 2022 r. zapadalność na boreliozę zarówno w woj. śląskim, jak i warmińsko-mazurskim była powyżej średniej krajowej.

Choroby odkleszczowe stanowią niezwykle aktualny problem zdrowia publicznego. To grupa chorób zakaźnych przenoszonych przez zainfekowane kleszcze. Do zakażenia zwykle dochodzi na skutek ukłucia, w czasie którego do krwiobiegu wraz ze śliną lub wymiotami kleszcza dostają się groźne patogeny.

Najczęściej występującą chorobą odkleszczową jest boreliozę z Lyme, która jest przewlekłą wielofazową chorobą układową, charakteryzującą się występowaniem objawów skórnych, stawowych, kardiologicznych i neurologicznych. Różnorodność objawów oraz podobieństwo do wielu innych schorzeń znacznie utrudnia rozpoznanie.

Sezonowa aktywność kleszczy rozpoczyna się, w zależności od temperatury, w końcu marca i trwa zazwyczaj do listopada. Jeszcze jakiś czas temu kleszcze można było spotkać wyłącznie na wilgotnych, porośniętych gęstą trawą łąkach lub w lasach. Obecnie jednak pajęczaki pojawiają się nawet w przydomowych ogródkach, miejskich parkach lub placach zabaw.

Ochrona przed kleszczami:

- ubieranie – odpowiedniej odzieży, zastępującej jak największą powierzchnię ciała,
- stosowanie repelentów,
- obserwacja ciała po powrocie z miejsc: narażenia na kontakt z kleszczami.

W momencie zaobserwowania kleszcza w skórze, należy go jak najszybciej usunąć z powierzchni ciała ruchem obrotowym!

Miasto Łęziska Górne

„Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”

27.04.2023

Ważnym elementem kampanii edukacyjnej jest również wykształcenie odpowiedniej postawy wobec kleszczy. Nie należy bać się kleszczy, ponieważ nie są one zwierzętami, które mogą nam zrobić krzywdę. Są one zwierzętami, które mogą nam zrobić krzywdę, jeśli nie będziemy odpowiednio przygotowani. Dlatego warto wykształcić odpowiednią postawę wobec kleszczy, abyśmy mogli bezpiecznie spędzić czas na świeżym powietrzu.

NIE BĄDŹ ATRAKCYJNY DLA KLESZCZY!

- ubieranie – odpowiedniej odzieży, zastępującej jak największą powierzchnię ciała,
- stosowanie repelentów,
- obserwacja ciała po powrocie z miejsc: narażenia na kontakt z kleszczami.

W momencie zaobserwowania kleszcza w skórze, należy go jak najszybciej usunąć z powierzchni ciała ruchem obrotowym!

Szkoła Podstawowa nr 18 im. Władysława Jagiełły w Tychach

AKTUALNOŚCI

„Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”

23 marca 2023

Sezonowa aktywność kleszczy rozpoczyna się, w zależności od temperatury, w końcu marca i trwa zazwyczaj do listopada. Jeszcze jakiś czas temu kleszcze można było spotkać wyłącznie na wilgotnych, porośniętych gęstą trawą łąkach lub w lasach. Obecnie jednak pajęczaki pojawiają się nawet w przydomowych ogródkach, miejskich parkach lub placach zabaw.

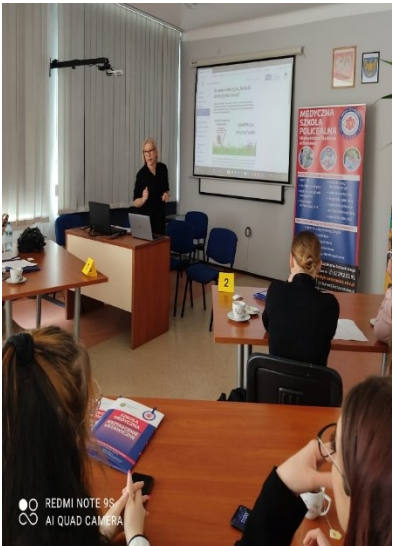
Ochrona przed kleszczami:

- ubieranie – odpowiedniej odzieży, zastępującej jak największą powierzchnię ciała,
- stosowanie repelentów,
- obserwacja ciała po powrocie z miejsc: narażenia na kontakt z kleszczami.

W momencie zaobserwowania kleszcza w skórze, należy go jak najszybciej usunąć z powierzchni ciała ruchem obrotowym!

PSSE w Sosnowcu

Ogólnopolski Dzień Świadomości Kleszczowego Zapalenia Mózgu (KZM), ma na celu zwrócenie uwagi ze KZM to ostra choroba wirusowa, która często wiąże się z powikłaniami neurologicznymi. Pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Sosnowcu przekazali niezbędne informacje w zakresie problemu sosnowieckiej młodzieży. Zachęcali również do odpowiedzialności za swoje zdrowie i życie, propagując dostępną formę zabezpieczenia jaką jest szczepienie ochronne przed kleszczowym zapaleniem mózgu.

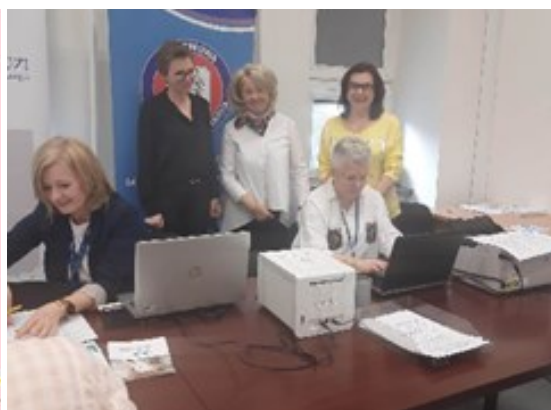


Działania w zakresie współpracy z Narodowym Funduszem Zdrowia

#razemdlaprofilaktyki



23 marca w siedzibie Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach, we współpracy z Narodowym Funduszem Zdrowia w Katowicach, pracownicy przygotowali stoisko promocji zdrowia. Przy stoisku NFZ można było uzyskać porady dotyczące prawidłowego odżywiania, zdrowego stylu życia, otrzymać odpowiednio zbilansowaną dietę, uzyskać informacje dotyczące Indywidualnego Konta Pacjenta oraz otrzymać Europejską kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego. Chętne osoby mogły założyć alko- lub narkogogle i zobaczyć jak wygląda świat po zażyciu substancji psychoaktywnych. Prowadzono poradnictwo w zakresie szczepień ochronnych jako profilaktyki chorób zakaźnych.



PSSE w Bytomiu

8 marca w ramach trwającego Tygodnia Zdrowia Kobiet pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu, przedstawiciele Narodowego Funduszu Zdrowia oraz wspólnota Amazonek „Ostoja” zorganizowali akcję profilaktyczną w punkcie NFZ w Bytomiu. Podczas trwającego wydarzenia promowano i udzielano informacji na temat profilaktyki nowotworowej, znaczenia i roli szczepień ochronnych, kleszczowego zapalenia mózgu oraz zapobiegania uzależnieniom (tytoń, alkohol, substancje psychoaktywne). Osoby odwiedzające NFZ mogły przekonać się jak zachowuje się narząd wzroku pod wpływem dużej dawki alkoholu lub narkotyków wykonując określone zadania. Osoby palące papierosy zachęcano do rzucenia nałogu poprzez przeprowadzanie pomiaru stężenia tlenku węgla w wydychanym powietrzu. Wszyscy mieli możliwość sprawdzenia wiedzy dotyczącej promocji zdrowia w quizie wiedzy.



PSSE w Częstochowie

Narodowy Fundusz Zdrowia wspólnie z Powiatową Stacją Sanitarно-Epidemiologiczną w Częstochowie oraz Uniwersytetem Trzeciego Wieku zorganizowali spotkanie edukacyjne dla Seniorów, podczas którego prezentowano szeroki wachlarz działań prozdrowotnych, które organizowane są przez te instytucje. W spotkaniu udział wzięli również: ZUS Częstochowa oraz Stowarzyszenie Częstochowskie Amazonki. Spotkanie miało miejsce w Auli Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej. Podczas spotkania przedstawiciele PSSE Częstochowa przedstawili prezentację oraz wykład na temat profilaktyki boreliozy oraz szczepień zalecanych przeciwko kleszczowemu zapaleniu mózgu. Szczególną uwagę zwrócono na bezpieczne zachowania w lesie, właściwy ubiór i zasady profilaktyki kleszczowej. Na stoisku edukacyjnym, które zorganizowano przed częścią wykładową przekazywano materiały edukacyjne dotyczące profilaktyki chorób zakaźnych, a także zachęcano do szczepień przeciwko COVID-19 i grypie sezonowej. Zaproszony na spotkanie gość - mgr farmacji Patrycja Pelka, zaprezentowała wykład na temat zasad przyjmowania wielu rodzajów leków jednocześnie – polipragmazji, natomiast przedstawiciel NFZ zachęcał do korzystania z badań profilaktycznych oraz Programu „Profilaktyka 40 Plus”. Na miejscu przedstawiciele NFZ wszystkim zainteresowanym wydawali też karty EKUZ. W spotkaniu udział wzięło ok. 500 osób.





PSSE w Chorzowie

7 marca pracownicy Oświaty Zdrowotnej uczestniczyli w akcji „Tydzień Promocji Zdrowia” organizowanej w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Chorzowie. Podczas prowadzonych działań młodzież obejrzała film dotyczący wpływu alkoholu na organizm oraz miała okazję wysłuchać prelekcji przedstawiciela Komendy Miejskiej Policji w Chorzowie na temat konsekwencji wynikających z prowadzenia pojazdów pod wpływem środków psychoaktywnych. W ramach akcji przygotowano również stanowisko profilaktyczne na którym osoby zainteresowane mogły dokonać pomiaru tlenu węgla w wydychanym powietrzu oraz wykonać zadania w goglach symulujących skutki używania alkoholu i narkotyków. Na stanowisku przygotowanym przez Delegaturę Śląskiego Oddziału Narodowego Funduszu Zdrowia prowadzono edukację z zakresu prawidłowego odżywiania oraz umożliwiono dokonanie analizy składu ciała na specjalnej wadze. Uczniowie oraz personel szkoły chętnie rozmawiali o metodach ochrony przed kleszczami i roli szczepień ochronnych. Prowadzone działania cieszyły się dużym zainteresowaniem wśród społeczności szkolnej.



PSSE w Myszkowie

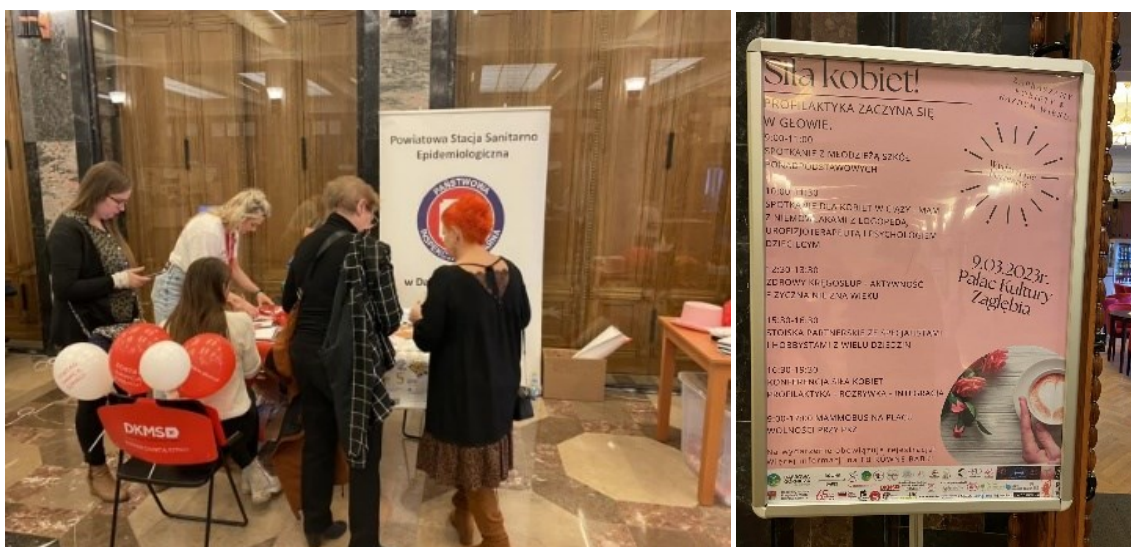
9 marca w Przedszkolu przy Szkole Podstawowej w Pińczycach w ramach współpracy ze Śląskim Narodowym Funduszem Zdrowotnym - Delegatura w Częstochowie, odbyła się pogadanka przeprowadzona przez pracownika Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Myszkowie na temat szczepień ochronnych. Przedszkolaki słuchali także bajki pt. „Przygody Dzielnego Niedźwiadka Szczepana”, która powstała w ramach kampanii „Zaszczep się wiedzą”. Głównym celem akcji jest rzetelne przedstawienie wiarygodnych źródeł wiedzy na temat szczepień i ich fundamentalnego znaczenia w profilaktyce ochrony zdrowia. Bajka ta tworzyła fragment zajęć dotyczący promocji zdrowia i wartości szczepień ochronnych. Przedstawiciel NFZ przeczytał dzieciom wiersz „Na straganie” Jana Brzechwy. Celem inicjatywy było propagowanie i utrwalania prawidłowych wzorców zdrowego stylu życia w tym: promowanie Akcji „Czwartku z profilaktyką” organizowanego przez PSSE, a także promocja szczepień ochronnych oraz zdrowego stylu życia. Na zakończenie dzieci otrzymały podarunek w formie kolorowanek oraz kredek.

Zwieńczeniem przedsięwzięcia były gotowe rysunki sporządzone przez dzieci uczestniczące w ewencji. Ponadto, w marcu bajkę usłyszały również dzieci w Przedszkolu w Żarkach, w Przedszkolu nr 4 w Myszkowie, w Przedszkolu w Poraju i w Przedszkolu w Winownie.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

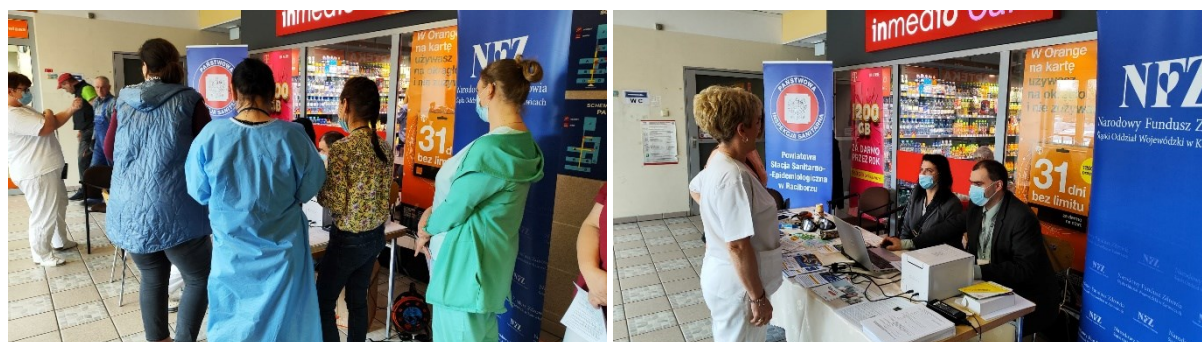
Konferencja, dla kobiet w każdym wieku zorganizowana w Pałacu Kultury Zagłębia z inicjatywy Organizacji „Równe Babki” w Dąbrowie Górniczej. Do tej cennej inicjatywy przyłączyła się również Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Dąbrowie Górniczej i NFZ Delegatura w Piekarach Śląskich. Przedsięwzięcie miało na celu zachęcenie kobiet do działań na rzecz profilaktyki czy też realizację swoich pasji. Panie w każdym wieku mogły skorzystać tego dnia z badań wzroku; pomiaru glukozy we krwi, warsztatów samobadania piersi oraz porozmawiać o szczepieniach ochronnych, profilaktyce HPV i HCV, a także dowiedzieć się jak kontrolować znamiona, aby chronić się przed rakiem skóry.





PSSE w Raciborzu

23 marca w Szpitalu Rejonowym im. dr. Józefa Rostka w Raciborzu wraz z pracownikami Laboratorium Analitycznego Szpitala, Sekcji Epidemiologii Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej oraz ŚOW Narodowego Funduszu Zdrowia podjęto wspólne działania profilaktyczne dotyczące m.in. chorób odkleszczowych, antybiotykooporności, znaczeniu i roli szczepień ochronnych oraz zapobieganiu uzależnieniom od tytoniu, alkoholu oraz środków psychoaktywnych. Dodatkowo osoby zainteresowane mogły otrzymać kartę EKUZ lub uzyskać informację o Internetowym Koncju Pacjenta (IKP).





PSSE w Żywcu

29 marca w Zespole Szkół Mechaniczno-Elektrycznych w Żywcu odbyła się akcja pn. „Bezpieczni latem” poświęcona w głównej mierze profilaktyce raka skóry i chorób odkleszczowych, którą poprowadzili uczniowie przygotowani przez koordynatora szkolnego programu „Znamie! Znam je?”. Uczniowie przygotowali apel profilaktyczny z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej. Podczas spotkania wyświetlano spoty przekazane przez PSSE w Żywcu dotyczące profilaktyki nowotworów skóry i chorób odkleszczowych. Prelekcję w obszarze profilaktyki raka skóry wygłosił zaproszony na tę okazję gość specjalny – dermatolog Piotr Gaj. Do współpracy w tym dniu zostali zaproszeni również przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Żywcu, którzy zorganizowali dla obecnych uczniów i nauczycieli akcję profilaktyczną w związku z trwającą kampanią „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy!”. Przy stoisku ponadto prowadzono dystrybucję materiałów edukacyjnych dot. m.in. profilaktyki czerniaka skóry, chorób zakaźnych i chorób odkleszczowych. Dodatkowo, chętni uczniowie mieli możliwość pomiaru saturacji i ciśnienia tętniczego krwi. Dzięki zaproszonym na tę okazję przedstawicielom Śląskiego NFZ Delegatura w Bielsku-Białej, uczniowie mogli dowiedzieć się jak korzystać z Internetowego Konta Pacjenta oraz aplikacji MojeIKP i MojeFizjo+, a także uzyskać Europejską Kartę Ubezpieczenia

Zdrowotnego (EKUZ). Akcja cieszyła się dużym zainteresowaniem. Edukacją objęto ponad 800 osób.





PSSE w Sosnowcu

31 marca na terenie Regionalnego Centrum Kształcenia Ustawicznego w Sosnowcu pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Sosnowcu współuczestniczyli w prowadzeniu konkursu medycznego pod hasłem „Na zdrowie – Stop Używkom”. Wydarzenie, to było skierowane do młodzieży szkół ponadpodstawowych. Był to dwuetapowy konkurs drużynowy. Etap pierwszy stanowił konkurs wiedzy anatomicznej, składający się z części pisemnej oraz praktycznej. Drugi etap polegał na prezentacji przez drużyny spotów poświęconych tematyce współczesnej profilaktyki. Celem konkursu była:

- ✚ promocja i profilaktyka szeroko rozumianego zdrowia własnego jak i otoczenia;
- ✚ uświadomienie młodzieży w tematach związanych ze współcześnie występującymi zagrożeniami dla zdrowia;
- ✚ poszerzanie wiedzy młodych ludzi z zakresu anatomii i fizjologii ciała człowieka;
- ✚ realny wpływ na ochronę zdrowia i życia;
- ✚ zwiększenie świadomości o szkodliwości używek;
- ✚ kształtowanie asertywnej postawy wobec używek.

Partnerami wydarzeniem byli:

- ✚ Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Sosnowcu,
- ✚ Narodowy Fundusz Zdrowia Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach.




 Województwo Śląskie
 Jednostka Oświatowa
 Samorządu Województwa Śląskiego

**REGIONALNE CENTRUM
 KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO
 W SOSNOWCU**
ZAPRASZA NA
KONKURS MEDYCZNY
**"NA ZDROWIE –
 STOP UŻYWKOM"**


**2-OSOBOWE
 DRUŻYNY**

UCZNIÓW SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH
 GDZIE - Sosnowiec, ul. Stalowa 9a
 KIEDY - 31.03.2023 r.
 Zainteresowany?
 Zapraszamy do udziału
 koordynator konkursu Agnieszka Kielesińska
 rckumed@rcku.nazwa.pl



NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
 Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach



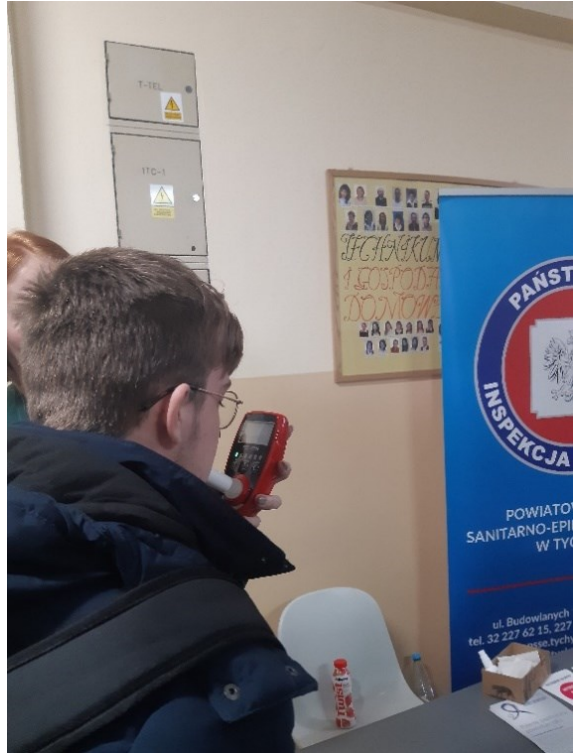
PSSE w Rybniku

15 marca w Powiatowej i Miejskiej Bibliotece Publicznej w Rybniku odbył się kolejny Rybnicki Panel Senioralny. Tym razem seniorom - choć nie tylko - poradami służyli specjaliści z różnych obszarów życia społecznego m.in. pracownicy rybnickich instytucji – Komendy Miejskiej Policji, Urzędu Skarbowego, Narodowego Fundusz Zdrowia, Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Rybniku czy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku. W spotkaniu uczestniczyło 90 osób. Kolejne spotkanie z tego cyklu już w czerwcu.



PSSE w Tychach

22 marca w Zespole Szkół Ponadpodstawowych w Ornontowicach odbyły się wspólne działania Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Tychach, Narodowego Funduszu Zdrowia oraz Komendy Powiatowej Policji w Mikołowie. Dla klas pierwszych zorganizowano warsztaty profilaktyczne nt. nowych substancji psychoaktywnych. Dla społeczności całej szkoły zorganizowano stoiska informacyjno-edukacyjne. Delegatura Śląskiego Oddziału NFZ promowała zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną, można było uzyskać Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego. Na stoisku Sekcji Oświaty Zdrowotnej PSSE w Tychach wykonywano pomiary tlenu węgla w wydychanym powietrzu, prowadzono ćwiczenia z wykorzystaniem alko- i narkogogli. Event cieszył się bardzo dużym zainteresowaniem.



NOWE NARKOTYKI – NOWE ZAGROŻENIA

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



**NOWE #NARKOTYKI
#ZAGROŻENIA**

WOJEWÓDZKA AKCJA INFORMACYJNO-EDUKACYJNA



PSSE w Żywcu

22 marca w siedzibie Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Żywcu odbyła się narada, w której uczestniczyli przedstawiciele instytucji zaproszonych do utworzenia koalicji lokalnej mającej na celu wzmocnienie działań profilaktycznych w zakresie zapobiegania używaniu substancji psychoaktywnych, alkoholu, tytoniu i leków przez osoby młode. Koalicja utworzona została w ramach wojewódzkiej Akcji informacyjno-edukacyjnej „Nowe narkotyki – nowe zagrożenia”. W jej skład weszły instytucje, które w ramach swoich działań statutowych zajmują się między innymi taką profilaktyką, tj:

- ✚ Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Żywcu;
- ✚ Komenda Powiatowa Policji w Żywcu;
- ✚ Stowarzyszenie Promocji Zdrowia „Dmuchawiec”;
- ✚ Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Żywcu;
- ✚ Fundacja „Błękitny Krzyż” – Ośrodek Leczenia Uzależnień w Żywcu.

Spotkanie otworzył Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żywcu - Pani Marta Micor, która przedstawiła ogólny zarys problemu uzależnień od środków psychoaktywnych w oparciu o aktualnie obowiązujące przepisy i dane statystyczne dotyczące zatruć tymi substancjami na terenie powiatu żywieckiego i województwa śląskiego w latach 2015-2022. Następnie pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia tut. Stacji - Pani Aleksandra Motz-Jaksoń oraz Pani Magdalena Niemiec omówiły:

- Plan, zamierzenia, metody i proponowane formy realizacji wojewódzkiej akcji informacyjno-edukacyjnej „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia”;
- Dotychczasowe działania PPIS w Żywcu w zakresie profilaktyki uzależnień od środków psychoaktywnych oraz cele strategiczne współpracy w omawianym obszarze;
- Założenia i formy realizacji programów edukacyjnych prowadzonych w tym temacie od wielu już lat w szkołach podstawowych i średnich powiatu żywieckiego.

Na zakończenie lek. med. Janusz Wyrwalski przedstawił autorski projekt profilaktycznych warsztatów edukacyjnych skierowany m.in. do uczniów klas mundurowych.

Zwieńczeniem spotkania było podpisanie porozumienia koalicyjnego o współpracy w omawianym zakresie.





1. BARI CZASOWE

2. KOGNITYWNY, REALNOŚĆ, PARTNERZY

3. [Image of a hand holding a small object]

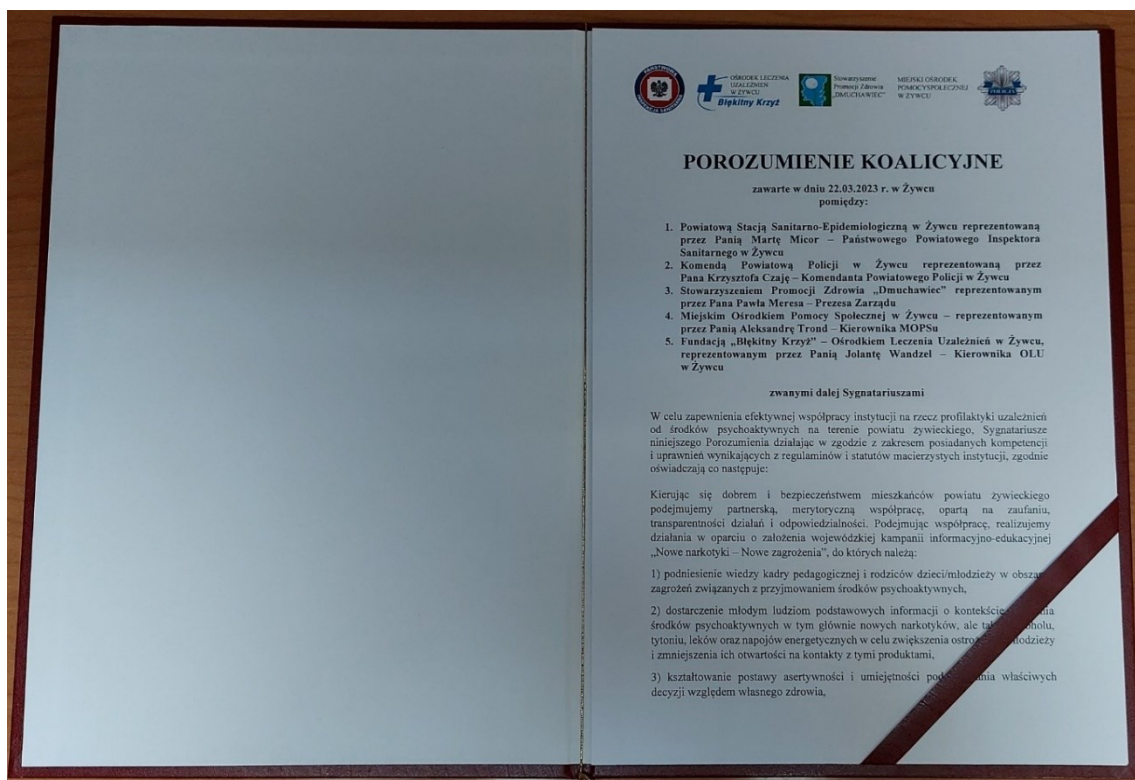
4. [Image of a chessboard]

5. [Image of hands holding a puzzle piece]

6. TEAMWORK

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- dostarczenie młodym ludziom podstawowych informacji w temacie konsekwencji zdrowotnych związanych z przyjmowaniem środków psychoaktywnych,
- zwiększenie ostrożności młodzieży i zmniejszenie ich otwartości na kontakty z tymi produktami,
- kształtowanie postawy asertywnej i umiejętności podejmowania właściwych decyzji,



Pracownicy Sekcji OZ PSSE w Żywcu we współpracy z przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji w Żywcu zorganizowali w dniu 16 marca dla uczniów I klas Zespołu Szkół Technicznych i Leśnych spotkanie edukacyjne skupione wokół tematu uzależnień od środków psychoaktywnych. Zapropionowana akcja miała na celu wzmocnienie działań profilaktycznych w związku z trwającą od lutego 2023 wojewódzką kampanią edukacyjną „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia”, a także realizowanym w placówce programem „ARS, czyli jak dbać o miłość?”. Przedstawiciel PSSE w Żywcu w trakcie swojej prelekcji omówił problem uzależnienia i jego różne oblicza, zwrócił uwagę na zagrożenia dla zdrowia i życia wynikające z przyjmowania tzw. nowych narkotyków i ukazał mechanizm powstawania nałogu. Podczas spotkania wyemitowano również krótkie spoty edukacyjne wzmacniające efekt przekazu. Przedstawiciel KPP w Żywcu z kolei przedstawił młodzieży problem zakazanych substancji od strony odpowiedzialności karnej. Wyjaśnili takie pojęcia jak demoralizacja, nieletni sprawcy czynów karalnych oraz to, jakie konsekwencje prawne ponoszą młodzi ludzie sięgający po zabronione substancje. Po części teoretycznej zaproponowano uczniom ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli celem zobrazowania świata widzianego oczami osoby uzależnionej.



28 lutego pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu zorganizowali we współpracy z Komendą Powiatową Policji w Żywcu akcję profilaktyczną poświęconą tematowi uzależnień. Adresatami działania byli uczniowie z Zespołu Szkół Technicznych i Leśnych w Żywcu. Zaproponowana akcja została zorganizowana w ramach wojewódzkiej kampanii edukacyjno-informacyjnej „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia”. W pierwszej części akcji pracownik PSSE w Żywcu przeprowadził wśród uczniów pogadankę dotyczącą uzależnienia od środków psychoaktywnych. Podczas prelekcji pracownik omówił różne rodzaje nałogów. Szczególną uwagę poświęcił tematowi nowych narkotyków, e-papierosów i leków. Przedstawione zostały konsekwencje zdrowotne związane z przyjmowaniem tego typu środków. Przedstawiciel KPP w Żywcu natomiast zwrócił w swojej przemowie uwagę na odpowiedzialność karną w omawianym obszarze, poruszył też temat hejtu. Następnie przeprowadzono ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli uwrażliwiających uczniów na przykre skutki związane z sięganiem po tego typu środki.



Pracownicy Sekcji OZ PSSE oraz przedstawiciel KPP w Żywcu zostali zaproszeni w dniu 2 marca do przeprowadzenia spotkania profilaktycznego dla klas VIII Szkoły Podstawowej nr 3 w Żywcu.

Spotkanie odbyło się w Klubie Środowiskowym MCK „Śrubka” w ramach wojewódzkiej kampanii „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia” i innych programów edukacyjnych realizowanych w szkołach powiatu żywieckiego. W pierwszej części akcji pracownik PSSE w Żywcu przeprowadził w oparciu o prezentację multimedialną pogadankę dot. uzależnienia od środków psychoaktywnych (napojów energetycznych i tzw. „dopalaczy”). Pokazano mechanizm powstawania uzależnienia, przedstawiono fakty i obalono mity w tym temacie. Zostały przedstawione konsekwencje zdrowotne i prawne związane z przyjmowaniem i posiadaniem narkotyków. W kolejnym etapie spotkania pracownik PSSE w Żywcu omówił przy pomocy prezentacji multimedialnej problem uzależnienia od leków i e-papierosów, przedstawiono skład dymu tytoniowego i jego szkodliwy wpływ na organizm człowieka. Przedstawiciel KPP w Żywcu z kolei przedstawił młodzieży problem zakazanych substancji od strony odpowiedzialności karnej. Wyjaśnili takie pojęcia jak demoralizacja, nieletni sprawcy czynów karalnych oraz to, jakie konsekwencje prawne ponoszą młodzi ludzie sięgający po zabronione substancje.





9 marca na zaproszenie Szkoły Podstawowej nr 1 w Pewli Wielkiej pracownicy Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Żywcu przeprowadzili spotkanie profilaktyczne dotyczące tematu uzależnień. Akcja została zorganizowana w ramach wojewódzkiej kampanii edukacyjno-informacyjnej „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia”. W trakcie spotkania przeprowadzono pogadanki z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej z uczniami klas 5-8. Omówiono rodzaje nałogów i mechanizm ich powstawania. Szczególną uwagę poświęcono tematowi nowych narkotyków, nikotyny z uwzględnieniem e-papierosów oraz leków. Przedstawione zostały konsekwencje zdrowotne związane z zażywaniem wymienionych substancji. Wyświetlono również spoty edukacyjne dotyczące nowych narkotyków. Podsumowaniem spotkania były zajęcia z użyciem narko- i alkoholgli. Uczniowie i nauczyciele mogli sprawdzić swoje reakcje przy wykonywaniu prostych czynności z życia codziennego. Na zakończenie odbyła się prezentacja plakatów profilaktycznych związanych z problemem uzależnień, przygotowanych przez poszczególne klasy. Uczniowie wykazali się dużą kreatywnością i wiedzą przygotowując swoje prace.



PSSE w Bytomiu

3 marca przeprowadzono zajęcia edukacyjno-profilaktyczne w Centrum Edukacji Ekonomiczno-Handlowej w Tarnowskich Górach, dotyczące ww. tematyki, uwzględniając elementy wojewódzkiej kampanii pt. „Nowe narkotyki - nowe zagrożenia”. W zajęciach uczestniczyli uczniowie z klasy II i IV ww. placówki, która realizuje program edukacyjny „ARS, czyli jak dbać o miłość?” oraz inne zalecane przez Inspekcję Sanitarną programy. Zajęcia edukacyjne składały się z czterech części: prezentacji multimedialnej połączonej z dyskusją, testów w alko- i narkogoglach, quizu wiedzy uczniów oraz pomiarów stężenia tlenu węgla w wydychanym powietrzu. Zajęcia spotkały się z dużym zainteresowaniem wśród młodzieży, która aktywnie angażowała się i uczestniczyła w przygotowanych zadaniach.



Szkolny Tydzień Profilaktyki

Głównym celem organizacji dni profilaktyki w szkołach jest popularyzacja idei profilaktyk oraz propagowanie zdrowego stylu życia, wolnego od nałogów. Pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu zorganizowali warsztaty profilaktyczne na terenach placówek:

- ✚ 9 marca przeprowadzono warsztaty profilaktyczne dla uczniów VI i VII klasy Szkoły Podstawowej nr 27 w Bytomiu;
- ✚ 20 marca zorganizowano działania prozdrowotne w Zespole Szkół Mechaniczno-Elektronicznych w Bytomiu;
- ✚ 30 marca przeprowadzono warsztaty profilaktyczne w Młodzieżowym Ośrodku Wychowawczym w Radzionkowie.

W ramach Szkolnego Tygodnia Profilaktyki oraz wojewódzkiej kampanii edukacyjno-informacyjnej „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia” przeprowadzono działania edukacyjno-informacyjne. Podczas działań przedstawiono prezentację multimedialną dotyczącą problematyki uzależnień połączonej z dyskusją, przeprowadzono ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli celem zobrazowania świata widzianego oczami osoby uzależnionej oraz pomiary stężenia tlenu węgla w wydychanym powietrzu wśród zainteresowanych osób. Na sam koniec zajęć wszyscy uczniowie mieli możliwość sprawdzenia swojej wiedzy dot. promocji i profilaktyki zdrowia w quizie wiedzy.



PSSE w Rudzie Śląskiej

W marcu, w ramach akcji „Nowe narkotyki - nowe zagrożenia”, w czterech szkołach podstawowych, tj. w Szkole Podstawowej nr 30, nr 21, nr 36 i nr 41 w Rudzie Śląskiej odbyły się spotkania uczniów klas VII i VIII z psychoterapeutą, terapeutą środowiskowym Szpitala Miejskiego oraz przedstawicielem Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Rudzie Śląskiej. Uczniowie wysłuchali wykładu nt. zagrożeń wynikających z używania środków psychoaktywnych oraz dowiedzieli się jak radzić sobie w trudnych sytuacjach i gdzie szukać pomocy psychologicznej. Uczniowie mieli możliwość pokonania toru przeszkód w alko- i narkogoglach.



PSSE w Kłobucku

17 marca w Szkole Podstawowej w Truskolasach przeprowadzono akcję profilaktyczną dla młodzieży w zakresie profilaktyki uzależnień. Akcję przeprowadzono w ramach programu profilaktyki uniwersalnej „Smak życia czyli debata o dopalaczach” oraz Wojewódzkiej Akcji informacyjno-edukacyjnej "Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia" dla uczniów klas VII-VIII. Działania edukacyjne prowadzono wspólnie z przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji w Kłobucku. Uczestnicy wysłuchali prelekcji pt. "Zdrowy styl życia bez używek", podczas której usłyszeli o zagrożeniach i skutkach zdrowotnych wynikających z używania substancji psychoaktywnych - nowych narkotyków, alkoholu, tytoniu czy leków. Przestrzegano młodych ludzi przed kontaktem z środkami psychoaktywnymi. Przedstawiciel policji omówił konsekwencje prawne związane z używaniem i posiadaniem substancji psychoaktywnych. W drugiej części akcji uczniowie przy użyciu alko- i narkogogli mogli sprawdzić jak działają substancje psychoaktywne. Ćwiczenia (układanie puzzli, czytanie tekstu, pokonywanie toru przeszkód) pokazały młodym ludziom jak widziany jest świat oczami osoby będącej pod wpływem substancji psychoaktywnych. Reakcje i zachowania były dużym zaskoczeniem dla młodzieży, z zaciekawieniem obserwowali swoich kolegów podczas wykonywanych ćwiczeń. Na zakończenie uczniowie prezentowali scenki sytuacyjne dotyczące prezentowanej tematyki. Przygotowano ekspozycję materiałów edukacyjnych. W prowadzonych działaniach uczestniczyło około 120 osób (młodzież, nauczyciele, pedagog szkolny, pedagog specjalny, psycholog).

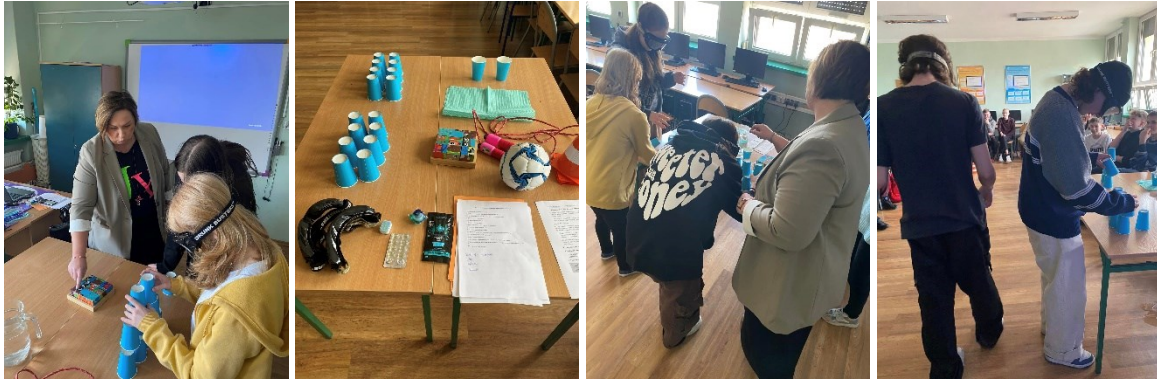




PSSE w Dąbrowie Górniczej

Zorganizowano warsztaty edukacyjne dla uczniów klas 4-6 Szkoły Podstawowej Nr 22 oraz klas 7-8 Szkoły Podstawowej Nr 10 w Dąbrowie Górniczej. Młodzież aktywnie uczestniczyła w pracy odpowiadając na pytania: Dlaczego młodzi ludzie sięgają po narkotyki? Dlaczego nie warto ich zażywać? I jakie mogą być tego konsekwencje. Praca w grupach, rozmowy na temat asertywnych zachowań względem uzależnień i zabawa z wykorzystaniem alko- i narkogogli w czasie, której młodzież musiała pokonać przygotowany tor przeszkód: ułożyć piramidę czy przelać wodę do naczynia. Prowadzone zajęcia edukacyjne mają na celu uświadomienie młodym ludziom z jakimi zagrożeniami mogą się spotkać i jak ważne jest dokonywanie właściwych wyborów w odpowiedzialności za własne zdrowie.





PSSE w Jaworznie

W związku z realizacją wojewódzkiej akcji informacyjno-edukacyjnej „Nowe narkotyki - nowe zagrożenia” Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Jaworznie prowadziła działania edukacyjne w Szkole Podstawowej nr 16 w Jaworznie oraz w Zespole Szkół Ponadpodstawowych nr 4 w Jaworznie. Podczas zajęć pracownik Oświaty Zdrowotnej przeprowadził pogadankę na temat substancji psychoaktywnych (alkohol, nowe narkotyki, nikotyna). Po prelekcji każdy chętny uczeń mógł doświadczyć zaburzeń koordynacji psychoruchowej w narko- i alkoholach.





PSSE w Raciborzu

„Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia” pod takim hasłem od 2023 roku w powiecie raciborskim odbywają się działania edukacyjne i profilaktyczne związane z używaniem substancji psychoaktywnych, w tym nowych narkotyków przez młodzież.

8 marca w Szkole Podstawowej w Szonowicach pracownicy Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Raciborzu wsparli swoimi działaniami projekt realizowany przez uczniów Zespołu Szkół Ekonomicznych w Raciborzu pn. „Zwolnieni z teorii”. Dla uczniów klas 6-8 przygotowano warsztaty na temat zagrożeń płynących z zażywania środków psychoaktywnych. Prezentacja została przygotowana przez uczniów raciborskiego Ekonomika. Zawierała ona m.in. wywiady z terapeutami do spraw uzależnień oraz z osobą, której udało się wyjść z uzależnienia od alkoholu. W ramach akcji przeprowadzono ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli. Zainteresowani uczestnicy mogli doświadczyć jaki wpływ na sprawność psychomotoryczną ma zażywanie alkoholu, narkotyków bądź leków (obniżenie koncentracji, spowolnienie czasu reakcji, zniekształcenie widzianego obrazu, brak koordynacji mięśniowo – ruchowej itp.).



9 marca w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Wojnowicach odbyły się działania edukacyjne i profilaktyczne w ramach kampanii „Nowe narkotyki – Nowe zagrożenia” we współpracy z uczniami Zespołu Szkół Ekonomicznych w Raciborzu pn. „Zwolnieni z teorii”. Dla uczniów przygotowano warsztaty, pogadanki, prezentacje i ćwiczenia z użyciem alko i narkogogli.





13 marca w Szkole Podstawowej w Pietrowicach Wielkich odbyło się kolejne spotkanie z młodzieżą na temat zagrożeń płynących z zażywania środków psychoaktywnych.





24 marca w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Raciborzu odbyło się szkolenie dla koordynatorów szkolnych realizujących programy "Trzymaj Formę!" oraz "Smak życia czyli debata o dopalaczach". Omówiony został również konkurs "Szkolna aktywność fizyczna" przez doradcę metodycznego Regionalnego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli WOM w Rybniku. Przedstawione zostały także założenia realizacji wojewódzkiej kampanii "Nowe narkotyki - Nowe zagrożenia". W ramach podjętej współpracy z Komendą Powiatową Policji w Raciborzu przedstawiciele Wydziału Prewencji przedstawili zagadnienia związane z Programem współpracy transgranicznej „DrugSTOP”.





PSSE w Rybniku

30 marca w Szkole Podstawowej w Piecach im. Ziemi Śląskiej przeprowadzona została kolejna, ewaluacyjna debata ph. „Środki psychoaktywne – wyzwanie czy ryzyko?”. Inicjatorem działania była Komenda Miejska Policji w Rybniku. Temat zagrożeń wynikających z zażywania środków psychoaktywnych oraz świadomość wpływających z tego skutków zdrowotnych jest ważnym elementem współczesnej codzienności. Odpowiedzialność karna osób nieletnich oraz konsekwencje zdrowotne są najczęstszym tematem zgłaszanym przez pedagogów szkolnych do omówienia z młodymi ludźmi. Pomysł przeprowadzenia debat jako sformalizowanej rozmowy między młodymi, często nieświadomymi osobami, a specjalistami daje ogromny potencjał pedagogiczny. Tym razem przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku wygłosili temat „Życie – wartość sama w sobie!”. Zarówno w debacie inauguracyjnej jak i tej ewaluacyjnej udział wzięli ósmoklasiści ze Szkoły Podstawowej w Piecach, Szkoły Podstawowej nr 1 w Świerklanach oraz Szkoły Podstawowej w Jankowicach. Prócz ogromnej dawki rzetelnej wiedzy, uczniowie mieli możliwość przedstawienia własnego punktu widzenia, wypowiedzenia się na dany temat. Spotkanie zakończono anonimową ankietą ewaluacyjną.



PSSE w Zawierciu

W ramach realizacji wojewódzkiej akcji „Nowe narkotyki – nowe zagrożenia” pracownik PSSE w Zawierciu w koalicji z Komendą Powiatową Policji w Zawierciu przeprowadził zajęcia edukacyjne dotyczące narkotyków, środków psychoaktywnych oraz uzależnień. Zajęcia przeprowadzono w Zespole Szkół w Porębie oraz Zespole Szkół im. Xawerego Dunikowskiego w Zawierciu oraz Szkole Podstawowej w Kroczykach. Podczas spotkań promowano wśród młodzieży zdrowy, aktywny tryb życia wolny od używek.



Klub zdrowego przedszkolaka

PSSE w Raciborzu

30 marca, Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Raciborzu zorganizowała szkolenie dla koordynatorów przedszkolnych z nowej odsłony wojewódzkiego projektu pn. "Klub Zdrowego Przedszkolaka". Projekt ten dedykowany jest dzieciom przedszkolnym, rodzicom i opiekunom oraz nauczycielom wychowania przedszkolnego, a jego celem jest zwiększenie świadomości i wiedzy na temat postaw prozdrowotnych, propagowanie zdrowego stylu życia oraz wspieranie prawidłowego rozwoju dzieci.

W ramach szkolenia omówiono zawartą w nim tematykę, która została podzielona na sześć modułów i dotyczyła zagadnień:

- ✚ profilaktyki chorób wirusowych przenoszonych drogą kropelkową,
- ✚ profilaktyki chorób zakaźnych,
- ✚ bezpiecznego korzystania ze słońca,
- ✚ profilaktyki chorób odkleszczowych,
- ✚ realizację programu edukacji antytytoniowej „Czyste powietrze wokół nas”
- ✚ realizację ekologicznego programu dla przedszkoli „Skąd się biorą produkty ekologiczne”.

Ponadto zostały przedstawione założenia realizacji nowej kampanii informacyjnej dotyczące profilaktyki chorób odkleszczowych pod hasłem „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”, której organizatorami są: Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny oraz Warmińsko-Mazurski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny.





PSSE w Kłobucku

13 marca na platformie Teams odbyło się szkolenie dla dyrektorów przedszkoli i koordynatorów Wojewódzkiego Projektu "Klub Zdrowego Przedszkolaka". Tematem szkolenia była realizacja Wojewódzkiego Projektu "Klub Zdrowego Przedszkolaka" w jego nowej odsłonie. Podczas szkolenia omówiono cele i założenia oraz metody i formy realizacji Projektu. Zaprezentowano materiały edukacyjne przygotowane do realizacji poszczególnych modułów tematycznych Projektu. Przedszkola, które zgłosiły chęć udziału w Projekcie otrzymały materiały edukacyjne w wersji elektronicznej i papierowej. Liczba uczestników szkolenia - 17 osób.

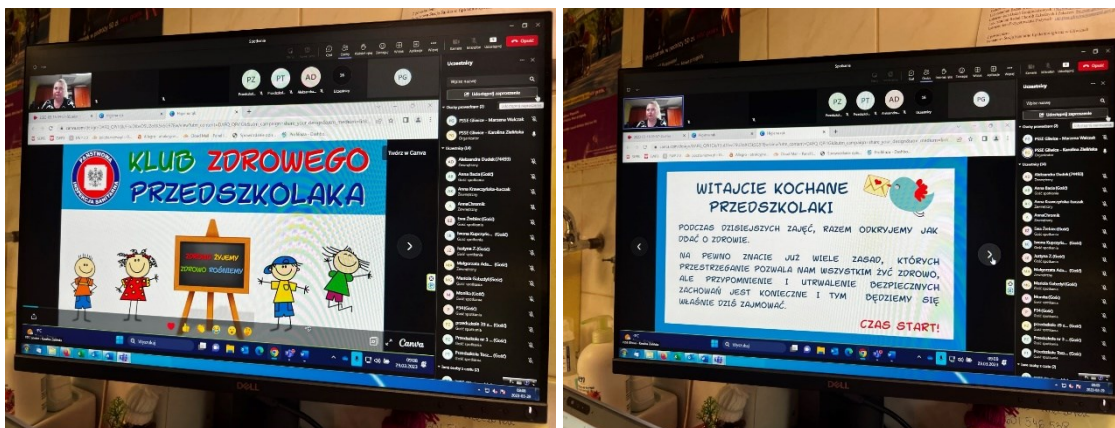


PSSE w Gliwicach

W Przedszkolu Nr 16 w Zabrze odbyła się akcja informacyjno-edukacyjna dotycząca programu "Klub zdrowego przedszkolaka". Poruszano zagadnienia związane m.in. z wirusochroną, higieną mycia rąk oraz kleszczy. Akcja cieszyła się bardzo dużym zainteresowaniem wśród dzieci 5 i 6 letnich. Przedszkolaki brały czynny udział w zajęciach oraz wykazały się ogromną wiedzą na temat profilaktyki zdrowia. Po zakończeniu zajęć uczestnicy otrzymali gadżety w postaci tatuaży, naklejek, kolorowanek oraz owoce ufundowane przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Gliwicach. Akcja zorganizowana przy współpracy z Wojewódzką Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Katowicach. Liczba uczestników akcji 125 osób.



29 marca odbyło się szkolenie w formie online dla przedszkolnych koordynatorów programu „Klub zdrowego przedszkolaka” oraz zaprezentowanie międzywojewódzkiej kampanii „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. Przedstawione treści cieszyły się dużym zainteresowaniem.



PSSE w Bytomiu

23 marca na platformie Teams pracownicy PSSE w Bytomiu przeprowadzili szkolenie dla dyrektorów przedszkoli oraz koordynatorów przedszkolnych Wojewódzkiego Projektu pt. „Klub Zdrowego Przedszkolaka” w nowej odsłonie. Omówiono cele, założenia, metody i formy realizacji oraz druk sprawozdawczy. Przedstawiono materiały edukacyjne dotyczące wszystkich modułów tematycznych:

- ✚ profilaktyki chorób wirusowych przenoszonych drogą kropelkową,
- ✚ profilaktyki chorób zakaźnych,
- ✚ bezpiecznego korzystania ze słońca,
- ✚ profilaktyki chorób odkleszczowych,
- ✚ realizację programu edukacji antytytoniowej „Czyste powietrze wokół nas”
- ✚ realizację ekologicznego programu dla przedszkoli „Skąd się biorą produkty ekologiczne”.

Na koniec szkolenia zaprezentowano interesujący film z konferencji rozpoczynającej kampanie pt: „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”, w którym omówiono szczegółowo choroby odkleszczowe i ich profilaktykę.

PSSE w Rybniku

17 marca w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku odbyło się szkolenie dotyczące nowej odsłony projektu „Klub Zdrowego Przedszkolaka” oraz pozostałych działań prowadzonych w przedszkolach. W szkoleniu udział wzięło 19 osób.



PSSE w Jaworznie

W marcu w związku z rozpoczęciem VI edycji projektu „Klub zdrowego przedszkolaka” pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE w Jaworznie przeprowadził szkolenie online z założeń projektu dla koordynatorów przedszkolnych.



Profilaktyka wad postawy

PSSE w Chorzowie

Wiosenna akcja profilaktyczna

31 marca pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Chorzowie przeprowadzili lekcję edukacyjną dotyczącą profilaktyki wad postawy pt. „Dobra postawa to ważna sprawa”. W zajęciach wzięli udział uczniowie Szkoły Podstawowej nr 10 w Świętochłowicach. Dzieci aktywnie uczestniczyły w zajęciach, dowiedziały się m.in. jak prawidłowo spakować i nosić tornister do szkoły, jak prawidłowo siedzieć podczas nauki przy biurku, wykonywały proste ćwiczenia, które korzystnie wpływają na postawę ich ciała. Spotkanie było także dobrą okazją na zapoznanie dzieci z najnowszą kampanią informacyjno-edukacyjną „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”. Omówiono zasady zabezpieczania się przed ukąszeniami przez kleszcze, wskazano miejsca gdzie kleszcze przebywają, uświadomiono dzieci na konieczność kontrolowania swojej skóry np. po powrocie z leśnych wycieczek.



Dobra postawa to ważna sprawa

14 marca pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Chorzowie przeprowadzili lekcję edukacyjną dotyczącą profilaktyki wad postawy pt. „Dobra postawa to ważna sprawa”. W zajęciach wzięli udział uczniowie klasy I Szkoły Podstawowej nr 3 w Świętochłowicach. Dzieci aktywnie uczestniczyły w zajęciach, dowiedziały się m.in. jak prawidłowo spakować i nosić tornister do szkoły, jak prawidłowo siedzieć podczas nauki przy biurku, wykonywały proste ćwiczenia, które korzystnie wpływają na postawę ich ciała. Każdy uczeń dodatkowo otrzymał wydrukowany plan lekcji z kolorowymi, krótkimi hasłami pozwalającymi utrwalić zasady profilaktyki wad postawy.



PSSE w Zawierciu

„Lekki tornister” działania edukacyjne w ramach profilaktyki wad postawy

3 marca pracownicy PSSE w Zawierciu prowadzili edukację zdrowotną w zakresie profilaktyki chorób układu ruchu skierowaną do uczniów klas I–III oraz kadry pedagogicznej w Szkole Podstawowej nr 14 Fundacji Elementarz w Zawierciu-Bzowie, a 28 marca w Szkole Podstawowej nr 3 w Zawierciu. Podczas zajęć uczniowie nauczyli się jak prawidłowo nosić tornister, jak dbać o kręgosłup, jakie ćwiczenia wykonywać podczas przerwy śródlekcyjnej. Zajęcia promowały zdrowy i aktywny tryb życia. W ramach działań pracownicy PSSE w Zawierciu zważyli tornistry uczniów oraz podkreślali, że konsekwentne zmniejszanie przeciążenia noszonych przez dzieci bagaży, pozwoli zadbać o właściwą postawę ciała. Przekazali materiały informacyjno–edukacyjne (plakaty, ulotki).





Inne działania

PSSE w Jaworznie

Czyste powietrze wokół nas

W związku z realizacją programu „Czyste powietrze wokół nas” i projektu „Klub zdrowego przedszkolaka” w marcu pracownik PSSE w Jaworznie razem z maskotką Dinka odwiedził dzieci z Przedszkola Miejskiego nr 25 w Jaworznie oraz Przedszkola Miejskiego nr 3 w Jaworznie. Podczas zajęć przedszkolaki wysłuchały opowiadania o przygodach Dinka na podstawie prezentacji multimedialnej. Dzieci utrwaliły swoją wiedzę na temat szkodliwości różnego rodzaju dymów, w tym dymu z papierosa na zdrowie. Poznały znak zakazu palenia oraz miejsca, gdzie on obowiązuje. Na zakończenie zajęć przedszkolaki otrzymały kolorowanki z sylwetką Dinka.





Zasady zdrowego stylu życia „Trzymaj Formę!”

24 marca odbyły się obchody Dnia Profilaktyki z „Jedynką” w I Liceum Ogólnokształcącym w Jaworznie. Podczas Akcji przeprowadzono konkurs wiedzy o profilaktyce dla uczniów szkół podstawowych. Podczas tego wydarzenia pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE w Jaworznie wygłosił prelekcję o zdrowym stylu życia, w ramach realizacji programu edukacyjnego pn. „Trzymaj Formę!”.



PSSE w Cieszynie

Działania zdrowotne w szkołach ponadpodstawowych

17 marca przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Cieszynie uczestniczyli w spotkaniu pedagogów, pielęgniarek i psychologów szkół ponadpodstawowych zorganizowanym przez Starostwo Powiatowe. Celem spotkania było przedstawienie zaplanowanych działań w zakresie promocji zdrowia w powiecie cieszyńskim. Przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Cieszynie przedstawili cele i założenia poszczególnych programów edukacyjnych.



PSSE w Rudzie Śląskiej

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

Dzięki współpracy PSSE w Rudzie Śląskiej i Fundacji Godula Hope przeprowadzono warsztaty dla młodzieży rudzkich szkół, w ramach realizacji wojewódzkiego programu edukacyjnego „Wybierz Życie - Pierwszy Krok”. Zajęcia, w których wzięło udział 200 uczniów, odbywały się w każdy czwartek marca w siedzibie NZOZ Genom w Rudzie Śląskiej. Podczas warsztatów, dyplomowana pielęgniarka przekazywała wiedzę uczniom na temat profilaktyki raka szyjki macicy i roli wirusa HPV w jego powstawaniu. Pani Karolina pokazywała na fantomach jak prawidłowo wykonywać samobadanie piersi i motywowała dziewczyny do regularnego poddawania się badaniom profilaktycznym. Dodatkowo, co bardzo istotne, uczniowie mieli możliwość zobaczenia wyposażenia gabinetu ginekologicznego, w tym mammografu oraz urządzenia do USG pochwy. Większość młodzieży po raz pierwszy przestąpiła próg gabinetu.



Kampania społeczna „Zaszczep w sobie chęć szczepienia”

W ramach kampanii społecznej „Zaszczep w sobie chęć szczepienia” przedstawiciele ppis w Rudzie Śląskiej uczestniczyli w dwóch spotkaniach z dziećmi, tj. w Przedszkolu Miejskim nr 37 i Przedszkolu Miejskim nr 32 w Rudzie Śląskiej. Pracownik Sekcji HDiM czytał dzieciom grup „starszaków” bajkę o przygodach dzielnego niedźwiadka Szczepana, po czym przeprowadzono pogadankę z dziećmi nt. roli szczepień ochronnych w zapobieganiu groźnym chorobom. Przez cały czas spotkania dzieciom towarzyszył niedźwiadek Szczepan.



PSSE w Gliwicach

W marcu zorganizowano wystawę przygotowaną przez Państwową Inspekcję Sanitarną w Gliwicach, wraz z Centrum Handlowym FORUM, która ma na celu propagowanie wiedzy wśród mieszkańców na temat świadomego i odpowiedzialnego stosowania antybiotyków. Wystawa cieszyła się dużym zainteresowaniem wśród klientów CH Forum.



PSSE w Sosnowcu

24 marca miała miejsce inauguracja na terenie Zespołu Szkół Elektronicznych i Informatycznych w Sosnowcu kolejnej edycji programu edukacyjnego pod hasłem „Podstępne WZW”, upowszechniającego wśród młodzieży szkół ponadpodstawowych wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby typu A, B i C.





1 marca na terenie sosnowieckiego Centrum Kształcenia Nauczycieli w Sosnowcu pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Sosnowcu spotkali się z koordynatorami programów związanych z promocją zdrowia sosnowieckich szkół podstawowych. Nowe materiały do ogólnopolskiego programu edukacyjnego "Trzymaj Formę!" trafiły do sosnowieckich pedagogów. Program rekomendowany przez GIS dotyczy wpływu żywienia i aktywności fizycznej na zdrowie. Dodatkowo koordynatorzy szkolni zostali przeszkoleni z form realizacji programu pod hasłem „Bieg po zdrowie” kierowanego do uczniów 4 klas szkół podstawowych. W sosnowieckim Centrum Doskonalenia Nauczycieli szkolni koordynatorzy programu wymieniali się doświadczeniami. Pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Sosnowcu wskazywali, że okres krytyczny dla podejmowania pierwszych prób palenia tytoniu przypada na przedział wiekowy 9-10 lat. Podejmowanie prób palenia i częstość palenia wzrasta z wiekiem. Podczas spotkania z koordynatorami szkolnymi programu podkreślano, iż podczas cyklu zajęć dzieci będą dyskutować, wymieniać doświadczenia, przeprowadzać wywiady, liczyć koszty palenia, pracować w grupach przy tworzeniu antyreklam dla papierosów. Aktywność własna uczestników programu uatrakcyjniła go i służyła zawsze do refleksji.





PSSE w Bytomiu Dni otwarte uczelni

W ramach Dni Otwartych, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu, na zaproszenie placówek, włączyli się w działania i zorganizowali punkty informacyjno-edukacyjne na terenach uczelni:

- ✚ 14-15 marca - Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach- Wydział Zdrowia Publicznego w Bytomiu;
- ✚ 21 marca - Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Bytomiu.

Podczas trwających wydarzeń uczestnicy mieli okazję odwiedzić stanowiska profilaktyczne, w których promowano i udzielano informacji na temat profilaktyki nowotworowej, HIV/AIDS, znaczenia i roli szczepień ochronnych, zapobiegania uzależnieniom (tytoń, alkohol, substancje psychoaktywne), ochrony przed kleszczami, znaczenia i działania antybiotyków. 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 okularach typu alko- lub narkogogle. Wśród osób palących papierosy przeprowadzono pomiary

stężania tlenu węgla w wydychanym powietrzu, zachęcając ich do rzucenia nałogu. Dużym zainteresowaniem cieszyło się „koło wiedzy” z przygotowanymi pytaniami na temat higieny i promocji zdrowia.



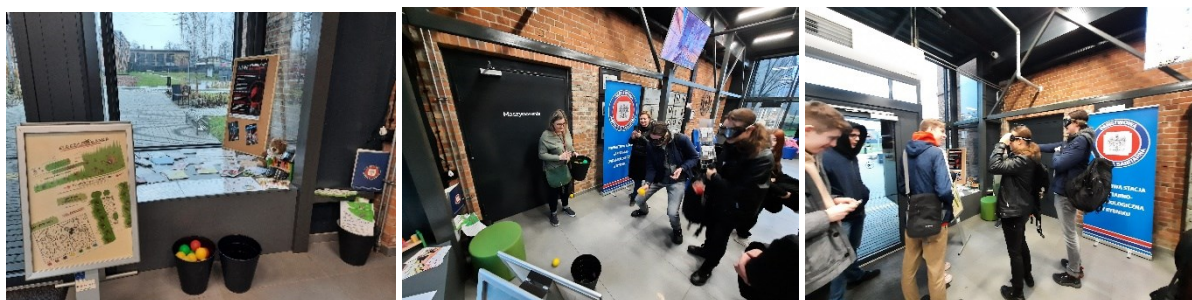
W zawiązku z dniami otwartymi Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach - Wydział Zdrowia Publicznego w Bytomiu w dniach 14 marca-7 kwietnia zorganizowano wystawę informacyjno-edukacyjną pt. „Superbakterie Oporniaki”. W skład wystawy wchodziło 8 plasz tematycznych obrazujących problem zakażeń, działania i stosowania antybiotyków oraz powody i skutki zmniejszania się ich skuteczności. Działanie to ma na celu uświadomić jak wielkim problemem społecznym, jest wzrost oporności drobnoustrojów na antybiotyki. Wiedza o konieczności odpowiedzialnego stosowania antybiotyków powinna być wiedzą powszechną, by zapewnić skuteczność stosowania leków tej grupy dla przyszłych pokoleń.



PSSE w Rybniku

Akcja „Wagary z Ignacym”

21 marca odbyła się akcja pt. „Wagary z Ignacym” w ramach której realizowano cele programowe „Wybierz życie Pierwszy krok”, cele kampanii „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”, „Zaszczep w sobie chęć szczepienia”, „Lekki tornister”, „Nowe narkotyki nowe zagrożenia”. Główną grupą docelową były dzieci i młodzież oraz kadra pedagogiczna oraz osoby odwiedzające zabytkową Kopalnię Ignacy. Dla wszystkich uczestników zostały przygotowane atrakcje tj. punkt konsultacyjny w zakresie szczepień ochronnych oraz środków psychoaktywnych w którym prócz wiedzy chętni mogli zmierzyć się z prostym testem ukazującym w jaki sposób środki psychoaktywne zmieniają nasze postrzeganie negatywnie wpływając na nasze zdrowie i życie. Ponadto dla odwiedzających zostały przygotowane materiały edukacyjno-informacyjne. Uczestniczyło ponad 120 osób.



Konkurs „Żyj zdrowo i bezpiecznie”

23 marca w Zespole Szkolno-Przedszkolnym Nr 2 w Rybniku odbyła się kolejna edycja międzyszkolnego konkursu "Żyj zdrowo i bezpiecznie", przeznaczonego dla uczniów klas V. Celem konkursu było utrwalanie zasad zdrowego odżywiania, podniesienie wśród uczniów świadomości na temat bezpiecznych zachowań, higieny osobistej, promowanie zdrowego stylu życia, wyrabianie nawyku bezpiecznego poruszania się po drogach, rozwijanie umiejętności udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach, wiedzy na temat chorób wektorowych, rozwijanie umiejętności efektywnego współdziałania w grupie. W rywalizacji wzięło udział 6 drużyn. Skład jury: PSSE w Rybniku, Policja w Rybniku, Pielęgniarki Medycyny Szkolnej. W imprezie uczestniczyło 56 osób.



PSSE w Chorzowie

Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana

20 marca pracownicy Oświaty Zdrowotnej PSSE w Chorzowie w towarzystwie pluszowego niedźwiadka Szczepana odwiedzili dzieci w Przedszkolu nr 11 w Świętochłowicach. Dzieci miały okazję wysłuchać bajki pt. „Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana”, która w prosty i ciekawy sposób tłumaczy dzieciom jak działają szczepienia oraz odpowiada na pytanie dlaczego szczepienia są tak ważne w życiu człowieka. Podczas spotkania przypomniano także zasady prawidłowego mycia rąk jako jednego ze skuteczniejszych sposobów zapobiegania przenoszenia się zarazków chorobotwórczych. Każde dziecko otrzymało odbłask w kształcie niedźwiadka.



PSSE w Częstochowie

Spotkanie edukacyjne w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Jaskrowie

Podczas spotkania na podstawie prezentacji przygotowanej przedstawiono i omówiono choroby zakaźne wieku dziecięcego, przedstawiono kalendarz szczepień z podziałem na szczepienia obowiązkowe i zalecane. Zaakcentowano jak ważnym elementem są prawidłowe przyzwyczajenia i nawyki higieniczno-zdrowotne. Przypomniano właściwy sposób mycia rąk, jako bardzo istotną

profilaktykę chorób zakaźnych. Tematem spotkania była również profilaktyka chorób odkleszczowych. Na podstawie spotu omówiono choroby przenoszone przez kleszcze. Zapoznano uczestników z podstawowymi zasadami w zakresie prawidłowego usuwania kleszcza, jak również przedstawiono choroby przenoszone przez kleszcze. Spotkanie o tej samej tematyce zorganizowano w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Częstochowie. Edukację poszerzono o tematykę profilaktyki uzależnień zawartą w Kampanii „Nowe narkotyki nowe zagrożenia”. Zebranej młodzieży przedstawiono prezentację multimedialną w której szczególną uwagę zwrócono na problemy zdrowotne i zagrożenia wynikające z korzystania ze środków psychoaktywnych, w tym głównie nowych narkotyków. Podsumowaniem spotkania były ćwiczenia z alko- i narkogoglami. Spotkanie zorganizowano we współpracy ze Strażą Miejską w Częstochowie.



Klub Senior Plus w Koniecpolu – spotkanie edukacyjne

Spotkanie dotyczyło chorób zakaźnych, gdzie przedstawiono i omówiono choroby zakaźne przenoszone drogą kropelkową. Omówiono również Wirusowe Zapalenie Wątroby typu A, jako jednostkę chorobową wysoce zakaźną przy braku higieny, a szczególnie higieny rąk. Zaakcentowano jak ważnym elementem są prawidłowe przyzwyczajenia i nawyki higieniczno-zdrowotne. Z zainteresowaniem Seniorzy wysłuchali informacji o szczepieniach, szczególnie tych zalecanych. Tematem spotkania była również profilaktyka chorób odkleszczowych. Na podstawie

spotu omówiono choroby przenoszone przez kleszcze. Zapoznano uczestników z podstawowymi zasadami w zakresie prawidłowego usuwania kleszcza.

PSSE w Zawierciu

Akcja profilaktyczna dotycząca szczepień

W ramach trwającej kampanii Komisji Europejskiej #UnitedInProtection pod hasłem „Zaszczep się, spraw by szczepionki działały” pracownik Oświaty Zdrowotnej PSSE w Zawierciu prowadził zajęcia dotyczące szczepień w 6 placówkach przedszkolnych:

- ✚ Przedszkole Parafialne w Zawierciu;
- ✚ Przedszkole nr 7 „Jurajski skrzaty” w Zawierciu;
- ✚ Przedszkole nr 1 „Słoneczko” w Zawierciu;
- ✚ Przedszkole nr 6 w Zawierciu;
- ✚ Przedszkole nr 2 im. Misia Uszatka w Zawierciu;
- ✚ Zespół Szkolno–przedszkolny w Ogrodzieńcu.

Dzieci słuchały bajki „Przygody dzielnego niedźwiadka Szczepana”, dzięki której mogły zrozumieć jak działają szczepienia. Podczas zajęć poruszano tematykę profilaktyki chorób zakaźnych, higieny osobistej oraz roli szczepień ochronnych. Na koniec dzieci pokolorowały sylwetę misia Szczepanka.





XVI edycja konkursu ekologicznego „Czas na nową modę, szanujmy wodę”

24 marca, pracownik PSSE w Zawierciu uczestniczył w XIV edycji konkursu ekologicznego pod hasłem: „Czas na nową modę, szanujemy wodę”, który zorganizowany został z okazji Światowego Dnia Wody przez Przedszkole nr 2 im. Misia Uszatka w Zawierciu. W konkursie uczestniczyły dzieci z zawierciańskich przedszkoli. Zespoły złożone z 3 reprezentantów każdego z przedszkoli brały udział w ciekawych konkurencjach związanych z tematyką wody, które przeplatane były zabawami ruchowymi. W skład jury weszli: przedstawiciele Wydziału Edukacji, przedstawiciel Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Zawierciu, przedstawiciel Referatu Ochrony Środowiska oraz Przewodnicząca Rady Rodziców. Po podsumowaniu wyników i burzliwych obrad ogłoszono wyniki i wręczono nagrody. Na dzieci czekały dyplomy, prezenty oraz słodki poczęstunek.



Akcja „Zdrowie naszym skarbem”

29 marca podczas akcji „Zdrowie naszym skarbem” w Szkole Podstawowej nr 1 w Pilicy prowadzono działania promujące zdrowy styl życia wolny od używek. W ramach akcji dla klas I-III zorganizowano warsztaty dotyczące zdrowego żywienia oraz prawidłowego mycia zębów, natomiast w klasach IV-VIII wspólnie z pedagogiem szkolnym rozmawiano na temat wpływu palenia tytoniu na zdrowie. Uczniowie przygotowali plakaty o zdrowym stylu życia, wolnym od nałogów. W czasie akcji wykorzystano narko- i alkohologle, aby po założeniu młodzież mogła zobaczyć, jak postrzega otoczenie osoba po zażyciu narkotyków lub pod wpływem alkoholu. Wyeksponowano i przekazano materiały informacyjno-edukacyjne (ulotki, plakaty).





PSSE w Żywcu

Kino Janosik – Kącik zdrowia Kobiety

8 marca pracownicy Sekcji OZ PSSE w Żywcu przekazali do Kina Janosik wielotematyczne materiały edukacyjne skierowane w głównej mierze do kobiet, uczestniczek corocznej akcji „Babski Comber”. Na tą okazję utworzono Punkt Promocji Zdrowia pn. „Kącik zdrowia Kobiety” eksponując plakaty, broszury i ulotki profilaktyczne dot. zdrowia kobiet w różnym wieku.



Akcja w Zespole Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych w Żywcu

Pracownicy Sekcji OZ PSSE w Żywcu zorganizowali dla uczniów klas Technikum Żywności i Usług Gastronomicznych z Zespołu Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych w Żywcu akcję profilaktyczną skupioną wokół tematu zdrowego odżywiania. Akcja odbyła się w dniu 15 marca, a zorganizowana została w ramach akcji „Promocja zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej”. Do udziału w zadaniu zaproszono lek. med. Janusza Wyrwalskiego. Prelegent przy pomocy prezentacji multimedialnej omówił właściwy model postępowania w obszarze zdrowego odżywiania, ukazał funkcje i znaczenie poszczególnych składników odżywczych w naszej diecie, wskazał na często popełniane błędy żywieniowe, a także przedstawił temat suplementów diety,

uwrażliwiając tym samym na zachowanie rozsądku i stosowanie ich tylko w uzasadnionych przypadkach. Zaproponowane spotkanie cieszyło się dużym zainteresowaniem ze strony odbiorców. Dodatkowo, w ramach akcji prowadzono dystrybucję materiałów edukacyjnych związanych z omawianym tematem.



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