

NEWS LETTER

PAŃSTWOWEJ
INSPEKCJI SANITARNEJ
WOJEWÓDZTWA ŚLĄSKIEGO
ZA **CZERWIEC** 2025



WOJEWÓDZKI PROJEKT EDUKACYJNY



Wojewódzki projekt edukacyjny *Zdrowie i emocje- skrzynka z narzędziami* skierowany jest do uczniów klas VI w szkołach podstawowych, a jego **celem** jest profilaktyka uzależnień, rozwijanie prozdrowotnych postaw i zachowań oraz umiejętności regulacji emocji. Zakłada realizację zajęć z dziećmi w oparciu o przygotowane scenariusze, pomoce i środki dydaktyczne. *Narzędzia zawarte w projekcie, stanowią bufor ochronny redukujący ryzyko uzależnień i zwiększający odporność psychiczną na trudne sytuacje życiowe.*

Tematyka lekcji obejmuje ćwiczenia uważnościowe, relaksacyjne, oddechowe, które służą regulacji emocjonalnej, zasady zdrowego myślenia, w tym pozytywne afirmacje, które wpływają na lepsze samopoczucie. Projekt przedstawia temat związany z mechanizmem powstawania uzależnienia z wykorzystaniem nowoczesnych środków dydaktycznych w postaci filmu animowanego oraz rozwijania asertywnej postawy w odmawianiu użycia środków psychoaktywnych, szczególnie w sytuacji presji rówieśników. Ważny element stanowi recepta na zdrowie oraz challenge dla klasy – reklama zdrowego nawyku, które przyczyniają się do kształtowania i promowania prozdrowotnych postaw i nawyków.

Zapraszamy na krótkie podsumowanie realizacji pilotażowej edycji Projektu „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami” w województwie śląskim.

WSSE w Katowicach

Projekt edukacyjny „Zdrowie i emocje - skrzynka z narzędziami”, realizowany w wersji pilotażowej w województwie śląskim, został wysoko oceniony i pozytywnie przyjęty zarówno przez grono pedagogiczne jak i uczniów.

W projekcie wzięło udział 214 szkół podstawowych, 343 oddziały klasowe, 7 545 uczniów oraz 7 400 rodziców. Projekt realizowało 411 nauczycieli, w tym 137 nauczycieli przedmiotowych, 122 pedagogów szkolnych, 51 pedagogów specjalnych oraz 63 psychologów.

Nauczyciele podkreślali istotę poruszanych tematów w kontekście oddziaływań profilaktycznych, oceniali projekt jako merytorycznie dobrze przygotowany, ciekawy, angażujący uczniów.

Z pozytywnym odbiorem spotkały się filmy edukacyjne dla uczniów i rodziców, prezentacja multimedialna, karty pracy, plakaty, które stanowiły wsparcie w realizacji zajęć i były atrakcyjne dla uczniów. Broszura z technikami relaksacyjnymi, uważnościowymi była wykorzystywana podczas zajęć, nauczyciele zachęcali również uczniów do codziennych ćwiczeń w domu.

Koordynatorzy szkolni wysoko ocenili poszczególne moduły projektu, materiały edukacyjne oraz realizację zakładanych celów. Odnotowano wiele pozytywnych opinii.

- ✓ *"projekt wyróżniał się praktycznym podejściem, nowoczesnymi narzędziami dydaktycznymi, wsparciem dla nauczycieli i rodziców",*
- ✓ *"to wartościowy projekt, który odpowiada na realne potrzeby młodych ludzi, wspiera ich rozwój emocjonalny oraz promuje zdrowy, świadomy styl życia";*
- ✓ *"bardzo dobrze przygotowany projekt, materiały, scenariusze. Tematyka bardzo ważna dla uczniów w dzisiejszych czasach. Projekt odpowiedni dla klasy VI";*
- ✓ *"bardzo ciekawe ćwiczenia na uważność. Uczniowie byli bardzo zainteresowani i korzystają z nich wciąż";*
- ✓ *"nie mam żadnych zastrzeżeń. Mocną stroną były materiały dopasowane do uczniów, estetyczne i interesujące";*
- ✓ *"program bardzo dobrze przygotowany. Uczniowie chętnie brali udział w zajęciach dzięki pomocom dydaktycznym";*
- ✓ *"bardzo dobrze opracowane pod względem merytorycznym i wizualnym materiały spotkały się z pozytywnym odbiorem ze strony uczniów";*
- ✓ *"uczniowie zainteresowani tematyką i aktywni na zajęciach. Uważam, że za jakiś czas wychowawca powinien powrócić do poruszanych na zajęciach treści, ćwiczonych umiejętności w celu ich przypomnienia, dalszego rozwijania umiejętności";*
- ✓ *"program bardzo dobrze przyjęty przez uczniów, którzy byli aktywni, podawali swoje przykłady z życia podczas warsztatów, dodatkowo odgrywali scenki, byli zainteresowani każdym modułem. Program bardzo dobrze przygotowany (filmy, karty pracy, książeczki...)"*



PSSE w Zawierciu

Zakończyliśmy projekt „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami”, który dostarczył uczniom inspirujących doświadczeń i praktycznych umiejętności związanych z dbaniem o zdrowie fizyczne i emocjonalne. Jednym z najbardziej angażujących elementów okazał się klasowy challenge – czyli promowanie zdrowego trybu życia wolnego od nałogów. Pracownik PSSE w Zawierciu wziął udział w Pilickiej Gali Filmowej podsumowującej realizację projektu. Uczniowie tworząc krótkie filmiki wykazali się ogromną kreatywnością, ich prace miały nie tylko edukować, ale i motywować do wprowadzania pozytywnych zmian w codziennym życiu. Filmy nagrane przez uczniów poruszały ważne tematy, takie jak: szkodliwość palenia, picia alkoholu, używania narkotyków, problem otyłości oraz problem hejtu. Po obradach jury wyłoniło zwycięzców: I miejsce zajął film "Trzech problematyków", II miejsce zajął film pod tytułem „STOP hejtowi i mobbingowi” natomiast III miejsce zajął film „Między garścią kalorii a szczyptą motywacji”. Zwycięzcy otrzymali pamiątkowe statuetki i dyplomy. Ten projekt pokazał, że młodzież potrafi być ambasadorem zdrowego stylu życia, a dobrze poprowadzona edukacja może realnie kształtować prozdrowotne postawy.





PSSE w Katowicach

W projekcie „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami” udział wzięli uczniowie klas szóstych z 15 szkół z Katowic, Mysłowic i Siemianowic Śląskich. Wszyscy koordynatorzy przystali sprawozdania – w ich opinii projekt został wysoko oceniony, bardzo się podobał i będzie kontynuowany. Grupa ośmiorga uczniów ze Szkoły Podstawowej nr 31 w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 6 w Katowicach zdecydowała się, pod opieką koordynatora projektu, przygotować klasowy challenge i wziąć udział w wojewódzkim konkursie. 13 czerwca pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej w Katowicach mieli ogromną przyjemność wręczyć na ręce dyrektora wyróżnienie dla szkoły, a twórcom klasowego challenge’u – grupie uczniów z klasy VIA – nagrody. Podczas zorganizowanej uroczystości przedstawicielki tej grupy opowiedziały swoim młodszym kolegom z klas piątych o projekcie – jego celach, przebiegu, efektach, o wspólnej pracy podczas tworzenia filmiku.





PSSE w Jaworznie

Do pilotażowej edycji projektu „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami” przystąpiły cztery szkoły z terenu miasta Jaworzna: Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1, Szkoła Podstawowa nr 4, Szkoła Podstawowa nr 8 oraz Szkoła Podstawowa nr 15. Łącznie w projekcie uczestniczyło 169 uczniów, którzy brali udział w zajęciach prowadzonych przez nauczycieli.

W ramach projektu uczniowie rozwijali postawy prozdrowotne, uczyli się regulacji emocji oraz uczestniczyli w warsztatach z zakresu profilaktyki uzależnień. Zwieńczeniem działań był klasowy challenge, podczas którego uczniowie – poprzez ciekawe fotografie i filmiki – pokazywali, w jaki sposób dbają o swoje zdrowie psychiczne i fizyczne, wykorzystując zdrowe nawyki i prozdrowotne zachowania.





PSSE w Bielsku-Białej

Na terenie PSSE w Bielsku-Białej w pilotażowej edycji projektu udział wzięło 12 szkół podstawowych, a działaniami edukacyjnymi objęto 387 uczniów.

Tematyka projektu jest dziś niezwykle ważna – coraz więcej młodych osób zmaga się z trudnymi emocjami, stresem czy poczuciem osamotnienia. Dzięki takim inicjatywom uczniowie uczą się rozpoznawać emocje, radzić sobie w trudnych sytuacjach i budować zdrowe relacje z innymi. Projekt spotkał się z bardzo pozytywnym odbiorem – zarówno ze strony nauczycieli jak i uczniów, którzy z zaangażowaniem włączyli się w przygotowanie klasowych challengów prezentowanych poniżej.



Biegasz? Jeździsz? Może taniec?
Każdy ruch to szansa zmiany.
Forma rośnie, stres ucieka,
A kondycja nie narzeka.

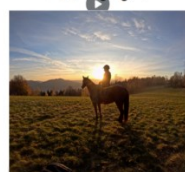
Gdy dzień pędzi, świat się spieszy,
Zatrzymaj się.
Książka, farby, dźwięk gitary,
To są życia małe czary.
W hobby siła,
Zniknie stres i niepokój.

*moja
pasja
jazda
konna*



Relacja to most między sercami,
Tworzy się gestem, słowami, czynami.
Słuchaj uważnie, mów z szacunkiem,
A zbudujesz więź – nie tylko na minutkę.

Bo relacje to nie magia ni cuda,
To codzienna troska – a na pewno się uda.



PSSE w Częstochowie

Na terenie Częstochowy interwencję realizowało 18 placówek szkolno-wychowawczych. Edukacją w zakresie profilaktyki uzależnień, rozwijania prozdrowotnych postaw i zachowań oraz umiejętności regulacji emocji objęto 35 oddziałów/klas do których uczęszcza 634 uczniów. Jednocześnie w projekcie udział wzięło 574 rodziców i opiekunów oraz 41 nauczycieli.

W opinii koordynatorów materiały edukacyjne zostały ocenione jako bardzo dobre, podobnie oceniona została realizacja zakładanych celów. W szczególności wysoko punktowane było nabycie przez uczniów wiedzy związanej z uzależnieniami i profilaktyką, kształtowanie prozdrowotnych postaw i zachowań oraz rozwinięcie umiejętności zdrowego myślenia. Większość szkół realizujących projekt edukacyjny „Zdrowie i emocje- skrzynka z narzędziami” zadeklarowało chęć uczestnictwa w kolejnym etapie.



PSSE w Chorzowie

5 Szkół Podstawowych z terenu Chorzowa i Świętochłowic przystąpiło do realizacji pilotażowej edycji nowego Projektu „Zdrowie i emocje- skrzynka z narzędziami”. Z terenu Chorzowa i Świętochłowic uczestniczyło w nim 153 uczniów i 143 rodziców. Projekt zebrał same pozytywne opinie zarówno wśród realizujących go nauczycieli jak i głównych adresatów, czyli uczniów. Jednym z ciekawszych etapów realizacji była możliwość przystąpienia do klasowego challenge w dowolnie wybranej przez siebie formie: filmu, plakatu czy zdjęć. Challenge miał przedstawić innym zachowania lub nawyki, które są stosowane przez uczniów w ich życiu codziennym. Tworzenie challenge angażowało całą klasę była to dla wszystkich okazja do miłej zabawy, integracji, a jednocześnie ciekawej formy utrwalenia poznanych umiejętności i wiedzy. Spośród nadesłanych prac film uczniów Szkoły Podstawowej nr 4 w Świętochłowicach zdobył wyróżnienie Śląskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego! Poniżej fotorelacja z realizacji Projektu i klasowych challenge'ów.



PSSE w Gliwicach

W projekcie udział wzięło 19 szkół podstawowych, obejmując łącznie 690 uczniów oraz 860 rodziców. W ramach projektu szkoły uczestniczyły w klasowym challenge, poniżej kilka przykładów:

Klasowy Challenge Czytelniczy

Każdy uczeń wybrał książkę według własnych zainteresowań, a następnie przygotował prezentację mającą na celu zachęcenie kolegów i koleżanek do sięgnięcia po daną lekturę. Dzięki temu uczniowie nie tylko rozwijali swoje pasje czytelnicze, ale również uczyli się autoprezentacji i argumentowania swoich wyborów.



Zdrowe nawyki – działania uczniów

- ✓ Część uczniów przesała zdjęcia dokumentujące zdrowe nawyki, takie jak aktywność fizyczna na świeżym powietrzu czy zdrowe odżywianie;
- ✓ Uczniowie przygotowali plakat promujący zdrowy styl życia, który został zaprezentowany na gazetce szkolnej. Znalazły się na nim elementy takie jak: sen, sport, zdrowa dieta, relacje z bliskimi, hobby;
- ✓ Klasa wprowadziła co najmniej jeden zdrowy nawyk do codziennego życia, a następnie przygotowała krótką rolkę wideo dokumentującą te zmiany;
- ✓ Uczniowie prezentowali swoje pasje poprzez przynoszenie gadżetów związanych z zainteresowaniami, inspirując innych do rozwijania własnych hobby;
- ✓ Dziewczęta z klasy opracowały przykładowe menu dzienne z propozycjami zdrowych posiłków;

PSSE w Bytomiu

Do pilotażowej edycji projektu zaproszono 15 szkół z terenu działania PPIS w Bytomiu, głównie szkoły promujące zdrowie. Wszystkie szkoły realizujące projekt „Zdrowie i emocje - skrzynka z narzędziami” sporządziły sprawozdanie i wyraziły chęć udziału w kolejnej edycji. Jedna ze szkół zrealizowała klasowy challenge. Szkolni koordynatorzy uważają program za ciekawy, pożyteczny, ważny, ponieważ przyczynia się do kształtowania i promowania prozdrowotnych postaw i nawyków wśród dzieci i młodzieży.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

W ramach podsumowania realizowanego pilotażowo projektu, młodzież Szkoły Podstawowej Nr 16 w Dąbrowie Górniczej przygotowała klasowe wyzwanie challenge w formie zdjęć i pracy plastycznej. Miało ono na celu pokazanie w jaki sposób młodzi ludzie wykorzystują najlepsze zachowania w codziennym życiu, aby stawać się przykładem dla innych wspierając swoje zdrowie dobrymi nawykami: czas na zdrowy posiłek; myśl pozytywnie; nie stosuj używek, szanuj drugiego człowieka – nie hejtuj.





PSSE w Lublińcu

W powiecie lublinieckim pilotażową edycję projektu edukacyjnego „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami” zrealizowały 4 szkoły podstawowe: Szkoła Podstawowa Nr 4 w Lublińcu, Zespół Szkolno–Przedszkolny w Strzebinie, Zespół Szkolno–Przedszkolny w Sierakowie oraz Szkoła Podstawowa w Kochanowicach. Edukacją objęto 175 uczniów z 8 oddziałów klas VI oraz 170 rodziców. Realizatorzy szkolni bardzo dobrze ocenili materiały edukacyjne stanowiące oprządkowanie projektu. Program został bardzo dobrze przyjęty przez adresatów. Uczniowie rozwinęli umiejętności regulowania emocji, nabyli wiedzę związaną z profilaktyką uzależnień, kształtowania postaw asertywnych i prozdrowotnych. Wszystkie szkoły zadeklarowały kontynuację Projektu.



PSSE w Myszkowie

Innowacyjny projekt edukacyjny "Zdrowie i emocje - skrzynka z narzędziami" został przeprowadzony w klasach VI szkół podstawowych powiatu myszkowskiego. W ramach pilotażu, projekt został wdrożony w pięciu szkołach z terenu powiatu myszkowskiego. PSSE w Myszkowie aktywnie monitorowała przebieg zajęć i angażowała się w ich realizację, dbając o jak najwyższą jakość i efektywność działań. Wierzymy, że dzięki temu projektowi młodzi ludzie zyskali cenne narzędzia do budowania zdrowej przyszłości i lepszego radzenia sobie z wyzwaniami.



PSSE w Rudzie Śląskiej

W ramach pilotażowej edycji projektu „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami”, udział wzięło pięć szkół. W trakcie realizacji projektu uczniowie zaangażowali się w różnorodne działania klasowe.

Tworzyli wspólne gazetki dotyczące zdrowego stylu życia, przygotowywali rysunki obrazujące dobre nawyki oraz podejmowali klasowe wyzwania w ramach „Recepty na zdrowie”.

Raz w miesiącu wybierali jedno zdrowe zadanie, takie jak np. tydzień bez używania telefonu komórkowego. Po upływie tego czasu dzielili się nawzajem swoimi doświadczeniami, opowiadali o trudnościach i sukcesach, a następnie wybierali kolejne wyzwanie. Projekt stworzył przestrzeń do rozmów o codziennych wyborach, zdrowiu fizycznym i psychicznym oraz wpływie emocji na samopoczucie. W wielu klasach uczniowie spontanicznie podejmowali dyskusje o tym, co pomaga im dbać o siebie, a co może wpływać negatywnie na ich zdrowie i relacje z innymi. Realizacja projektu spotkała się z pozytywnym odbiorem zarówno ze strony uczniów, jak i nauczycieli. Pokazała, że systematyczne, wspólne działania oraz prosty zestaw narzędzi mogą skutecznie wspierać młodzież w trosce o dobrostan psychiczny i fizyczny.

PSSE w Rybniku

Na terenie Powiatowej stacji Sanitarно-Epidemiologicznej w Rybniku, projekt „Zdrowie i emocje - skrzynka z narzędziami” zrealizowało 23 Szkoły Podstawowe, w których uczestniczyło 978 dzieci i 761 osób dorosłych.

Poniżej kilka relacji ze szkół:

- ✓ Szkoła Podstawowa nr 5 im. Henryka Sienkiewicza w Czerwionce-Leszczynach postawiła na aktywność fizyczną i zorganizowała dla całej szkoły w ramach projektu „Zdrowie i emocje - skrzynka z narzędziami” Challenge BIEG FAIR PLAY PKOL 2025 bieg z przeszkodami, który został przeprowadzony na terenie zielonym szkoły i obiekcie sportowym " ORLIK" dla wszystkich klas szkoły. Relacja została zamieszczona na stronie internetowej szkoły.



- ✓ Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 11 w Rybniku. Uczniowie klas VI w Ośrodku Sportowo-Rekreacyjnym „Grzybówka” uczestniczyli w zajęciach terenowych, podczas których były ćwiczenia uważności, relaksacyjne, oddechowe, które służą regulacji emocjonalnej, zasady zdrowego myślenia, w tym pozytywne afirmacje, które wpływają na lepsze samopoczucie zgodnie założeniami projektu „Zdrowie i emocje - skrzynka z narzędziami”. Zwieńczeniem dnia było wspólne pieczenie kiełbasek przy ognisku, które dostarczyło wszystkim wiele radości i pozwoliło odpocząć po aktywnym przedpołudniu. Wyjście było doskonałą okazją do integracji, nauki przez zabawę. Wszyscy wrócili z pikniku z uśmiechami na twarzach i głowami pełnymi wrażeń.



- ✓ Szkoła Podstawowa nr 2 w Świerklanach zrealizowała projekt „Zdrowie i Emocje – skrzynka z narzędziami”, w ramach zajęć uczniowie wykonywali ćwiczenia uważności, relaksacji i techniki oddechowe, które wspierały ich równowagę emocjonalną. Poznali również zasady zdrowego, wspierającego myślenia oraz pozytywne afirmacje wpływające na poprawę samopoczucia. Uczniowie rozwijali umiejętność asertywnego odmawiania w sytuacjach presji rówieśniczej. W ramach realizacji modułu 5: „Recepta na zdrowie – mam wpływ na swoje nawyki i zachowanie”, uczniowie przygotowali prace plastyczne, w których przedstawili swoje zdrowe nawyki. Poprzez rysunki i plakaty pokazali, jak dbają o zdrowie – m.in. poprzez aktywność fizyczną, zdrowe odżywianie, odpowiednią ilość snu czy unikanie używek.



PSSE w Wodzisławiu Śląskim

W 11 szkołach powiatu wodzisławskiego realizowano projekt „Zdrowie i emocje - skrzynka z narzędziami”. W projekcie udział wzięło 276 uczniów, 276 rodziców oraz 19 nauczycieli. Szkoły oceniły projekt jako bardzo interesujący oraz dobrze przygotowany pod względem merytorycznym. Wszystkie moduły zostały pozytywnie odebrane przez uczniów, którzy chętnie uczestniczyli w zajęciach. Na zakończenie projektu w większości szkół odbyły się klasowe challenge, których celem było stworzenie materiałów m.in. plakatów promujących zdrowy styl życia oraz radzenia sobie ze stresem.



PSSE w Sosnowcu

Na terenie Sosnowca pracownicy Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej Powiatowej Stacji Sanitarno–Epidemiologicznej w Sosnowcu koordynowali pracę uczniów w 6 wybranych szkołach. Na terenie miasta w ramach przygotowanego przez uczniów challenge mającego na celu przygotowanie kilkusekundowego spotu mówiącego w jaki sposób młodzież może samodzielnie zadbać o zdrowie psychiczne udział wzięła Szkoła Podstawowa nr 22 w Sosnowcu.



PSSE w Tychach

W Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Tychach, projekt „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami” realizowało 19 szkół podstawowych. Edukacją objęto 542 uczniów klas VI oraz 579 rodziców. Dwie szkoły wzięły udział w klasowym challenge, promującym zdrowe nawyki w życiu codziennym. Praca nadesłana ze Szkoły Podstawowej nr 11 im. Marii Curie-Skłodowskiej w Tychach to rolka zachęcająca do aktywności fizycznej oraz picia wody. Uczennice chętnie dzielą się swoją pasją - grą w piłkę nożną. Hasło przewodnie, które wybrzmiewa ze filmu „Ruch to podstawa. Nawet kilka minut, może zmienić wiele”.



**ZDROWE NAWYKI
W ŻYCIU
CODZIENNYM...**

Natomiast kolejna praca nadesłana została przez Zespół Szkół Specjalnych nr 8 w Tychach. Praca miała nieco inną formę – przekaz płynie z form plastycznych wykonanych przez uczniów. Tu uwagę należy zwrócić na higienę osobistą, odpoczynek, relaks i aktywność fizyczną.



PSSE w Żywcu

Na terenie powiatu żywieckiego zrealizowano pilotażową edycję wojewódzkiego projektu edukacyjnego „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami”, który miał na celu wspieranie uczniów w zakresie zdrowia fizycznego oraz emocjonalnego. Do projektu przystąpiło 14 szkół, a łączna liczba uczestników wyniosła 316 uczniów.

Koordynatorzy projektu zaproponowali uczniom różnorodne formy aktywności, które umożliwiały im praktyczne zastosowanie zdobytej wiedzy.

Wśród działań, które szczególnie wyróżniały się podczas realizacji projektu, warto wymienić:

- ✓ tworzenie plakatów promujących zdrowy styl życia, które były wykorzystywane jako narzędzie edukacyjne, a także stanowiły okazję do wyrażenia kreatywności uczniów w temacie zdrowia i dobrej kondycji fizycznej;
- ✓ wycieczka w góry, podczas której uczniowie mieli okazję doświadczyć aktywności fizycznej, ale także wzięli udział w ćwiczeniach relaksacyjnych, oddechowych oraz medytacji, które miały na celu poprawę samopoczucia psychicznego i fizycznego;
- ✓ challenge taneczny, jako metoda walki ze stresem. Uczniowie mieli okazję wziąć udział w konkursie tanecznym, który nie tylko angażował ich fizycznie, ale również pozwalał na ekspresję emocjonalną i relaksację poprzez taniec.

Realizacja poszczególnych modułów projektu spotkała się z bardzo pozytywnymi opiniami ze strony uczestników oraz koordynatorów. Działania te nie tylko przyczyniły się do podniesienia świadomości uczniów na temat znaczenia zdrowego stylu życia, ale także wzbogaciły ich umiejętności zarządzania emocjami, radzenia sobie ze stresem oraz rozwoju kreatywności w kontekście zdrowia fizycznego i psychicznego.

PSSE w Raciborzu

Do Projektu „Zdrowie i emocje – skrzynka z narzędziami” zaproszonych zostało 7 szkół podstawowych miasta Racibórz i powiatu raciborskiego. Projekt został bardzo pozytywnie odebrany przez placówki, które go realizowały i z chęcią będą kontynuowały w następnym roku szkolnym. Dużą pomocą były otrzymane do realizacji materiały edukacyjne, z których młodzież chętnie korzystała. Koordynatorzy chętnie podzielili się swoimi spostrzeżeniami i sugestiami w ramach udoskonalenia Projektu co zostało szczegółowo przedstawione w otrzymanych sprawozdaniach. Po zakończonej edycji każda ze szkół otrzymała Zaświadczenie uczestnictwa w projekcie edukacyjnym Zdrowie i Emocje – skrzynka z narzędziami zamieszczając tą informację na stronie internetowej szkoły bądź Facebooku.

NOWE #NARKOTYKI #ZAGROŻENIA



Na terenie województwa śląskiego realizowana jest Wojewódzka Akcja informacyjno-edukacyjna *Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia*. Działania mają charakter profilaktyki uniwersalnej, która polega na prowadzeniu działań zapobiegawczych, skierowanych do wszystkich osób objętych edukacją, z pominięciem dokonywania oceny stopnia ryzyka podejmowania przez te osoby zachowań niebezpiecznych dla zdrowia.

Głównym celem Akcji jest zapobieganie używaniu substancji psychoaktywnych, w szczególności nowych narkotyków, ale także alkoholu, tytoniu oraz leków przez osoby młode. Działania edukacyjno-informacyjne, jak co roku, zostają wzmożone w czasie poprzedzającym okres wakacyjny.

WSSE w Katowicach / PSSE w Katowicach

Forum Zdrowia Kobiet. Nowe Horyzonty

W dniach 9-10 czerwca w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach odbyło się pierwsze Forum Zdrowia Kobiet - Nowe Horyzonty. Podczas wydarzenia WSSE w Katowicach wraz z PSSE w Katowicach miała swoje stanowisko edukacyjno-informacyjne, gdzie 500 uczestników wydarzenia, przedstawiciele wielu specjalizacji i zawodów medycznych mogli zapoznać się z ofertą działań prowadzonych przez WSSE w Katowicach, a także wykonać testy w narko- i alkoholach.





WSSE w Katowicach / PSSE w Chorzowie

Festyn „Wybierz zdrowie”

23 czerwca w Muzeum "Górnośląski Park Etnograficzny w Chorzowie" odbył się festyn prozdrowotny pod hasłem „Wybierz zdrowie”. Wspólnie z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Chorzowie edukowaliśmy uczestników jak szkodliwe i niebezpieczne dla zdrowia są środki psychoaktywne. Podczas festynu młodzież mogła wykonać testy w alko- i narkogoglach.





PSSE w Katowicach

Prelekcja dla nauczycieli i rodziców

12 czerwca we współpracy z Policją w Siemianowicach Śląskich pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej w Katowicach przygotowali prelekcję dla grona pedagogicznego i rodziców Szkoły Podstawowej nr 13 w Siemianowicach Śląskich. Omówiono prezentację, w której znajdowały się podstawy prawne oraz zagrożenia fizyczne, psychiczne i społeczne wynikające z zażywania substancji psychoaktywnych – NSP, leków, alkoholu, wyrobów nikotynowych. Uczestnicy szkolenia mieli możliwość obejrzenia atrap narkotyków i substancji psychoaktywnych w walizkach edukacyjnych.





PSSE w Częstochowie

Spotkanie edukacyjne w zakresie profilaktyki uzależnień

W Zespole Szkół Technicznych w Częstochowie zorganizowano zajęcia edukacyjne, mające na celu uświadomienie młodzieży w zakresie zagrożeń płynących z używania środków psychoaktywnych. Uczniowie brali udział w ćwiczeniach z użyciem alko- i narkogogli. Wykonując proste ćwiczenia, mogli się przekonać, jaki wpływ na sprawność psychomotoryczną wywierają narkotyki czy alkohol. Rozmawiali o swoich odczuciach i opisywali doznania podczas wykonywanych zadań. Ćwiczenia pokazały jak środki psychoaktywne działają na nasze zmysły oraz że pozostawanie pod ich wpływem zawsze powoduje zaburzenia sprawności fizycznej i zmiany w postrzeganiu rzeczywistości. Uczestnicy zaobserwowali, że zmiany w zachowaniu zależą od indywidualnych predyspozycji. Zajęcia cieszyły się dużym zainteresowaniem młodzieży, która aktywnie uczestniczyła w proponowanych zajęciach. Również nauczyciele próbowali wykonać zadania w tych specjalnych okularach. Wspólne ćwiczenia nauczycieli i młodzieży były inspiracją do dyskusji. Ogółem w ćwiczeniach uczestniczyło 30 osób.



PSSE w Żywcu

„Lekcja profilaktyki” w Kinie Janosik w Żywcu

10 czerwca, odbyła się kolejna edycja akcji profilaktycznej „Lekcja profilaktyki w kinie”, organizowanej przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Żywcu we współpracy z Kinem Janosik. Uczniowie szkół średnich powiatu żywieckiego mieli okazję wziąć udział w wyjątkowym wydarzeniu, które łączyło edukację zdrowotną z głęboką refleksją nad wartościami społecznymi. Uczestnicy spotkania mieli szansę obejrzeć film „Johnny” (2022) w reżyserii Daniela Jaroszka. To wzruszająca opowieść, inspirowana prawdziwymi wydarzeniami, która ukazuje moc miłości do świata

i drugiego człowieka oraz przekonanie, że każdy zasługuje na drugą szansę i zmianę swojego życia na lepsze. Po projekcji filmu, młodzież uczestniczyła w prelekcji Patryka Galewskiego – pierwowzoru głównego bohatera filmu. Pan Galewski podzielił się swoją osobistą historią, opowiadając o drodze przemiany, którą przeszedł dzięki wsparciu śp. ks. Jana Kaczkowskiego, osoby, której postawa i działalność miały ogromny wpływ na jego życie. Historia ta stanowiła nie tylko inspirację, ale także motywację do refleksji nad własnymi wyborami i odpowiedzialnością za siebie i innych. Założeniem wydarzenia było nie tylko uświadomienie uczniom zagrożeń związanych z zachowaniami ryzykownymi, ale także pobudzenie ich wrażliwości społecznej. Spotkanie miało na celu motywowanie młodych ludzi do angażowania się w pomoc innym i podejmowania świadomych decyzji w swoim życiu. Dzięki wieloletniej współpracy z Kinem Janosik, „Lekcja profilaktyki” na stałe wpisała się w harmonogram wydarzeń profilaktycznych w powiecie żywieckim, skutecznie łącząc projekcję filmu z wartościową dyskusją oraz edukacją.





PSSE w Jaworznie

Warsztaty, prelekcje

Kontynuujemy działania edukacyjne w ramach wojewódzkiej akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia. W ostatnich miesiącach prowadziliśmy warsztaty oraz prelekcje w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych, a także akcje profilaktyczne podczas lokalnych imprez i pikników rodzinnych w Jaworznie. Podczas wydarzeń terenowych uczestnicy mogli skorzystać z testów w alko- i narkogoglach, które w obrazowy sposób pokazują wpływ substancji psychoaktywnych na percepcję i koordynację. Równolegle prowadziliśmy działania edukacyjne, uświadamiające zagrożenia wynikające z używania nowych narkotyków i tzw. „dopalaczy”. W związku ze zbliżającym się okresem wakacyjnym w maju i czerwcu zintensyfikowaliśmy nasze działania, aby dotrzeć do jak największej liczby dzieci, młodzieży oraz ich rodziców i opiekunów. Łącznie przeprowadziliśmy 8 warsztatów w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych oraz wzięliśmy udział w 6 lokalnych wydarzeniach kulturalnych.





PSSE w Gliwicach

Spotkania, pogadanki z uczniami, eventy

Wraz ze zbliżającymi się wakacjami temat związany z narkotykami nabiera szczególnego znaczenia. Uczniowie poznali mechanizmy działania, ich wpływ na organizm oraz możliwe konsekwencje zdrowotne i społeczne, wzięli udział w quizie, który pomógł utrwalić zdobytą wiedzę. Przeprowadzono warsztaty profilaktyczne, które w praktyczny i angażujący sposób pokazały młodzieży, jak niebezpieczne i destrukcyjne mogą być skutki używania alkoholu, narkotyków i nikotyny. W edukacji osób dorosłych dodatkowo wykorzystano walizkę edukacyjną, która zawiera atrapy substancji psychoaktywnych, urządzeń służących do ich zażywania, porcjowania, przechowywania i dystrybucji środków odurzających. Współpracowano z policją w ramach zawartej koalicji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia. Działania edukacyjne w zakresie profilaktyki środków psychoaktywnych #LekcjaProfilaktyki odbyły się w Szkole Podstawowej im. Janusza Korczaka w Kleszczowie, Szkole Podstawowej Nr 26 im. Rodła w Zabrze, Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii – Szkole Podstawowa Specjalna Nr 26 w Gliwicach i Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 7 w Zabrze. W działaniach wzięło udział łącznie 114 osób.



W ramach Akcji odbyły się dwa eventy - Festyn "Mam bzika na punkcie Sikornika" na terenie Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 5 w Gliwicach i Rodzinny Festyn w Sośnicowicach - Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sośnicowicach.



Ponadto, 6 czerwca w Ośrodku Interwencji Kryzysowej w Gliwicach odbyły się zajęcia edukacyjne dla dorosłych, w których udział wzięło 14 osób.



PSSE w Kłobucku

Dni Kłobucka

21 czerwca na Rynku JP II podczas Dni Kłobucka zorganizowano stoisko profilaktyki i promocji zdrowia, w którym uczestnicy imprezy mogli skorzystać z badań pomiaru tlenku węgla w wydychanym powietrzu, symulacji zażycia środków psychoaktywnych z wykorzystaniem alkoholu i narkogogli. Zebrani wysłuchali wykładów na temat zdrowia. Goście nabyli wiedzę dotyczącą zagrożeń związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, w szczególności tzw. „dopalaczy” i nowych narkotyków. Uczestnicy korzystali z materiałów informacyjno-edukacyjnych. Szacunkowa liczba odbiorców uczestniczących w Dniach Kłobucka to około 1 tys. osób.



PSSE w Myszkowie

Piknik medyczny

Kampania Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia odniosła znaczący sukces podczas Pikniku Medycznego, który odbył się 7 czerwca w Myszkowie, zorganizowanego przez lokalny Szpital. Kluczowym elementem, który wzbudził największe zainteresowanie uczestników, były testy w narkogoglach. Pozwoliły one doświadczyć, jak substancje psychoaktywne zniekształcają percepcję i wpływają na zdolność reagowania. To interaktywne doświadczenie okazało się niezwykle skutecznym narzędziem w uświadamianiu realnych zagrożeń. Aktywny udział mieszkańców Myszkowa w tej części kampanii podkreśla rosnącą świadomość społeczną na temat profilaktyki i niebezpieczeństw związanych z nowymi substancjami psychoaktywnymi.





PSSE w Bytomiu

Działania edukacyjne w szkołach

Pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej PSSE w Bytomiu podjęli działania edukacyjno-profilaktyczne w następujących placówkach Szkole Podstawowej nr 36 w Bytomiu, Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Zendku. Podczas zajęć przedstawiono prezentację multimedialną pt. Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia ukazująca uzależnienia od środków psychoaktywnych. Zainteresowane osoby miały możliwość wykonania zadań z użyciem alko- i narkogogli celem zobrazowania świata widzianego oczami osoby uzależnionej.



Finał XXXV edycji Wojewódzkiego Konkursu „Policjant Ruchu Drogowego”

12 czerwca wokół Kopca Wyzwolenia w Piekarach Śląskich odbył się finał XXXV edycji Wojewódzkiego Konkursu „Policjant Ruchu Drogowego” połączony z „Piknikiem Bezpieczeństwa”. Podczas wydarzenia pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej PSSE Bytom zachęcali na stanowisku profilaktycznym do profilaktyki chorób, bezpieczeństwa zdrowotnego oraz ukazywali zagrożenia negatywnych skutków stosowania używek.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

Deбата „Zadbaj teraz o swoją przyszłość bez uzależnień”

W ramach działań przeciwko uzależnieniom uczestniczono w debacie „Zadbaj teraz o swoją przyszłość bez uzależnień”, organizowanej dla młodzieży w Starostwie Powiatowym w Będzinie w której uczestniczyli również policjanci Komendy Powiatowej Policji w Będzinie oraz przedstawiciel z Regionalnego Ośrodka Metodycznego „Metis” w Katowicach. Odbiorcami była młodzież szkół ponadpodstawowych powiatu będzińskiego wraz z opiekunami.



Ponadto kolejne spotkanie z młodzieżą dąbrowskich szkół zorganizowano w Kinie Helios w Dąbrowie Górniczej w ramach inicjatywy „Zdrowie i Bezpieczeństwo”. Pod takim właśnie tytułem odbyło się podsumowanie II część prowadzonej debaty o bezpieczeństwie i uzależnieniach w której uczestniczyła młodzież wraz z opiekunami. Wspólnie z Komendą Miejską Policji w Dąbrowie Górniczej prowadziliśmy podsumowanie z podjętych działań na rzecz profilaktyki i stworzenia bezpiecznych warunków w przestrzeni dla młodzieży.



PSSE w Zawierciu

Szkolny Dzień Bezpieczeństwa

W ramach realizacji wojewódzkiej akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia 17 czerwca w gminie Pilica pracownik Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Zawierciu wraz z przedstawicielami Komendy Powiatowej Policji w Zawierciu, przedstawicielami Państwowej Straży Pożarnej w Zawierciu, Ochotniczej Straży Pożarnej w Pilicy, Pogotowia Ratunkowego w Zawierciu oraz WOPR Zawiercie uczestniczył w Szkolnym Dniu Bezpieczeństwa zorganizowanym. Zbliżające się wakacje to idealny moment, by przypomnieć wszystkim dzieciom o zasadach bezpieczeństwa. W ramach inicjatywy edukacyjnej w przystępny i angażujący sposób przekazywano wiedzę na temat bezpiecznego wypoczynku a także zagrożeń związanych z używaniem środków psychoaktywnych. Uczestnicy dowiedzieli się m.in., jak unikać zagrożeń nad wodą, jak reagować w sytuacjach awaryjnych oraz dlaczego warto znać podstawy pierwszej pomocy. Wszystko po to, by wakacje były nie tylko pełne radości, ale również spokoju i odpowiedzialnych decyzji. Takie działania to inwestycja w bezpieczeństwo – oby wiedza zdobyta dziś towarzyszyła uczniom przez całe lato!



PSSE w Rudzie Śląskiej

Wydarzenia plenerowe

W ramach Akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia zrealizowaliśmy szereg działań profilaktycznych i edukacyjnych, których celem było zwiększenie świadomości społecznej na temat zagrożeń związanych z zażywaniem środków zastępczych i innych substancji psychoaktywnych. Nasze stanowisko promocji zdrowia pojawiło się na kilku wydarzeniach plenerowych: podczas festynu w Szkole Podstawowej nr 40, Pikniku Rodzinnym organizowanym przez Szpital Miejski w Rudzie Śląskiej oraz na festynie rodzin i rodzin zastępczych. Na wszystkich tych wydarzeniach uczestnicy mogli skorzystać z tzw. alko- i narkogogli, które w realistyczny sposób symulują zaburzenia percepcji wywoływane przez środki odurzające. Rozdawaliśmy również ulotki informacyjne zawierające rzetelne dane na temat skutków używania tzw. „dopalaczy” oraz możliwych sposobów reagowania w sytuacjach zagrożenia. Oprócz działań plenerowych przeprowadziliśmy także lekcje edukacyjne w Szkole Podstawowej nr 21 oraz III Liceum Ogólnokształcącym. Tematyka zajęć dotyczyła środków zastępczych – ich działania, zagrożeń oraz sposobów odmawiania w sytuacjach presji rówieśniczej. Zajęcia spotkały się z dużym zainteresowaniem uczniów. Dzięki tej akcji mogliśmy dotrzeć zarówno do dzieci i młodzieży, jak i do całych rodzin, podejmując ważny temat profilaktyki uzależnień w sposób przystępny i angażujący.



PSSE w Sosnowcu

Działania w Szkole Podstawowej nr 27 w Sosnowcu

25 czerwca w Szkole Podstawowej nr 27 w Sosnowcu prowadzono działania edukacyjne których celem jest stworzenie bezpiecznych warunków wypoczynku dzieci i młodzieży ze szczególnym zwróceniem uwagi na profilaktykę uzależnień – w ramach realizowanej akcji pod hasłem Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia. Udział w zajęciach wzięło około 120 uczniów.





Konferencja pod hasłem „Bezpieczne wakacje 2025”

Bezpieczne Wakacje 2025 - Konferencja zorganizowana została przez Powiatową Stację Sanitarno - Epidemiologiczną w Sosnowcu wraz z Urzędem Miejskim w Sosnowcu - Wydziałem Zdrowia i przy udziale naszych Koalicjantów w działaniu do akcji pod hasłem Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia. Konferencja objęta została patronatem honorowym Prezydenta Miasta Sosnowiec oraz Śląskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego dr n. med. Grzegorza Hudzika z Wojewódzkiej Stacji Sanitarno–Epidemiologicznej w Katowicach. W spotkaniu profilaktycznym udział wzięło około 340 osób.





PSSE w Wodzisławiu Śląskim

Prelekcje

3 czerwca uczniowie klas III w II Liceum Ogólnokształcącym z Oddziałami Dwujęzycznymi i Integracyjnymi im. ks. prof. Józefa Tischnera w Wodzisławiu Śląskim wzięli udział w prelekcjach prowadzonych przez pracownika PSSE w Wodzisławiu Śląskim oraz przedstawiciela Powiatowej Komendy Policji. Poruszana tematyka dotyczyła głównie akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia, stąd też w pierwszej części wykładu policyjny profilaktyk przeprowadził wśród uczniów pogadankę nt. uzależnienia od środków psychoaktywnych, podczas której omówiono konsekwencje zdrowotne i prawne związane z przyjmowaniem, posiadaniem oraz rozprowadzaniem tego typu środków. W drugiej części spotkania pracownik Sekcji Oświaty Zdrowotnej wygłosił prelekcję dotyczącą chorób zakaźnych m.in. HIV oraz AIDS. Młodzież dowiedziała się m.in. o drogach zakażeń, objawach oraz testach na HIV. W wydarzeniu udział brało 53 uczniów. Wykład w znacznym stopniu umożliwił młodym ludziom zrozumienie, że ich wybory mogą mieć długotrwałe i poważne skutki zarówno dla nich samych, jak i społeczeństwa.



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