



NEWS LETTER

PAŃSTWOWEJ
INSPEKCJI SANITARNEJ
WOJEWÓDZTWA
ŚLĄSKIEGO

LUTY 2026



Na terenie

województwa śląskiego co roku

w okresie zimowym

prowadzona jest akcja „Bezpieczne Ferie”.

Celem Akcji jest zapewnienie bezpiecznego i zdrowego wypoczynku w okresie zimowym.

W tym okresie, pracownicy Państwowej Inspekcji Sanitarnej, prowadzą działania edukacyjne na turnusach wypoczynkowych | kolonie, półkolonie, zimowiska, obozy |.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



WSSE KATOWICE



Bezpieczne Ferie 2026

Na terenie województwa śląskiego Akcja „**Bezpieczne ferie 2026**”, trwała od 19 stycznia do 1 marca 2026 roku.

Celem Akcji było zapewnienie bezpiecznego zimowego wypoczynku dzieciom i młodzieży, a także osobom przebywającym oraz przemieszczającym się przez teren województwa śląskiego.

Służby i inspekcje działające na obszarze województwa **monitorowały** – pod kątem bezpieczeństwa – różne formy **zorganizowanego wypoczynku**, zarówno w miejscowościach turystycznych, jak i w miejscach stałego zamieszkania dzieci i młodzieży.



W ramach Akcji trwa konkurs dla organizatorów wypoczynku zimowego dla dzieci i młodzieży pod hasłem „**Ferie: bezpiecznie, zdrowo i zabawnie**”, na najlepiej zorganizowany wypoczynek zimowy w miejscu zamieszkania – Zima 2026, w ramach „Rządowego programu ograniczania przestępczości i aspołecznych zachowań Razem bezpieczniej na lata 2025-2028”.



Celem konkursu jest promowanie działań na rzecz edukacji dzieci i młodzieży w zakresie zdrowych i bezpiecznych sposobów spędzania czasu wolnego w miejscu zamieszkania.

Do konkursu należy zgłaszać pocztówkę promującą bezpieczne zachowania dzieci i młodzieży podczas zimowego wypoczynku dzieci i młodzieży.



[Więcej informacji na temat Konkursu](#)



Kampania medialna

Bezpieczne

Ferie 2026

Reset. Radość. Bez używek!

Pamiętaj!

- Alkohol nie dodaje odwagi – obniża kontrolę
- Narkotyki zaburzają ocenę sytuacji i refleksy
- Użytki nie rozwiązują problemów

! Świetna zabawa – czyste wybory!

11:11

Your Story Lorem Ipsum Lorem Ipsum Lorem Ipsum Lorem Ipsum

Your Brand

Baza wypoczynku

! Przed wyjazdem dziecka na ferie zimowe, sprawdź czy organizator wypoczynku działa legalnie!

<https://wypoczynek.men.gov.pl>

Liked by Lorem Ipsum

View All Comments

Zostaw lajki

Zbieraj wspomnienia

Ferie to nie tylko scrollowanie!

Smartfon i laptop zamień na aktywność na świeżym powietrzu

! Wyloguj się. Wyjdź. Działaj!

Drogi Rodzicu

Ferie to dobry moment, aby świadomie wprowadzić więcej aktywności i zadbać o równowagę między odpoczynkiem a ruchem

! Odkryj swoją Supermoc

Wspólne chwile z dzieckiem zostają na długo

Moc w plecaku

moc na stoku

Planujesz intensywny dzień na stoku?

- Zjedz porządną posiłek ✓
- Zabierz przekąskę i termos ✓
- Pamiętaj o higienie ✓
- Sznuj bezpiecznie! ✓

! Mądrze. Pewnie. Na pełnej energii!

RODZIC kontra DZIECKO

Wyzwanie ruchowe: 15 minut dobrej zabawy

- Przysiady na czas
- Stanie na jednej nodze – kto dłużej
- Mini tor przeszkód

! Odkryj swoją Supermoc

Chwile, które zostają

W rytmie disco

Wyzwanie ruchowe: 15 minut dobrej zabawy

- 5 minut tańca do ulubionej piosenki
- Wymyśl własną figurę ruchową

! Odkryj swoją Supermoc

Razem możemy więcej

Złap balans - trzymaj poziom

Wyzwanie ruchowe: 15 minut dobrej zabawy

- Stanie na jednej nodze + odbijanie balonu
- Zmiana nogi

! Odkryj swoją Supermoc

Razem po radość

Moc w brzuchu i plecach

Wyzwanie ruchowe: 15 minut dobrej zabawy

- Leżenie na plecach – unoszenie nóg
- Leżenie na brzuchu – unoszenie rąk i nóg
- Most biodrowy

! Odkryj swoją Supermoc

Wspólna energia – wspólna siła



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



WSSE KATOWICE

WSSE w Katowicach/ PSSE w Katowicach

12 lutego wspólnie z Wojewodą Śląskim Markiem Wójcikiem, Wojewódzką Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Katowicach oraz przedstawicielami PSP, Policji, WOPR, pogotowia ratunkowego i innych służb na terenie Stanicy Harcerskiej nad stawem Morawa w Katowicach odbył się briefing poświęcony bezpieczeństwu podczas zbliżających się w naszym województwie ferii zimowych. Akcje zorganizowane były w celu uświadomienia dzieciom i dorosłym niebezpieczeństw pojawiających się podczas zabaw na zamrzniętych akwenach. Strażacy pokazali, jak zachować się, gdy jesteśmy świadkami załamania się lodu, co zrobić, gdy lód zarwie się pod nami, jak bezpiecznie wezwać pomoc, nie narażając własnego życia. Akcje te to była doskonała okazja, by zobaczyć, jak w praktyce wygląda współdziałanie służb i jak należy reagować w sytuacjach zagrożenia na zamrzniętych zbiornikach wodnych. W wydarzeniach wzięło udział 600 osób.





PSSE w Katowicach

W lutym zorganizowano kilka spotkań warsztatowych z dziećmi z przedszkoli i szkół podstawowych. Podczas zajęć prowadzono pogadanki na temat bezpiecznych zachowań w mieście i podczas zimowych wyjazdów, odpowiedniego ubioru, higienie snu, odżywiania i nawadniania organizmu oraz dbania o higienę osobistą. Następnie dzieci sprawdzały czystość swoich rąk pod lampą UV oraz brały udział w grze edukacyjnej. W zajęciach wzięło udział ponad 320 dzieci z 9 placówek.



WSSE w Katowicach/ PSSE w Gliwicach

9 lutego, odbyła się akcja profilaktyczna w Szkole Podstawowej Specjalnej nr 39 im. Marii Montessori w Zabrze. Przeprowadzono prelekcję o bezpiecznym wypoczynku podczas ferii zimowych, omówiono zasady bezpiecznej zabawy na śniegu, lodzie i stokach narciarskich. Prowadzący wskazywał, jak dbać o bezpieczeństwo w domu i podczas aktywności na świeżym powietrzu. Prelekcja była dostosowana do wieku uczestników, z elementami quizów i przykładów sytuacji ryzykownych. W salach i świetlicach wywieszono plakaty promujące

bezpieczne ferie. Materiały wizualne przypominały dzieciom o noszeniu odblasków, zachowaniu ostrożności na lodzie i w ruchu drogowym, a także o zasadach zdrowego ubioru zimowego. Rozdano broszury - kolorowanki i odblaski, które dzieci mogły zabrać do domu i powtórzyć zdobytą wiedzę po zakończeniu prelekcji podczas zabawy.

6 lutego odbyła się kolejna akcja profilaktyczna, tym razem w Przedszkolu nr 16 w Zabrze. Przeprowadzono prelekcję o bezpiecznym wypoczynku podczas ferii zimowych, omówiono zasady bezpiecznej zabawy na śniegu, lodzie i stokach narciarskich. Prowadzący wskazywał, jak dbać o bezpieczeństwo w domu i podczas aktywności na świeżym powietrzu. W salach wywieszono plakaty promujące bezpieczne ferie.





PSSE w Gliwicach

W tegorocznej edycji akcji Bezpieczne Ferie pracownicy PSSE w Gliwicach ponownie aktywnie zaangażowali się w działania edukacyjne skierowane do dzieci spędzających zimowy wypoczynek. Nasze inicjatywy rozpoczęliśmy już na początku stycznia, jeszcze przed oficjalnym startem ferii w województwie śląskim, aby jak najwcześniej wyposażać najmłodszych w wiedzę i umiejętności niezbędne do bezpiecznego odpoczynku.

Celem wszystkich podjętych działań było przekazanie dzieciom praktycznych wskazówek, które pomagają spędzać ferie zdrowo, odpowiedzialnie i przede wszystkim bezpiecznie – zarówno podczas zabaw na świeżym powietrzu, jak i w codziennych sytuacjach.

W tym roku odwiedziliśmy półkolonie organizowane w Gliwicach, Zabrze oraz na terenie powiatu gliwickiego. Podczas spotkań rozmawialiśmy z dziećmi m.in. o tym, jak unikać urazów na lodzie, jak bezpiecznie bawić się na śniegu, dlaczego warto ubierać się „na cebulkę” oraz jak reagować w sytuacjach, które mogą budzić niepokój. Zajęcia były pełne pytań, śmiechu i praktycznych wskazówek, które młodzi uczestnicy mogą wykorzystać podczas zimowych zabaw.

Równolegle prowadziliśmy kontrole sanitarne w miejscach wypoczynku, aby zapewnić dzieciom zdrowe i bezpieczne warunki pobytu. Dzięki kompleksowym działaniom tegoroczna przerwa zimowa była nie tylko czasem beztroskiej zabawy, lecz także okazją do poszerzenia wiedzy o tym, jak dbać o siebie, innych i otaczające nas środowisko.



PSSE w Częstochowie

Tegoroczne ferie zimowe zainaugurowane zostały IV edycją Igrzysk Zdrowia. To cyklicznie wydarzenie sportowe organizowane przed feriami zimowymi przez zespół do spraw wdrażania na terenie miasta Częstochowy programu upowszechniającego zasady profilaktyki zdrowotnej wśród dzieci i młodzieży w szkołach i placówkach prowadzonych przez Miasto Częstochowa. Celem wydarzenia jest promowanie zdrowego stylu życia, kształtowanie prawidłowych nawyków zdrowotnych od najmłodszych lat, poprzez zabawę aktywność fizyczną oraz edukację dostosowaną do wieku uczestników. Impreza rozpoczęła się uroczystą defiladą wszystkich uczestników, po której nastąpiło oficjalne otwarcie oraz symboliczne zapalenie znicza olimpijskiego. W trakcie Igrzysk Zdrowia uczniowie mieli okazję zapoznać się z różnorodnymi dyscyplinami sportowymi, takimi jak badminton, tenis stołowy, taekwondo, siatkówka, koszykówka, rugby oraz unihokej. Na dzieci czekali instruktorzy, trenerzy

i sportowcy reprezentujący lokalne kluby, którzy wprowadzali uczestników w tajniki poszczególnych dyscyplin. Każdy uczeń miał możliwość aktywnego udziału w przygotowanych konkurencjach i atrakcjach. Podczas wydarzenia uczestnicy odwiedzili również strefę zdrowego żywienia, strefę pierwszej pomocy, a także obejrzeli film edukacyjny, poszerzając swoją wiedzę z zakresu zdrowia i bezpieczeństwa. W sumie w wydarzeniu wzięło udział 1 400 najmłodszych mieszkańców Częstochowy.



Podczas tegorocznych ferii zimowych zorganizowano cykl spotkań edukacyjnych dla uczestników wypoczynku zorganizowanego na terenie miasta i powiatu częstochowskiego. W czasie spotkań rozmawialiśmy m.in. o zasadach bezpiecznych zabaw zimowych, odpowiednim ubiorze, zachowaniu ostrożności podczas aktywności na świeżym powietrzu oraz reagowaniu w sytuacjach zagrożenia. Ważnym elementem rozmów była także wirusochrona – przypomnieliśmy dzieciom, jak istotne jest dbanie o higienę rąk, zasłanianie ust i nosa podczas kaszlu czy kichania oraz pozostawanie w domu w czasie choroby. Wśród starszej młodzieży poruszono temat profilaktyki uzależnień. Spotkania miały charakter edukacyjny i były dostosowane do wieku uczestników, łącząc naukę z elementami rozmowy i zabawy.



PSSE w Sosnowcu

W Sosnowcu, w ramach realizacji wojewódzkiej akcji pod hasłem „Bezpieczne Ferie 2026”, zaplanowano i przeprowadzono spotkania edukacyjno-informacyjne na terenie placówek oświatowych oraz w miejscu zorganizowanego przez MOSiR zimowego wypoczynku dla najmłodszych mieszkańców miasta.

„Zdrowo i bezpiecznie podczas zimowego wypoczynku” – to hasło przewodnie spotkania, które pracownik Sekcji Promocji Zdrowia Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Sosnowcu przeprowadził w dniu 2 lutego z uczniami Szkoły Podstawowej nr 13. Celem zajęć było zwiększenie świadomości dzieci i młodzieży w zakresie dbałości o zdrowie, bezpieczeństwo oraz znaczenia aktywnego wypoczynku. Podczas spotkania omówiono zagadnienia dotyczące higieny osobistej, higieny snu, zasad zdrowego żywienia oraz roli aktywności fizycznej w codziennym życiu. Uczniowie chętnie uczestniczyli w zajęciach, aktywnie zabierając głos i dzieląc się swoimi doświadczeniami. Spotkanie było okazją do utrwalenia wiedzy na temat tego, jak każdego dnia troszczyć się o własne zdrowie oraz jak bezpiecznie i odpowiedzialnie spędzić zimowy wypoczynek, aby długo cieszyć się jego pozytywnymi wspomnieniami.



12 lutego, w ramach wojewódzkiej akcji „Bezpieczne Ferie 2026” uczniowie Szkoły Podstawowej nr 4 w Sosnowcu aktywnie uczestniczyli w działaniach profilaktycznych ukierunkowanych na bezpieczeństwo podczas zimowej przerwy w nauce. Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Sosnowcu zaprosił do współpracy funkcjonariuszy Komendy Miejskiej Policji w Sosnowcu oraz przedstawicieli sosnowieckiej jednostki Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego. Obecne w szkole służby, w zakresie swoich kompetencji, przekazały uczniom praktyczne informacje i zasady dotyczące bezpiecznego spędzania czasu wolnego zimą. Dodatkowo pracownik Sekcji Promocji Zdrowia Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Sosnowcu przeprowadził zajęcia z zakresu profilaktyki chorób zakaźnych oraz znaczenia szczepień ochronnych w budowaniu odporności i ochronie zdrowia.



W ramach realizacji wojewódzkiej akcji „Bezpieczne Ferie 2026” uczniowie Szkoły Podstawowej nr 29 w Sosnowcu uczestniczyli w niecodziennym pokazie zimowej akcji ratunkowej, zorganizowanym przy współpracy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Sosnowcu z sosnowieckim oddziałem Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego. Działania profilaktyczne zainicjowane przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Sosnowcu miały na celu edukację młodzieży w zakresie bezpieczeństwa oraz promowanie odpowiedzialnych i rozważnych form spędzania czasu wolnego podczas zimowej przerwy w nauce. Podczas spotkania pracownik Sekcji Promocji Zdrowia zwracał szczególną uwagę na problem uzależnień wśród dzieci i młodzieży, podkreślając znaczenie dokonywania świadomych wyborów oraz budowania zdrowych relacji rówieśniczych. Promowano również zasady higieny oraz zdrowego stylu życia. Zaproszony funkcjonariusz Komendy Miejskiej Policji w Sosnowcu omówił zagadnienia dotyczące czynów zabronionych oraz odpowiedzialności prawnej nieletnich. Młodzież z dużym zainteresowaniem i zaangażowaniem uczestniczyła w zorganizowanych działaniach, aktywnie włączając się w dyskusję.



PSSE w Zawierciu

Kolejne zimowe ferie minęły bezpiecznie. Dzieci wypoczywały aktywnie i zdobywały przydatną wiedzę w zakresie bezpiecznych zachowań podczas zimowego wypoczynku. Na terenie powiatu zawierciańskiego wypoczywało 765 dzieci. Nad bezpieczeństwem wypoczywających czuwały odpowiedzialne za wypoczynek służby. Wspólnie z Komendą Powiatową Policji w Zawierciu, Komendą Państwowej Straży Pożarnej w Zawierciu, Starostwem Powiatowym w Zawierciu oraz oddziałem WOPR Zawiercie przeprowadzono 2 komisje objazdowe bezpieczeństwa i porządku publicznego. Pracownicy Higieny Dzieci i Młodzieży wraz z Sekcją Bezpieczeństwa Żywności i Żywienia przeprowadzili 11 kontroli placówek organizujących wypoczynek. Pracownik Promocji Zdrowia prowadził działania edukacyjne w hotelu Zajazd Jurajski, Miejskiej i Powiatowej Bibliotece w Zawierciu, Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury we Włodowicach, Bibliotece Miasta i Gminy w Łazach, Szkole Podstawowej nr 1 w Zawierciu, Szkole Podstawowej nr 4 w Zawierciu, Szkole Podstawowej nr 13 w Zawierciu, Przedszkolu nr 5 w Zawierciu, Przedszkolu nr 6 w Zawierciu oraz w Świetlicy Środowiskowej w Zawierciu. Dzieci otrzymały edukacyjne kolorowanki „Bezpieczne ferie”



PSSE w Dąbrowie Górniczej

W okresie ferii zimowych przeprowadzono zajęcia zasad bezpiecznego wypoczynku. Program skierowany był do dzieci spędzających ferie w mieście, uczestniczących w półkoloniach oraz warsztatach tematycznych. Celem zajęć było zwiększenie świadomości dzieci na temat bezpiecznych zachowań podczas zimowego wypoczynku, zarówno na świeżym powietrzu, jak i w miejscu zamieszkania. W ramach profilaktyki zdrowotnej dzieci dowiedziały się jak odpowiednio ubierać się zimą, aby zapobiegać wychłodzeniu organizmu, przeziębieniom i odmrożeniom. Poruszono także temat higieny, zdrowego odżywiania oraz znaczenia aktywności fizycznej dla utrzymania dobrej kondycji w okresie zimowym. Zajęcia miały charakter interaktywny – wykorzystywano pogadanki, prezentacje, quizy, które pozwoliły dzieciom w praktyczny sposób utrwalić zdobyte informacje. Przeprowadzone działania przyczyniły się do podniesienia poziomu wiedzy uczestników na temat bezpiecznych zachowań i odpowiedzialnego spędzania czasu wolnego podczas ferii zimowych w mieście.



PSSE w Rybniku

W ramach Akcji „Bezpieczne Ferie” do wszystkich placówek oświatowych, sportowo-rekreacyjnych, kulturalnych, samorządów lokalnych oraz do organizatorów zimowych form wypoczynku rozestano materiały edukacyjno-informacyjne z prośbą o ich rozpropagowanie oraz podjęcie działań edukacyjno-informacyjnych. Jeszcze przed rozpoczęciem ferii zimowych w województwie śląskim pracownicy Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej PSSE

w Rybniku oraz przedstawiciele Miejskiej Komendy Policji w Rybniku oraz w Żorach przeprowadzali wspólnie działania profilaktyczne w placówkach oświatowych. W czasie ferii działania edukacyjne prowadzone były przez pracowników Promocji Zdrowia jak również pracowników Sekcji Higieny Dzieci i Młodzieży oraz Sekcji Bezpieczeństwa Żywności i Żywienia, którzy dodatkowo przeprowadzali kontrole sanitarne placówek organizujących zimowe formy wypoczynku.

W trakcie spotkań uczestnikom przekazano materiały oraz wytyczne dotyczące bezpieczeństwa w czasie wolnym. Przypominano o obowiązku noszenia odblasków, bezpiecznego poruszania się w ruchu drogowym, a także o konieczności przestrzegania zasad bezpieczeństwa podczas zabaw na śniegu szczególnie w górach i zasad BHP na zbiornikach wodnych. Nie pominięto również tematu bezpieczeństwa w czasie samodzielnego pobytu w domu, w tym prewencji w kontaktach z obcymi osobami oraz poruszania się w sieci. Akcja Bezpieczne Ferie 2026 omówiona została również podczas szkolenia dla szkolnych i przedszkolnych koordynatorów programów edukacyjnych oraz działań profilaktyczno-zdrowotnych, które odbyło się 11 lutego w Szkole Podstawowej z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego nr 10 im. św. Jadwigi Królowej Polski w Rybniku.

Akcją informacyjno-edukacyjną bezpośrednio objęto 1109 dzieci i młodzieży. W szkoleniu udział wzięło 68 osób.





PSSE w Rudzie Śląskiej

W ramach akcji „Bezpieczne Ferie” odwiedziliśmy uczniów Szkół Podstawowych nr 4, 7 i 8 przed rozpoczęciem ferii zimowych, aby porozmawiać o zasadach bezpiecznego spędzania wolnego czasu zimą. Spotkania w szkołach pozwoliły przypomnieć dzieciom najważniejsze zasady bezpieczeństwa. W trakcie ferii kontynuowaliśmy działania edukacyjne podczas półkolonii, które odbywały się w Domu Kultury INNI, Sali Zabaw Akuko oraz w Parku Wodnym Aquadrom. W tym czasie dzieci miały okazję praktycznie utrwalać wiedzę o bezpieczeństwie, bawiąc się i uczestnicząc w różnorodnych zajęciach. Łącznie w działaniach profilaktycznych – zarówno w szkołach, jak i podczas półkolonii wzięło udział blisko 500 osób.



PSSE w Kłobucku

23 lutego w Szkole Podstawowej w Zwierzyńcu Pierwszym przeprowadzono akcję profilaktyczną dotyczącą zasad bezpieczeństwa i właściwych zachowań zdrowotnych. Akcję przeprowadzono w ramach wojewódzkiej akcji „Bezpieczne Ferie 2026” we współpracy z pracownikiem Higieny Dzieci i Młodzieży. Działania skierowane były do uczestników

półkolonii. Podczas spotkania przypomniano o zasadach bezpieczeństwa podczas uprawiania sportów i zabaw zimowych, konieczności noszenia odblasków, zdrowym odżywianiu, codziennej higienie osobistej czy ubiorze dostosowanym do panujących warunków atmosferycznych. Poruszono temat cyberprofilaktyki, zwracając uwagę na zasady bezpiecznego korzystania z Internetu i urządzeń mobilnych w czasie wolnym. Uczestnikom przypomniano, aby nie nawiązywać kontaktów z nieznajomymi w sieci, nie udostępniać danych osobowych, zdjęć ani informacji o miejscu pobytu oraz informować rodziców lub opiekunów o każdej niepokojącej sytuacji w Internecie.



PSSE w Cieszynie

W ramach realizacji akcji „Bezpieczne Ferie 2026” pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Cieszynie przeprowadzili szereg działań o charakterze informacyjno-edukacyjnym, których celem było promowanie zdrowego i bezpiecznego wypoczynku w okresie zimowym. Działania skierowano przede wszystkim do dzieci uczestniczących w półkoloniach oraz ich opiekunów i wychowawców.

Podczas zorganizowanych spotkań przeprowadzono pogadanki dotyczące najważniejszych zasad bezpieczeństwa podczas zimowych aktywności, prawidłowych nawyków żywieniowych, a także profilaktyki grypy oraz innych chorób zakaźnych. Dodatkową atrakcją dla dzieci była możliwość zagrań w grę planszową #wybierz zdrowie, w której wszyscy uczestnicy brali aktywny udział. W ramach zajęć uczestnikom zaprezentowano materiały audiowizualne, w tym spot „Zaszczep się i pozbadź się niechcianych wielbicieli” oraz filmy edukacyjne: „Zdrowy organizm”, „Co za dużo to niezdrowo”.



PSSE w Chorzowie

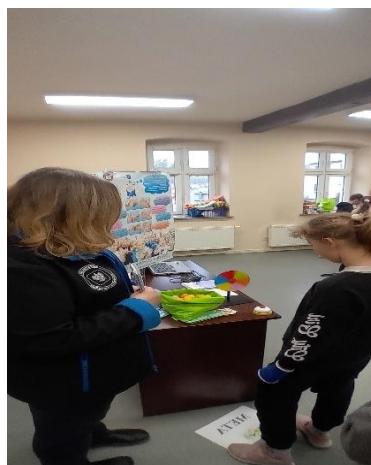
W ramach akcji „Bezpieczne Ferie 2026” Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Chorzowie realizowała szereg działań informacyjno-edukacyjnych, których celem było zwiększenie świadomości dzieci i młodzieży w zakresie bezpiecznych zachowań w okresie zimowego wypoczynku. Działania rozpoczęto jeszcze przed oficjalnym rozpoczęciem ferii w województwie śląskim. Pracownicy Promocji Zdrowia przeprowadzili spotkania edukacyjne dla młodzieży Technikum Mechaniczno-Elektrycznego w Chorzowie, Technikum Ekonomicznego w Chorzowie oraz dzieci z czterech szkół podstawowych z terenu Chorzowa. W trakcie trwania ferii edukacją objęto dzieci spędzające czas wolny w instytucjach organizujących wypoczynek zimowy na terenie Chorzowa oraz Świętochłowic. Na zajęciach omawiano zasady bezpieczeństwa podczas zimowej przerwy od zajęć dydaktycznych w mieście jak i podczas wyjazdów na zimowiska. Szczególną uwagę poświęcono profilaktyce chorób zakaźnych, zasadom higieny i wzmacniania odporności, bezpiecznemu korzystaniu z lodowisk i stoków narciarskich, zagrożeniom związanym z używkami, odpowiedzialnym zachowaniom w przestrzeni publicznej i internetowej. Przekazano materiały edukacyjne oraz prowadzono rozmowy dostosowane do wieku odbiorców, kładąc nacisk na praktyczne aspekty dbania o zdrowie i bezpieczeństwo. Realizowane działania miały charakter profilaktyczny i wspierały budowanie właściwych postaw prozdrowotnych oraz odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.





PSSE w Bytomiu

Ferie zimowe to czas odpoczynku i beztroskiej zabawy, jednak nie można zapominać o zasadach bezpieczeństwa, które pomagają zadbać o zdrowie i dobre samopoczucie podczas zimowego wypoczynku. W ramach wojewódzkiej akcji „Bezpieczne ferie 2026” pracownicy PSSE w Bytomiu przeprowadzili szereg działań profilaktycznych skierowanych do dzieci i młodzieży. Zajęcia odbyły się w następujących placówkach: Szkole Podstawowej w Tąpkowicach, Szkole Podstawowej im. Kai Mireckiej w Nakle Śląskim, Szkole Podstawowej nr 28 im. Królowej Jadwigi w Bytomiu, Spółdzielczym Klubie „Relaks” w Bytomiu, Szkole Podstawowej nr 1 w Radzionkowie, Dzielnicowym Domu Kultury w Piekarach Śląskich, Miejskim Ośrodku Kultury w Miasteczku Śląskim, Towarzystwie Przyjaciół Dzieci w Bytomiu. Podczas spotkań przedstawiono najważniejsze zasady bezpiecznego spędzania czasu wolnego, przypomniano numery alarmowe oraz omówiono potencjalne zagrożenia, z jakimi można się spotkać w czasie zimowego wypoczynku. Zwrócono także szczególną uwagę na rolę aktywności fizycznej, gdzie uczestnicy mieli okazję doświadczyć jej pozytywnego wpływu na zdrowie, korzystając z „ścieżki zdrowia”.



Działania edukacyjne objęły także szerszą grupę odbiorców. W czasie ferii zimowych zorganizowano dwie akcje profilaktyczne, które cieszyły się dużym zainteresowaniem na lodowisku przy Parku Wodnym w Tarnowskich Górach i na lodowisku im. Braci Nikodemowiczów w Bytomiu.



PSSE w Żywcu

W ramach akcji Bezpieczne Ferie w lutym przeprowadziliśmy cykl spotkań edukacyjnych, przygotowując dzieci do bezpiecznego wypoczynku zimowego.

12 lutego odwiedziliśmy Szkołę Podstawową w Rycerze Dolnej, gdzie omawialiśmy zasady bezpiecznych zachowań podczas zabaw i sportów zimowych, a także zasady bezpiecznego korzystania z internetu.



W dniach 18 i 25 lutego odwiedziliśmy dzieci przebywające na półkoloniach w Klubie MCK „Śrubka” i „Ogródek” w Żywcu. Prowadziliśmy wspólnie z dziećmi dyskusję na temat zdrowia i bezpieczeństwa, a następnie uczestnicy mogli wykazać się swoją wiedzą i kreatywnością podczas rozwiązywania tematycznych krzyżówek, rebusów i uzupełniania kolorowanek. Nie zapomnieliśmy również o profilaktyce chorób zakaźnych, przypominając o prawidłowej technice mycia i dezynfekcji rąk. Ogromnym zainteresowaniem cieszyły się praktyczne warsztaty z lampą UV, które weryfikowały dokładność mycia rąk, dając dzieciom świetną i obrazową lekcję higieny.



19 lutego spotkaliśmy się z dziećmi z Przedszkola „Akademia Malucha” w Żywcu. Podczas spotkania przeprowadzono grę edukacyjną „Prawda czy Fałsz” dotyczącą bezpieczeństwa w czasie zabaw zimowych. Przedszkolaki wykazały się dużą wiedzą i zaangażowaniem. W drugiej części spotkania przeprowadziliśmy pogadankę dotyczącą chorób zakaźnych i znaczenia szczepień ochronnych. Na zakończenie odbyły się praktyczne warsztaty z lampą UV, które przybliżyły dzieciom „co oznacza dokładne mycie rąk?”.



PSSE w Wodzisławiu Śląskim

W ramach Akcji „Bezpieczne Ferie” przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Wodzisławiu Śląskim przeprowadzili narady z pracownikami ośrodków kultury na terenie powiatu wodzisławskiego. W trakcie narad przekazano główne cele i założenia akcji „Bezpieczne Ferie” oraz materiały edukacyjno-informacyjne. Poinformowano o zaleceniach higieniczno-sanitarnych, których należy przestrzegać w czasie organizowania zimowego wypoczynku. Ponadto do podległych szkół, placówek wypoczynku zimowego, Urzędów Miast i Gmin oraz mediów lokalnych zostały dostarczone materiały w formie elektronicznej. Przedstawiciele Sekcji Higieny Dzieci i Młodzieży jak również Sekcji Bezpieczeństwa Żywności i Żywienia kontrolowali placówki wypoczynku zimowego pod kątem warunków pobytu uczestników, bezpiecznej aktywności, higieny przygotowania i spożywania posiłków.

W dniach od 16 stycznia do 16 lutego zostały przeprowadzone prelekcje dla 451 uczniów oraz uczestników kolonii zimowych. Pracownicy PSSE w Wodzisławiu Śląskim opowiadali o zagrożeniach jakie mogą spotkać każdego z nas podczas wypoczynku zimowego.

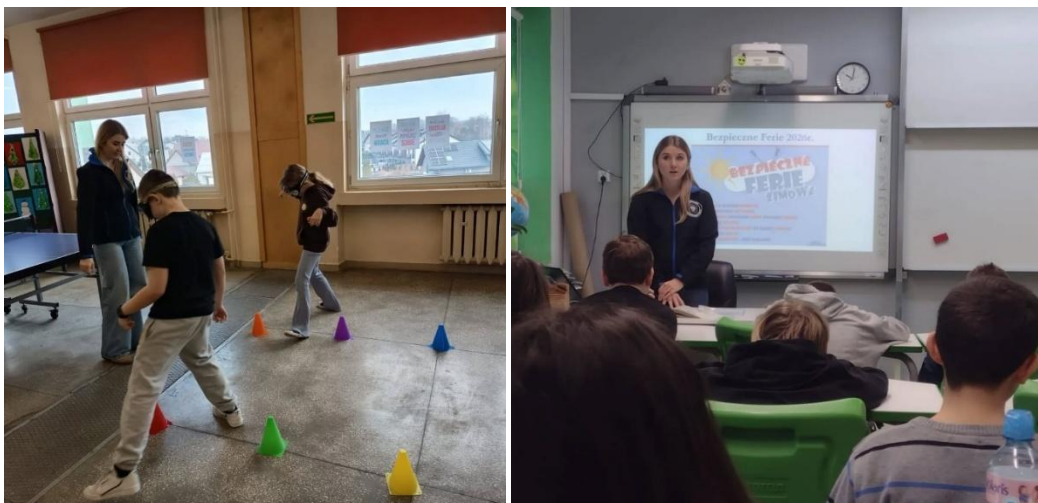


PSSE w Jaworznie

W lutym skupiliśmy się przede wszystkim na edukacji dotyczącej bezpiecznych zachowań podczas ferii zimowych. Jeszcze przed rozpoczęciem ferii odwiedziliśmy uczniów w szkołach podstawowych w Jaworznie. Byliśmy w Szkole Podstawowej nr 7, Szkole Podstawowej nr 3 oraz Szkole Podstawowej nr 8. Rozmawialiśmy z dziećmi o tym, jak bezpiecznie spędzać ferie, jak dbać o zdrowie oraz jak odpoczywać, aby nabrać energii do dalszej nauki. Poruszyliśmy także temat profilaktyki używek.

W czasie ferii zimowych przeprowadziliśmy 29 kontroli półkolonii na terenie Jaworzna. Sprawdzaliśmy, czy dzieci mają zapewnione bezpieczne i higieniczne warunki wypoczynku. Podczas półkolonii prowadziliśmy również działania edukacyjne we współpracy z funkcjonariuszami Komendy Miejskiej Policji w Jaworznie. Rozmawialiśmy o bezpieczeństwie, profilaktyce chorób zakaźnych, zdrowym stylu życia oraz profilaktyce używek. Uczestnicy półkolonii otrzymali broszury „Bezpieczne ferie”, a także zakładki do książek.





PSSE w Myszkowie

W trakcie tegorocznych ferii zimowych pracownik ds. Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej prowadził wzmożone działania edukacyjne w miejscach zbiorowego wypoczynku dzieci na terenie powiatu myszkowskiego. Głównym celem podjętych inicjatyw było zwiększenie bezpieczeństwa uczestników oraz promowanie zachowań prozdrowotnych w warunkach zimowych. Kluczowym elementem akcji była ścisła współpraca z funkcjonariuszami Policji, co pozwoliło na realizację kompleksowych spotkań łączących zagadnienia higieny, profilaktyki chorób zakaźnych oraz bezpieczeństwa fizycznego podczas ferii. Zajęcia zostały zaplanowane i przeprowadzone w nowoczesnej formule „edukacji przez zabawę” – zamiast klasycznych prelekcji postawiliśmy na interaktywne warsztaty, quizy tematyczne oraz pokazy praktyczne. Dzięki takiemu podejściu dzieci z dużym zaangażowaniem przyswajały wiedzę o zasadach zdrowego stylu życia i unikaniu zagrożeń, a obecność przedstawicieli Sanepidu i Policji w przyjaznej, warsztatowej atmosferze znacząco wpłynęła na budowanie pozytywnego wizerunku służb dbających o zdrowie publiczne.





PSSE w Lublińcu

W powiecie lublinieckim zorganizowano 18 turnusów wypoczynku zimowego, w których uczestniczyło ponad 550 dzieci i młodzieży. Kolonie, obozy i półkolonie odbyły się w hotelach, obiektach okazjonalnie wykorzystywanych na cele wypoczynku oraz w miejscu zamieszkania. W ramach akcji Bezpieczne ferie 2026 przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej w Lublińcu skontrolowali wszystkie obiekty, w których organizowany był wypoczynek zimowy. Prowadzone działania inspekcyjne wykazały, że wszyscy organizatorzy zagwarantowali uczestnikom właściwe warunki zakwaterowania, utrzymania higieny osobistej, dożywiania oraz prowadzenia zajęć rekreacyjnych. Prowadzono również zajęcia edukacyjne dla uczestników wypoczynku. Podczas spotkań dyskutowano o bezpieczeństwie, wzmacnianiu odporności, profilaktyce chorób sezonu zimowego, właściwym odżywianiu i roli aktywności fizycznej. Zajęciom towarzyszyły pokazy właściwego mycia rąk. Dzieci bardzo aktywnie uczestniczyły w zajęciach i wykazały się dużą wiedzą o zdrowiu. Na zakończenie każdy uczestnik otrzymał drobny upominek – zakładkę i kolorówankę. W ramach akcji Bezpieczne ferie 2026 podjęto współpracę z kadrą pedagogiczną, organizatorami wypoczynku zimowego oraz Komendą Powiatową Policji Powiatową w Lublińcu. Przez cały okres ferii zimowych promowano akcję w mediach społecznościowych.



PSSE w Tychach

Podczas tegorocznych ferii zimowych zorganizowaliśmy serię spotkań edukacyjnych, których celem było propagowanie zasad bezpieczeństwa oraz zdrowego stylu życia wśród najmłodszych. Zajęcia poprowadzone zostały wśród uczestników półkolonii zimowych w:

- Szkole Podstawowej Nr 2 im. Kard. Stefana Wyszyńskiego w Imielinie;
- Szkole Podstawowej Nr 1 im. Ksiąząt Pszczyńskich w Pszczynie;
- Technikum Nr 2 w Tychach;
- Zagrodzie „Niezłe Ziółka” w Mikołowie

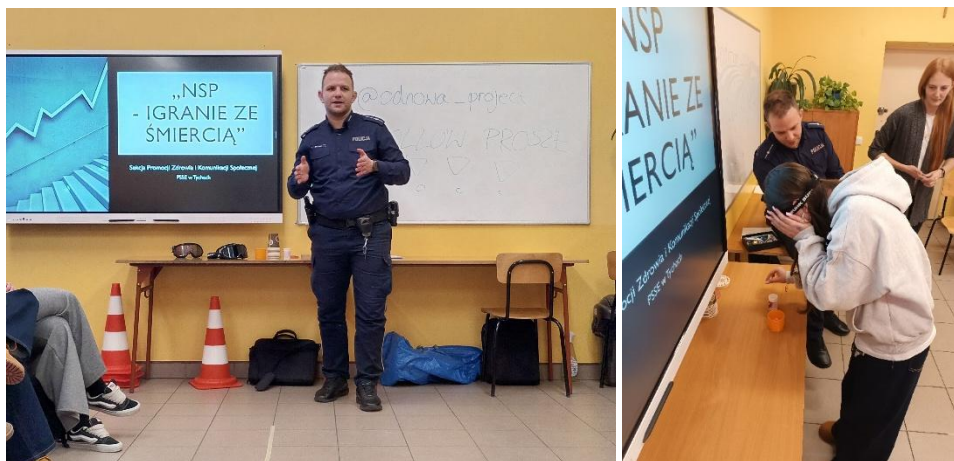
W oparciu o przygotowaną prezentację multimedialną, omówiliśmy z uczestnikami najważniejsze zasady poruszania się w zimowej aurze. Skupiliśmy się na następujących zagadnieniach:

- w mieście i na drodze: znaczenie odblasków oraz zasady ograniczonego zaufania;
- aktywność na śniegu: bezpieczne korzystanie z nart, łyżew i sanek oraz kategoriyczny zakaz wchodzenia na zamrożone stawy, jeziora i rzeki, odpowiedni ubiór do warunków pogodowych;
- górska przygoda: planowanie wycieczek oraz podstawy lawinowego ABC;
- bezpieczeństwo: przestrzeganie przed kontaktami z obcymi osobami, utrwalenie numerów alarmowych, zasady wzywania pomocy.

Wierząc, że ruch to najlepsza regeneracja po nauce w szkolnej ławce, zaprosiliśmy dzieci do udziału w planszówce podłogowej „Ścieżka do zdrowia”. Zabawa ta nie tylko rozładowała skumulowaną energię, ale też utrwalała wiedzę o zdrowym stylu życia. Wspólny rozruch przyniósł uczestnikom mnóstwo radości i uśmiechu.



Tematyka bezpiecznego wypoczynku poruszana była z uczniami II Liceum Ogólnokształcącego w Mikołowie jeszcze przed rozpoczęciem się okresu ferii w naszym województwie. Wspólnie z Komendą Powiatową Policji w Mikołowie młodzież uświadamiano, że najlepszym sposobem na zabicie nudy jest ruch na świeżym powietrzu, unikanie używek, szukanie swojej pasji i jej realizacja.



Akcję „Bezpieczne Ferie 2026” promowano w mediach społecznościowych Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Tychach poprzez szereg publikowanych postów dot. bezpieczeństwa podczas spędzania czasu wolnego.



PSSE w Raciborzu

W czasie trwania akcji „Bezpieczne Ferie 2026” pracownicy Stanowiska Pracy ds. Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Raciborzu zorganizowali cykl spotkań edukacyjnych w szkołach oraz miejscach zorganizowanego wypoczynku zimowego na terenie powiatu, w których uczestniczyło 536 dzieci i młodzieży. Ich celem było przypomnienie dzieciom i młodzieży, jak dbać o zdrowie i bezpieczeństwo podczas zimowej przerwy. Zimowe aktywności dostarczają wielu radości, jednak brak rozważań może prowadzić do urazów, przeziębień czy groźnych wypadków. Dlatego podczas zajęć omawiano m.in. zasady odpowiedniego ubioru dostosowanego do warunków atmosferycznych, znaczenie higieny i prawidłowego mycia rąk, sposoby zapobiegania infekcjom, a także rolę zdrowej diety i odpoczynku w okresie zimowym. Sporo uwagi poświęcono bezpieczeństwu podczas zabaw na świeżym powietrzu – bezpiecznym zjazdom na sankach, nartach i snowboardzie, odpowiedzialnemu rzucaniu śnieżkami oraz zagrożeniom wynikającym z zabawy na lodzie. Szczególnie podkreślano niebezpieczeństwa związane z wchodzeniem na zamrożnięte zbiorniki wodne. Dzieci dowiedziały się, że lód nie zawsze jest wystarczająco gruby, a wchodzenie na niego może

grozić utratą zdrowia, a nawet życia. Omówiliśmy również, jak zachować się w sytuacji zagrożenia i jak wezwać pomoc. Spotkania miały aktywną formę – uczestnicy rozwiązywali quizy i krzyżówki oraz brali udział w dyskusjach. Na zakończenie każde dziecko otrzymało broszurę z zasadami bezpiecznego spędzania ferii zimowych oraz elementy odblaskowe, które poprawiają widoczność i bezpieczeństwo na drodze.

Równolegle, w ramach działań prowadzonych podczas „Bezpiecznych Ferii 2026”, pracownicy Sekcji Higieny Dzieci i Młodzieży przeprowadzili kontrole wszystkich turnusów zimowego wypoczynku zgłoszonych w elektronicznej bazie wypoczynku w powiecie raciborskim, oceniając warunki sanitarne i organizacyjne w miejscach pobytu dzieci i młodzieży.

Podejmowane działania edukacyjne i kontrolne przyczyniły się do tego, że tegoroczne ferie w powiecie raciborskim upłynęły w atmosferze bezpieczeństwa, zdrowia i radości.



PSSE w Bielsku-Białej

W lutym, Państwowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Bielsku-Białej prowadziła wzmożone działania nadzorcze w związku z organizacją zimowego wypoczynku dzieci i młodzieży na terenie powiatu bielskiego. Pracownicy Sekcji Higieny Dzieci i Młodzieży, Higieny Komunalnej, Epidemiologii oraz Higieny Bezpieczeństwa Żywności i Żywienia przeprowadzili 130 kontroli w placówkach wypoczynku zimowego, oceniając warunki higieniczno-sanitarne oraz bezpieczeństwo uczestników, w których przebywało 3 934 dzieci. Równolegle realizowano działania edukacyjne i profilaktyczne prowadzone przez pracowników Sekcji Promocji Zdrowia, ukierunkowane na kształtowanie prawidłowych nawyków zdrowotnych oraz zasad bezpiecznego wypoczynku podczas ferii zimowych.



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