

rok szkolny 2025/2026

OFERTA



INTERWENCJI NIEPROGRAMOWYCH



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

Szanowni Państwo

Z ogromną radością przedstawiam Państwu nasze wyjątkowe interwencje nieprogramowe na rok szkolny 2025/2026!

Dzięki naszym akcjom, uczestnicy będą mieli okazję zdobyć wartościową wiedzę na temat profilaktyki zdrowotnej, higieny oraz zasad bezpiecznego postępowania w codziennym życiu.

Dołączając do nich zyskują Państwo szansę na aktywne uczestnictwo w tworzeniu zdrowszej i bezpieczniejszej społeczności.

Serdecznie zapraszam do udziału w naszych interwencjach i wspólnego budowania zdrowej przyszłości.

Z poważaniem,

*dr n. o zdr. Arleta Mrugała
Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Gliwicach*



DLACZEGO WARTO WYBRAĆ NASZE PROJEKTY

JAKOŚĆ I RZETELNOŚĆ



Nasze projekty są stworzone przez **ekspertów** w dziedzinie zdrowia publicznego, co gwarantuje ich wiarygodność i oparcie na najwyższych badaniach naukowych.

EDUKACJA SPOŁECZNA



Pomagają zapobiegać chorobom poprzez edukację na temat higieny i zdrowotnego stylu życia, co ma bezpośredni wpływ na poprawę zdrowia społeczeństwa.

PREWENCJA



Nie tylko dostarczają informacji, ale również **kształtują** postawy i zachowania prozdrowotne w społeczeństwie. To szczególnie ważne w kontekście zapobiegania pandemiom i innym zagrożeniom zdrowotnym.

DOSTĘPNOŚĆ



Projekty są **bezpłatne**, co sprawia, że są dostępne dla szerokiej grupy odbiorców, w tym szkół, przedszkoli i różnych instytucji publicznych.



KLUB ZDROWEGO PRZEDSZKOLAKA



Moduły tematyczne:



1

wirusoochrona



2

szczepienia
profilaktyka chorób zakaźnych



3

bezpieczne korzystanie ze słońca



4

profilaktyka chorób odkleszczowych



5

PROGRAM
"Czyste powietrze wokół nas"



6

PROGRAM
"Skąd się biorą produkty ekologiczne"

Plan projektu

KLUB ZDROWEGO PRZEDSZKOLAKA



GRUPA DOCELOWA

- dzieci przedszkolne w wieku 5-6 lat,
- rodzice i opiekunowie dzieci,
- nauczyciele wychowania przedszkolnego.



RAMY CZASOWE

- rok szkolny 2025/2026



CELE PROGRAMU

- zwiększenie świadomości i wiedzy na temat postaw prozdrowotnych, promowanie zdrowego stylu życia wśród dzieci przedszkolnych i ich rodziców.



METODY/FORMY REALIZACJI

Metody:

- słowne: rozmowa, zagadki,
- oglądowe: oglądanie filmu, obserwacja,
- czynnościowe: budowanie piramidy.

Dziecko uczestniczące w zajęciach zdobywa kolejne odznaki edukacyjne, aby na koniec zdobyć złoty medal w formie kolorowanki.



KOORDYNATORZY I REALIZATORZY

Koordynatorzy powiatowi:

- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.

Realizatorzy:

- nauczyciele wychowania przedszkolnego.



MATERIAŁY DO REALIZACJI

W wersji elektronicznej:

- arkusze edukacyjne dla ucznia,
- scenariusze zajęć,
- prezentacje,
- kolorowanki,
- plakaty,
- piosenki,
- gry edukacyjne,
- banery,
- zaświadczenia udziału w projekcie.

W wersji papierowej:

- plakat.

CZAS TRWANIA ZAJĘĆ

Nauczyciel sam decyduje o przebiegu zajęć.



Zachęcamy szkoły do publikowania relacji z realizacji lekcji na stronie internetowej i w mediach społecznościowych wraz z wykorzystaniem hashtagu: #KlubZdrowegoPrzedszkolaka

PROMOWANIE BEZPIECZNYCH ZACHOWAŃ ZDROWOTNYCH



Plan interwencji

BEZPIECZNE FERIE/WAKACJE



GRUPA DOCELOWA

- ogół społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci w wieku 5-12 lat,
- rodzice/opiekunowie,
- organizatorzy półkolonii,
- nauczyciele.



RAMY CZASOWE

- sezon wypoczynku zimowego i letniego



CELE PROGRAMU

- edukacja i informacja na temat bezpiecznych zachowań zdrowotnych.



KOORDYNATORZY I REALIZATORZY

Koordynatorzy powiatowi:

- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.

Realizatorzy:

- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach,
- nauczyciele.



METODY/FORMY REALIZACJI

- warsztaty dla dzieci i ich opiekunów (dostosowane do wieku dzieci),
- instruktaże: mycia rąk z użyciem lampy UV, mycia zębów na modelu uzębienia, prawidłowego usuwania kleszcza,
- pokazy: modelu kleszcza (w powiększeniu) oraz preparatów kleszczy (preparaty zabezpieczone),
- użycie narko- i alkoholigli oraz smokerlyzera w celach edukacyjnych (testy uzależnione od grupy wiekowej uczestników spotkania),
- dla nauczycieli dostępne materiały edukacyjne potrzebne do przeprowadzenia zajęć lekcyjnych.



MATERIAŁY DO REALIZACJI

W wersji elektronicznej:

- prezentacja multimedialna,
- broszurka edukacyjna,
- banery/grafiki na stronę www,
- plakat.

W wersji papierowej:

- plakat,
- broszurka edukacyjna (dostępne do wyczerpania zapasów).

CZAS TRWANIA ZAJĘĆ

30-45 minut



Zachęcamy szkoły do publikowania relacji z realizacji lekcji na stronie internetowej i w mediach społecznościowych wraz z wykorzystaniem hashtagów: #BezpieczneFerie #BezpieczneWakacje

PROFILAKTYKA CHORÓB WIRUSOWYCH



PROFILAKTYKA

- chorób wirusowych przenoszonych drogą kropelkową,
- chorób zakaźnych,
- prawidłowej higieny rąk,
- podstawowych zasad postępowania w czasie wzrostu zachorowań na choroby zakaźne,
- podstawowych zasad zdrowego stylu życia: prawidłowego odżywiania, aktywności fizycznej, podniesienia poziomu wiedzy na temat znaczenia szczepień w profilaktyce chorób zakaźnym.



Plan interwencji

WIRUSOOCHRONA



GRUPA DOCELOWA

- ogół społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci w wieku 6-9 lat (uczniowie klas I-III) rodzice/
- opiekunowie dzieci, nauczyciele



RAMY CZASOWE

- rok szkolny 2025/2026



CELE PROGRAMU

- zwiększenie świadomości i wiedzy na temat postaw prozdrowotnych wśród dzieci szkolnych i ich rodziców,
- promocja podstawowych zasad higieny osobistej wśród dzieci,
- zachęcenie i zwrócenie uwagi na rolę szczepień ochronnych jako najskuteczniejszej formy zapobiegania rozprzestrzenianiu się wielu chorób zakaźnych.



METODY/FORMY REALIZACJI

- zajęcia prowadzone według ustalonego scenariusza: rozmowa, zagadki, oglądanie prezentacji multimedialnej, pokazy doświadczeń,
- instruktaże prowadzone przez pracowników PSSE w Gliwicach: mycia rąk z użyciem lampy UV, mycia zębów na modelu uzębienia.

Zachęcamy szkoły do publikowania relacji z realizacji akcji na stronie internetowej i w mediach społecznościowych wraz z wykorzystaniem hashtagów: #LekcjaWirusochrony #Wirusochrona



KOORDYNATORZY I REALIZATORZY

Koordynatorzy powiatowi:

- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.

Realizatorzy:

- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach,
- nauczyciele szkół podstawowych.



MATERIAŁY DO REALIZACJI

W wersji elektronicznej:

- scenariusz zajęć, w tym: karty pracy, krzyżówka, kolorowanka, wykreślanka, zakładka, schemat mycia rąk, doświadczenia, gra edukacyjna,
- plakat, banery,
- piosenka pt. "Mydło i woda - tak się zaczyna Wirusochrona",
- prezentacja pt. "Nauka higieny rąk",
- prezentacja pt. "Profilaktyka chorób zakaźnych",
- zaświadczenie dla uczestnika.

W wersji papierowej:

- plakat "Wirusochrona" i zakładka (do wyczerpania zapasów).

CZAS TRWANIA ZAJĘĆ

1 godzina lekcyjna



#LekcjaWirusochrony

PROFILAKTYKA CHORÓB ODKLESZCZOWYCH



Plan interwencji



NIE BĄDŹ ATRAKCYJNY DLA KLESZCZY



GRUPA DOCELOWA

- ogół społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci w wieku 6-9 lat (uczniowie klas I-III)
- rodzice/opiekunowie dzieci,
- nauczyciele.



RAMY CZASOWE

- rok szkolny 2025/2026



CELE PROGRAMU

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



METODY/FORMY REALIZACJI

- rozmowa, gry i zabawy z dziećmi,
- oglądanie filmu edukacyjnego i prezentacji multimedialnej,
- pokazy i instruktaże prowadzone przez pracowników PSSE w Gliwicach: pokaz modelu kleszcza, pokaz preparatów kleszczy (preparaty zabezpieczone) oraz instruktaż prawidłowego usuwania kleszcza. Zajęcia prowadzone wg ustalonego scenariusza zajęć.



KOORDYNATORZY I REALIZATORZY

Koordynatorzy powiatowi:

- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.

Realizatorzy:

- nauczyciele szkół podstawowych,
- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.



MATERIAŁY DO REALIZACJI

W wersji elektronicznej:

- scenariusz zajęć z kartami pracy,
- prezentacja multimedialna,
- filmy edukacyjne,
- banery edukacyjne,
- kolorowanka "Kleszczowanka",
- plakat,
- zakładka - repelenty.

W wersji papierowej:

- kolorowanka "Kleszczowanka",
- plakat,
- zakładka - repelenty.

CZAS TRWANIA ZAJĘĆ

1-2 godziny lekcyjne



#LekcjaKleszczoochrony

Zachęcamy szkoły do publikowania relacji z realizacji lekcji na stronie internetowej i w mediach społecznościowych wraz z wykorzystaniem hashtagów: #LekcjaKleszczoochrony #NieBądźAtrakcyjnyDlaKleszczy

PROPAGOWANIE AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

WYBIERZ ZDROWIE

Ruch jest kluczowym czynnikiem warunkującym prawidłowość procesów rozwojowych oraz zmniejszającym ryzyko rozwoju poważnych schorzeń w wieku dorosłym.

Aktywność fizyczna wiąże się także z korzyściami psychicznymi u młodych ludzi i pomaga w rozwoju społecznym.



Plan interwencji

#WYBIERZ ZDROWIE



GRUPA DOCELOWA

- dzieci w wieku 6-10 lat (uczniowie klas I-IV szkoły podstawowej),
- rodzice/opiekunowie,
- nauczyciele,
- organizatorzy półkolonii letnich.



RAMY CZASOWE

- rok szkolny 2025/2026



CELE PROGRAMU

- propagowanie aktywności ruchowej poprzez zabawę,
- kształtowanie postaw i zachowań związanych ze zdrowym, a przede wszystkim aktywnym stylem życia wśród najmłodszych,
- wspomaganie rozwoju społecznego i prawidłowych interakcji z rówieśnikami.



METODY/FORMY REALIZACJI

- zajęcia ruchowe/mini zawody sportowe dla uczniów z wykorzystaniem scenariusza zajęć pt. "Ścieżka do zdrowia".

Zachęcamy szkoły do publikowania relacji z realizacji lekcji na stronie internetowej i w mediach społecznościowych wraz z wykorzystaniem hashtagu: #WybierzZdrowie



KOORDYNATORZY I REALIZATORZY

- realizatorami i koordynatorami powiatowymi są pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.



MATERIAŁY DO REALIZACJI

W wersji elektronicznej:

- scenariusz zajęć sportowych pt. "Ścieżka do zdrowia",
- kolorowanka dla dzieci,
- dyplom dla uczestnika.

W wersji papierowej:

- zakładka "Wybierz zdrowie" (do wyczerpania zapasów).

Sprzęt stosowany w trakcie zajęć:

- piłeczki antystresowe,
- skakanki.

CZAS TRWANIA ZAJĘĆ

1 godzina lekcyjna

#LekcjaSportowa



PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ



Projekt otrzymał rekomendację Śląskiego Kuratora Oświaty
oraz pozytywną recenzję Regionalnego Ośrodka
Metodyczno-Edukacyjnego *Metis* w Katowicach

ZDROWIE I EMOCJE - skrzynka z narzędziami



Plan interwencji

ZDROWIE I EMOCJE - skrzynka z narzędziami



GRUPA DOCELOWA

- dzieci starsze w wieku 11-14 lat (uczniowie klas VI-VIII szkoły podstawowej)
- rodzice/opiekunowie, nauczyciele.



RAMY CZASOWE

- rok szkolny 2025/2026



CELE PROGRAMU

- zmniejszenie ryzyka wystąpienia zachowań trudnych, związanych z uzależnieniami poprzez rozwijanie tolerancji dyskomfortu psychicznego, rozwijanie umiejętności regulowania emocji, nabycie wiedzy związanej z uzależnieniami, nabycie umiejętności asertywnej postawy,
- kształtowanie prozdrowotnych postaw i zachowań.



METODY/FORMY REALIZACJI

- zajęcia prowadzone w ramach ścieżki edukacyjnej: edukacja prozdrowotna w trakcie lekcji przedmiotowych, czy godziny wychowawczej i zajęć z pedagogiem lub psychologiem.

Zachęcamy szkoły do publikowania relacji z realizacji lekcji na stronie internetowej i w mediach społecznościowych wraz z wykorzystaniem hashtagów: #ZdrowieIEmocje #SkrzynkaZNarzedziami



KOORDYNATORZY I REALIZATORZY

Koordynator powiatowy:

- pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.

Realizatorzy:

- nauczyciele szkół podstawowych.



MATERIAŁY DO REALIZACJI

W wersji elektronicznej:

- 5 gotowych scenariuszy zajęć z kartami dla ucznia
- plakaty edukacyjne,
- prezentacja multimedialna dla nauczyciela,
- filmy edukacyjne z udziałem specjalistów zdrowia psychicznego,
- broszura z ćwiczeniami uważnościowymi, relaksacyjnymi dla każdego ucznia

W wersji papierowej:

- scenariusze zajęć z kartami dla ucznia,
- plakaty edukacyjne,
- broszury z ćwiczeniami
- zakładka.

CZAS TRWANIA ZAJĘĆ

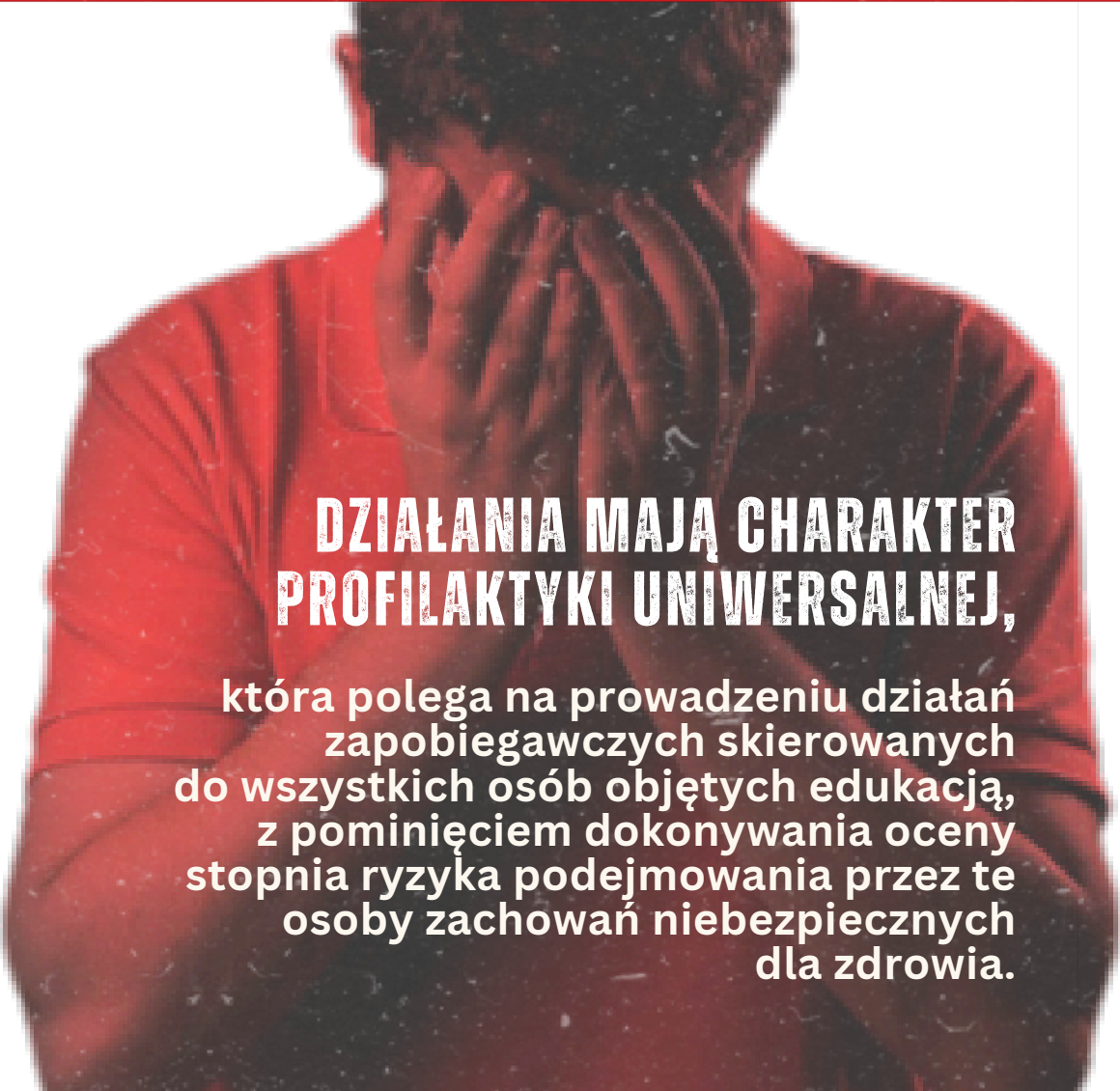


5 godzin lekcyjnych



PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ

**NOWE #NARKOTYKI
#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.

Plan interwencji

NOWE NARKOTYKI-NOWEZAGROŻENIA



GRUPA DOCELOWA

- ogół społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem osób w wieku 15-30, uczniów szkół podstawowych (klas VII-VIII) oraz uczniów szkół ponadpodstawowych,
- rodzice/opiekunowie,
- nauczyciele.



RAMY CZASOWE

- rok szkolny 2025/2026



CELE PROGRAMU

- dostarczenie młodym ludziom podstawowych informacji o kontekście używania substancji psychoaktywnych, w szczególności narkotyków i nowych substancji psychoaktywnych (NSP), w celu zwiększenia ostrożności młodzieży i zmniejszenia ich otwartości na kontakty z tymi produktami,
- kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji odnośnie własnego zdrowia i poczucia odpowiedzialności za dokonywanie wyborów związanych ze zdrowiem,
- zwrócenie uwagi na problemy zdrowotne i zagrożenia wynikające z korzystania ze środków psychoaktywnych, w tym głównie NSP.



METODY/FORMY REALIZACJI

- warsztaty edukacyjne dla rodziców/opiekunów i nauczycieli,
- lekcja profilaktyki dla młodzieży,
- oglądanie prezentacji multimedialnej,
- użycie narko- i alkoholgli oraz smokerlyzera w celach edukacyjnych,
- pokaz walizki edukacyjnej z atrapami narkotyków oraz przedmiotami służącymi do ich przechowywania (pokaz dla osób pełnoletnich).

Zachęcamy szkoły do publikowania relacji z realizacji lekcji na stronie internetowej i w mediach społecznościowych wraz z wykorzystaniem hashtagów: #NoweNarkotykiNoweZagrożenia #LekcjaProfilaktyki



KOORDYNATORZY I REALIZATORZY

- realizatorami i koordynatorami powiatowymi są pracownicy pionu promocji zdrowia z PSSE w Gliwicach.



MATERIAŁY DO REALIZACJI

W wersji elektronicznej:

- prezentacja multimedialna dla rodziców/pedagoga,
- poradnik dla nauczyciela "Nowe Narkotyki",
- baner/grafika na stronę www
- plakat,
- zakładka,

W wersji papierowej:

- plakaty,
 - zakładka
- (do wyczerpania zapasów).

CZAS TRWANIA ZAJĘĆ

1 godzina lekcyjna

#LekcjaProfilaktyki



EWALUACJA I MONITOROWANIE INTERWENCJI



Po ukończeniu każdej interwencji zbierane są aktualne dane o zainteresowaniu interwencją, materiałami i jej ocenie.

**MONITOROWANIE I EWALUACJA SĄ NIEZBĘDNE
DLA SUKCESU I CIĄGŁEGO DOSKONALENIA INTERWENCJI**



OCENA SKUTECZNOŚCI

sprawdzamy,
czy interwencja
osiąga cele



POPRAWA JAKOŚCI

umożliwiają
wprowadzanie
ulepszeń



PODEJMOWANIE DECYZJI

wspierają decyzje
strategiczne



DOSTOSOWANIE DO POTRZEB

dostosowują
interwencję do
potrzeb odbiorców



KONTAKT

Sekcja Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej
Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gliwicach

ul. Banacha 4
44-100 Gliwice



+48 32 338 05 29



pz.psse.gliwice@sanepid.gov.pl



www.gov.pl/web/psse-gliwice



CHRONIMY ZDROWIE Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

Gliwice, 2025