

SZKOŁA WOLNA OD NIKOTYNY

NEWS LETTER



PAŃSTWOWEJ
INSPEKCJI SANITARNEJ
WOJEWÓDZTWA
ŚLĄSKIEGO

MAJ 2026

31 maja

obchodzony jest Światowy Dzień bez Tytoniu,

ustanowiony przez Światową Organizację Zdrowia

Celem tego dnia jest zwiększanie świadomości na temat zagrożeń związanych z paleniem tytoniu oraz używaniem produktów zawierających nikotynę. To również okazja do poszerzenia wiedzy o ich wpływie na zdrowie i jakości życia



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



WSSE KATOWICE

Światowy Dzień bez Tytoniu 2026

„Nowe formy - stare pułapki”

31 maja obchodzony jest **Światowy Dzień bez Tytoniu**, ustanowiony przez Światową Organizację Zdrowia.

Celem tego dnia jest zwiększanie świadomości na temat zagrożeń związanych z paleniem tytoniu oraz używaniem produktów zawierających nikotynę. To również okazja do poszerzenia wiedzy o ich wpływie na zdrowie i jakości życia. Stosowanie wyrobów nikotynowych pozostaje jednym z najpoważniejszych wyzwań zdrowia publicznego, szczególnie wśród dzieci i młodzieży. Na rynku dostępnych jest wiele produktów zawierających nikotynę, takich jak papierosy tradycyjne, papierosy skręcane ręcznie, e-papierosy, wyroby z podgrzewanym tytoniem, fajki, fajki wodne oraz woreczki nikotynowe.

W ostatnich latach szczególną popularność wśród młodych ludzi zdobyły e-papierosy. **Według badań GYTS z 2022 roku 11,7% polskiej młodzieży w wieku 13–15 lat pali tradycyjne papierosy, a 22,3% używa e-papierosów.**

E-papierosy to urządzenia służące do inhalowania aerozolu zawierającego nikotynę lub inne substancje. Mogą być jednorazowe lub wielokrotnego użytku, wyposażone w zbiorniki z płynem (liquidem) lub wymienne kartridże.

Często są one projektowane w sposób przypominający codzienne przedmioty, takie jak pendrive'y, długopisy czy kosmetyki, przez co rodzice nie zawsze są świadomi, że ich dzieci z nich korzystają.

Co zawierają e-papierosy?

Choć często są postrzegane jako mniej szkodliwe od tradycyjnych papierosów, e-papierosy nie są bezpieczne. Wytwarzany przez nie aerozol może zawierać m.in. nikotynę, glikol propylenowy, glicerynę, substancje rakotwórcze (np. benzopiren i aldehyd octowy), akroleinę, aceton oraz różne aromaty i związki chemiczne szkodliwe dla zdrowia.

Wpływ na zdrowie

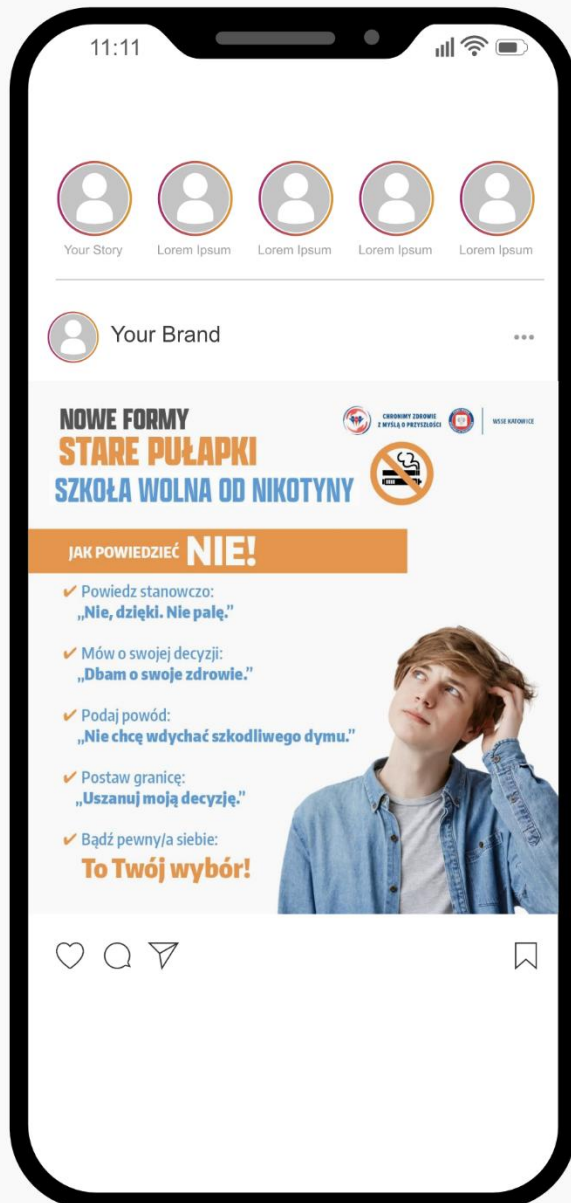
Używanie e-papierosów może prowadzić do podrażnienia dróg oddechowych, oczu i jamy ustnej, problemów skórnych, uszkodzenia płuc (EVALI) oraz zwiększonego ryzyka nowotworów. Może także powodować zaburzenia koncentracji, pamięci i nastroju oraz prowadzić do uzależnienia od nikotyny.

Osoby używające e-papierosów częściej sięgają również po tradycyjne papierosy.

Przemysł tytoniowy stosuje różne działania marketingowe, aby zachęcić młodych ludzi do sięgania po e-papierosy. Wykorzystuje atrakcyjne smaki, nowoczesny wygląd urządzeń, reklamy w mediach społecznościowych oraz przekazy promujące modny styl życia i pozorną „wolność wyboru”.

Celem tych działań jest przyciągnięcie nowych użytkowników i budowanie uzależnienia od produktów nikotynowych już od najmłodszych lat.

NOWE FORMY STARE PUŁAPKI SZKOŁA WOLNA OD NIKOTYNY



PSSE w Żywcu

18 maja w Szkole Podstawowej nr 3 w Żywcu odbyło się spotkanie edukacyjno-profilaktyczne zorganizowane w ramach obchodów Światowego Dnia Bez Tytoniu. Głównym punktem wydarzenia była prelekcja skierowana do młodzieży szkolnej, którą poprowadził lek. med. Janusz Wyrwalski. Wykład dotyczył nie tylko problematyki dymu tytoniowego, ale obejmował szeroki zakres zagadnień kluczowych dla zdrowia młodego pokolenia. Prelegent szczegółowo omówił mechanizmy powstawania uzależnień, zwracając uwagę na zagrożenia związane z używaniem e-papierosów. Ważnym elementem prelekcji było omówienie zachowań ryzykownych w grupie rówieśniczej oraz kształtowanie postaw asertywnych, pozwalających na podejmowanie świadomych i bezpiecznych wyborów.



28 maja odwiedziliśmy Szkołę Podstawową im. Tadeusza Kościuszki w Koszarawie realizując działania w ramach obchodów Światowego Dnia Bez Tytoniu. Spotkanie miało na celu podniesienie świadomości młodzieży w zakresie zagrożeń wynikających z używania nowoczesnych metod dostarczania nikotyny, takich jak e-papierosy, podgrzewacze tytoniu czy woreczki nikotynowe. Podczas prelekcji szczegółowo omówiono następujące zagadnienia:

- **Wpływ tytoniu na zdrowie** - przedstawiono destrukcyjne skutki palenia tradycyjnych papierosów oraz e-papierosów na młodych, wciąż rozwijający się organizm.

- **Mechanizm uzależnienia** - zwrócono uwagę na to, jak szybko i niepostrzeżenie dochodzi do rozwoju nałogu oraz z jakimi konsekwencjami społecznymi i zdrowotnymi wiąże się utrata kontroli nad własnymi wyborami.
- **Metody marketingowe** – stosowanie różnych metod manipulacji przez producentów nowatorskich wyrobów nikotynowych, w celu pozyskania jak najwięcej klientów - m.in. atrakcyjne smaki, kolorowe opakowania.

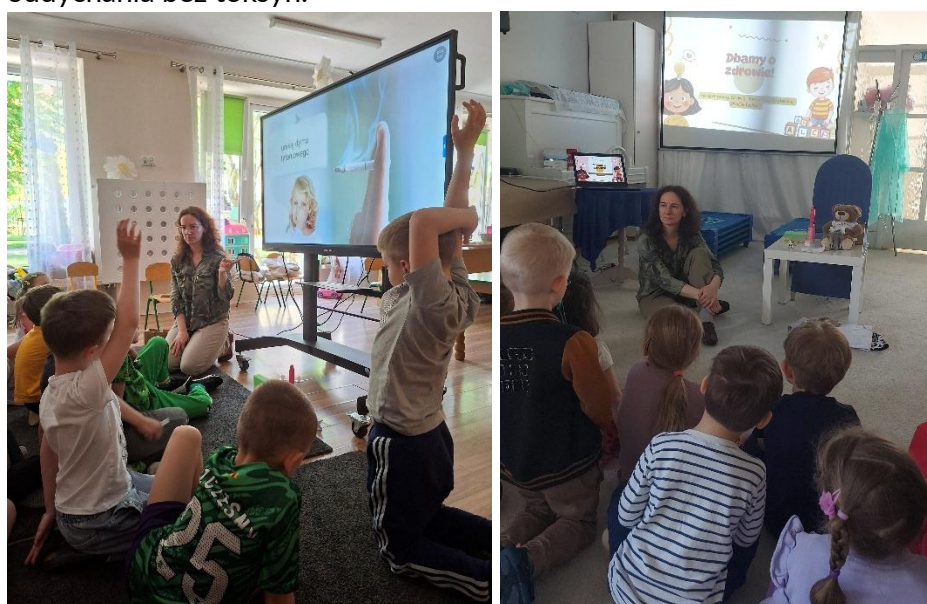
Ważnym elementem spotkania były warsztaty praktyczne, podczas których uczniowie mogli skorzystać z alko- oraz narkogogli. Symulacja stanu odurzenia substancjami psychoaktywnymi pozwoliła młodym ludziom na własne oczy przekonać się, jak drastycznie spadają koordynacja ruchowa, czas reakcji oraz zdolność realnej oceny sytuacji pod wpływem używek.





PSSE w Tychach

W tyskich placówkach - Przedszkolu nr 11 im. Jana Brzechwy oraz w Akademii Przedszkolaka przeprowadzono zajęcia profilaktyczne poświęcone tematyce biernego palenia. Choć problem palenia dotyczy dorosłych, to dzieci najgłośniej protestują przeciwko duszącemu dymowi. Przedszkolaki dowiedziały się jak dbać o swoje zdrowie i asertywnie bronić prawa do oddychania bez toksyn.



Kolejne działania edukacyjne przeprowadzono z seniorami z Powiatowego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Mikołowie. Omówiono destrukcyjny wpływ palenia tradycyjnych wyrobów tytoniowych na organizm człowieka. Słuchacze mieli okazję dokładnie poznać biologiczne i psychologiczne mechanizmy uzależnienia od nikotyny oraz realne zagrożenia wynikające z biernego palenia, które wciąż pozostaje bagatelizowanym problemem społecznym. Uwagę poświęcono także dynamicznie rosnącemu rynkowi nowatorskich wyrobów tytoniowych. Obalono popularne mity, wyjaśniając, dlaczego nowoczesne e-papierosy oraz podgrzewacze tytoniu nie są obojętne dla zdrowia. Podkreślano, że alternatywne formy dostarczania nikotyny stanowią poważne zagrożenie dla układu krążenia i oddechowego, przez co w żadnym wypadku nie mogą być traktowane jako bezpieczny zamiennik tradycyjnego nałogu.



Na zaproszenie dyrekcji Przedszkola nr 9 im. Pluszowego Misia w Tychach pracownicy Promocji Zdrowia wzięli udział w Dniu Bezpieczeństwa. Dzieci miały okazję poznać zasady bezpieczeństwa, z bliska zobaczyć pracę służb oraz uczestniczyć w wielu atrakcjach. Na stoisku PSSE w Tychach dzieci poznały bohatera Dinka, który uczy asertywnego odmawiania, gdy w ich towarzystwie ktoś pali papierosy. Najmłodszy rozwiązywali zagadki, rebusy, wypełniali kolorowanki i karty pracy. Rodzice z kolei mieli okazję zabrać ze sobą materiały profilaktyczne m.in. dotyczące zagrożeń płynących z palenia tradycyjnych papierosów, jak i elektronicznych.



PSSE w Katowicach

Promocję zdrowego stylu życia poprzez nieużywanie wyrobów nikotynowych w żadnej postaci prowadzono podczas organizowanych i współorganizowanych przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Katowicach majowych akcji profilaktycznych, m.in. „Tydzień Profilaktyki” w VII Liceum Ogólnokształcącym w Katowicach, „X Piknik Zdrowia w ramach Dnia Pacjentów Szpitali Powiatowych” w Parku Pszczelnik w Siemianowicach Śląskich, „2 Dni dla Zdrowia” na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach. Wiele osób odwiedzających nasze stoisko skorzystało z badania smokerlyzerem, dzięki czemu sprawdziły

poziom tlenku węgla w wydychanym powietrzu. Osoby palące zachęcano do zaprzestania palenia. Zwracano uwagę na szkodliwość nowatorskich wyrobów tytoniowych i nikotynowych. Prowadzono prelekcje dla młodzieży, podczas których omówiono prezentację „Nowe formy – stare pułapki”, dotyczącą następstw zdrowotnych, społecznych i ekonomicznych wynikających z palenia tradycyjnych papierosów i nowatorskich wyrobów tytoniowych oraz technik marketingowych skierowanych do młodych ludzi. W sumie w akcjach wzięło udział około 1 000 osób.



PSSE w Chorzowie

Z okazji Światowego Dnia Bez Tytoniu, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej w Chorzowie przeprowadzili w ostatnim czasie szereg akcji nawiązujących do profilaktyki palenia tytoniu oraz zażywania innych substancji psychoaktywnych. Podczas festynów i akcji profilaktycznych organizowanych w placówkach oświatowych na terenie miasta Chorzowa i Świętochłowic zwracano szczególną uwagę młodzieży na niebezpieczeństwo związane z używaniem tradycyjnych papierosów i e-papierosów. Tegorocznym obchodom Światowego Dnia bez Tytoniu towarzyszyło hasło przewodnie „Zdemaskować atrakcyjność: ujawnienie taktyk przemysłu tytoniowego i nikotynowego” dlatego podczas zajęć i rozmów szczególną uwagę zwrócono na obalanie mitów na temat nieszkodliwości e-papierosów i podgrzewczy tytoniu. Podczas rozmów z uczniami omówiliśmy, jak palenie wpływa na zdrowie, jak rodzi się uzależnienie oraz jakie praktyki stosuje przemysł tytoniowy, aby przyciągnąć nowych, młodych odbiorców swoich produktów. Wszystkich palaczy zachęcano do podjęcia prób zerwania z nałogiem, rozdawano ulotki z danymi do Telefonicznej Poradni Pomocy Palącym oraz informacjami jak skutecznie rzucić palenie. Chętnym osobom wykonywano pomiary tlenu węgla w wydychanym powietrzu co uświadamiało palaczom jaki wpływ na ich organizm ma palenie. Podczas festynów szkolnych oraz ogólnopolskiej akcji „Badamy nie tylko mamy” dużym zainteresowaniem cieszyły się symulatory zażywania środków psychoaktywnych narko- i alkoholowe.



PSSE w Gliwicach

Z okazji majowych obchodów Światowego Dnia bez Tytoniu, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gliwicach przeprowadzili różnorodne działania edukacyjne skierowane zarówno do młodzieży, jak i do mieszkańców lokalnej społeczności.



Ważnym elementem działań była współpraca z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną w Gliwicach, partnerem akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia.

19 i 27 maja zorganizowano spotkania dla młodzieży w formie wykładów połączonych z warsztatami. Młodzież mogła zobaczyć, jak działają substancje psychoaktywne, korzystając z narko- i alkoholgli. Zajęcia wzbudziły duże zainteresowanie i pomogły lepiej zrozumieć skutki uzależnień, w tym także palenia papierosów. Pracownicy PSSE w Gliwicach byli obecni także podczas wydarzeń plenerowych. Już 11 maja wzięli udział w Tygodniu Bezpieczeństwa na Politechnice Śląskiej, gdzie rozmawiali ze studentami i pracownikami uczelni o zasadach zdrowego stylu życia. Z kolei 17 maja uczestniczyli w 9. Biegu Oko w oko z rakiem, przypominając o znaczeniu profilaktyki oraz ograniczania palenia tytoniu jako jednego z głównych czynników ryzyka wielu chorób.





Działania szczególnie zintensyfikowano tuż przed samym świętem. 29 maja przeprowadzono dwie inicjatywy. W Gliwicach, podczas festynu rodzinnego organizowanego przez Radę Dzielnicy Obrońców Pokoju, spotkano się z mieszkańcami, prowadzono rozmowy profilaktyczne, rozdawano materiały informacyjno-edukacyjne i zachęcano do życia bez tytoniu. Tego samego dnia działania profilaktyczne przeprowadzono również w Szkole Podstawowej nr 6 w Zabrze, obejmując nimi uczniów, nauczycieli i rodziców. Wszystkie podjęte inicjatywy łączył wspólny cel – zwiększenie świadomości na temat szkodliwości palenia oraz promocja zdrowego, wolnego od tytoniu stylu życia.

PSSE w Częstochowie

W związku z obchodami Światowego Dnia Bez Tytoniu odbyły się spotkania z przedstawicielami szkół, podczas których omówiono działania profilaktyczne związane z przeciwdziałaniem paleniu tytoniu oraz promowaniem zdrowego stylu życia wśród dzieci i młodzieży. Szkoły aktywnie włączyły się w obchody, organizując liczne wydarzenia edukacyjne i profilaktyczne. Przeprowadzono m.in. pogadanki, warsztaty, konkursy plastyczne i wiedzy, przedstawienia oraz akcje informacyjne dotyczące szkodliwości palenia tytoniu i używania wyrobów nikotynowych. Uczniowie uczestniczyli również w działaniach promujących zdrowe nawyki i aktywność fizyczną. Podczas spotkań podkreślono znaczenie edukacji zdrowotnej oraz konieczność kontynuowania działań profilaktycznych skierowanych do dzieci, młodzieży i ich rodziców. Uczestnicy wymienili się doświadczeniami oraz dobrymi praktykami w zakresie promocji zdrowia i zapobiegania uzależnieniom.



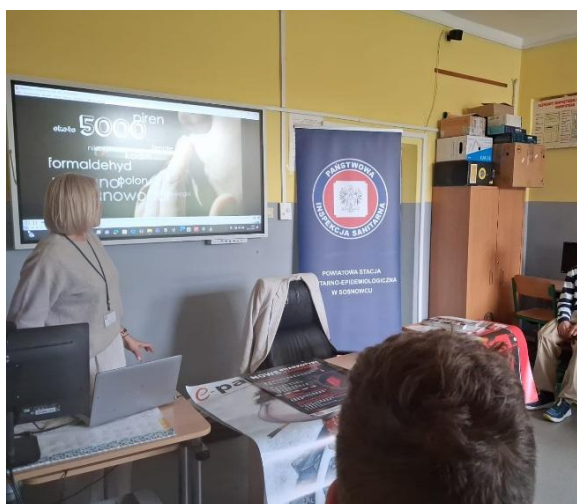
PSSE w Zawierciu

Podczas obchodów Światowego Dnia Bez Tytoniu, skupiono się na demaskowaniu manipulacji stosowanych przez przemysł tytoniowy i nikotynowy. W ramach kampanii pracownik PSSE w Zawierciu prowadził działania edukacyjne, podkreślając szkodliwość e-papierosów i innych wyrobów nikotynowych. W szkołach podstawowych i ponadpodstawowych odbyły się warsztaty i prelekcje podczas których, omawiano wpływ nikotyny na zdrowie młodzieży oraz mechanizmy uzależnienia. W tym roku zwracamy szczególną uwagę na e-papierosy i inne nowatorskie wyroby nikotynowe. Choć często promowane są jako „modne” i „bezpieczniejsze”, badania pokazują, że są one silnie uzależniające i mogą prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych, zwłaszcza wśród młodzieży.



PSSE w Sosnowcu

Pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej przeprowadzili prelekcje edukacyjne dla uczniów kilku klas, podczas których omówiono skalę problemu używania tytoniu. Z okazji Światowego Dnia bez Tytoniu prelekcja odbyła się w Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 5 w Sosnowcu. Podczas zajęć zwrócono uwagę nie tylko na zdrowotne konsekwencje palenia, ale również na jego skutki społeczne i ekonomiczne. Szczególny nacisk położono na temat nowych wyrobów nikotynowych, wpisując działania w ogólnopolską kampanię edukacyjną „Nowe formy – stare pułapki”. Uczniowie zostali zapoznani z zagrożeniami wynikającymi z używania: e-papierosów, saszetek nikotynowych, wyrobów tytoniowych podgrzewanych. Podkreślono, że produkty te – często błędnie postrzegane jako mniej szkodliwe – zawierają nikotynę o silnym potencjale uzależniającym oraz szkodliwe substancje chemiczne. Zwrócono również uwagę na rosnącą popularność tych wyrobów wśród dzieci i młodzieży oraz wpływ mediów społecznościowych i działań marketingowych na ich wybory. Omówiono mechanizmy uzależnienia od nikotyny oraz czynniki sprzyjające sięganiu po wyroby nikotynowe, takie jak presja rówieśnicza, potrzeba akceptacji w grupie czy błędne przekonania dotyczące bezpieczeństwa nowych produktów. Uczniowie mieli także możliwość zdobycia wiedzy na temat konsekwencji zdrowotnych palenia oraz korzyści wynikających z jego zaprzestania.



PSSE w Bytomiu

W ramach obchodów Światowego Dnia Bez Tytoniu oraz realizacji wojewódzkiej akcji profilaktycznej Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia, pracownicy PSSE w Bytomiu aktywnie uczestniczyli w licznych działaniach edukacyjnych i profilaktycznych skierowanych do dzieci, młodzieży oraz mieszkańców regionu. Przeprowadzono warsztaty i spotkania profilaktyczne w: Szkole Podstawowej nr 13 z Oddziałami Integracyjnymi w Tarnowskich Górach, IV Liceum Ogólnokształcące im. Bolesława Chrobrego w Bytomiu, Zespole Szkół Chemiczno-Medycznych i Ogólnokształcących w Tarnowskich Górach.

Podczas zajęć poruszano tematykę szkodliwości palenia tytoniu i używania wyrobów nikotynowych, a także zagrożeń związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, w tym nowych narkotyków. Uczestnicy mieli okazję poszerzyć swoją wiedzę na temat wpływu tych substancji na zdrowie oraz poznać sposoby unikania zachowań ryzykownych. W trakcie spotkań przeprowadzono testy z użyciem alko- i narkogogli. Uczestnicy wykonywali zadania wymagające koncentracji i koordynacji ruchowej, co umożliwiło zobrazowanie trudności, z jakimi mierzą się osoby będące pod wpływem alkoholu lub substancji psychoaktywnych.



Pracownicy PSSE w Bytomiu aktywnie włączyli się również w działania skierowane do lokalnej społeczności, uczestnicząc zarówno w akcji profilaktycznej „Badamy nie tylko mamy” przed Urzędem Miasta w Piekarach Śląskich oraz w Wiosennym Pikniku Rodzinnym

zorganizowanym przez Przedszkole Miejskie nr 2 w Bytomiu. Podczas obu wydarzeń prowadzono działania edukacyjne promujące zdrowy styl życia, zapobieganie uzależnieniom. Na przygotowanych stoiskach informacyjno-edukacyjnych uczestnicy mogli skorzystać z pomiaru stężenia tlenu węgla w wydychanym powietrzu, który obrazował wpływ palenia tytoniu na funkcjonowanie organizmu. Dużym zainteresowaniem cieszyły się również testy z wykorzystaniem alko- i narkogogli, pozwalające doświadczyć zaburzeń percepcji oraz koordynacji ruchowej występujących pod wpływem alkoholu i substancji psychoaktywnych. Dodatkową atrakcją było interaktywne koło wiedzy zawierające pytania dotyczące zdrowia, profilaktyki uzależnień oraz zasad zdrowego stylu życia, które zachęcało uczestników do aktywnego zdobywania wiedzy. Dzieci, młodzież i dorośli uczestniczyli w rozmowach edukacyjnych oraz mogli zapoznać się z materiałami informacyjnymi dotyczącymi zagrożeń związanych z używaniem wyrobów tytoniowych, e-papierosów oraz nowych substancji psychoaktywnych. Ku przestrodze osób dorosłych prezentowano również współczesne zamienniki tradycyjnych wyrobów tytoniowych, takie jak e-papierosy, podgrzewacze tytoniu oraz saszetki nikotynowe. Podczas rozmów zwracano uwagę na ich skład, potencjalne skutki zdrowotne oraz ryzyko uzależnienia od nikotyny, podkreślając, że produkty te nie są obojętne dla zdrowia i nie powinny być postrzegane jako całkowicie bezpieczna alternatywa dla palenia tytoniu. Realizowane działania stanowiły ważny element promocji zdrowia i profilaktyki uzależnień, przyczyniając się do zwiększania świadomości społecznej oraz wzmacniania postaw sprzyjających zachowaniu zdrowia i bezpieczeństwa.

PSSE w Kłobucku

W dniu 27 maja, w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Kamyku przeprowadzono działania informacyjno-edukacyjne w ramach Światowego Dnia bez Tytoniu.

Inicjatywa ta miała na celu nie tylko zwiększenie świadomości społecznej na temat szkodliwości palenia, ale także realne wsparcie osób, które chcą zerwać z nałogiem.

W ramach tegorocznych obchodów zarówno w przestrzeni publicznej, jak i w mediach społecznościowych omawiano skutki zdrowotne używania tytoniu oraz nowoczesnych produktów nikotynowych, takich jak e-papierosy czy podgrzewacze tytoniu.





PSSE w Myszkowie

27 maja w Oddziale Przedszkolnym przy Szkole Podstawowej w Łutowcu przeprowadzone zostały zajęcia edukacyjno-profilaktyczne zorganizowane z okazji zbliżającego się Światowego Dnia Bez Tytoniu. Głównym celem inicjatywy było kształtowanie u najmłodszych uczniów zdrowych nawyków higieniczno-zdrowotnych, promowanie aktywnego stylu życia oraz uświadomienie im znaczenia czystego powietrza dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Podczas spotkania dzieci miały okazję uczestniczyć w zróżnicowanych aktywnościach dostosowanych do ich wieku i możliwości percepcyjnych. W ramach edukacji przez zabawę przedszkolaki dowiedziały się, jak dym tytoniowy wpływa na środowisko oraz zdrowie ludzi, a także uczyły się asertywnej postawy i unikania miejsc, w których mogą być narażone na bierne palenie. W części warsztatowej dzieci aktywnie wskazywały czynniki sprzyjające zdrowiu, takie jak ruch na świeżym powietrzu oraz prawidłowe odżywianie, co pozwoliło na utrwalenie zdobytej wiedzy w praktyce. Podopieczni wykazali się dużym zaangażowaniem, empatią i ciekawością, a przeprowadzone zajęcia stanowiły ważny element realizowanego w placówce programu profilaktycznego.



PSSE w Raciborzu

23 maja, pracownicy Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Raciborzu uczestniczyli w VII Raciborskim Festiwalu Gamingowym, który odbył się na Zamku Piastowskim w Raciborzu. Szczególne miejsce wśród realizowanych działań zajęły obchody Światowego Dnia bez Tytoniu, przypadającego corocznie 31 maja. Inicjatywa była okazją do zwrócenia uwagi na zagrożenia zdrowotne wynikające z używania wyrobów tytoniowych i nikotynowych, w tym papierosów tradycyjnych, e-papierosów oraz innych produktów zawierających nikotynę. Pracownicy stacji prowadzili rozmowy edukacyjne dotyczące wpływu palenia na zdrowie człowieka, korzyści płynących z zaprzestania używania tytoniu oraz znaczenia podejmowania świadomych i odpowiedzialnych wyborów zdrowotnych. Dużym zainteresowaniem cieszyła się możliwość wykonania pomiaru przy użyciu smokerlyzera – urządzenia służącego do określania poziomu tlenu węgla w wydychanym powietrzu.

Istotnym elementem obecności Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Raciborzu na festiwalu była również realizacja wojewódzkiej kampanii informacyjno-edukacyjnej Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia, której celem jest zwiększanie świadomości społecznej na temat zagrożeń związanych z używaniem substancji psychoaktywnych.

Szczególnym zainteresowaniem odwiedzających cieszyły się alkogogle i narkogogle, które umożliwiały doświadczenie zaburzeń percepcji, koordynacji ruchowej oraz oceny sytuacji występujących pod wpływem alkoholu i substancji psychoaktywnych.

Oprócz działań związanych z profilaktyką uzależnień, na stoisku poruszano również tematykę kleszczochrony, szczepień ochronnych oraz zasad zdrowego stylu życia. Na uczestników czekały liczne quizy, krzyżówki, zadania edukacyjne i aktywności profilaktyczne, które w atrakcyjny sposób promowały wiedzę na temat zdrowia.



W związku z obchodami Światowego Dnia bez Tytoniu, przypadającego corocznie 31 maja, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Raciborzu przeprowadzili działania edukacyjno-profilaktyczne w Zakładzie Poprawczym i Schronisku dla Nieletnich w Raciborzu. Celem spotkania było zwiększenie świadomości młodzieży na temat zagrożeń zdrowotnych wynikających z używania wyrobów tytoniowych i nikotynowych oraz promowanie postaw sprzyjających ochronie zdrowia. Podczas zajęć poruszono temat wpływu palenia tytoniu na organizm człowieka, zwracając szczególną uwagę na konsekwencje zdrowotne związane z używaniem papierosów tradycyjnych, e-papierosów oraz innych produktów zawierających nikotynę. Uczestnicy mieli okazję poznać mechanizmy uzależnienia od nikotyny, skutki długotrwałego palenia oraz korzyści wynikające z ograniczenia lub całkowitego zaprzestania używania wyrobów tytoniowych. Istotnym elementem spotkania były rozmowy edukacyjne dotyczące profilaktyki chorób odtytoniowych oraz znaczenia podejmowania świadomych i odpowiedzialnych decyzji zdrowotnych. Wychowankowie aktywnie uczestniczyli w dyskusjach, dzieląc się swoimi spostrzeżeniami związanymi z tematyką uzależnień. Dużym zainteresowaniem uczestników cieszyła się możliwość wykonania pomiaru przy użyciu smokerlyzera. Badanie pozwoliło w praktyczny sposób zobrazować wpływ palenia na organizm oraz stało się punktem wyjścia do rozmów na temat korzyści zdrowotnych wynikających z rzucenia palenia. Dla wielu uczestników możliwość uzyskania natychmiastowego wyniku stanowiła cenne doświadczenie i zachętę do refleksji nad własnymi wyborami zdrowotnymi.



PSSE w Wodzisławiu Śląskim

23 maja pracownicy PSSE w Wodzisławiu Śląskim uczestniczyli w Powiatowym Festiwalu Kultury w Wodzisławiu Śląskim oraz akcji profilaktycznej „Badamy Nie Tylko Mamy” w Jastrzębiu-Zdroju. Głównym celem akcji były działania edukacyjne i propagowanie zdrowego stylu życia w tym nagłośnienie szkodliwości palenia tytoniu w związku ze zbliżającym się Światowym Dniem bez Tytoniu. Na stoisku promocji zdrowia poruszano tematykę konsekwencji związanych z zażywaniem substancji psychoaktywnych. Dużym zainteresowaniem cieszyła się próba sprawności psychomotorycznej przy użyciu narko- oraz alkoholgli. Dla dzieci przygotowano kolorowanki, rebusy, quizy oraz zabawy zachęcające do aktywności fizycznej. 7 maja w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 2 w Wodzisławiu Śląskim oraz 21 maja w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 4 w Wodzisławiu Śląskim przeprowadzono akcję profilaktyczną "Szkoła wolna od nikotyny" w związku z narastającym problem stosowania przez młodzież e-papierosów. Podczas edukacji antytytoniowej zwrócono uwagę przede wszystkim na skutki palenia, takie jak: zawroty głowy, suchy kaszel, bezsenność, podrażnienia górnych dróg oddechowych, bóle brzucha czy nudności. Przedstawiciele PSSE

w Wodzisławiu Śląskim wyjaśnili, że każdy z nas jest odpowiedzialny za własne zdrowie i opowiedzieli o wyborach, które mogą mieć wpływ na dalsze życie.



PSSE w Dąbrowie Górniczej

W ramach obchodów Światowego Dnia bez Tytoniu przeprowadzono szereg działań edukacyjnych i profilaktycznych mających na celu promowanie zdrowego stylu życia oraz zwiększanie świadomości na temat szkodliwości palenia tytoniu i używania wyrobów nikotynowych. Zorganizowano zajęcia edukacyjne, prelekcje i warsztaty skierowane do dzieci, młodzieży oraz osób dorosłych. Podczas spotkań omawiano wpływ palenia na zdrowie człowieka, konsekwencje uzależnienia od nikotyny oraz sposoby dbania o zdrowie i kondycję. W ramach obchodów odbyły się również różnorodne wydarzenia i akcje profilaktyczne, kampanie informacyjne oraz eventy promujące aktywny i zdrowy tryb życia. Uczestnicy mieli możliwość udziału w dyskusjach oraz wspólnego promowania postaw prozdrowotnych i życia wolnego od tytoniu.





PSSE w Rudzie Śląskiej

W maju, w związku ze Światowym Dniem Bez Tytoniu, prowadziliśmy szereg działań edukacyjnych i profilaktycznych promujących zdrowy styl życia oraz zwiększających świadomość na temat szkodliwości papierosów, e-papierosów i woreczków nikotynowych. Spotkania z uczniami odbyły się w Szkole Podstawowej nr 2 oraz Zespole Szkół nr 4, gdzie poruszano temat wpływu nikotyny na zdrowie oraz konsekwencji wynikających z używania wyrobów nikotynowych. Dodatkowo pracownicy promocji zdrowia uczestniczyli w wydarzeniach lokalnych, organizując stanowiska edukacyjne podczas Festynu Rodzin i Rodzin Zastępczych w Centrum Usług Społecznych oraz festynów w Szkole Podstawowej nr 27 i Szkole Podstawowej nr 40. Łącznie działania profilaktyczne i edukacyjne objęły ponad 1 600 osób, co pozwoliło dotrzeć z przekazem prozdrowotnym do szerokiego grona dzieci, młodzieży i dorosłych.



PSSE w Rybniku

Przełom maja i czerwca to kolejny okres wzmożonych działań edukacyjnych związanych z obchodami Światowego Dnia Bez Tytoniu. Z tej okazji zwracaliśmy uwagę społeczeństwa na profilaktykę antytytoniową włączając się w kampanię Głównego Inspektora Sanitarnego „Nowe formy – stare pułapki”, przygotowaną specjalnie na tę okazję.

Wszystkie placówki oświatowe zostały wyposażone w materiały edukacyjno-informacyjne skierowane do uczniów, rodziców oraz nauczycieli.

Dzięki zaangażowaniu środowisk szkolnych oraz pracowników Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku udało się przeprowadzić 16 pogadanek w czterech szkołach podstawowych, w których uczestniczyło ponad 340 uczniów. Spotkania odbyły się w Szkole Podstawowej nr 9 w Rybniku, w Szkole Podstawowej nr 3 w Żorach, w Szkole Podstawowej w Stanowicach, w Szkole Podstawowej nr 17 w Żorach.

21 maja uczestniczyliśmy również w Festiwalu Nauki, który odbył się na rybnickim Kampusie. Wśród licznych atrakcji zwracaliśmy uwagę uczestników na tematy dotyczące zdrowego stylu życia. Chętni - których tego dnia nie brakowało - mogli również sprawdzić się w różnych zadaniach i ćwiczeniach ruchowych. Festiwal był także okazją do promowania kampanii informacyjno-edukacyjnej dotyczącej szkodliwości palenia papierosów tradycyjnych, e-papierosów oraz używania narkotyków. Pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej PSSE w Rybniku przekazywali rzetelną wiedzę na temat negatywnych skutków zdrowotnych palenia wyrobów tytoniowych, które są jednym z największych zagrożeń zdrowotnych w świecie prowadzących m.in. do chorób układu krążenia, nowotworów – zwłaszcza raka płuc – oraz przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (POChP).



PSSE w Lublińcu

Z okazji Światowego Dnia bez Tytoniu przedstawiciel Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Lublińcu przeprowadził działania edukacyjne „Nowe formy – Stare pułapki. Życie bez nikotyny – wybór, który się opłaca” wśród uczniów szkół podstawowych w Koszęcinie i Kochanowicach oraz w Zespole Szkół Zawodowych w Lublińcu. Celem zajęć było zwiększenie wiedzy uczniów o zagrożeniach związanych z używaniem papierosów tradycyjnych, e- papierosów i innych produktów z nikotyną oraz uświadomienie manipulacji stosowanych przez firmy produkujące papierosy wobec młodych ludzi. Podczas lekcji rozmawialiśmy o przepisach prawnych i regulacjach w zakresie wyrobów tytoniowych, przyczynach stosowania e-papierów przez młodzież oraz o alternatywnych sposobach regulacji emocji. Spotkanie było również okazją do skorzystania z badania pomiaru poziomu tlenu węgla w organizmie oraz ćwiczeń w alko- i narkogoglach.



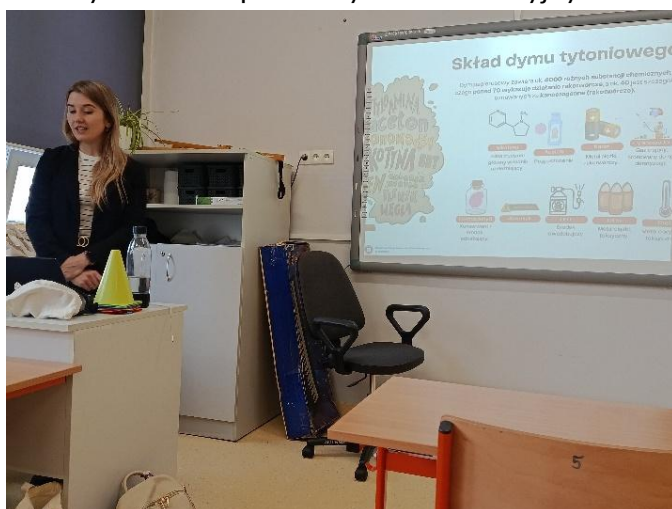


PSSE w Jaworznie

W związku z obchodami Światowego Dnia Bez Tytoniu pracownik Promocji Zdrowia PSSE w Jaworznie przeprowadził cykl spotkań edukacyjnych w przedszkolach, szkołach podstawowych oraz ponadpodstawowych na terenie miasta.

Podczas zajęć z najmłodszymi dziećmi poruszano temat szkodliwości biernego palenia oraz znaczenia czystego powietrza dla zdrowia. Starsi uczniowie uczestniczyli w prelekcjach dotyczących negatywnego wpływu wyrobów nikotynowych na zdrowie, mechanizmów uzależnienia oraz metod marketingowych i technik manipulacji stosowanych przez branżę nikotynową w celu pozyskiwania nowych użytkowników.

Dodatkowo pracownicy wzięli udział w Pikniku Rodzinnym organizowanym przez Szkołę Podstawową nr 5 w Jaworznie. Podczas wydarzenia prowadzono działania edukacyjne promujące zdrowy styl życia oraz profilaktykę uzależnień, angażując dzieci, młodzież i ich rodziny do zabaw profilaktyczno-edukacyjnych.



PSSE w Cieszynie

Z okazji obchodów Światowego Dnia Bez Tytoniu oraz w ramach antytytoniowych programów edukacyjnych „Bieg po zdrowie” i „Czyste Powietrze wokół nas” po raz kolejny zorganizowano konkurs plastyczny pod hasłem „Każdy papieros niszczy Twoje zdrowie”. W wydarzeniu tym udział wzięli uczniowie szkół podstawowych oraz dzieci przedszkolne z powiatu cieszyńskiego, którzy z ogromnym zaangażowaniem i twórczą energią prezentowali swoje kolorowe i oryginalne prace. Do konkursu zgłoszono łącznie aż 119 prac, reprezentujących 9 przedszkoli i 9 szkół podstawowych, co świadczy o silnym zaangażowaniu i chęci promowania zdrowego trybu życia już od najmłodszych lat.

28 maja odwiedziliśmy Szkołę Podstawową im. Tadeusza Kościuszki w Górkach Wielkich, biorąc udział w obchodach Światowego Dnia Bez Tytoniu. Zorganizowaliśmy antytytoniowy punkt informacyjno-edukacyjny, gdzie zaprezentowano plakaty autorstwa Andrzeja Pągowskiego. Podczas zajęć z uczniami poruszaliśmy temat szkodliwości palenia papierosów.



PSSE w Bielsku-Białej

29 maja, pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bielsku-Białej uczestniczyli w Pikniku Naukowym zorganizowanym na terenie Miejskiej Biblioteki Publicznej w Czechowicach-Dziedzicach w ramach XXVI Beskidzkiego Festiwalu Nauki i Sztuki.

Wydarzenie odbywało się pod hasłem „Nauka bez fejków – nie daj się oszukać!”.

Podczas imprezy funkcjonowało stoisko promocyjno-edukacyjne PSSE w Bielsku-Białej, na którym prowadzono działania informacyjno-edukacyjne związane z profilaktyką uzależnień. Uczestnicy mogli uzyskać informacje dotyczące zdrowotnych skutków używania wyrobów tytoniowych i nikotynowych, zapoznać się z materiałami edukacyjnymi oraz sprawdzić swoją wiedzę na temat zdrowego stylu życia.

Wydarzenie stanowiło doskonałą okazję do bezpośredniego kontaktu z mieszkańcami, promowania postaw prozdrowotnych oraz zwiększania świadomości na temat zagrożeń

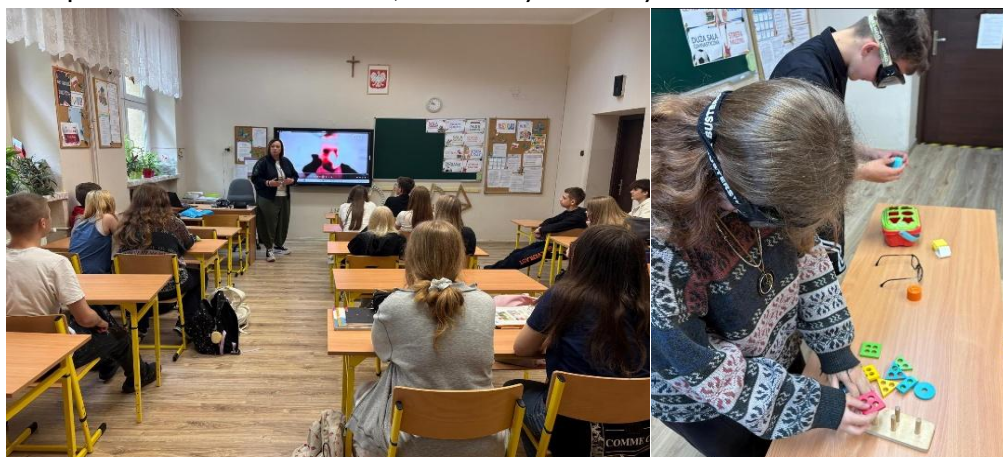
wynikających z używania tytoniu i nikotyny. Stoisko cieszyło się dużym zainteresowaniem zarówno wśród dzieci i młodzieży, jak i osób dorosłych.



Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia

PSSE w Dąbrowie Górniczej

W maju realizowano działania edukacyjne dotyczące profilaktyki uzależnień oraz zagrożeń wynikających z używania nowych substancji psychoaktywnych. Spotkania i warsztaty skierowane były do różnych grup wiekowych, ze szczególnym uwzględnieniem młodzieży szkolnej. Podczas zajęć poruszano tematykę wpływu narkotyków na zdrowie fizyczne oraz psychiczne, konsekwencji społecznych związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, a także sposobów radzenia sobie z presją rówieśniczą. Uczestnicy mieli możliwość zdobycia wiedzy na temat rozpoznawania zagrożeń oraz miejsc, w których można uzyskać pomoc i wsparcie. Celem prowadzonych działań było zwiększenie świadomości społecznej, promowanie zdrowego stylu życia oraz wzmacnianie postaw odpowiedzialności i bezpieczeństwa wśród dzieci, młodzieży i dorosłych.





PSSE w Myszkowie

W Szkole Podstawowej nr 2 w Myszkowie zorganizowano Dzień Bezpieczeństwa, w ramach którego uczniowie klas VI i VII wzięli udział w specjalistycznych zajęciach profilaktyczno-edukacyjnych. Głównym celem inicjatywy było podniesienie świadomości młodzieży w zakresie bezpiecznych zachowań, odpowiedzialności za zdrowie własne oraz innych, a także przeciwdziałania współczesnym zagrożeniom. Wydarzenie zostało podzielone na dwie uzupełniające się części: prelekcję teoretyczną oraz warsztaty praktyczne. Podczas wykładu zostały omówione najważniejsze zasady bezpieczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki uzależnień oraz wpływu substancji psychoaktywnych na percepcję i czas reakcji człowieka. Kluczowym elementem części warsztatowej były testy z wykorzystaniem narkogogli. Uczniowie mieli możliwość założyć specjalne okulary, które symulują stan odurzenia substancjami zabronionymi, powodując zaburzenia równowagi, zniekształcenie pola widzenia, podwójne widzenie oraz spowolnienie czasu reakcji. W tych warunkach młodzież wykonywała proste zadania ruchowe, takie jak marsz po linii czy omijanie przeszkód. Praktyczne ćwiczenie pozwoliło uczniom na własnej skórze przekonać się, jak niebezpieczne jest zażywanie środków odurzających i jak dramatycznie wpływają one na zdolność oceny sytuacji. Zajęcia spotkały się z dużym zainteresowaniem i zaangażowaniem ze strony siódmo- i szóstoklasistów. Przeprowadzony Dzień Bezpieczeństwa stanowił istotny element realizacji szkolnego programu profilaktyczno-wychowawczego placówki.



PSSE w Częstochowie

W ostatnich miesiącach w ramach akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia odwiedziliśmy wiele szkół, gdzie przeprowadziliśmy szereg zajęć edukacyjnych i warsztatowych skierowanych do młodzieży. Spotkania miały charakter zarówno merytoryczny, jak i praktyczny, dzięki czemu uczestnicy mogli nie tylko zdobyć wiedzę na temat współczesnych zagrożeń związanych z używkami, ale również nauczyć się rozpoznawania niebezpiecznych sytuacji oraz odpowiedzialnego podejmowania decyzji.

Podczas zajęć praktycznych z użyciem alko- oraz narkogoogli, uczniowie w przystępny i angażujący sposób mogli przećwiczyć jak substancje psychoaktywne wpływają na percepcję i koordynację ruchową.

Spotkania cieszyły się z dużym zainteresowaniem i bardzo pozytywnym odbiorem zarówno ze strony młodzieży, jak i nauczycieli. Uczestnicy podkreślali, że warsztaty pomogły im lepiej zrozumieć mechanizmy uzależnień, zwiększyły świadomość zagrożeń oraz pokazały, gdzie szukać pomocy i wsparcia w trudnych sytuacjach. Ważnym elementem była również nauka

budowania postaw opartych na odpowiedzialności, asertywności i trosce o własne bezpieczeństwo.





Nasza obecność nie ograniczała się wyłącznie do szkół. Braliśmy również udział w różnego rodzaju wydarzeniach lokalnych, festynach i inicjatywach społecznych, podczas których prowadziliśmy działania informacyjne i profilaktyczne dla dzieci, młodzieży oraz rodziców. Była to doskonała okazja do rozmów, wymiany doświadczeń i promowania zdrowego stylu życia wolnego od uzależnień.



PSSE w Jaworznie

W ramach działań z zakresu profilaktyki stosowania środków i substancji psychoaktywnych pracownik Promocji Zdrowia PSSE w Jaworznie prowadził warsztaty edukacyjne dla uczniów klas VII i VIII szkół podstawowych oraz młodzieży ze szkół ponadpodstawowych. Ważnym elementem działań były także wspólne prelekcje prowadzone wraz z funkcjonariuszem Komendy Miejskiej Policji w Jaworznie. Podczas spotkań omawiano skutki zdrowotne używania substancji psychoaktywnych, ryzyko uzależnienia oraz konsekwencje prawne i odpowiedzialność karną związaną z ich posiadaniem i używaniem.

Działania profilaktyczne realizowano również podczas Jaworznickich Dni Bezpieczeństwa oraz Dni Otwartych Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Jaworznie. Uczestnicy wydarzeń mogli skorzystać ze stoisk edukacyjnych, porozmawiać o zagrożeniach związanych z używaniem substancji psychoaktywnych oraz sprawdzić swoje możliwości koordynacyjne podczas wykonywania zadań w narkogoglach i alkogoglach.



PSSE w Tychach

Pracownicy Promocji Zdrowia przeprowadzili zajęcia w ósmej klasie Szkoły Podstawowej im. Adam Mickiewicza w Kobielicach. Tematyka warsztatów dotyczyła zagrożeń związanych ze szkodliwością używania substancji psychoaktywnych. Uczniów zapoznano z mechanizmem uzależnienia, konsekwencjami zdrowotnymi wynikającymi z przyjmowania środków psychoaktywnych oraz omówiono czynniki chroniące przed wchodzeniem w zachowania ryzykowne. Młodzież miała możliwość wykonania ćwiczeń w alko- i narkogoglach, które symulują zaburzenia równowagi, dezorientację, zaburzenia percepcji oraz zniekształcają obraz.



PSSE w Kłobucku

Jedną z podejmowanych inicjatyw były zajęcia profilaktyczne przeprowadzone 14 maja dla uczniów klas VII Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Łobodnie. Zajęcia przeprowadzono z wykorzystaniem prezentacji, filmu edukacyjnego oraz alko- i narkogogli. Młodzież usłyszała o mechanizmie powstawania uzależnień, zagrożeniach i skutkach zdrowotnych wynikających z używania środków psychoaktywnych. Po części teoretycznej zaproponowano uczniom ćwiczenia z użyciem alko- i narkogogli celem zobrazowania świata widzianego oczami osoby uzależnionej.





PSSE w Rudzie Śląskiej

W ramach kampanii Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia prowadziliśmy działania edukacyjne i profilaktyczne skierowane do dzieci, młodzieży oraz mieszkańców miasta. Spotkania odbyły się w Szkole Podstawowej nr 2, Szkole Podstawowej nr 13 oraz Szkole Podstawowej nr 16, gdzie poruszano temat zagrożeń związanych z używaniem substancji psychoaktywnych oraz konsekwencji zdrowotnych i społecznych wynikających z ich stosowania.

Elementem kampanii była również obecność na wydarzeniach środowiskowych i rodzinnych. Stanowiska promocji zdrowia zostały przygotowane podczas Festynu Rodzin i Rodzin Zastępczych w Centrum Usług Społecznych, a także podczas festynów organizowanych w SP 27 i SP 40. Uczestnicy mieli możliwość skorzystania z alkogogli i narkogogli, które pozwalały doświadczyć zaburzeń percepcji i koordynacji występujących po użyciu alkoholu i substancji psychoaktywnych. Działania te spotkały się z dużym zainteresowaniem i stanowiły ważny element profilaktyki uzależnień.





PSSE w Sosnowcu

26 maja, w Zespole Szkół Specjalnych nr 4 w Sosnowcu zrealizowano działania edukacyjno-profilaktyczne w ramach kampanii Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia. Inicjatywa została przeprowadzona we współpracy z Wojewódzką Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Katowicach i miała na celu zwiększenie świadomości młodzieży w zakresie zagrożeń związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Podczas spotkania omówiono problematykę uzależnień oraz ich wpływ na zdrowie i codzienne funkcjonowanie człowieka. Szczególną uwagę zwrócono na zagrożenia wynikające z używania tzw. nowych substancji psychoaktywnych, a także alkoholu, narkotyków, wyrobów tytoniowych oraz e-papierosów. Podkreślono zarówno konsekwencje zdrowotne, jak i społeczne podejmowania zachowań ryzykownych. Istotnym elementem działań była część warsztatowa, podczas której uczestnicy mieli możliwość doświadczenia zaburzeń percepcji oraz koordynacji ruchowej z wykorzystaniem alkohogli i narkogogli.



PSSE w Zawierciu

W ramach realizacji wojewódzkiej akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia, pracownik Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Zawierciu prowadził warsztaty profilaktyczno-edukacyjne w Szkole Podstawowej nr 5 w Zawierciu, w Zespole Szkół im. Hugona Kołłątaja w Zawierciu oraz w Zespole Szkół w Szczekocinach. Głównym celem zajęć było przedstawienie i przypomnienie podstawowych informacji nt. uzależnień oraz zagrożeń wynikających z zażywania substancji psychoaktywnych.



PSSE w Katowicach

Realizację akcji profilaktycznej Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia, pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Katowicach prowadzili podczas kilku imprez: „II Międzypokoleniowy Festyn Profilaktyczny - Bezpieczeństwo w Lesie”, zorganizowany na terenie strzelnicy należącej do Polskiego Związku Łowieckiego w Siemianowicach Śląskich. Hasłem przewodnim tegorocznej edycji festynu była profilaktyka związana z programem przeciwdziałania narkomanii i alkoholizmowi, z przemocą w rodzinie, jak również udzielaniem pierwszej pomocy przedmedycznej, oszustwami i cyberzagrożeniami. W tematykę doskonale wpisało się nasze stoisko promocji zdrowia, przy którym rozmawialiśmy z uczestnikami festynu na temat negatywnego wpływu substancji psychoaktywnych na zdrowie i zagrożeń dla życia. Każdy chętny miał okazję założyć alkogogle

lub narkogogle i wykonać w nich proste zadanie zręcznościowe. Kolejną akcją był Tydzień Profilaktyki w Zespole Szkół Zawodowych nr 3 w Katowicach, podczas którego tłumaczono uczniom jak negatywny wpływ w kontekście zdrowia psychicznego, fizycznego i społecznego mają wszystkie substancje psychoaktywne. W Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego Medyk w Katowicach odbyła się konferencja „Jak przygotować się do lata”, której współorganizatorem był Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Katowicach. Podczas konferencji, w ramach akcji Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia” rozmawialiśmy z uczestnikami na temat negatywnego wpływu substancji psychoaktywnych na zdrowie i zagrożeń dla życia, szczególnie w odniesieniu do wakacyjnego odpoczynku i rozluźnienia. W sumie w eventach wzięło udział około 400 osób.



PSSE w Żywcu

7 maja na żywieckim Rynku uczestniczyliśmy w obchodach Międzynarodowego Dnia Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca, zorganizowanych przez PCK Żywiec oraz Klub HDK PCK przy Urzędzie Miejskim w Żywcu. Włączyliśmy się w organizację tego wydarzenia przygotowując stoisko profilaktyczno-edukacyjne. Przy stoisku prowadzono wielotematyczne rozmowy indywidualne dotyczące zdrowia, profilaktyki oraz zagrożeń wynikających z używania substancji psychoaktywnych. Symulatory stanu po spożyciu alkoholu lub narkotyków jak zwykle wzbudzały zainteresowanie młodych ludzi, którzy mogli na trzeźwo

przetestować swoje reakcje i zachowania, które często zaskakują i stwarzają możliwość oceny ryzyka spożywania substancji psychoaktywnych.



24 maja uczestniczyliśmy w evencie zorganizowanym przez Urząd Gminy Gilowice, z okazji Dnia Dziecka. Wydarzenie odbyło się na stadionie Grapa Park w Gilowicach i stanowiło doskonałą okazję do promocji zdrowego stylu życia oraz edukacji prozdrowotnej skierowanej do dzieci, młodzieży i dorosłych. Szczególny akcent położono na profilaktykę uzależnień behawioralnych młodzieży w ramach działań „Klikaj świadomie!”. Z rodzicami i dziećmi rozmawiano o problematyce nadmiernego korzystania z internetu, smartfonów oraz o syndromie FOMO, podkreślając wagę dbania o dobrostan psychiczny i cyfrowy w dzisiejszym świecie. Wśród wielu przygotowanych atrakcji uczestnicy mogli również skorzystać z alko- i narkogogli, które obrazowały wpływ substancji psychoaktywnych na koordynację ruchową i postrzeganie rzeczywistości. Stoisko edukacyjne naszej Stacji cieszyło się dużym zainteresowaniem.



PSSE w Rybniku

29 maja w Zespole Szkół nr 3 w Rybniku odbyła się debata Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia. Uczestnicy dyskutowali o zagrożeniach związanych z nowymi substancjami psychoaktywnymi, w tym o szkodliwości napojów energetycznych, alkoholu, papierosów i e-papierosów. W spotkaniu udział wzięli mieszkańcy, przedstawiciele policji, inspekcji sanitarnej oraz innych instytucji zajmujących się profilaktyką i ochroną zdrowia. Ze względu na bliski termin obchodów Światowego Dnia bez Tytoniu, dużą uwagę zwrócono na przebiegłe sztuczki marketingowe przemysłu tytoniowego skierowane szczególnie do młodych ludzi jako nowej grupy konsumentów. Tym razem debata była bardzo ożywiona i owocna. Na zakończenie spotkania młodym ludziom zaproponowano jabłko zamiast papierosa co spotkało się z bardzo dobrym odbiorem.



PSSE w Raciborzu

Pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Raciborzu uczestniczyli w obchodach Dnia Dziecka zorganizowanych przez Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 2 w Raciborzu. Wydarzenie było doskonałą okazją do połączenia wspólnej zabawy z edukacją zdrowotną oraz promocją działań profilaktycznych skierowanych do dzieci i młodzieży. Jednym z głównych elementów przygotowanego stoiska były działania edukacyjne dotyczące profilaktyki używania środków psychoaktywnych, realizowane w ramach wojewódzkiej kampanii informacyjno-edukacyjnej Nowe #Narkotyki Nowe #Zagrożenia. Uczestnicy mogli zapoznać się z materiałami edukacyjnymi oraz porozmawiać z pracownikami stacji o zagrożeniach zdrowotnych i społecznych wynikających z używania substancji psychoaktywnych. Dużym zainteresowaniem cieszyły się alko- i narkogogle. Praktyczne ćwiczenia pozwalały lepiej zrozumieć konsekwencje podejmowania ryzykownych zachowań i stanowiły wartościowy element działań profilaktycznych. Realizowane działania wpisywały się również w obchody Światowego Dnia bez Tytoniu. Celem działań było zwiększanie świadomości na temat negatywnego wpływu wyrobów tytoniowych i nikotynowych na zdrowie. Podczas wydarzenia promowano postawy sprzyjające ochronie zdrowia oraz podejmowaniu świadomych wyborów wolnych od uzależnień.



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