NEWS LETTER

PAŃSTWOWEJ
INSPEKCJI SANITARNEJ
WOJEWÓDZTWA
ŚLĄSKIEGO

STYCZEŃ 2026

Profilaktyka grypy i innych chorób zakaźnych u seniorów jest szczególnie ważna ze względu na zwiększone ryzyko powikłań.

Szczepienia ochronne stanowią najskuteczniejszą i bezpieczną metodę zapobiegania zakażeniom oraz ograniczania ich konsekwencji w tej grupie wiekowej.

CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

WSSE KATOWICE

Profilaktyka chorób zakaźnych i promocja szczepień ochronnych

Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny przypomina, że jesień i zima to okres wzmożonych zachorowań na **grypę i inne sezonowe choroby zakaźne.** Najskuteczniejszą metodą uniknięcia zachorowania i związanych z nim powikłań jest profilaktyka pod postacią corocznego **szczepienia**.

SZCZEPIONKI SĄ WAŻNE NIE TYLKO DLA DZIECI. W przypadku wielu chorób zakaźnych (tj. pneumokokowe zapalenie płuc, grypa), nieuodpornione osoby starsze są narażone na zachorowania i powikłania w większym stopniu niż dzieci. Ryzyko zgonu w przebiegu choroby, której można zapobiegać drogą szczepień u osób starszych jest 100-krotnie wyższe niż u dzieci[1].

Szczepienia przeciwko grypie sezonowej, COVID-19
Seniorzy w wieku 65 lat i więcej mogą skorzystać z bezpłatnych szczepień w wybranych aptekach lub placówkach POZ.

Szczepienia zalecane dla osób starszych[2]

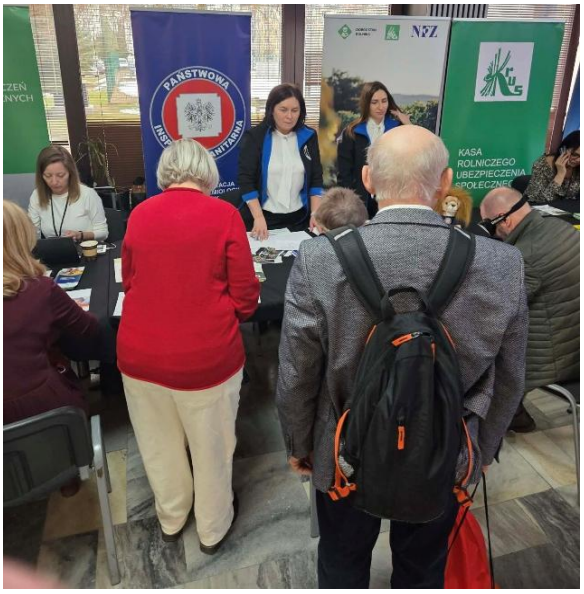
Szczepienia przeciwko:
Grypie
COVID-19
Pneumokokom
Meningokokom
Półpaścowi (RZV)
Syncytialnemu wirusowi oddechowemu (RSV)
Tężcowi, błonicy, krztuścowi
Wirusowemu zapaleniu wątroby typu A
Wirusowemu zapaleniu wątroby typu B
Kleszczowemu zapaleniu mózgu (KZM)

W celu uzyskania szczegółowych informacji na temat zalecanych oraz bezpłatnych szczepień seniorzy powinni skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą.

[1] https://szczepienia.pzh.gov.pl/szczepienia-osob-starszych/
[2] www.gov.pl/web/gis/szczepienia-dla-osob-starszych

PSSE w Częstochowie

29 stycznia w Akademickim Centrum Kultury Klub Politechnik wspólnie z seniorami świętowaliśmy „Zdrowy dzień babci i dziadka”. Uczestnicy mogli skorzystać m.in. z pomiaru ciśnienia krwi, pomiaru poziomu glukozy, EKG, analizy składu ciała i wyliczenia BMI, porad dietetycznych, farmaceutycznych i zdrowotnych. Podczas wykładów mówiono o zdrowiu seniora, interakcjach lekowych i suplementach diety, szczepieniach ochronnych oraz programach profilaktycznych. Na stoisku informacyjno-edukacyjnym PSSE Częstochowa uczestnicy mogli uzyskać rzetelne informacje na temat zalecanych szczepień ochronnych, co było istotne ze względu na aktualny okres zwiększonej zachorowalności. Na zakończenie spotkania odbył się pokaz zumby i występ wokalny. Wydarzenie cieszyło się dużym zainteresowaniem osób starszych, podkreślając znaczenie edukacji zdrowotnej i świadomej profilaktyki w trosce o zdrowie seniorów.



PSSE w Sosnowcu

W sosnowieckim Klubie Juliusz Aktywny Senior 60+ w dniu 27 stycznia zostało zorganizowane spotkanie dotyczące profilaktyki chorób zakaźnych i promocji szczepień ochronnych dostępnych dla seniorów. Pracownik Sekcji Promocji Zdrowia przygotował dla uczestników spotkania prezentację oraz materiały edukacyjne. Zostały poruszone zagadnienia refundacji szczepień i ich dostępności oraz możliwości korzystania ze szczepień w wyznaczonych aptekach na terenie miasta. Dodatkowo pracownik Sekcji Promocji Zdrowia

i Komunikacji Społecznej PSSE w Sosnowcu przekazał obecnym na spotkaniu i omówił materiały dedykowane ogólnopolskiej kampanii informacyjno-edukacyjnej pod hasłem "10 dla serca". Seniorzy aktywnie uczestniczyli w rozmowie na temat czynników ryzyka chorób układu krążenia, zadawali pytania i dzielili się swoimi doświadczeniami.

Spotkanie dotyczące higieny mycia rąk oraz szczepień ochronnych odbyło się 23 stycznia w Środowiskowym Domu Samopomocy Salve w Sosnowcu. Wzięły w nim udział dorosłe osoby z zaburzeniami psychicznymi oraz ich opiekunowie i terapeuci. Zajęcia edukacyjne miały na celu edukację zdrowotną na temat higieny osobistej oraz dostępnych szczepień ochronnych dedykowanych osobom dorosłym. W trakcie spotkania zostały przekazane informacje związane z dostępnymi formami szczepień i warunkami refundacji. Pracownik Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej PSSE w Sosnowcu wykonał z podopiecznymi Domu Salve trening czystości oraz w dostępny sposób przekazał w jaki sposób prowadzić zdrowy styl życia, jak zadbać o zdrowie i dobre samopoczucie.

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Sosnowcu była częścią 34 finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Podczas spotkania z mieszkańcami Sosnowca w hali Areny Sosnowiec, która stała się w niedzielę 25 stycznia centrum zabawy i edukacji, my skupiliśmy się na edukacji. Zachęcaliśmy do szczepień ochronnych i przekazywaliśmy dostępne materiały informacyjne. Przekazywaliśmy, zwłaszcza młodym rodzicom, materiały do kampanii informacyjno-edukacyjnej „Mamo, Tato pamiętajcie o moich szczepieniach". Przygotowane książeczki zdrowia z kalendarzami szczepień są źródłem informacji na temat szczepień obowiązkowych i zalecanych, ich rodzajów, typów, ilości dawek i wieku, w którym dziecko powinno być zaszczepione (zgodnie z kalendarzem szczepień). Stanowią kompendium wiedzy świadomego rodzica. Podczas spotkań z mieszkańcami Sosnowca nie pomijałyśmy także informacji na temat dostępnych refundowanych szczepień przeciwko wirusowi brodawczaka ludzkiego (HPV), który odpowiedzialny jest za powstawanie nowotworu raka szyjki macicy. Służyliśmy pomocą i wsparciem przy kierowanych pytaniach z zakresu higieny życia.

28 stycznia, pracownik Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej PSSE w Sosnowcu spotkał się z przedszkolakami PM 56 w Sosnowcu. Zajęcia związane z promocją szczepień ochronnych zostały przeprowadzone z wykorzystaniem przygotowanych materiałów promocyjno-informacyjnych. Z dziećmi przeprowadzony został test czystości rąk i quiz dotyczący wiedzy na temat bakterii oraz zdrowej diety. Podczas spotkania wykorzystano książeczki zdrowia dziecka zawierające kalendarze szczepień ochronnych. Dzieci bardzo aktywnie włączyły się w edukację zdrowotną, co wskazuje, że temat jest dla nich atrakcyjny i ważny. Placówka realizuje we wszystkich grupach projekt pod hasłem „Klub Zdrowego Przedszkolaka" i chętnie podejmuje tematy związane z promocją zdrowia dzieci oraz ich opiekunów. W spotkaniu edukacyjnym wzięło udział 64 dzieci.

PSSE w Gliwicach

W styczniu pracownicy pionu promocji zdrowia PSSE w Gliwicach prowadzili działania edukacyjne skierowane do mieszkańców powiatu gliwickiego. Ich celem było zwiększenie świadomości zdrowotnej oraz upowszechnianie wiedzy na temat skutecznych metod zapobiegania chorobom zakaźnym. Jednym z przykładów tych inicjatyw było spotkanie edukacyjne, które odbyło się 29 stycznia i zostało zorganizowane dla słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Pyskowicach. Wydarzenie poświęcono profilaktyce chorób zakaźnych ze szczególnym uwzględnieniem roli szczepień ochronnych zalecanych osobom starszym. Podczas spotkania uczestnicy mieli okazję poszerzyć swoją wiedzę na temat znaczenia szczepień przeciwko m.in. grypie oraz COVID-19 – chorobom stanowiącym istotne zagrożenie dla zdrowia seniorów, zwłaszcza w okresach wzmożonej zachorowalności. Pracownicy PSSE w przystępny sposób omówili korzyści wynikające ze szczepień, podkreślając ich skuteczność w zapobieganiu ciężkiemu przebiegowi chorób, powikłaniom oraz hospitalizacji. Istotnym elementem spotkania było również obalanie najczęściej pojawiających się mitów dotyczących szczepień oraz udzielanie odpowiedzi na pytania i wątpliwości zgłaszane przez uczestników. Zwrócono uwagę, że szczepienia chronią nie tylko osoby zaszczepione, ale także przyczyniają się do zwiększenia bezpieczeństwa zdrowotnego całej społeczności.

PSSE w Zawierciu

27 stycznia odwiedziliśmy Klub Seniora działający w Pałacyku Szymańskiego w Zawierciu w ramach działań z zakresu profilaktyki chorób zakaźnych. Pracownik PSSE w Zawierciu rozmawiał z seniorami na temat profilaktyki grypy oraz szczepień ochronnych. Podczas spotkania omówiono, dlaczego osoby starsze są szczególnie narażone na powikłania pogrypowe oraz jak ważną rolę odgrywają szczepienia w zmniejszaniu ryzyka ciężkiego przebiegu choroby. Uczestnikom przypomniano także podstawowe zasady profilaktyki, takie jak unikanie kontaktu z osobami chorymi, wietrzenie pomieszczeń, dbanie o higienę rąk oraz wzmacnianie odporności poprzez zdrowy styl życia.

23 stycznia w Niepublicznym Przedszkolu „Ene due rabe” w Zawierciu, a 28 stycznia w Szkole Podstawowej w Rudnikach przeprowadziliśmy zajęcia edukacyjne dotyczące profilaktyki chorób zakaźnych oraz warsztaty mycia rączek. Podczas zajęć omówiono, dlaczego właściwie mycie rąk jest tak ważne w ochronie przed chorobami zakaźnymi, w tym grypą i innymi infekcjami wirusowymi. Dzieci zapoznały się zasadami higieny oraz sposobami wzmacniania odporności.

PSSE w Dąbrowie Górniczej

W ramach działań z zakresu profilaktyki chorób zakaźnych oraz promocji szczepień ochronnych zrealizowano cykl działań edukacyjnych skierowanych do różnych grup społecznych. Przeprowadzone inicjatywy miały na celu zwiększenie świadomości zdrowotnej oraz podkreślenie znaczenia szczepień jako jednej z najskuteczniejszych metod zapobiegania chorobom zakaźnym. Działania edukacyjne były dostosowane do potrzeb i możliwości odbiorców i obejmowały zarówno dzieci, młodzież, jak i osoby dorosłe oraz seniorów.
W ramach realizacji projektu prowadzono m.in.:

- spotkania edukacyjne i prelekcje dotyczące profilaktyki chorób zakaźnych,
- zajęcia informacyjno-edukacyjne dla dzieci w przystępnej i angażującej formie,
- działania skierowane do seniorów, uwzględniające ich szczególne potrzeby zdrowotne,
- rozpowszechnianie materiałów edukacyjnych promujących szczepienia ochronne.

Podjęte działania miały na celu budowanie postaw prozdrowotnych, zwiększenie wiedzy na temat znaczenia szczepień oraz wzmocnienie odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

PSSE w Rybniku

22 stycznia z okazji Dnia Babci i Dziadka w rybnickim Oddziale NFZ przygotowany został szczególny program skierowany głównie dla seniorów. Wszyscy odwiedzający tego dnia rybnicki Oddział NFZ mogli skorzystać z wielu porad, badań a także wykładu dotyczącego diety w okresie senioralnym. Ze względu na trwający okres wzmożonych zachorowań na sezonowe choroby zakaźne pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku tym razem skupili się właśnie na profilaktyce chorób układu oddechowego.

W ramach realizacji Wojewódzkiej Akcji Wirusoochrona zaproszono do współpracy placówki szkolne. Zajęcia w ramach akcji realizowane są indywidualnie przez szkolnych koordynatorów jak również przez pracowników PSSE w Rybniku. Poprzez udział w akcji dzieciaki przypominają sobie jak wielkie znaczenie dla ich zdrowia i ochrony przez patogenami ma systematyczne stosowanie zasad higieny.

PSSE w Rudzie Śląskiej

W ramach działań edukacyjnych dotyczących szczepień ochronnych odwiedziliśmy Dom Seniora „Wigor", gdzie rozmawialiśmy o zalecanych szczepieniach dla seniorów, podkreślając ich znaczenie w ochronie przed chorobami zakaźnymi i powikłaniami. Uczestnicy chętnie zadawali pytania i dzielili się doświadczeniami.

Następnie odwiedziliśmy Miejskie Przedszkola nr 21 oraz nr 8, gdzie przeprowadziliśmy zajęcia edukacyjne dotyczące higieny rąk. Podczas spotkań dzieci brały udział w doświadczeniu z użyciem oleju i majeranku, które w przystępny sposób pokazano, jak łatwo przenoszą się drobnoustroje. W zajęciach uczestniczyło łącznie około 200 przedszkolaków.

PSSE w Kłobucku

9 stycznia w Przedszkolu Gminnym nr 5 im. Jana Brzechwy w Kłobucku w towarzystwie niedźwiadka Szczepana przeprowadzono zajęcia dla dzieci przedszkolnych. Spotkanie zrealizowano w ramach Projektu „Klub Zdrowego Przedszkolaka", w oparciu o moduły „Wirusoochrona" i „Szczepienia-Profilaktyka chorób zakaźnych". Podczas zajęć dzieci poznały bohatera spotkania - dzielnego niedźwiadka Szczepana, wysłuchały opowieści o jego przygodach oraz zdobyły wiedzę na temat wirusów i innych drobnoustrojów stanowiących zagrożenie dla zdrowia. Przedszkolaki dowiedziały się, w jaki sposób działają szczepionki oraz dlaczego szczepienia są ważnym elementem zapobiegania chorobom zakaźnym i nie należy się ich obawiać. Omówiono również zagadnienia związane z higieną osobistą, w szczególności prawidłowym myciem rąk jako jednym z podstawowych sposobów zapobiegania chorobom zakaźnym. Dzieci poznały właściwą technikę mycia rąk oraz utrwalały zdobyte umiejętności podczas ćwiczeń praktycznych. Przypomniano także zasady zdrowego odżywania, znaczenie aktywności fizycznej oraz konieczność dostosowania ubioru do aktualnych warunków pogodowych.

PSSE w Cieszynie

W styczniu rozpoczęto kolejną edycję Wojewódzkiej Akcji informacyjno-edukacyjnej Wirusoochrona, której adresatami są uczniowie szkół podstawowych powiatu cieszyńskiego. 27 stycznia w Szkole Podstawowej nr 2 im. Ludwika Kobieli w Chybiu odbyły się zajęcia edukacyjne dla uczniów klas I–IV, podczas których przedstawiciele PSSE w Cieszynie omówili tematykę mikroorganizmów oraz dróg rozprzestrzeniania się grypy. Uczestnicy zajęć dowiedzieli się także, na czym polega prawidłowa higiena rąk i kiedy należy ją stosować. Na zakończenie zajęć uczniowie obejrzeli spot edukacyjny „Grypa. Chroń siebie i innych", który w przystępny sposób podsumował omawiane treści.

PSSE w Chorzowie

23 stycznia i 27 stycznia, Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Chorzowie uczestniczyła w wydarzeniu pod hasłem Tydzień Profilaktyki w Zespole Szkół Technicznych nr 1 w Chorzowie oraz zajęciach edukacyjnych w Szkole Podstawowej nr 39 w Chorzowie. Na stanowisku informacyjno-edukacyjnym przygotowanym przez PSSE w Chorzowie promowano szczepienia ochronne, w szczególności przeciwko grypie, oraz COVID-19. Wydarzenie spotkało się z dużym zainteresowaniem uczniów i było cenną lekcją dotyczącą dbania o własne zdrowie. Dzięki współpracy ze specjalistami młodzież mogła poszerzyć swoją wiedzę oraz zyskać świadomość, jak ważna jest profilaktyka i wczesne reagowanie na problemy zdrowotne. Podczas zajęć z uczniami w Szkole Podstawowej nr 39 w Chorzowie zachęcano uczniów do dbałości o własne zdrowie, wzmacnianie swojej odporności nie zapominając o stosowaniu szczepień ochronnych zwłaszcza przed i w okresie wzmożonych zachorowań na grypę oraz COVID-19. Każdy uczeń otrzymał ulotkę dotycząca obowiązkowych i zalecanych szczepień ochronnych.

PSSE w Katowicach

20 stycznia pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej PSSE w Katowicach przeprowadzili zajęcia dla uczniów klas trzecich Szkoły Podstawowej nr 33 w Katowicach. Podczas pogadanki połączonej z prezentacją przekazano dzieciom, niezbędne informacje dotyczące higieny osobistej, prawidłowego mycia rąk, odpowiedniego ubierania oraz szczepień ochronnych w profilaktyce chorób zakaźnych. Podczas części warsztatowej każde dziecko miało okazję sprawdzić skuteczność mycia swoich rąk pod lampą UV. W zajęciach wzięło udział 75 dzieci z nauczycielami.

W dniach 16-20 stycznia zorganizowano warsztaty dla dzieci z katowickich przedszkoli – Przedszkole nr 25, Przedszkole nr 57 i Przedszkole nr 85. Dzięki opowiadaniu o przygodach niedźwiadka Szczepana wyjaśniono przedszkolakom rolę szczepień ochronnych w profilaktyce chorób zakaźnych oraz mechanizm działania szczepień. W drugiej części zajęć przypomniano dzieciom technikę prawidłowego mycia rąk. Następnie każdy uczestnik warsztatów z zaangażowaniem i przejęciem sprawdzał pod lampą UV czystość swoich rąk. W zajęciach wzięło udział ponad 150 dzieci.

23 stycznia w Przychodni nr 1 w Katowicach zorganizowano stoisko promocji zdrowia dla pacjentów. Tematem przewodnim była profilaktyka chorób zakaźnych - zwiększenie zaufania do szczepień ochronnych, dbanie o higienę, w tym regularne mycie rąk wodą z mydłem, dezynfekcję, zasłanianie ust przy kaszlu oraz dbanie o czystość swojego otoczenia. W akcji wzięło udział około 100 osób.

PSSE w Żywcu

16 stycznia zainaugurowaliśmy tegoroczny cykl spotkań profilaktycznych wizytą u uczniów Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Juszczynie. Tematem przewodnim naszych działań była akcja #Wirusoochrona, skupiająca się na profilaktyce chorób zakaźnych, w szczególności grypy oraz COVID-19. Największym zainteresowaniem cieszyły się ćwiczenia z wykorzystaniem edukacyjnej lampy UV. Dzięki zastosowaniu specjalnego preparatu, uczniowie mogli na własne oczy zweryfikować dokładność techniki mycia rąk. Światło UV bezlitośnie wskazało każde miejsce pominięte przy dezynfekcji rąk, co stało się doskonałą, obrazową lekcją. Wspólnie wykazaliśmy, że prawidłowa higiena dłoni to nasza najskuteczniejsza tarcza w walce z drobnoustrojami. Podkreśliliśmy również znaczenie szczepień ochronnych w profilaktyce chorób zakaźnych.

Kolejne spotkanie odbyło się 23 stycznia w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Pewli Małej. Również tutaj postawiliśmy na profilaktykę w wydaniu praktycznym i „widzialnym". Wykorzystanie lampy UV podczas warsztatów pozwoliło dzieciom dostrzec, gdzie najczęściej „chowają się" bakterie i wirusy, gdy proces mycia rąk jest zbyt krótki lub niedokładny. Efekt „świecących dłoni" wywołał wśród uczestników mnóstwo pozytywnych emocji, ale przede wszystkim pozwolił na wypracowanie perfekcyjnej techniki higieny. Wiedza zdobyta w tak interaktywny sposób buduje wśród najmłodszych zdrowe nawyki, które zostają z nimi na dłużej.

PSSE w Wodzisławiu Śląskim

W związku z trwającym sezonem zimowym oraz wzrostem zachorowań na grypę i inne choroby przenoszone drogą kropelkową, przedstawiciele PSSE w Wodzisławiu Śląskim przeprowadzili 6 akcji profilaktyczno-edukacyjnych w szkołach podstawowych oraz przedszkolach. Pracownicy Sekcji Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej, aby podnieść świadomość w zakresie podstawowych czynności higienicznych związanych z zabezpieczeniem przed zarażeniem, szczególną uwagę zwrócili na rolę higieny rąk. Zwrócono również uwagę na rolę szczepień ochronnych jako najskuteczniejszej formy zapobiegania rozprzestrzenianiu się wielu chorób zakaźnych. Wytłumaczono jak codzienna aktywność fizyczna i zdrowe odżywianie pomaga w zachowaniu zdrowia. W wydarzeniach udział wzięło 370 osób.

PSSE w Jaworznie

W styczniu prowadziliśmy działania edukacyjne z zakresu profilaktyki chorób zakaźnych oraz promocji szczepień ochronnych. Zajęcia odbyły się w Szkole Podstawowej nr 16 oraz w Przedszkolu Miejskim nr 9 w Jaworznie. Podczas spotkań poruszaliśmy temat najczęściej występujących w okresie zimowym chorób zakaźnych, takich jak grypa oraz COVID-19. Wyjaśnialiśmy również zasadę działania szczepień ochronnych oraz ich wpływ na odporność organizmu. Uczestnicy zajęć aktywnie włączali się w rozmowę, wymieniając sposoby na wzmacnianie odporności i zapobieganie zachorowaniom. Przeprowadziliśmy także doświadczenie z użyciem pieprzu i płynu do mycia naczyń, które w przystępny sposób pokazało, jak ważne jest stosowanie mydła podczas mycia rąk. Na zakończenie zajęć odbył się instruktaż prawidłowej techniki mycia rąk.

PSSE w Myszkowie

W ostatnich dniach w podległych placówkach oświatowych prowadzono intensywne działania z zakresu edukacji zdrowotnej. Zajęcia były dostosowane do wieku i potrzeb uczniów na różnych etapach nauki. W Szkole Podstawowej Fundacji „Elementarz" w Łutowcu odbyły się spotkania dla najmłodszych dzieci. Z pomocą postaci Niedźwiadka Szczepana przedszkolaki w formie zabawy poznawały podstawowe informacje o odporności. Szczególną uwagę zwrócono na znaczenie szczepień ochronnych oraz codziennych nawyków higienicznych jako sposobów zapobiegania chorobom zakaźnym. Równocześnie działania profilaktyczne prowadzono w Liceum Ogólnokształcącym w Myszkowie. Młodzież uczestniczyła w prelekcji przygotowanej we współpracy specjalistów ds. promocji zdrowia oraz higieny dzieci i młodzieży. Podczas spotkania omówiono zagadnienia związane z profilaktyką zakażeń wirusem HPV oraz chorób przenoszonych drogą płciową. Celem było przekazanie rzetelnej, opartej na wiedzy medycznej informacji, która pomoże uczniom podejmować świadome decyzje dotyczące zdrowia.

PSSE w Lublińcu

23 stycznia przedstawiciel Powiatowej Stacji Sanitarno–Epidemiologicznej w Lublińcu uczestniczył w lekcjach edukacji zdrowotnej w Szkole Podstawowej w Strzebiniu. Głównym celem spotkania z uczniami klas VII i VIII było promowanie prozdrowotnego stylu życia oraz kształtowanie odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych. Podczas lekcji zaprezentowano: podstawowe zadania realizowane przez Państwową Inspekcję Sanitarną, bieżącą sytuację epidemiologiczną, omówiono podstawowe zasady profilaktyki chorób zakaźnych sezonu

zimowego, w tym szczególną rolę szczepień ochronnych oraz właściwego mycia rąk. Uczniowie zostali zapoznani z elementami wzmacniającymi odporność w zakresie właściwego odżywiania i aktywności fizycznej oraz unikania uzależnień od substancji psychoaktywnych ze szczególnym uwzględnieniem e-papierosów. Zajęciom towarzyszyły testy w narko- i alkogoglach, które miały uzmysłowić uczniom jak środki psychoaktywne wpływają na wybrane zmysły. W ramach akcji współpracowano z nauczycielem prowadzącym edukację zdrowotną.

PSSE w Tychach

29 stycznia odbyły się zajęcia z dziećmi z Przedszkola nr 6 w Tychach. Podczas zajęć postawiono na interakcję i doświadczanie w zakresie higieny i profilaktyki: dzieci trenowały technikę mycia rąk jako główną barierę przed wirusami i bakteriami. Kluczowym elementem było zrozumienie, że proste czynności higieniczne to ich „codzienna tarcza" przeciw chorobom. Przeprowadzono proste doświadczenie dotyczące namnażania się wirusów z użyciem przyprawy.

PSSE w Bytomiu

W styczniu pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Bytomiu realizowali działania z zakresu profilaktyki chorób zakaźnych oraz szczepień ochronnych. Podjęte inicjatywy edukacyjno-profilaktyczne koncentrowały się na budowaniu świadomości zdrowotnej oraz wspieraniu edukacji prozdrowotnej w środowisku szkolnym i przedszkolnym. Celem działań było nie tylko przekazanie wiedzy dotyczącej chorób zakaźnych, lecz także kształtowanie odpowiedzialnych postaw i nawyków sprzyjających ochronie zdrowia już od najmłodszych lat. Kluczowym elementem prowadzonych działań były warsztaty profilaktyczne przeprowadzone w Szkole Podstawowej nr 36 w Bytomiu oraz w Przedszkolu nr 8 w Tarnowskich Górach. Zajęcia obejmowały zagadnienia związane z zapobieganiem

chorobom zakaźnym, znaczeniem higieny osobistej oraz promowaniem odpowiedzialnych zachowań prozdrowotnych.

PSSE w Raciborzu

22 stycznia na lodowisku „Piastor" w Raciborzu odbyła się akcja edukacyjna pod hasłem „Bezpieczne szaleństwo na lodzie!", zorganizowana przez raciborskie służby mundurowe. Wydarzenie cieszyło się dużym zainteresowaniem dzieci i młodzieży. Uczestnicy mieli okazję połączyć naukę z dobrą zabawą, zdobywając praktyczną wiedzę w przystępnej formie. Dużym zainteresowaniem cieszyły się również stanowiska edukacyjne, gdzie omawiano między innymi zasady prawidłowego mycia rąk i profilaktyki chorób zakaźnych, promowano szczepienia ochronne. Praktyczne wskazówki spotkały się z bardzo pozytywnym odbiorem.

PSSE w Bielsku-Białej

W styczniu Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Bielsku-Białej realizowała działania edukacyjno-informacyjne w ramach profilaktyki chorób zakaźnych. W siedzibie PSSE w Bielsku-Białej zorganizowano punkt informacyjno-edukacyjny, udzielano instruktaży oraz przeprowadzono wiele porad z petentami, zwracano uwagę na najczęściej występujące infekcje górnych dróg oddechowych, grypę oraz inne choroby zakaźne przenoszone drogą kropelkową. Realizowano również działania edukacyjne skierowane do dzieci w wieku przedszkolnym oraz uczniów szkół podstawowych z zakresu profilaktyki chorób zakaźnych, promowania zasad higieny osobistej oraz kształtowania prawidłowych nawyków prozdrowotnych, mających istotne znaczenie w zapobieganiu rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych. Przekazywano materiały edukacyjne wspierające działania profilaktyczne wśród dzieci, nauczycieli i rodziców.

Inne wydarzenia

Konferencja „Między kliknięciem a konsekwencją. Szkoła wobec cyfrowej patologii”

27 stycznia w auli Zespołu Szkół Mechaniczno-Elektrycznych w Żywcu odbyła się Konferencja pod hasłem „Między kliknięciem, a konsekwencją. Szkoła wobec cyfrowej patologii”. Organizatorem wydarzenia był Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żywcu, a patronat honorowy nad spotkaniem objęli Starosta Żywiecki oraz Burmistrz Miasta Żywca.

Głównym celem konferencji było dostarczenie merytorycznej wiedzy na temat współczesnych zagrożeń sieciowych, ze szczególnym uwzględnieniem zjawiska patostreamingu. Spotkanie stanowiło bezpośrednią odpowiedź na narastające wyzwania związane z bezpieczeństwem dzieci i młodzieży w świecie wirtualnym. Wydarzenie stanowiło również doskonałą okazję do wzmocnienia działań w ramach programu „Nowe Narkotyki – Nowe Zagrożenia”. Podczas paneli dyskusyjnych podkreślano, że dzisiejsze niebezpieczeństwa rzadko występują w izolacji – świat cyfrowej patologii często przenika się z rynkiem nowych substancji psychoaktywnych, tworząc złożoną sieć zagrożeń dla współczesnej młodzieży.

Do udziału w wydarzeniu zaproszono szerokie grono specjalistów: dyrektorów szkół, pedagogów, koordynatorów programów edukacyjnych, a także pracowników ośrodków pomocy społecznej, terapeutów uzależnień oraz przedstawicieli placówek opiekuńczo-wychowawczych.

Podczas swoich wystąpień prelegenci poddali analizie problematykę cyfrowych zagrożeń z różnych perspektyw:

- Perspektywa badawcza: prof. ucz. dr Arkadiusz P. Szajna przybliżył mechanizmy zjawiska patostreamingu oraz zaprezentował raport z badań dotyczący świadomości tego problemu wśród nauczycieli z województwa śląskiego.
- Profilaktyka uzależnień: ppłk w st. spocz. mgr Dorota Wyląg omówiła korelacje zachodzące między uzależnieniami substancjalnymi i behawioralnymi a ryzykiem występowania zachowań patologicznych.
- Aspekt prawno-społeczny: dr Karina Kunc-Urbańczyk z Sądu Apelacyjnego w Katowicach poruszyła temat niebezpiecznej mody na patotreści, które przez młodych odbiorców coraz częściej postrzegane są w kategoriach akceptowalnej rozrywki.

Sukces wydarzenia był możliwy dzięki wspólnemu zaangażowaniu prelegentów oraz wsparciu patronów. Konferencja jednoznacznie pokazała, że skuteczna walka z cyfrowymi patologiami wymaga zintegrowanych działań wielu służb i instytucji. Składamy serdeczne podziękowania wszystkim uczestnikom za liczne przybycie i aktywny udział w dyskusji. Wierzymy, że zdobyta

wiedza stanie się fundamentem dla jeszcze skuteczniejszych działań profilaktycznych w placówkach oświatowych naszego regionu.

ZSM-E

KONFERENCJA

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