

## PROMOCJA ZDROWIA I OŚWIATA ZDROWOTNA

Działania podejmowane w 2009 roku przez pion Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej wynikały z założeń krajowych, wojewódzkich oraz powiatowych oraz aktualnej sytuacji epidemiologicznej.

Do zadań pracowników Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej należało inicjowanie i koordynowanie działalności oświatowo-zdrowotnej i promocji zdrowia w szerokiej współpracy środowiskowej. Realizacja tych zadań polegała głównie na:

- koordynacji i wdrażaniu programów profilaktyczno-edukacyjnych o zasięgu ogólnopolskim, wojewódzkim i lokalnym,
- wspieraniu realizatorów programów edukacyjnych i akcji prozdrowotnych
- poprzez :
  - organizowanie szkoleń, konkursów, udzielanie pomocy merytorycznej, udostępnianie materiałów edukacyjnych,
  - utrwalanie współpracy z samorządami lokalnymi, instytucjami i organizacjami pozarządowymi,
  - nagłaśnianie realizowanej problematyki prozdrowotnej w lokalnych mediach i dostępnych stronach internetowych,
  - opracowanie materiałów informacyjno-edukacyjnych,
  - udzielanie pomocy w konstruowaniu programów prozdrowotnych,
  - prowadzenie ogólnodostępnej biblioteki.

### Realizowaliśmy następujące programy profilaktyczne:



Program profilaktyki nadwagi i otyłości u dzieci „Trzymaj Formę”



Program profilaktyki palenia tytoniu „Nie pal przy mnie proszę”



Program profilaktyki zakażeń wirusem HPV „Wybierz życie – pierwszy krok”



Program przedszkolnej edukacji antytytoniowej „Czyste powietrze wokół nas”



Program profilaktyki HIV/AIDS



Program edukacyjny „Moje dziecko idzie do szkoły”



Program ograniczenia zdrowotnych następstw palenia tytoniu



Program profilaktyki astmy „Wolność Oddechu – Zapobiegaj Astmie”



Program profilaktyki palenia tytoniu „Znajdź właściwe rozwiązanie”



Program profilaktyki chorób odkleszczowych „Kleszcz mały czy duży – nic dobrego nie wróży”

## Organizowaliśmy działania związane z:

- Profilaktyką grypy sezonowej i grypy A/H1N1
- Kampanią społeczną „Ostrzeżenia zdrowotne”
- Kampanią medialną „Papierosy pożerają Cię żywcem”
- Światowym Dniem Zdrowia
- Europejskim Dniem Wiedzy o Antybiotykach
- akcją „Zdrowe wakacje”
- profilaktyką zarażeń pasożytniczych (*owsica, wszawica, świerz, bąblowica itp.*)
- profilaktyką wścieklizny
- profilaktyką zatruc grzybami
- profilaktyką wirusowego zapalenia wątroby (*wzw B, wzw C*)
- propagowaniem zasad higieny osobistej

Działania skierowane były do: rodziców i opiekunów dzieci, dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, młodzieży gimnazjów szkół ponadgimnazjalnych, nauczycieli, wychowawców oraz pedagogów szkolnych, kobiet w wieku rozrodczym, pacjentów zakładów opieki zdrowotnej, pracowników ochrony zdrowia, policjantów, żołnierzy, pracowników służby więziennej.

## Kampania społeczna „Ostrzeżenia zdrowotne”

Kampania „Ostrzeżenia zdrowotne” zorganizowana została w ramach obchodów Światowego Dnia bez Tytoniu 2009 ogłoszonego przez Światową Organizację Zdrowia (WHO). Celem kampanii było dotarcie do ogółu społeczeństwa, ze szczególnym ukierunkowaniem na studentów. Jednym z elementów realizacji kampanii było zorganizowanie przez Oddział Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej Wojewódzkiej Stacji Sanitarно-Epidemiologicznej i Zakład Opieki Zdrowotnej MSWiA z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii konkursu fotograficznego dla studentów studiów dziennych i zaocznych uczelni wyższych woj. warmińsko-mazurskiego. Tematem konkursu były informacje i ostrzeżenia zamieszczane na opakowaniach wyrobów tytoniowych. Na konkurs wpłynęły 23 prace. Nagrodzone prace przedstawiamy poniżej.



I nagroda **Mariusz Tokaju** "Cierpienie biernego palacza"



III nagroda **Renata Orlińska** "Zabawa II"



II nagroda **Jakub Choiński** "Niszcząc siebie niszczysz świat"



IV nagroda **Wojciech Warenik** "Nie ma znaczenie po co sięgasz"

## Kampania medialna „Papierosy pożerają Cię żywcem”

Pracownicy Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej zaangażowali się w kampanie medialną „Papierosy pożerają Cię żywcem”. Kampania ta organizowana była w Polsce przez Ministerstwo Zdrowia. Skierowana była do osób palących, w tym w głównej mierze do palących rodziców i osób palących w obecności dzieci. Prowadzone działania w ramach kampanii polegały na rozpropagowaniu informacji kampanijnych w lokalnych mediach (ze szczególnym uwzględnieniem telewizji lokalnych) oraz realizacji własnych działań lokalnych podejmowanych przez poszczególne 19 Stacji Sanitarно-Epidemiologicznych woj. warmińsko-mazurskiego. Podczas kampanii wykorzystywano spoty telewizyjne, których szatę graficzną przedstawiamy poniżej.



## Program Ograniczenia Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu

Realizacja programu w 2009 roku polegała na docieraniu z działaniami edukacyjnymi do różnych grup docelowych poprzez organizowanie różnych działań, które polegały między innymi na: popularyzowaniu konkursów plastycznych, fotograficznych i konkursów wiedzy wśród uczniów szkół i studentów, prowadzeniu szkoleń, popularyzacji akcji „Lokal bez papierosa”. Realizowano liczne imprezy lokalne i happeningi antynikotynowe. Prowadzono działania informacyjne na temat szkodliwości palenia tytoniu w lokalnych mediach i na dostępnych stronach internetowych. Aby sprawnie koordynować realizację tak różnorodnych działań powoływano lokalne zespoły koordynujące, które koordynowały realizację programu w poszczególnych powiatach.

Wspólnie z Oddziałem Higieny Pracy Wojewódzkiej Stacji Sanitarно-Epidemiologicznej w Olsztynie zorganizowaliśmy w Urzędzie Wojewódzkim w Olsztynie szkolenie pt. „Profilaktyka tytoniowa w zakładach pracy”. Szkolenie prowadzili przedstawiciele Instytutu Medycyny Pracy z Łodzi. Miało ono na celu wstępne przygotowanie pracowników Państwowej Inspekcji Sanitarnej z woj. warmińsko-mazurskiego do realizowania działań dotyczących profilaktyki tytoniowej w zakładach pracy.



W ramach programu pracownicy Państwowej Inspekcji Sanitarnej woj. warmińsko-mazurskiego zbierali informacje na temat aktualnej sytuacji przestrzegania zakazu palenia tytoniu. Taką informację zbierano z pałeczek nauczania i wychowania, zakładów opieki zdrowotnej, zakładów pracy, zakładów gastronomicznych. Łącznie skontrolowano 17 388 zakładów. Najwięcej przypadków nie przestrzegania zakazu palenia stwierdzono w zakładach pracy i zakładach gastronomicznych. Najczęstszym powodem takiego stanu rzeczy była tolerancja pracodawcy.

## **Program profilaktyki palenia tytoniu „Nie pal przy mnie proszę” oraz „Znajdź właściwe rozwiązanie”**

W roku szkolnym 2009/2010 wprowadziliśmy pilotażowo do realizacji dwa nowe programy profilaktyczne tj. program „Nie pal przy mnie proszę” skierowany do uczniów klas I-III szkół podstawowych oraz program „Znajdź właściwe rozwiązanie” skierowany do uczniów starszych klas szkół podstawowych oraz gimnazjów. W roku szkolnym 2009/2010 w naszym województwie do programów przystąpiło łącznie 4802 uczniów z 207 klas.

## **Program Profilaktyki Chorób Odkleszczowych „Kleszcz mały czy duży nic dobrego nie wróży”**

W roku szkolnym 2008/2009 realizowana była I edycja programu profilaktyki chorób odkleszczowych, którego adresatami byli uczniowie klas I szkół ponadgimnazjalnych woj. warmińsko-mazurskiego. Programem objęto 3440 uczniów z 20 szkół ponadgimnazjalnych. Oprócz działań w ramach programu prowadzono wiele różnorodnych działań wzmacniających program. Polegały one na organizowaniu szkoleń, narad, zajęć edukacyjnych skierowanych do różnych środowisk. Prowadzono także działania informacyjne w lokalnych mediach oraz na dostępnych stronach internetowych.

## **Program Edukacyjny „Moje dziecko idzie do szkoły”**

W roku szkolnym 2009/2010 Oddział Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej Wojewódzkiej stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Olsztynie przy współpracy z Higieną Dzieci i Młodzieży oraz Higieny Radiacyjnej wprowadził do realizacji na terenie naszego województwa program edukacyjny „Moje dziecko idzie do szkoły”. Adresatami programu są uczniowie klas I i ich rodzice. Celem programu jest podniesienie poziomu wiedzy rodziców na temat wybranych elementów zdrowego stylu życia, uświadomienie rodzicom ich roli w kształtowaniu prawidłowych nawyków prozdrowotnych dzieci oraz przekonanie rodziców o słuszności prowadzenia działań profilaktycznych w szkole i w domu.

## **Program Edukacyjny „Wybierz życie – pierwszy krok”**

Wprowadziliśmy także nowy program profilaktyczny „Wybierz życie – pierwszy krok”. Program ten skierowany do uczniów klas I szkół ponadgimnazjalnych. Zwraca uwagę na odpowiedzialne zachowania, potrzebę rozmów z bliskimi osobami na tematy związane ze zdrowiem oraz konieczność regularnych badań profilaktycznych między innymi w kierunku raka szyjki macicy. W pierwszej edycji programem objęto 14300 uczniów ze 109 szkół naszego województwa. Patronat nad programem objął Wojewoda Warmińsko-Mazurski, Warmińsko-Mazurski Kurator Oświaty, Dyrektor Zakładu Opieki Zdrowotnej MSWiA z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii.

## **Program Edukacyjny „Trzymaj Formę”**

W roku szkolnym 2008/2009 pracownicy Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej nadzorowali realizację III edycji programu „Trzymaj formę”, do której przystąpiło łącznie 199 gimnazjów i szkół podstawowych woj. warmińsko-mazurskiego. Programem objęto 30 493 uczniów, co stanowi 83,5% populacji uczęszczającej do szkół realizujących program. W ramach programu prowadzono między innymi: szkolenia, narady, rozmowy indywidualne, zajęcia edukacyjne, imprezy środowiskowe oraz konkursy. Oddział Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej wraz z Zakładem Opieki Zdrowotnej MSWiA przeprowadzili etap wojewódzki konkursu na projekt edukacyjny najlepiej realizujący założenia programu „Trzymaj formę”. Wojewódzka komisja konkursowa przyznała nagrodę główną Gimnazjum Nr 1 im. Noblistów Polskich w Gołdapi za projekt „Jogurt, witaminy & Rock and Roll”,. Wyróżnienie otrzymało Gimnazjum im. Jana Pawła II w Hartowcu za projekt edukacyjny „Dobra forma – życia norma”. Nagrody laureatom wojewódzkiego etapu konkursu wręczali: Wojewoda Warmińsko-Mazurski, Wicekurator Oświaty

w Olsztynie, Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny oraz Dyrektor ds. Lecznictwa ZOZ MSWiA z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii. Sukcesem Gimnazjum nr 1 z Gołdapi było zajęcie I miejsca w ogólnopolskim etapie konkursu na projekt edukacyjny. Szkoła otrzymała od Głównego Inspektoratu Sanitarnego oraz Polskiej Federacji Przetwórców Żywności nagrodę 10 tysięcy złotych w postaci sprzętu sportowego.

## Program Profilaktyki HIV/AIDS

Pracownicy Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej prowadzili różnorodne działania edukacyjne skierowane do ogółu społeczeństwa. Polegały one między innymi na organizowaniu szkoleń, porad, imprez lokalnych, popularyzacji badań w kierunku HIV. Prowadzono także działania w lokalnych mediach między innymi w ramach kampanii „Wróć bez HIV”, która skierowana była do osób podróżujących.

Oddział Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej Wojewódzkiej podobnie jak w latach poprzednich koordynuje działalność Punktu Konsultacyjno-Diagnostycznego w kierunku HIV w Olsztynie wykonującego badania bezpłatnie i anonimowo. W 2009 roku w kierunku HIV przebadano 972 osób. Udzielono 35 porad bez testu. Wykryto 4 zakażeń wirusem HIV.

Prowadziliśmy popularyzację Punktu Konsultacyjno-Diagnostycznego w 10 lokalnych mediach i na stronach internetowych. Prezentowaliśmy informacje na temat sytuacji epidemiologicznej HIV/AIDS, Punktu Konsultacyjno-Diagnostycznego w kierunku HIV na szkoleniach i zajęciach edukacyjnych między innymi: dla policjantów, pielęgniarek środowiska szkolnego, studentów Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyńskiej Szkoły Wyższej. Wraz ze studentami Wydziału Humanistycznego Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego i Stowarzyszeniem Manko prowadziliśmy akcję „Niechciany podarunek”, która miała na celu propagowanie informacji na temat profilaktyki zakażeń wirusem HIV.

Ponadto jesteśmy członkiem Wojewódzkiego Zespołu ds. Profilaktyki HIV/AIDS na terenie woj. Warmińsko-Mazurskiego.

## Profilaktyka grypy sezonowej i grypy A/H1N1

W związku z aktualną sytuacją epidemiologiczną pracownicy Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej prowadzili wzmożone działania edukacyjne społeczeństwa dotyczące profilaktyki grypy. Działania te polegały na organizacji szkoleń i porad dla pracowników placówek nauczania i wychowania oraz placówek służby zdrowia. Prowadzono szeroko zakrojoną akcję informacyjną w lokalnych mediach. Oddział Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej przy wsparciu finansowym Samorządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego wydał plakat na temat profilaktyki grypy, który dystrybuowano do Samorządów lokalnych oraz podległych im placówek.

**Jeśli masz jeden lub więcej objawów podanych poniżej:**

- gorączkę powyżej 38°C
- trudności w oddychaniu
- kaszel, ból gardła
- bóle mięśniowe i stawowe
- ból głowy
- dreszcze
- wymioty i biegunkę

**to może masz **grypę****

Jeżeli zauważysz u siebie opisane powyżej objawy, zgłoś się do lekarza i stosuj się do jego zaleceń.

**Co zrobić, żeby ustrzec się grypy ?**

1. Zachowaj podstawowe zasady higieny:
  - myj często ręce mydłem i ciepłą wodą,
  - nie dotykaj rękoma oczu, nosa i ust,
  - zakrywaj nos, kiedy kichasz i kaszlesz - używaj chusteczek higienicznych i wyrzucaj je po jednorazowym użyciu
2. Nie posyłaj kaszlących, gorączkujących dzieci do przedszkola lub szkoły
3. Unikaj dużych skupisk ludzkich oraz kontaktu z osobami chorymi
4. Pozostań w domu, gdy sam jesteś chory
5. Często wietrz mieszkanie i utrzymuj je w czystości

## Gala „Rak to nie wyrok. Trzymaj życie w swoich rękach”

Współorganizowaliśmy uroczystą galę „Rak to nie wyrok. Trzymaj życie w swoich rękach”, na której wraz z Zakładem Opieki Zdrowotnej MSWiA z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii podsumowaliśmy działania z zakresu promocji zdrowia, które realizowaliśmy w 2009 roku. Na galę przybyli między innymi Wojewoda Warmińsko-Mazurski, Wicekurator Oświaty w Olsztynie, Wiceprezydent Miasta Olsztyn, Dyrektor Departamentu Zdrowia Publicznego

i Promocji Zdrowia Głównego Inspektoratu Sanitarnego, Główny Inspektor Sanitarny MSWiA, przedstawiciele lokalnych władz i instytucji, przedstawiciele mediów.

### Współpraca

W 2009 roku Przy realizacji programów edukacyjnych, kampanii społecznych i innych przedsięwzięć prozdrowotnych Oddział Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Olsztynie oraz Powiatowe Stacje Sanitarno-Epidemiologiczne województwa warmińsko-mazurskiego współpracowały z:

- Urzędem Wojewódzkim, starostwami, urzędami miejskimi i gminnymi,
- Zakładem Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii w Olsztynie,
- Kuratorium Oświaty w Olsztynie,
- Warmińsko-Mazurskim Ośrodkiem Doskonalenia Nauczycieli w Olsztynie,
- Warmińsko-Mazurskie Centrum Zdrowia Publicznego w Olsztynie,
- Komendami Policji,
- Poradniami Psychologiczno-Pedagogicznymi,
- Zarządami Rejonowymi Polskiego Czerwonego Krzyża,
- Polskim Towarzystwem Oświaty Zdrowotnej-w Olsztynie,
- Zakładami Opieki Zdrowotnej,
- Placówkami nauczania i wychowania, w tym ze szkołami promującymi zdrowie,
- Placówkami kulturalno-oświatowymi,
- Regionalnymi i lokalnymi środkami masowego przekazu,
- Innymi (instytucjami państwowymi, zakładami pracy, organizacjami pozarządowymi (Fundacja Edukacji Społecznej), firmami (bhzreklama Biuro Handlowe Zalewski, Firma SGB, MSD, GlaxoSmithKline, Baxter Polska), sektorem prywatnym, sponsorami prywatnymi).



Składamy serdeczne podziękowania Zakładowi Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii w Olsztynie za całoroczną owocną współpracę i cenne wsparcie w realizacji działań z zakresu promocji zdrowia i oświaty zdrowotnej.