

# Sprawozdanie

## Światowy Dzień Zdrowia 2013

### 1. Nazwa/hasło interwencji nieprogramowej

**Światowy Dzień Zdrowia 2013 ph. „Healthy Heart Beat- zdrowe bicie serca”.**

### 2. Grupa docelowa:

Spółeczność lokalna, w tym: pacjenci i pracownicy podmiotów leczniczych, uczniowie gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych, ich rodzice, nauczyciele, studenci, pracownicy i petenci PSSE, żołnierze poborowi, seniorzy, klienci centrów handlowych i sportowych, przedstawiciele samorządów lokalnych.

### 3. Ramy czasowe:

IV-V 2013 roku- z nasileniem działań w dniu 7 kwietnia 2013 roku.

### 4. Formy realizacji

#### ***Poziom wojewódzki:***

- Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gorzowie Wlkp. we współpracy z Gorzowską Lecznicą Specjalistyczną, Centrum Sportowo-Rehabilitacyjnym „Słowianka” oraz Galerią Askana przeprowadziła szeroko nagłośnioną kampanię edukacyjną, w ramach której m.in. utworzono punkty informacyjno-edukacyjne, w ramach gdzie udzielano bezpłatnych porad z zakresu wpływu racjonalnego odżywiania, aktywności fizycznej i szkodliwości palenia tytoniu na układ krążenia oraz prowadzono kolportaż materiałów edukacyjnych. Edukacją objęto około 700 osób, które poddawały się bezpłatnym pomiarom ciśnienia tętniczego (700 pomiarów), tkanki tłuszczowej (450 pomiarów), poziomu cukru we krwi (570) i poziomu tlenu węgla w wydychanym powietrzu (150 pomiarów). Punkty zorganizowano w dni wolne od pracy (soboty, niedziele), co wpłynęło na dużą frekwencję zainteresowanych.
- We współpracy z Zespołem Szkół Gastronomicznych w Gorzowie Wlkp. zorganizowano coroczną imprezę, poświęconą zdrowemu stylowi życia, podczas której uruchomiono punkty informacyjno-edukacyjne, w których udzielano porad w zakresie prawidłowego żywienia, aktywności fizycznej i szkodliwości palenia tytoniu. Ponadto pracownicy PIS oraz uczniowie wykonywali pomiary ciśnienia tętniczego krwi (350 pomiarów), poziomu cukru we krwi (150 pomiarów), tkanki tłuszczowej (200 pomiarów) oraz poziomu tlenu węgla w wydychanym powietrzu (100 pomiarów).

#### ***Poziom powiatowy:***

- We współpracy ze Starostwem Powiatowym w Żarach, Urzędem Miasta w Żarach i Centrum Dietetycznym „Naturhaus” zorganizowano w centrum Żar imprezę prozdrowotną. W punkcie informacyjno-edukacyjnym, utworzonym przez pracowników PSSE w Żarach, udzielano porad i konsultacji nt. zdrowego stylu życia bez tytoniu,

prawidłowego odżywiania oraz prowadzono dystrybucję materiałów edukacyjnych (rozdano 500 ulotek i broszur). Prowadzono badania poziomu cukru i ciśnienia tętniczego oraz tkanki tłuszczowej i zbędnej wody metabolicznej (łącznie 200 pomiarów). Przedsięwzięcie cieszyło się dużym zainteresowaniem wśród mieszkańców. Punkt odwiedzały całe rodziny. Dzieciom rozdawano balony w kształcie serca.

- PSSE w Żaganiu zainicjowała i przeprowadziła we współpracy ze 105 Szpitalem Wojskowym w Żaganiu akcję bezpłatnych badań kardiologicznych EKG, wzbogaconych poradami prowadzonymi przez lekarza kardiologa oraz pomiarami ciśnienia tętniczego i stężenia glukozy we krwi. Pracownicy PSSE prowadzili punkt informacyjno-edukacyjny, w ramach którego udzielano porad z zakresu racjonalnego odżywiania oraz dokonywano pomiarów tkanki tłuszczowej i wskaźnika BMI. Akcją objęto 50 osób.
- We współpracy ze 105 Szpitalem Wojskowym w Żaganiu dla pracowników PSSE w Żaganiu przeprowadzono szkolenie pt. „Profilaktyka chorób serca i naczyń”. Wykładowcą był lekarz kardiolog. W szkoleniu wzięło udział 21 osób.
- PSSE w Słubicach zorganizowała punkty informacyjno-edukacyjne dla uczniów, nauczycieli i pracowników Szkoły Podstawowej nr 1 w Słubicach (70 osób.) oraz dla pracowników PSSE (30 osób.). W punktach bezpłatnie mierzono ciśnienie krwi, obliczano wskaźnik BMI, nawodnienie i muskulaturę organizmu, dzienne zapotrzebowanie na kalorie oraz badano poziom cukru we krwi. Ponadto udzielano konsultacji i prowadzono kolportaż materiałów edukacyjnych nt. przyczyn i skutków nadciśnienia tętniczego oraz sposobów leczenia i zapobiegania temu schorzeniu.
- PSSE w Drezdenku we współpracy z zarządami klubów seniora na terenie powiatu strzelecko – drezdeneckiego (5 klubów), Środowiskowego Domu Samopomocy w Drezdenku, Domu Wspólnoty „Barka” w Drezdenku oraz Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Drezdenku zorganizowała cykliczną imprezę prozdrowotną z okazji Światowego Dnia Zdrowia. Pracownicy PSSE edukowali uczestników imprezy w zakresie zdrowego stylu życia (zbilansowana dieta, aktywność fizyczna, profilaktyka tytoniowa), prowadzili pomiary BMI i zorganizowali konkurs wiedzy, w którym wzięli udział przedstawiciele poszczególnych klubów i stowarzyszeń. W imprezie uczestniczyło ok. 300 osób.
- PSSE w Krośnie Odrzańskim zainicjowała i włączyła się w imprezy prozdrowotne, skierowane do społeczności szkolnej i rodziców uczniów. W Szkole Podstawowej Nr 1 w Krośnie Odrzańskim impreza przebiegała pod hasłem „Czas na zdrowie”. W utworzonych punktach informacyjno-edukacyjnych pracownicy PSSE proponowali pomiary masy ciała i tkanki tłuszczowej (80 pomiarów). Dietetyk z Centrum Żywienia i Promocji Zdrowia w Krośnie Odrzańskim przeprowadził wykład nt. zasad zdrowego

żywienia i roli aktywności fizycznej, a dzieci zaprezentowały przedstawienie pt. „Czy wiesz, co jesz?”

W Szkole Podstawowej nr 2 w Krośnie Odrzańskim podczas „Tygodnia Zdrowia” edukacją objęto całą społeczność szkolną. Prowadzono spotkania z lekarzami, konkursy wiedzy, konkursy plastyczne i warsztaty. Do współpracy zaproszono Urząd Miasta w Krośnie Odrzańskim, który był również fundatorem nagród konkursowych. Pracownicy PSSE utworzyli punkt informacyjno-edukacyjny, w którym wykonywano badania ciśnienia krwi, poziomu tkanki tłuszczowej, obliczano BMI oraz udzielano porad z zakresu racjonalnego odżywiania i wpływu aktywności fizycznej na zdrowie. Z porad i pomiarów skorzystało 80 osób.

- We współpracy z SP ZOZ w Międzyrzeczu, Starostwem Powiatowym w Międzyrzeczu i Stowarzyszeniem Amazonek, PSSE w Międzyrzeczu zorganizowała szkolenie dla mieszkank okolicznych wsi powiatu międzyrzeckiego (78 osób). Podczas szkolenia specjaliści z zakresu kardiologii przeprowadzili 2 wykłady nt. funkcjonowania układu krążenia.
- PSSE w Gorzowie Wlkp. była inicjatorem i organizatorem IV Wiosennej Olimpiady Wiedzy o Zdrowiu dla Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 16 w Gorzowie Wlkp., w której wzięło udział 300 osób. W ramach olimpiady przeprowadzono test wiedzy (w tym pytania dotyczące przyczyn nadciśnienia krwi, prawidłowego żywienia, aktywności fizycznej) oraz wykład pt. „Zdrowe bicie serca”. Ponadto pracownicy PSSE prowadzili pomiary poziomu tkanki tłuszczowej, ciśnienia tętniczego oraz porady i konsultacje w zakresie powyższej tematyki.

Ponadto powiatowe stacje sanitarno-epidemiologiczne zainicjowały na terenie placówek nauczania i podmiotów leczniczych szereg przedsięwzięć prozdrowotnych, które zostały przeprowadzone w formie szkoleń, wykładów, konkursów wiedzy, instruktaży, rozmów indywidualnych, pomiarów, badań profilaktycznych, wystaw oraz dystrybucji materiałów edukacyjnych.

Ze względu na wagę problemu, działania w zakresie profilaktyki chorób układu krążenia będą kontynuowane w ciągu całego roku.

27.05.2013 r. Jolanta Połomska  
data, podpis pracownika sporządzającego sprawozdanie

27.05.2013 r. Mirosława Boksza - Kąkalec  
data i podpis Kierownika komórki organizacyjnej