

Załącznik  
do uchwały Nr 174/2016  
Zarządu Powiatu Czarnkowsko – Trzcianeckiego  
z dnia 25 lutego 2016 r.

**STAROSTWO POWIATOWE W CZARNKOWIE**  
**WYDZIAŁ PROMOCJI, OCHRONY ZDROWIA I SPRAW SPOŁECZNYCH**

**PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA**  
**W POWIECIE**  
**CZARNKOWSKO – TRZCIANECKIM**  
**NA 2016 ROK**

**CZARNKÓW, 2016 r.**

## SPIS TREŚCI

I.	WPROWADZENIE .....	2
II.	PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA W POWIECIE CZARNKOWSKO – TRZCIANECKIM NA 2016 ROK	2
	Promocja Zdrowia .....	3
	Przeciwdziałanie Uzależnieniom .....	5
	Tabela kosztów .....	7
III.	ADRESACI .....	8
IV.	REALIZATORZY .....	8
V.	METODY I NARZĘDZIA .....	8

## I. WPROWADZENIE

Ustawa o samorządzie powiatowym z dnia 5 czerwca 1998 r. (t. j. Dz. U. z 2013 r., poz. 595 ze zm.), nakłada na powiat zadanie w zakresie promocji i ochrony zdrowia. Czynią to również inne ustawy czy ogólnie przyjęte dokumenty, tj.:

|| Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (t. j. Dz. U. z 2008 r., Nr 164, poz. 1027 ze zm.);

|| Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (t. j. Dz. U. z 2012, poz. 124 ze zm.);

|| Krajowy Program Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2011 – 2016;

|| „Dni ważne dla zdrowia”;

|| Karta Ottawska Promocji Zdrowia (1986 r.);

|| Narodowy Program Zdrowia na lata 2016 – 2020.

## II. PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA W POWIECIE CZARNKOWSKO – TRZCIANECKIM na 2016 r.

to kontynuacja celów i realizowanych zamierzeń z lat poprzednich, skonsolidowanych w sześciu zakresach tematycznych, podzielonych na dwa działy: Promocja zdrowia i Przeciwdziałanie narkomanii. Zawarte w nich zamierzenia pokrywają się z celami *Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016 – 2020*, *Krajowego Programu Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2011 – 2016*, oraz zapisami ustawy *o przeciwdziałaniu narkomanii*, do których należy:

1. Zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu nowotworów złośliwych.
2. Poprawa sposobu żywienia ludności i jakości zdrowotnej żywności oraz zmniejszenie występowania otyłości.
3. Zwiększenie aktywności fizycznej ludności.
4. Podniesienie poziomu wiedzy społeczeństwa na temat problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych oraz ograniczenie ich używania i związanych z tym szkód zdrowotnych.
5. Zwiększenie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych i osób zagrożonych uzależnieniem.
6. Udzielanie pomocy rodzinom, w których występuje problem narkomanii w zakresie prawnym, psychospołecznym i terapeutycznym.

7. Prowadzenie działalności profilaktycznej w zakresie edukacyjnym, informacyjnym oraz dydaktycznym ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży.
8. Propagowanie i rozwój działań na rzecz dzieci i młodzieży uwzględniających zajęcia sportowo – rekreacyjne, pomocy uczestnikom programów opiekuńczo – wychowawczych i socjoterapeutycznych.
9. Wspieranie i pomoc organizacjom oraz osobom fizycznym, które zajmują się rozwiązywaniem problemów narkomanii.
10. Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym poprzez upowszechnianie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.

Sposób realizacji poszczególnych tematów i zawartych w nich celów :

## **Promocja Zdrowia**

Celem głównym jest kształtowanie motywacji, wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia, a także podejmowanie działań na rzecz zdrowia własnego i innych. Działania zaplanowane do realizacji w 2016 roku podporządkowane są następującym celom szczegółowym:

### **— SPORT – zwiększenie aktywności fizycznej społeczeństwa, poprzez prowadzenie kampanii oraz akcji zachęcających do zmiany stylu życia**

W czasach, kiedy brak ruchu stanowi coraz większe zagrożenie dla dzieci i młodzieży, zajęcia sportowe nabierają coraz większego znaczenia. Sport powinien być nie tylko źródłem dobrej zabawy, ale także narzędziem wspierającym aktywność uczniów. Ten, kto tak czy inaczej jest wysportowany, będzie uprawiał sport także po szkole. Jednak dla tych, którzy na nadmiar ruchu nie mogą narzekać, zajęcia sportowe w szkole dadzą impuls do zwiększenia aktywności w tym obszarze. Dlatego też w ramach realizacji tego celu zaplanowano działania stricte sportowe, poszerzające rozwój psychofizyczny oraz mający wpływ na różne inne dziedziny życia społeczności szkolnej w kontekście szeroko pojętej promocji zdrowia.

Planujemy zorganizowanie tego typu przedsięwzięć adresowanych szczególnie do młodzieży. Zaliczymy do nich:

- III Powiatowy Turniej „Trzymaj formę”.
- XIII Powiatowy Turniej Sportowy – zdrowy styl życia, uzależnienia.

#### — PIERWSZA POMOC - doskonalenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej

Tradycją stał się już „Powiatowy Turniej Młodzieżowych Drużyn Pierwszej Pomocy Przedmedycznej”. Przygotowaniem Turnieju każdego roku zajmuje się szkoła, której drużyna zwyciężyła w roku poprzednim. Ponieważ szkoły bardzo chętnie uczestniczą w tym przedsięwzięciu oraz jest to dość wymierny element profilaktyki oraz promocji tej czynności w życiu codziennym, traktujemy je jako stały punkt corocznego programu promocji zdrowia. W tym roku będzie to już 12-sta edycja tegoż Turnieju.

Ponadto Wydział Promocji, Ochrony Zdrowia i Spraw Społecznych dysponuje fantomami do nauki udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej oraz zestawem do pozoracji ran. Sprzęt ten podobnie jak w latach ubiegłych wykorzystywany będzie podczas szkoleń, pokazów, a także wypożyczany szkołom, chcącym zorganizować większe akcje bądź chcącym przeprowadzić szkolenia dla uczniów.

#### — KRWODAWSTWO - krzewienie idei krwiodawstwa wśród mieszkańców Powiatu Czarnkowsko – Trzcianeckiego

IV Powiatowa Akcja „*Nie bądź żyła – oddaj krew*”, to zadanie wpisane do programu już od dwóch lat. Jest to doskonała inicjatywa łącząca zarówno młodzież jak i dorosłych mieszkańców naszego powiatu jak również powiatów ościennych. Ponadto chcąc wspierać wszelkie inicjatywy propagujące tę tematykę, *podczas Dni Ziemi Czarnkowskiej chcielibyśmy podziękować honorowym dawcom krwi, którzy oddali tej krwi najwięcej w ciągu roku.* Tym samym być może zachęcimy innych do oddawania krwi w naszym punkcie krwiodawstwa.

#### — POZOSTAŁE zadania:

##### \* **Podnoszenie świadomości w zakresie zachorowań na raka piersi**

Wydział Promocji, Ochrony Zdrowia i Spraw Społecznych dysponuje modelami do nauki samobadania piersi, który wypożyczany jest szkołom, chcącym przeprowadzać zajęcia edukacyjne w tym zakresie. Ponadto włączymy się w akcje promowania pracowni mammograficznej szpitala.

##### \* **Akcja o tematyce cukrzycy w związku ze Światowym Dniem Zdrowia**

##### \* **Akcja „Szansa na Życie” (mammografia i krwiodawstwo)**

##### \* **VII Powiatowa Konferencja Zdrowia Publicznego**

##### \* **Dzień Promocji Zdrowia Psychicznego w związku ze Światowym Dniem Zdrowia**

##### **Psychicznego**

#### — Promowanie zdrowego stylu życia poprzez materiały edukacyjno – informacyjne, gadżety

W budżecie Wydziału przewidziano środki finansowe na zakup i przygotowanie wspomnianych materiałów, niezbędnych do przeprowadzenia szeregu zadań i akcji. Kształt i forma zakupionych bądź zamówionych materiałów zostanie określone w ciągu roku i odzwierciedlać będzie potrzeby wynikające

z realizacji zadań. Warto wspomnieć iż zakupione gadzety rozdane będą podczas akcji organizowanych przez Wydział.

## **Przeciwdziałanie uzależnieniom**

Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii nakłada na samorządy gminne i samorządy powiatowe konkretne zadania związane z tą dziedziną.

Zadania te realizowane są w trzech obszarach:

- profilaktyki,
- leczenia, rehabilitacji i ograniczania szkód zdrowotnych,
- badań, monitoringu i ewaluacji.

Podstawę merytoryczną do działań w zakresie przeciwdziałania narkomanii stanowi Krajowy Program Przeciwdziałania Narkomanii opracowany przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2011 – 2016.

Profilaktyka uzależnień w Powiecie Czarnkowsko – Trzcieńskim prowadzona jest głównie w szkołach z terenu naszego powiatu. Wychodzimy z założenia, iż u podstaw skuteczności proponowanych działań jest przede wszystkim współpraca z nauczycielami, pedagogami szkolnymi, gdyż to oni mają możliwość na bieżąco diagnozować potrzeby i problemy społeczności szkolnej. Dzięki nauczycielom i pedagogom szkolnym mamy szansę dotrzeć z programem również do rodziców, których poziom wiedzy na temat uzależnień także nie pozostaje bez znaczenia dla skuteczności *Programu*. Z przeprowadzonych na przestrzeni tego czasu obserwacji wynika, że działania w zakresie przeciwdziałania narkomanii przynoszą zamierzone rezultaty. Młodzież bardzo chętnie korzysta i włącza się w proponowaną przez nas współpracę i zadania.

### **CELE**

- Podnoszenie poziomu wiedzy o szkodliwości przyjmowania substancji psychoaktywnych;
- Przeciwdziałanie inicjacji narkotykowej;
- Lokalne diagnozowanie problemu rozpowszechniania nadużywalności i inicjacji narkotykowej z wykorzystaniem narzędzi badawczych;
- Zwiększenie skuteczności i dostępności terapeutycznej, psychologicznej czy prawnej dla osób i rodzin z problemem nadużywalności czy uzależnienia;

- Wspieranie działań placówek oświatowo – wychowawczych, organizacji i stowarzyszeń podejmujących działania służące rozwiązywaniu problemów narkomanii.

Powyższe cele zamierzamy osiągnąć poprzez szereg działań zaplanowanych do realizacji w roku 2016.

#### — Zajęcia warsztatowe

Na terenie szkół powiatowych prowadzone będą zajęcia warsztatowe z młodzieżą z zakresu przeciwdziałania uzależnieniom.

#### — Zwiększenie skuteczności w zapobieganiu zakażeniom wirusem HIV i podnoszenie świadomości na temat HIV/ AIDS

Działania podejmowane w ramach realizacji tego zadania podobnie jak w latach ubiegłych opierać się będą na współpracy Wydziału Promocji, Ochrony Zdrowia i Spraw Społecznych z Zespołem Szkół Leśnych w Goraju. Po raz ósmy zorganizowana zostanie *Powiatowa Olimpiada Wiedzy o HIV/AIDS*, adresowana do uczniów szkół ponadgimnazjalnych.

#### — SPORT - zwiększenie aktywności fizycznej młodzieży oraz propagowanie zdrowego stylu życia bez nałogów

Wychodząc z założenia, że sport jest alternatywą spędzania wolnego czasu z dala od uzależnień, mamy zamiar zorganizować **Kampanię „Moim uzależnieniem jest sport”**.

#### — Działania przeciw uzależnieniom

\* **Kampania Społeczna – „Dopalacze”**

\* **PaT – Profilaktyka, a Ty**

Ponadto prowadzona będzie szeroko pojęta działalność informacyjno – medialna, mająca na celu propagowanie idei związanych z działalnością na rzecz przeciwdziałania narkomanii.

#### — Promowanie zdrowego stylu życia poprzez materiały edukacyjno – informacyjne, gadżety

Na realizację Programu Promocji Zdrowia w budżecie powiatu łącznie zarezerwowano kwotę w wysokości **30.000,00 zł**. Szczegółowe rozpisanie zadań w nim zawartych, jak i kosztów przyznanych na poszczególne zadania zawarto w poniższej tabeli:

Proponowany m-c	Zadanie	Realizacja	Planowany koszt (zł.)
<b>PROMOCJA ZDROWIA</b>			
	<b>Sport – zwiększenie aktywności fizycznej społeczeństwa, poprzez prowadzenie kampanii oraz akcji zachęcających do zmiany stylu życia</b>		<b><u>2.500,00</u></b>
V-VI	III Powiatowy Turniej „Trzymaj Formę”	- SANEPID Czarnków - koordynacja - Wydział PZS	
XI	Powiatowy Turniej Sportowy – zdrowy styl życia, uzależnienia	- Specjaliści Terapii Uzależnień - p. Białyński - SANEPID - koordynacja - Wydział PZS	
	<b>Pierwsza Pomoc – doskonalenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej</b>		<b><u>700,00</u></b>
IV	XII Powiatowy Turniej Pierwszej Pomocy Przedmedycznej	- Zespół Szkół Wieleń - koordynacja - Wydział PZS	
III – XII	Wypożyczanie sprzętu do nauki udzielania Pierwszej Pomocy Przedmedycznej	Wydział PZS	
	<b>Krwiodawstwo – krzewienie idei krwiodawstwa wśród mieszkańców Powiatu Czarnkowsko - Trzanieckiego</b>		<b><u>0,00</u></b>
XI	IV Powiatowa Akcja „Nie bądź żyła – oddaj krew”	- p. Krzysztof Wiza - koordynacja - Wydział PZS	
VI	Podziękowanie Honorowym Dawcom Krwi podczas Dni Ziemi Czarnkowskiej	- p. Krzysztof Wiza - koordynacja - Wydział PZS	
	<b>Pozostałe zadania</b>		<b><u>12.860,00</u></b>
III – XII	Wypożyczanie fantomów do nauki samobadania piersi	Wydział PZS	
IV	Akcja o tematyce cukrzycy w związku ze Światowym Dniem Zdrowia	- Szpitale - SANEPID - koordynacja - Wydział PZS	
V	Akcja „Szansa na Życie”	- p. Ewa Kozłowicz - p. Krzysztof Wiza - koordynacja - Wydział PZS	
X-XI	VII Powiatowa Konferencja Zdrowia Publicznego	- SANEPID Czarnków - koordynacja - Wydział PZS	
X	Dzień Zdrowia Psychicznego w związku ze Światowym Dniem, Zdrowia Psychicznego	- ZSP Czarnków - koordynacja - Wydział PZS	
III - XI	Gadżety	Wydział PZS	
III – XI	Inne zadania	Wydział PZS	
<b>PRZECIWDZIAŁANIE UZALEŻNIENIOM</b>			
	<b>Działalność konsultacyjno - informacyjna</b>		<b><u>3.675,00</u></b>
III-VI IX-XI	Zajęcia warsztatowe	- Specjalista Terapii Uzależnień - koordynacja – Wydział PZS	
	<b>Zwiększenie skuteczności w zapobieganiu zakażeniom wirusem HIV i podnoszenie świadomości na temat HIV/AIDS</b>		<b><u>700,00</u></b>
XII	VIII Powiatowa Olimpiada Wiedzy o HIV/ AIDS	- ZSL Goraj - koordynacja - Wydział PZS	
	<b>SPORT - Zwiększenie aktywności fizycznej młodzieży oraz propagowanie zdrowego stylu życia bez nałogów</b>		<b><u>2.100,00</u></b>
III – IV	Kampania „Moim uzależnieniem jest sport”	koordynacja – Wydział PZS	
	<b>Działania przeciw uzależnieniom</b>		<b><u>7.465,00</u></b>
IX-X	Kampania Społeczna „Dopalacze”	- Szpitale - Policja - Specjaliści Terapii Uzależnień - SANEPID Czarnków - koordynacja - Wydział PZS	
III – XII	PaT – Profilaktyka, a Ty	- Policja - Szkoły Prowadzone przez Edukację Lubasz w Lubaszu - koordynacja - Wydział PZS	
III - XI	Gadżety, inne zadania	Wydział PZS	



### III. ADRESACI

Jak wynika z opisanego wyżej Programu i zawartych w nich celów, jego odbiorcami są mieszkańcy naszego Powiatu.

### IV. REALIZATORZY

*Program realizowany będzie we współpracy z:*

- ^ Specjalistami Terapii Uzależnień;
- ^ Komendą Powiatową Policji w Czarnkowie;
- ^ Powiatową Stacją Sanitarno – Epidemiologiczną w Czarnkowie;
- ^ Zespołem Szkół Leśnych w Goraju;
- ^ Szkołami z terenu Powiatu Czarnkowsko – Trzcianeckiego;
- ^ i z innymi instytucjami.

### V. METODY I NARZĘDZIA

#### 1. Zastosowane metody

- działalność edukacyjno – informacyjna;
- dystrybucja materiałów edukacyjno – informacyjnych;
- propagowanie idei programu w prasie i lokalnej telewizji;
- konsolidacja działań z uwzględnieniem instytucji i organizacji w zakresie realizacji zadań szczegółowych.

#### 2. Narzędzia

- materiały edukacyjne;
- pogadanki, rozmowy indywidualne;
- materiały wizualno – poglądowe;
- środki masowego przekazu.

**STAROSTA**  
  
**mgr Tadeusz Teterus**

Opracowanie:

Alicja Rydzy

Wydział Promocji, Ochrony Zdrowia i Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Czarnkowie