

		emocji w sposób bezpieczny dla nich samych i dla innych.		
	<b>„Ruch i taniec to jest zdrowie, każdy przedszkolak Ci to powie”</b>	Doskonalenie koordynacji wzrokowo – ruchowej, utrwalanie trwałych nawyków zdrowotnych związanych z tańcem i ruchem, rozwijania świadomości ciała.	Nie	25
2023	Udział w zajęciach z ratownikiem medycznym <b>„Pierwsza pomoc”</b>	Zajęcia praktyczne z ratownikiem medycznym dotyczącym udzielania pierwszej pomocy.	Nie	25
	Udział w zajęciach Dogoterapii	Możliwość obcowania z psem rozwijanie pozytywnych emocji, budowanie poczucia bezpieczeństwa, odpowiedzialności za zwierzę, przełamywanie lęków, rozwijanie procesów poznawczych.	Nie	100
	Program profilaktyczny <b>„Poruszające bajki o emocjach”</b>	Wspieranie rozwoju kompetencji społeczno-emocjonalnych, radzenie sobie z trudnymi sytuacjami, zdrowe relacje z rówieśnikami.	Nie	25
	Inicjatywa - Move Week- <b>rozruch poranny</b>	Rozwijanie sprawności fizycznej.	Tak	50
	Realizacja programu <b>„Skąd się biorą produkty ekologiczne”</b> (Wojewódzka Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna w Gorzowie Wlkp.)	Zwiększanie świadomości i wiedzy na temat rolnictwa ekologicznego oraz budowanie właściwych nawyków żywieniowych od najmłodszych lat.	Nie	100
	Realizacja programu Akademia Przedszkolaka <b>„Dyscypliny sportowe poznajemy, jak codziennie ćwiczyć i żyć zdrowo dobrze wiemy”</b>	Realizacja scenariuszy zajęć oraz zabaw kształtujących postawy prozdrowotne: zdrowe odżywianie, rozwijanie sprawności fizycznej.	Nie	100
	Zajęcia promujące zdrowie psychiczne <b>„Przyjaciele Zippiego”</b>	Kształtowanie i rozwijanie umiejętności psychospołecznych u małych dzieci.	Tak	25

Źródło: Przedszkole Miejskie Nr 3 w Kostrzynie nad Odrą.

4. Przedszkole Miejskie Nr 4 „Bajka”, ul. Osiedlowa 8

Rok	Nazwa programu edukacyjno - zdrowotnego, projektu, kampanii ogólnopolskiej/społecznej, itp.	Opis programu, projektu, kampanii, itp.	Certyfikat	Liczba uczestników
<b>2021</b>	Spotkanie z ratownikiem medycznym	Pokaz udzielania pierwszej pomocy, reagowanie w sytuacji zagrożenia życia	Nie	100
	Gimnastyka korekcyjna	Profilaktyka wad postawy, zajęcia dodatkowe na podstawie informacji od ortopedy	Nie	10
	Przedszkole bez nudy	Program własny nauczycielek przedszkola – nauka kreatywnego spędzania czasu wolnego, profilaktyka uzależnień	Nie	100
	Realizacja założeń planu rocznego przedszkola w obszarze zdrowia: - Piramida zdrowego żywienia - Zasady bezpiecznego pobytu w domu, w przedszkolu i na podwórku - Przestrzeganie zasad higieny ciała	Realizacja zajęć dydaktyczno - wychowawczych rozwijających wiedzę o zdrowiu, zapobieganie chorobom, zdrowe żywienia. A także przestrzeganie zasad bezpieczeństwa fizycznego oraz kształtowanie nawyków higienicznych całego ciała.	Nie	100
	Zasady bezpieczeństwa wynikające z epidemii COVID-19	Wdrażanie zasad zapobiegania rozprzestrzenianiu epidemii, stosowanie zaleceń Powiatowej Stacji Sanitarno -Epidemiologicznej	Nie	100
	<b>Spacer w chmurach</b> – innowacja pedagogiczna M. Dudziak	Rozwijanie umiejętności odprężania, relaksacji, profilaktyka uzależnień, rozumienie i radzenie sobie z trudnymi emocjami. Wdrażanie rodziców w profilaktykę zdrowia psychicznego i obniżania napięcia emocjonalnego.	Nie	25
	<b>Moje emocje</b> – program własny M. Karaszewskiej	Zajęcia poszerzające wiedzę na temat rozpoznawania, nazywania i reagowania na pojawiające się emocje. Poznanie technik radzenia sobie z emocjami.	Nie	25
<b>2022</b>	Realizacja założeń planu rocznego przedszkola: – zasady bezpieczeństwa – w sali, na placu zabaw, na drodze, na wakacjach, na wycieczkach itd. - zasady higieny osobistej - przygotowanie do pójścia do szkoły „Wspólna lekcja” - warzywa i owoce.	Systematyczne codzienne zajęcia dydaktyczno - wychowawcze realizowane zgodnie z planami miesięcznymi w zakresie bezpieczeństwa fizycznego, zdrowia oraz gotowości emocjonalnej 6 latka przed pójściem do szkoły. Wdrażanie do zasad zdrowego żywienia.	Nie	109

	<b>Dzień Szefa Kuchni</b>	Popularyzacja zdrowego trybu życia, wdrażanie do samodzielnego przygotowania posiłków, odróżnianie posiłków zdrowych od niekorzystnych dla zdrowia	Nie	82
	Udział w ogólnopolskim projekcie edukacyjnym „Poruszające bajki o Emocjach”	Dwutygodniowy cykl zajęć prowadzony przez certyfikowanych trenerów. Warsztaty w grupie 5 latków oparte o autorskie bajki, umożliwiające poprzez metodę dramy grupowej poznanie emocji od prostych do złożonych.	Nie	28
	Cykl zajęć pedagoga specjalnego „Moje emocje”	Realizacja zajęć z zakresu pomocy psychologiczno – pedagogicznej z dziećmi przejawiającymi trudności w rozwoju emocjonalno – społecznym.	Nie	10
	Spotkanie z ratownikiem medycznym	Poznanie zasad pierwszej pomocy przedmedycznej, reagowanie w sytuacjach trudnych, utrwalenie numerów alarmowych	Nie	109
	Spotkanie z pielęgniarką p. Helena Rudaniecką	Zaproszenie do przedszkola przedstawiciela służby zdrowia - profilaktyka i zasady dbania o higienę jamy ustnej, przestrzeganie zasad zdrowego żywienia	Nie	109
	Dogoterapia	Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa w kontakcie ze zwierzętami, rozwijanie empatii wobec zwierząt, regulowanie emocji dziecka poprzez kontakt z psem.	Nie	109
2023	Realizacja planu rocznego przedszkola w zakresie zdrowia fizycznego: - Kodeks przedszkolaka i zasady bezpieczeństwa w przedszkolu, - Bezpieczeństwo w domu, - Bezpieczna droga do przedszkola, - Bezpieczne zabawy zimą, - Bezpieczeństwo nad wodą. - Zdrowe żywienie, - Profilaktyka zdrowotna. - Zdrowe warzywa, - Sprawność fizyczna – Sportowy dzień rodziny, - Zorganizowana codzienna aktywność ruchowa metodami aktywizującymi	Cykliczne zajęcia dydaktyczno-wychowawcze prowadzone cały rok szkolny.	Nie	104

Realizacja planu rocznego w zakresie zdrowia psychicznego: - Utworzenie kącików relaksacyjnych w salach, - warsztaty psychologiczne "Techniki relaksacyjne" - elementy arteterapii - TUS dla najmłodszych	Działania realizowane cały rok szkolny, prowadzące do nabywania umiejętności wyrażania emocji i rozwiązywania konfliktów rówieśniczych; nabywania umiejętności społecznych, obniżania napięcia, relaksowania i wyrażania siebie w różnych formach artystycznych.	Nie	104
Cykl zajęć Bajki terapeutyczne „Mądre bajki – pozytywne myślenie”	Bajkoterapia wspomagająca zdrowie psychiczne – oswajanie dzieci z sytuacjami budzącymi niepokój, szukanie sposobów na radzenie sobie z własnymi trudnościami i lękami.	Nie	52
Realizacja projektu „Spotkania ze zdrowiem”: - Obchody Dnia Dentysty – spotkania ze stomatologiem - Spotkanie z ratownikiem medycznym – pierwsza pomoc przedmedyczna z pracownikiem WOPR - Cykliczne zajęcia na świeżym powietrzu „Ruch to zdrowie”	Cykliczne zajęcia oparte na spotkaniach z przedstawicielami służby zdrowia, kształtowanie zdrowych nawyków, praktyczne próby udzielania pierwszej pomocy	Nie	104
Wycieczki do miejsc związanych ze służbą zdrowia: - współpraca z gabinetem stomatologicznym A. Lech - wizyta w Aptece	Poznanie zawodów dotyczących zdrowia, profilaktyka chorób, poznanie zasad dbania o higienę jamy ustnej.	Nie	52
Lekcja z NFZ – udział w akcji profilaktyka i promocja zdrowia w lubuskim	„Zdrowie naszym skarbem” zajęcia na temat: Nie serwuj sobie choroby – kształtowanie nawyków higienicznych, nabywanie wiedzy o zdrowym odżywianiu	Nie	52
Udział w działaniach lokalnych promujących sprawność fizyczną - Olimpiada przedszkolaków o puchar Burmistrza	Współpraca ze środowiskiem lokalnych w ramach promowania aktywności fizycznej	Nie	25
Warsztaty z psychologiem z Poradni Psychologicznej – Pedagogicznej	Zajęcia dla 6 - latków na temat „Zapobieganie agresji” - poznanie sposobów bezpiecznego regulowania emocji.	Nie	25
Program własny „Moje emocje”	Cykliczne zajęcia grupowe o emocjach – prowadzone przez pedagoga specjalnego we wszystkich grupach.	Nie	25

	Program własny „ <b>Zdrowie na talerzu</b> ”	Kształtowanie nawyków zdrowego odżywiania we współpracy z rodzicami, utworzenie przedszkolnej książki kucharskiej Zajęcia z intendentką - Modyfikacja jadłospisu , samodzielne komponowanie śniadań, warsztaty nt. wpływu prawidłowego odżywiania na zdrowie	Nie	27
	Udział w ogólnopolskim projekcie edukacyjnym „ <b>Poruszające bajki o Emocjach</b> ”	Dwutygodniowy cykl zajęć prowadzony przez certyfikowanych trenerów. Warsztaty w grupie 5 latków oparte o autorskie bajki, umożliwiające poprzez metodę dramy grupowej poznanie emocji od prostych do złożonych.	Nie	28
	Dogoterapia	Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa w kontakcie ze zwierzętami, rozwijanie empatii wobec zwierząt, regulowanie emocji dziecka poprzez kontakt z psem.	Nie	104

Źródło: Przedszkole Miejskie Nr 4 w Kostrzynie nad Odrą.

4. Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Przyjaciół Kostrzyna, ul. Tadeusza Kościuszki 7

Lp.	Nazwa programu edukacyjno - zdrowotnego, projektu, kampanii ogólnopolskiej/ społecznej, itp.	Opis programu, projektu, kampanii, itp.	Certyfikat	Liczba uczestników
1.	" <b>Każde dziecko wie, jak zdrowo odżywiać się</b> "	Zainteresowanie uczniów tematyką zdrowego stylu życia, odżywiania się oraz zainteresowań sportowych.	Nie	190
2.	„ <b>Nie zmarnuj swojego życia</b> "	Spotkanie z muzykami (raperami) zespołu "Rymcerze" - ukazujące problemy uzależnienia od narkotyków i dramaty z tym związane.	Nie	145
3.	Ogólnopolska Kampania Społeczna „ <b>Zachowaj Trzeźwy Umysł</b> "	Lekcje wychowawcze na temat zdrowego stylu życia bez używek (narkotyki, alkohol, nikotyna)	Tak	280
4.	" <b>Narkotyki- to mnie nie kręci</b> "	Akcja informacyjna - plakaty, broszury, ulotki.	Nie	450
5.	Pierwsza pomoc	Zajęcia z zasad udzielania pierwszej pomocy medycznej i umiejętności prowadzenia akcji ratowniczej.	Nie	135
6.	Spotkania edukacyjne z doradcami NFZ	Spotkania uczniów klas 0 – III z doradcami z Narodowego Funduszu Zdrowia, dotyczące zdrowego odżywiania, dbania o zęby oraz prowadzenia aktywnego trybu życia.	Nie	210

7.	Spotkanie z dietetykiem klinicznym	Spotkania odbyły się w klasach VI- VII. Poświęcone były zasadom zdrowego odżywiania w okresie dojrzewania.	Nie	70
8.	Profilaktyka stomatologiczna	Projekt polegał na cyklicznych wizytach uczniów w gabinecie stomatologicznym w ramach wczesnej profilaktyki przeciwpóchniczej.	Nie	250
9.	Projekt edukacyjny „Między nami kobietkami”	Projekt zrealizowany we współpracy z firmą Always dotyczący dbałości o zdrowie i higienę ciała. w okresie dojrzewania.	Nie	40
10.	<b>Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej</b> – rekomendowany program profilaktyczny	Zajęcia obejmowały cykl 10 spotkań, mających na celu rozwijanie w dzieciach podstawowych umiejętności społecznych i emocjonalnych oraz przygotowanie do radzenia sobie z trudnościami. Program był adresowany do dzieci wymagających wsparcia psychicznego, został zbudowany na podstawie 10 wskazań dla zachowania zdrowia psychicznego. Program był realizowany przez szkolnych certyfikowanych terapeutów.	Tak	15
11.	<b>Warsztaty "Tomek i czarny kruk"</b>	Warsztaty prowadzone przez trenerów z Centrum Działań Profilaktycznych w Wieliczce poświęcone profilaktyce agresji i przemocy.	Nie	65
12.	Program dla szkół	„Program dla szkół” to unijny projekt koordynowany przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa, który polega na dostarczaniu dzieciom owoców, warzyw oraz mleka i przetworów mlecznych. Głównym celem jest kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych poprzez dostarczanie uczniom produktów mlecznych oraz owocowo-warzywnych.	Nie	324
13.	Ogólnopolska Kampania Społeczna „ <b>Zachowaj Trzeźwy Umysł</b> ”	Lekcje wychowawcze na temat mechanizmów powstawania uzależnień.	Tak	454
14.	Warsztaty <b>"Smutno, że aż boli"</b>	Warsztaty prowadzone przez trenerów z Centrum Działań Profilaktycznych w Wieliczce. Poświęcone radzeniu sobie z depresją oraz obniżeniem nastroju.	Nie	70
15.	<b>"eMOCje w głowie"</b>	Lekcje wychowawcze w klasach	Nie	150



		IV-VI dotyczące tego jak radzić sobie ze swoimi emocjami.		
16.	<b>Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej</b> – rekomendowany program profilaktyczny	Zajęcia mające na celu rozwijanie w dzieciach podstawowych umiejętności społecznych i emocjonalnych. Program był adresowany do dzieci wymagających wsparcia psychicznego, .	Tak	12
17.	Warsztaty <b>"Bez-stres"</b>	Warsztaty prowadzone przez trenerów z Centrum Działań Profilaktycznych w Wieliczce. Poświęcone radzeniu sobie ze stresem.	Nie	165
18.	Program Profilaktyki Czerniaka	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych na temat zasad profilaktyki czerniaka. Uczniowie zdobyli umiejętność przeprowadzenia samobadania skóry i różnicowania zmian podejrzanych o charakter nowotworowy ze zwykłymi znamionami.	Nie	135

*Źródło: Szkoła Podstawowa Nr 1 w Kostrzynie nad Odrą.*

5. Szkoła Podstawowa Nr 2 im. Przyjaciół Ziemi, ul. Ludwika Banaszaka 1

Rok szkolny	Nazwa programu edukacyjno - zdrowotnego, projektu, kampanii ogólnopolskiej/społecznej, itp	Opis programu, projektu, kampanii, itp.	Certyfikat	Liczba uczestników
2021/2022	Międzynarodowy projekt edukacyjny <b>EMOCJA</b>	Kreatywność , Wyobraźnia, Moc słów, Empatia	Tak	38
	Projekt <b>NAWIGACJA NA KAŻDĄ POGODĘ</b>	Inicjatywa profilaktyczna służąca wzmocnieniu kondycji psychicznej uczniów osłabionej sytuacjami kryzysowymi w tym skutkami pandemii COVID - 19	Tak	56
	Akcja promocji zdrowia psychicznego – <b>OGÓLNOPOLSKI TYDZIEŃ SZCZĘŚCIA W SZKOLE</b>	Poprawa dobrostanu psychofizycznego uczniów SP2 poprzez działania zmierzające do zwiększenia poczucia szczęścia i radości	Nie	517
	Jesienna szkolna akcja profilaktyki zdrowia	Quizy i zagadki związane ze zdrowym stylem życia. Nagroda w postaci zdrowych owoców	Nie	517
	Akcja „Zdrowy uśmiech”	Profilaktyka dbania o zdrowie jamy ustnej i zębów	Nie	67
	Strefa ciszy i relaksu - szkolna akcja	Promocja zdrowego stylu życia – utworzenie w szkole miejsca ciszy i relaksu dla uczniów	Nie	517
	Zdrowa kanapka	Szkolna akcja profilaktyka zdrowych nawyków żywieniowych	Nie	70
	Akcja witaminy	Szkolna akcja informacyjna	Nie	517

2022/2023	<b>FESTIWAL ZDROWIA</b>	Szkolna akcja profilaktyki zdrowia promująca zdrowe nawyki żywieniowe min. zdrowe słodkości i desery	Nie	517
	Promocja zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w obszarze ograniczania szkód wywołanych epidemią COVID - 19	Warsztaty mające na celu budowania odporności psychicznej: „Trening redukcji stresu” „Smutno, że aż boli” „Sposoby radzenia sobie z przykrymi emocjami” Warsztaty z CDP Wieliczka - teatrzyki profilaktyczne	Nie	517
	Akcja szkolna „ <b>Mój żywieniowy plan dnia</b> ”	- działania promujące zdrowe odżywianie	Nie	517
	Ogólnopolski Tydzień Szczenia	Poprawa dobrostanu psychofizycznego uczniów SP2 poprzez działania zmierzające do zwiększenia poczucia szczęścia i radości	Nie	533
	Szkolne turnieje sportowe (z misją i hasłami z profilaktyki zdrowia i uzależnień typu "Kto pije i pali nie wygrywa medali")	Celem jest promocja zdrowego stylu życia	Nie	321
	Jesienna akcja profilaktyki zdrowia	Quizy i zagadki związane ze zdrowym stylem życia. Nagroda w postaci zdrowych owoców	Nie	533
	Program edukacyjny „Między nami kobietkami”	Promocja zdrowia	Nie	59
	<b>SZKOLNY FESTIWAL ZDROWIA</b>	Akcja profilaktyki zdrowia promująca zdrowe nawyki żywieniowe min. zdrowe słodkości i desery	Nie	533
	Kampania Zachowaj Trzeźwy Umysł	Kampania promująca zdrowy styl życia	Tak	533
2023/2024	Strefa ciszy i relaksu	Promowanie zdrowia psychicznego	Nie	533
	Udział uczniów w #BIEGUFairPlayPKOI 2023 organizowanym przez Polski Komitet Olimpijski	Ogólnopolska akcja pod patronatem Polskiego Komitetu Olimpijskiego promująca aktywność fizyczną oraz wartości etyczne zarówno w sporcie jak i życiu codziennym.	Tak	50
	Ogólnopolski konkurs <b>PHOENIX ACTIVE SCHOOL</b>	Zaangażowanie uczniów do aktywności i sportowego, zdrowego trybu życia. Uczniowie wzięli udział w konkursie - nagranie promujące ich aktywność fizyczną. Nasza szkoła znalazła się na liście zwycięzców otrzymując jedną z głównych nagród jaką były warsztaty sportowe z czołowym zawodnikiem, reprezentantem Polski jazdy na rowerze BMX	Tak	61



		Maksymilianem Plóciennikiem.		
	Trzymaj Formę	Inicjatywa propagująca zdrowy styl życia – zbilansowane odżywianie połączone z regularną aktywnością fizyczną	Tak	484
	Projekt - Lekcje z klasa. Jak odczytywać emocje?	Cel - umiejętność radzenia sobie z emocjami	Tak	51
	Ogólnopolski projekt „Jestem AS – akceptuję siebie”	Profilaktyka zdrowia psychicznego	Nie	484
	Szkolne turnieje sportowe promujące zdrowy styl życia	Profilaktyka zdrowia fizycznego i profilaktyka uzależnień	Nie	280
	Spotkanie z psychodietetykiem	Celem jest promowanie zdrowych nawyków żywieniowych	Nie	114
	Projekt ogólnopolski – Tydzień Uczniowskiej SuperMocy	Promocja zdrowia psychicznego której celem jest wzmacnianie odporności psychicznej	Nie	484
	Kampania Zachowaj Trzeźwy Umysł	„Bilet na zdrową podróż” „Wygrywam zdrowie”	Tak	484
	Szkolna akcja „Zdrowa kanapka”	Kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych	Nie	132
	Jesienna akcja profilaktyki zdrowia	Quizy i zagadki związane ze zdrowym stylem życia. Nagroda w postaci zdrowych owoców	Nie	484
	Strefa ciszy i relaksu	Promowanie zdrowia psychicznego, dbania o swój dobrostan psychiczny	Nie	484
	Szkolna „Akcja – relaksacja”	Działania promujące dbałość o zdrowie psychiczne i fizyczne	Nie	484
	Szkolna akcja profilaktyczna PPPM	Akcja , której celem jest nauka udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej	Nie	484
	Europejski Dzień Sportu Szkolnego	ogólnopolska akcja promująca zdrowy styl życia i budowanie dobrych nawyków. Zorganizowanie 120 minut aktywności dla klas 4-8 oraz przeprowadzenie Ruchowego Planu Lekcji dla klas 1-3.	Tak	484

Źródło: Szkoła Podstawowa Nr 2 w Kostrzynie nad Odrą.

Działania pielęgniarki szkolnej w Szkole Podstawowej Nr 2 promujące zdrowie w latach 2001-2023 obejmowały m.in. pogadanki, pokazy, działania informacyjne skierowane do uczniów i ich rodziców, akcje edukacyjno – informacyjne, tj.:

1. Higiena osobista człowieka.
2. Pierwsza Pomoc Przedmedyczna.
3. Wszawica - profilaktyka i zasady postępowania.
4. Biały ząbek – higiena jamy ustnej
5. Zapobieganie wadom postawy.
6. Znamie – znam je.
7. Koronawirus - profilaktyka, jak się zachowywać, żeby zapobiegać zachorowaniu.

6. Szkoła Podstawowa Nr 3 im. Integracji Europejskiej, ul. Mikołaja Reja 32A

Nazwa programu edukacyjno-zdrowotnego, projektu, kampanii ogólnopolskiej/społecznej	Opis programu, kampanii, projektu	Rok	Certyfikat	Liczba uczestników
<b>Zachowaj Trzeźwy Umysł</b>	<p>Hasło: „W poszukiwaniu szczęścia...” Kampania na rok 2021 została przygotowana z myślą o wsparciu dzieci i młodzieży oraz ich rodziców w trudnych czasach izolacji społecznej.</p> <p>Główne cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– budowanie poczucia własnej wartości u dzieci i młodzieży,</li> <li>– kształtowanie umiejętności dostrzegania własnych zalet i mocnych stron,</li> <li>– dozowanie pozytywnych emocji,</li> <li>– motywowanie do realizacji założonych celów,</li> <li>– minimalizacja zachowań ryzykownych.</li> <li>- zwrócenie uwagi uczniów na szczęście jako stan, który może się przejawiać w różnych aktywnościach życia codziennego.</li> </ul>	<u>2021</u>	Tak	258
	<p>Hasło: „Nie czas na nudę!”,</p> <p>Celami kampanii w roku 2022 były :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- budowanie umiejętności i rozwijania kompetencji radzenia sobie w sytuacjach trudnych, które powodują ryzyko pojawienia się zachowań agresywnych i autodestrukcyjnych np. sięgania po alkohol, dopalacze, papierosy.</li> <li>- wyzwalanie pozytywnych emocji, czyli niwelowanie szkód psychicznych związanych z ograniczeniami nałożonymi w związku z pandemią.</li> </ul>	<u>2022</u>	Tak	278

	- nabywanie umiejętności zagospodarowania wolnego czasu, promocja aktywnego trybu życia.			
	<p>Hasło: „Rosnę zdrowo!”</p> <p>Celami Kampanii w roku 2023 były:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- edukacja uczniów w zakresie zdrowego stylu życia, uwzględniającego takie obszary jak: zdrowe odżywianie, aktywność fizyczna, zdrowie psychiczne, dobre relacje szkolne oraz rodzinne;</li> <li>- promowanie konstruktywnych postaw zdrowego stylu życia oraz atrakcyjnych dla dzieci i młodzieży aktywności prospołecznych jako alternatywy wobec wielu zachowań ryzykownych, szczególnie picia alkoholu, zażywania narkotyków oraz stosowania przemocy;</li> <li>- wsparcie wychowawcze rodziców, w tym wskazanie środowiska rodzinnego, jako tego, który stanowi najważniejszy czynniki ochronny przed zachowaniami ryzykownymi.</li> </ul>	<u>2023</u>	Tak	289
<b>Trzymaj Formę</b>	Głównym celem programu jest edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej i ich rodzin poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety, w oparciu o odpowiedzialność indywidualną i wolny wybór jednostki.	<u>2021</u>	Tak	85 (klasy V - VII)
		<u>2022</u>	Tak	76 (klasy V - VII)
		<u>2023</u>	Tak	89 (klasy V - VII)
<b>Szkoła Promująca Zdrowie</b>	W ramach programu podejmowane są systematyczne i planowe działania, służące tworzeniu	<u>2021</u>	Nie	258

	środowiska społecznego i fizycznego sprzyjającego zdrowiu i dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej oraz wspieraniu rozwoju kompetencji uczniów i pracowników w zakresie dbałości o zdrowie przez całe życie.	<u>2022</u>	Nie	278
		<u>2023</u>	Tak (szkoła otrzymuje certyfikat co 3 lata)	289
<b>Zdrowo jem, więcej wiem.</b>	Głównym celem projektu jest wykształcenie u dzieci postaw prozdrowotnych poprzez uczenie zasad zdrowego odżywiania oraz przekazywanie wiedzy na temat produktów służących zdrowiu i produktów dla zdrowia szkodliwych, jak i również uświadomienie związku pomiędzy żywieniem a występowaniem wielu chorób i dolegliwości oraz podkreślenie roli codziennej aktywności fizycznej w profilaktyce zdrowotnej.	<u>2021</u>	Nie	142 (klasy I - III)
		<u>2022</u>	Nie	127 (klasy I - III)
		<u>2023</u>	Nie	127 (klasy I - III)
<b>Akademia Bezpiecznego Puchatka</b>	Program skupia się na tematyce bezpieczeństwa w sześciu obszarach aktywności dziecka: na drodze, w domu, w szkole, podczas wypoczynku, w Internecie i w relacjach z rówieśnikami. Podczas zajęć omawiane są zasady bezpiecznej zabawy wraz sytuacjami, w których dzieci mogą czuć się niebezpieczne. W czasie Programu uczniowie uczą się podstawowych zasad ruchu drogowego, schematu udzielania pierwszej pomocy oraz prawidłowego reagowania w przypadku zagrożeń.	<u>2021</u>	Tak	142 (klasy I - III)
		<u>2022</u>	Tak	127 (klasy I - III)
		<u>2023</u>	Tak	127 (klasy I - III)
<b>Znamie! Znam je?</b>	Celem programu jest upowszechnienie wśród młodzieży szkół podstawowych klas VII i VIII wiedzy z zakresu profilaktyki	<u>2021</u>	Nie	35
		<u>2022</u>	Nie	52

	czerniaka.	<u>2023</u>	Nie	17
Program Szkolny Klub Sportowy	SKS ma na celu stworzenie przestrzeni do dodatkowej aktywności fizycznej, realizowanej w formie zajęć sportowych i rekreacyjnych pod opieką nauczyciela wychowania fizycznego. Stymulowanie i kształtowanie nawyku podejmowania aktywności fizycznej przez dzieci i młodzież. Podczas realizacji założeń programu bierze się pod uwagę również poprawę sprawności fizycznej, stanu zdrowia oraz jakości życia dzieci, w tym profilaktyka nadwagi i otyłości, promocję zdrowego i aktywnego stylu życia, zwiększenie oferty ogólnodostępnych, bezpłatnych zajęć sportowo-rekreacyjnych, odpowiednią motywację do podejmowania aktywności fizycznej wśród mniej aktywnych i sprawnych fizycznie dzieci, tworzenie warunków dla rozwoju talentów oraz zainteresowań sportowych młodego pokolenia. optymalizację wykorzystania lokalnej infrastruktury sportowej, w tym infrastruktury przyszkolnej. promocję różnorodnych sportów wśród dzieci i młodzieży.	<u>2021</u>	Nie	65
		<u>2022</u>	Nie	77
		<u>2023</u>	Nie	77
Program dla szkół	Unijny projekt koordynowany przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa, który polega na dostarczaniu dzieciom owoców, warzyw oraz mleka i przetworów mlecznych. Głównym celem „Programu dla szkół” jest	<u>2021</u>	Nie	258

	kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych poprzez dostarczanie uczniom produktów mlecznych oraz owocowo-warzywnych. Dzięki temu dzieci od najmłodszych lat poznają smaki zdrowych przekąsek.  Program obejmuje również działania o charakterze edukacyjnym i promocyjnym. Ich celem jest budowanie świadomości rodziców i nauczycieli dotyczącej ich roli w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych dzieci.	<u>2022</u>	Nie	278
		<u>2023</u>	Nie	289
<b>FAST Heroes</b>	Misją programu jest edukacja społeczeństwa, a w szczególności dzieci w zakresie udaru mózgu i konieczności natychmiastowego działania. Działania podjęte w ramach tego przedsięwzięcia mają podnosić świadomość w zakresie głównych objawów udaru mózgu oraz wiedzy, że pacjenci mogą przeżyć bez trwałej niepełnosprawności pod warunkiem, że otrzymają szybką i skuteczną opiekę doraźną.	<u>2023</u>	Nie	22 (klasa II A)
<b>PHO3NIX ACTIVE SCHOOL</b>	Ogólnopolski Konkurs Sportowy polegający na zorganizowaniu inicjatywy sportowej promującej aktywność fizyczną w różnych formach i zaangażowanie w nią całej społeczności szkolnej.	<u>2023</u>	Nie	289

*Źródło: Szkoła Podstawowa Nr 3 w Kostrzynie nad Odrą.*

7. Szkoła Podstawowa Nr 4 im. Konstytucji 3 Maja, ul. Henryka Sienkiewicza 6

Rok	Nazwa programu edukacyjno - zdrowotnego, projektu, kampanii ogólnopolskiej/spolecznej, itp.	Opis programu, projektu, kampanii, itp.	Certyfikat	Liczba uczestników
2021	<b>Warsztaty profilaktyczne z obszaru zdrowia psychicznego „Smutno, że aż boli”</b>	Warsztaty pt. „Smutno, że aż boli...” przeprowadzone w klasach VIII dotyczyły smutku i depresji. Uczniowie mieli okazję dowiedzieć się m.in. tego, czym różni się zwykły smutek od depresji oraz kiedy obniżony nastrój powinniśmy	Nie	80



	interpretować jako sygnał, że należy poszukać fachowej pomocy. Depresja jest coraz częstszym zjawiskiem występującym wśród młodych ludzi, dlatego warsztaty uwrażliwiły ich na ten aspekt, co bardzo dobrze zostało odebrane przez uczniów. Warsztaty prowadzili terapeuci z Centrum Działań Profilaktycznych z Wieliczki.		
<b>Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej – rekomendowany program profilaktyczny</b>	Zajęcia obejmowały cykl 10 spotkań, mających na celu rozwijanie w dzieciach podstawowych umiejętności społecznych i emocjonalnych oraz przygotowanie do radzenia sobie z trudnościami. Program był adresowany do dzieci wymagających wsparcia psychicznego, został zbudowany na podstawie 10 wskazań dla zachowania zdrowia psychicznego. Program był realizowany przez szkolnych certyfikowanych terapeutów.	Tak	40
<b>Program dla szkół</b>	„Program dla szkół” to unijny projekt koordynowany przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa, który polega na dostarczaniu dzieciom owoców, warzyw oraz mleka i przetworów mlecznych. Głównym celem jest kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych poprzez dostarczanie uczniom produktów mlecznych oraz owocowo-warzywnych. Dzięki temu dzieci od najmłodszych lat poznają smaki zdrowych przekąsek.	Nie	308
<b>Projekt „Zdrowo jem, więcej wiem”</b>	Głównym celem projektu jest wykształcenie u dzieci postaw prozdrowotnych poprzez uczenie zasad zdrowego odżywiania oraz przekazywanie wiedzy na temat produktów służących zdrowiu i produktów dla zdrowia szkodliwych. Ważnym celem jest również uświadomienie związku pomiędzy żywieniem a występowaniem wielu chorób i dolegliwości oraz podkreślenie roli codziennej aktywności fizycznej w profilaktyce zdrowotnej.	Tak	200

	<b>Materiały pomocnicze dla nauczycieli opracowane przez specjalistów z SP 4</b>	Opracowanie przez specjalistów SP 4 materiałów pomocniczych dla nauczycieli nt. „Wsparcia uczniów z obniżoną kondycją psychiczną po okresie izolacji społecznej”.	Nie	588
2022	<b>Warsztaty profilaktyczne z obszaru zdrowia psychicznego „Debata”</b>	Celem warsztatów było zapobieganie przedwczesnemu spożywaniu alkoholu, towarzyszącym temu konsekwencjom oraz promowanie postawy trzeźwości i zdrowia psychicznego. Wykorzystano wiele atrakcyjnych metod, m.in. burzę mózgów, dramę, dialogowanie. Warsztaty prowadzili terapeuci z Centrum Działań Profilaktycznych z Wieliczki.	Nie	70
	<b>Ogólnopolska Kampania Społeczna „Zachowaj Trzeźwy Umysł”</b>	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych promujących zdrowie psychiczne z wykorzystaniem scenariuszy oraz materiałów informacyjno – edukacyjnych, ulotek i broszur dostarczonych przez organizatorów Kampanii.	Tak	563
	<b>Ogólnopolski Program Profilaktyki Czerniaka</b>	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych na temat złotych zasad profilaktyki czerniaka. Uczniowie zdobyli umiejętność przeprowadzenia samobadania skóry i różnicowania zmian podejrzanych o charakter nowotworowy ze zwykłymi znamionami. Dzięki zdobytej wiedzy uczniowie mieli szansę stać się ambasadorami akcji w swoich lokalnych środowiskach.	Nie	180
	<b>Profilaktyka stomatologiczna</b>	Projekt polegał na cyklicznych wizytach uczniów w gabinecie stomatologicznym w ramach wczesnej profilaktyki przeciwpóchniczej. Podczas wizyt dokonywano przeglądu stanu uzębienia oraz lakierowania/lakowania zębów. Wizyty zamykały się w cyklach po trzy dla każdej klasy.	Nie	257
	<b>Projekt „Różowa skrzyneczka”</b>	Program promocji zdrowia, który polega na umieszczeniu w wolnej przestrzeni, ze swobodnym i łatwym dostępem także dla osób z niepełnosprawnościami różowych skrzyneczek ze środkami higieny osobistej dla uczennic. Miejsce to jest odpowiednio oznaczone.	Nie	140

	<b>Projekt edukacyjny „Między nami kobietkami”</b>	Projekt zrealizowany we współpracy z firmą Always w zakresie zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania, dbałości o zdrowie i higienę ciała. Po spotkaniach z dyplomowaną pielęgniarką – przedstawicielką firmy, uczennice otrzymują pakietki do higieny osobistej.	Nie	65
	<b>Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej – rekomendowany program profilaktyczny</b>	Zajęcia obejmowały cykl 10 spotkań, mających na celu rozwijanie w dzieciach podstawowych umiejętności społecznych i emocjonalnych oraz przygotowanie do radzenia sobie z trudnościami. Program był adresowany do dzieci wymagających wsparcia psychicznego, został zbudowany na podstawie 10 wskazań dla zachowania zdrowia psychicznego. Program był realizowany przez szkolnych certyfikowanych terapeutów.	Tak	50
	<b>Zajęcia kształtujące umiejętności emocjonalno - społeczne</b>	W trzech grupach wiekowych regularnie prowadzone były przez psychologa szkolnego grupowe zajęcia z uczniami wymagającymi wsparcia w obszarze zdrowia psychicznego. Uczniowie mieli możliwość nauki zachowań akceptowanych, radzenia sobie w trudnych sytuacjach i doskonalenia umiejętności służących poprawie ich relacji z innymi.	Nie	24
	<b>Program dla szkół</b>	„Program dla szkół” to unijny projekt koordynowany przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa, który polega na dostarczaniu dzieciom owoców, warzyw oraz mleka i przetworów mlecznych. Głównym celem jest kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych poprzez dostarczanie uczniom produktów mlecznych oraz owocowo-warzywnych. Dzięki temu dzieci od najmłodszych lat poznają smaki zdrowych przekąsek.	Nie	200
2023	<b>Warsztaty profilaktyczne rekomendowane „DEBATA”</b>	Celem warsztatów było zapobieganie przedwczesnemu spożywaniu alkoholu, towarzyszącym temu konsekwencjom oraz promowanie postawy trzeźwości i zdrowia	Nie	56

	psychicznego. Wykorzystano wiele atrakcyjnych metod, m.in. burzę mózgów, dramę, dialogowanie. Warsztaty prowadzili terapeuci z Centrum Działań Profilaktycznych z Wieliczki.		
<b>Ogólnopolski projekt profilaktyczny „Nie zmarnuj swojego życia”</b>	Projekt był zorganizowany przez Fundację „Edukacja z Wartościami”. Było to spotkanie z artystami rap z zespołu Rymcerze, którzy nakreślili młodzieży trudne drogi życiowe środowiska rówieśników, wśród których dorastali oraz ich dramaty związane z uzależnieniami. Spotkanie było wzbogacone o utwory rap, poruszające ten temat.	Nie	237
<b>Ogólnopolska Kampania Społeczna „Zachowaj Trzeźwy Umysł”</b>	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych promujących zdrowie psychiczne z wykorzystaniem scenariuszy oraz materiałów informacyjno – edukacyjnych, ulotek i broszur dostarczonych przez organizatorów Kampanii.	Tak	292
<b>Ogólnopolska Kampania Społeczna „Narkotyki? To mnie nie kręci”</b>	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych z wykorzystaniem scenariuszy oraz materiałów informacyjno – edukacyjnych, ulotek i broszur dostarczonych przez organizatorów Kampanii.	Nie	222
<b>Ogólnopolski Program Profilaktyki Czerniaka</b>	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych na temat złotych zasad profilaktyki czerniaka. Uczniowie zdobyli umiejętność przeprowadzenia samobadania skóry i różnicowania zmian podejrzanych o charakter nowotworowy ze zwykłymi znamionami. Dzięki zdobytej wiedzy uczniowie mieli szansę stać się ambasadorami akcji w swoich lokalnych środowiskach.	Nie	143
<b>Ogólnopolska Kampania Społeczna „Uzależnienia behawioralne”</b>	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych z wykorzystaniem scenariuszy oraz materiałów informacyjno – edukacyjnych, ulotek i broszur dostarczonych przez organizatorów Kampanii.	Nie	237
<b>Spotkania edukacyjne z doradcami NFZ</b>	Spotkania uczniów klas 0 – III z doradcami z Narodowego Funduszu Zdrowia zostały zrealizowane w trzech grupach. Dotyczyły zdrowego odżywiania, dbania o zęby i prowadzenia aktywnego trybu życia.	Nie	170

<b>Spotkanie z ratownikiem medycznym</b>	Spotkanie ratownika medycznego z dziećmi z oddziału przedszkolnego miało na celu zapoznanie z podstawowymi informacjami dotyczącymi dbania o swoje bezpieczeństwo oraz zachowania się w trudnych sytuacjach.	Nie	23
<b>Spotkanie z dietetykiem klinicznym</b>	Spotkania odbyły się w dwóch grupach w klasach VII- VIII. Poświęcone były zasadom zdrowego odżywiania w okresie dojrzewania oraz związanych z tym problemów emocjonalnych oraz często braku akceptacji własnego ciała.	Nie	143
<b>Profilaktyka stomatologiczna</b>	Projekt polegał na cyklicznych wizytach uczniów w gabinecie stomatologicznym w ramach wczesnej profilaktyki przeciwpróchniczej. Podczas wizyt dokonywano przeglądu stanu uzębienia oraz lakierowania/lakowania zębów. Wizyty zamykały się w cyklach po trzy dla każdej klasy.	Nie	260
<b>Projekt „Różowa skrzyneczka”</b>	Program promocji zdrowia, który polega na umieszczeniu w wolnej przestrzeni, ze swobodnym i łatwym dostępem także dla osób z niepełnosprawnościami różowych skrzyneczek ze środkami higieny osobistej dla uczennic. Miejsce to jest odpowiednio oznaczone.	Nie	155
<b>Projekt edukacyjny „Między nami kobietkami”</b>	Projekt zrealizowany we współpracy z firmą Always w zakresie zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania, dbałości o zdrowie i higienę ciała. Po spotkaniach z dyplomowaną pielęgniarką – przedstawicielką firmy, uczennice otrzymują pakietki do higieny osobistej.	Nie	36
<b>Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej – rekomendowany program profilaktyczny</b>	Zajęcia obejmowały cykl 10 spotkań, mających na celu rozwijanie w dzieciach podstawowych umiejętności społecznych i emocjonalnych oraz przygotowanie do radzenia sobie z trudnościami. Program był adresowany do dzieci wymagających wsparcia psychicznego, został zbudowany na podstawie 10 wskazań dla zachowania zdrowia psychicznego. Program był realizowany przez szkolnych	Tak	15

		certyfikowanych terapeutów.		
	<b>Zajęcia kształtujące umiejętności emocjonalno - społeczne</b>	W trzech grupach wiekowych regularnie prowadzone były przez psychologa szkolnego grupowe zajęcia z uczniami wymagającymi wsparcia w obszarze zdrowia psychicznego. Uczniowie mieli możliwość nauki zachowań akceptowanych, radzenia sobie w trudnych sytuacjach i doskonalenia umiejętności służących poprawie ich relacji z innymi.	Nie	25
	<b>Projekt „Młode głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym”.</b>	Projekt obejmuje największe w Polsce badanie stanu zdrowia psychicznego, poczucia własnej wartości, sprawczości wśród dzieci i młodzieży.	Tak	85
	<b>Program dla szkół</b>	„Program dla szkół” to unijny projekt koordynowany przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa, który polega na dostarczaniu dzieciom owoców, warzyw oraz mleka i przetworów mlecznych. Głównym celem jest kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych poprzez dostarczanie uczniom produktów mlecznych oraz owocowo-warzywnych. Dzięki temu dzieci od najmłodszych lat poznają smaki zdrowych przekąsek.	Nie	270

*Źródło: Szkoła Podstawowa Nr 4 w Kostrzynie nad Odrą.*

#### **Działania Lubuskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia w Zielonej Górze w zakresie profilaktyki zdrowotnej.**

W roku 2023 r. i na początku 2024 r. przedstawiciele Narodowego Funduszu Zdrowia przeprowadzili cykl bezpłatnych spotkań edukacyjnych dla przedszkolaków i uczniów kl. I- III szkół podstawowych oraz wychowanków oddziałów przedszkolnych w szkołach podstawowych, w ramach projektu „*Nie serwuj sobie choroby*”. *O zdrowym odżywianiu*.

Zajęcia obejmowały:

- edukację – pogadanki,
- gry i zabawy, warsztaty, w tym przygotowywanie zdrowego posiłku.

Cele główne projektu:

- promowanie aktywnego stylu życia,
- kształtowanie nawyków zdrowego odżywiania,
- wdrożenie zasad świadomości i odpowiedzialności za własne zdrowie.

#### **Działania Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego Województwa Lubuskiego w Zielonej Górze (WOPR) w zakresie udzielania pierwszej pomocy.**

Od 2022 r. WOPR na podstawie umowy z Miastem Kostrzyn nad Odrą świadczy usługi polegające na szkoleniu dzieci 6 - letnich z udzielania pierwszej pomocy w ramach projektu „*Mali ratownicy*” finansowanego z Programu Ochrony i Pomocy Zdrowia Miasta Kostrzyn nad Odrą. Szkoleniem objęte są dzieci uczęszczające do przedszkoli miejskich i do oddziałów przedszkolnych w szkołach



podstawowych. Zajęcia są prowadzone przez wykwalifikowanego ratownika i dostosowane do wieku dzieci. Zajęcia obejmują:

- prezentację sprzętu wykorzystywanego przez ratowników medycznych,
- wszystko o numerze 112,
- zasady postępowania przy urazach,
- podstawy resuscytacji krążeniowo – oddechowej.

## **8. PREZENTACJA PROGRAMU OCHRONY I PROMOCJI ZDROWIA NA LATA 2025-2028**

### **8.1. Adresaci Programu Ochrony i Promocji Zdrowia.**

Program adresowany jest do wszystkich zainteresowanych problematyką ochrony i promocji zdrowia. W szczególności do:

- dzieci i młodzieży,
- osób dorosłych,
- osób starszych - po 65 roku życia,
- osób samotnych,
- przewlekle chorych.

### **8.2. Cel strategiczny Programu Ochrony i Promocji Zdrowia.**

Celem głównym Programu Ochrony i promocji Zdrowia na lata 2025-2028 jest:

#### **„Poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia mieszkańców Miasta Kostrzyn nad Odrą”.**

Cel nadrzędny zostanie osiągnięty poprzez realizację celów szczegółowych i wyodrębnionych w ramach celów zadań. Określone w programie zadania będą realizowane przez włączone w realizację Programu instytucje.

### **8.3. Cele szczegółowe Programu Ochrony i Promocji Zdrowia.**

1. Wspieranie i promocja profilaktyki zdrowotnej mieszkańców, podnoszenie zdrowotnej świadomości mieszkańców.
2. Promowanie zdrowego stylu życia – poprawa sposobu żywienia, stanu odżywiania oraz aktywności fizycznej społeczeństwa.
3. Podnoszenie jakości opieki i edukacji wśród różnych grup społecznych.
4. Poprawa dobrostanu psychicznego.
5. Wdrażanie rozwiązań sprzyjających ochronie środowiska, zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.
6. Utrzymanie i poprawa stanu zdrowia osób starszych, poprzez zapewnienie miejsc rekreacji czynnej i biernej, możliwość spędzania czasu wolnego i osiągania z tego określonych korzyści zdrowotnych, psychicznych i społecznych.
7. Prowadzenie edukacji zdrowotnej dostosowanej do różnych grup społecznych.

#### 8.4. Sposoby realizacji Programu Ochrony i Promocji Zdrowia.

##### ZADANIE nr 1

**Propagowanie profilaktyki zdrowotnej i promowanie zachowań prozdrowotnych wśród mieszkańców.**

1. Realizacja programów edukacji zdrowotnej w placówkach oświatowych.
2. Realizacja programów rekomendowanych.
3. Podejmowanie działań i akcji profilaktycznych z zakresu ochrony i promocji zdrowia.
4. Udział w ogólnopolskich, wojewódzkich i powiatowych kampaniach i programach profilaktyczno – edukacyjnych oraz organizacja miejskich programów profilaktycznych.
5. Propagowanie zasad zdrowego żywienia oraz ograniczanie zjawiska niedożywienia poprzez dofinansowanie pomocy żywnościowej.
6. Warsztaty, konferencje i szkolenia, prelekcje, spotkania poświęcone tematyce ochrony zdrowia.
7. Spektakle teatralne, akcje profilaktyczne, konkursy, imprezy sportowo – rekreacyjne oraz kulturalne dla dzieci i młodzieży, dorosłych i seniorów z zakresu ochrony i promocji zdrowia.
8. Wspieranie jednostek organizacyjnych Miasta w zakresie zakupu materiałów i wyposażenia na potrzeby realizacji zadań z zakresu ochrony i promocji zdrowia.
9. Wspieranie działalności gabinetów podstawowej opieki pielęgniarstwa w szkołach.
10. Realizacja programów edukacyjno – informacyjnych w zakresie ochrony i promocji zdrowia, w tym pielęgnacji jamy ustnej, higieny osobistej.
11. Promowanie zdrowego stylu życia, w szczególności u dzieci i młodzieży w wieku szkolnym i wczesnoszkolnym.
12. Prowadzenie wczesnej diagnostyki próchnicy zębów u dzieci i młodzieży.
13. Działania na rzecz profilaktyki i wczesnego wykrywania wad postawy wśród dzieci.
14. Szkolenie dzieci 6-letnich z udzielania pierwszej pomocy.
15. Realizacja działań i programów w zakresie upowszechniania wiedzy na temat zdrowia psychicznego oraz radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.
16. Wspieranie organizacji pozarządowych zajmujących się promocją aktywności fizycznej poprzez organizowanie imprez sportowo – rekreacyjnych skierowanych do szerokiej grupy odbiorców, w tym w szczególności do dzieci, młodzieży, osób starszych, niepełnosprawnych, chorych psychicznie.
17. Pomoc i wsparcie nieuleczalnie chorym mieszkańcom poprzez wspieranie działalności hospicjum domowego.

**Mierniki:**

- liczba odbiorców działań, programów profilaktyczno – edukacyjnych;
- liczba uczestników warsztatów, szkoleń, konkursów, prelekcji, konferencji, itp.;
- liczba zakupionych materiałów i wyposażenia.

##### ZADANIE nr 2

**Promocja aktywności fizycznej – wsparcie pozalekcyjnych form aktywizacji fizycznej dzieci i młodzieży.**

1. Promocja zasad zdrowego stylu życia.
2. Wspieranie placówek oświatowych oraz organizacji pozarządowych zajmujących się prowadzeniem zajęć pozalekcyjnych – sportowo – rekreacyjnych i sportowych w ramach szkolnych kół sportowych i sekcji sportowych.
3. Organizacja zajęć na basenie – zajęcia korekcyjne wad postawy.

**Mierniki:**

- liczba uczestników zajęć pozalekcyjnych i sportowych oraz zajęć na basenie.

### **ZADANIE nr 3**

**Promocja szczepień, utrzymanie funkcjonalności portalu informacyjnego dotyczącego szczepień – działania promocyjne i popularyzacyjne dotyczące szczepień ochronnych.**

1. Kampanie informacyjno – edukacyjne dotyczące szczepień.
2. Prowadzenie działań edukacyjnych, wdrażających realizację szczepień ochronnych obowiązkowych i zalecanych, np. grypa, HPV (wirus brodawczaka ludzkiego).
3. Udział w programach szczepionkowych.

**Mierniki:**

- liczba odbiorców działań profilaktyczno – edukacyjnych dot. szczepień;
- liczba działań edukacyjnych, wdrażających realizację szczepień ochronnych obowiązkowych i zalecanych;
- liczba programów szczepionkowych.

### **ZADANIE nr 4**

**Wspieranie aktywności społecznej seniorów oraz poprawa związanej ze zdrowiem jakości życia osób starszych.**

1. Współpraca z organizacjami pozarządowymi ws. aktywizacji seniorów.
2. Integracja międzypokoleniowa – spartakiada, warsztaty, spotkania seniorów z dziećmi i młodzieżą.

**Mierniki:**

- liczba podpisanych porozumień, umów na realizację działań służących aktywizacji seniorów;
- kwota wsparcia działań służących aktywizacji seniorów;
- liczba odbiorców i działań profilaktyczno – edukacyjnych.

### **ZADANIE nr 5**

**Rozwój usług, wspierających zdrowie i jakość życia, związanych ze zdrowiem osób starszych i ich opiekunów nieformalnych, w szczególności przez rozwój dziennych form wsparcia i pomocy psychologicznej.**

1. Realizacja programów rządowych, w tym w szczególności: Opieka 75+, Wspieraj Seniora, Korpus Wsparcia Seniorów.
2. Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania osób starszych i niepełnosprawnych.
3. Wspieranie działalności Domu Dziennego Pobytu dla osób starszych.
4. Bezpłatne wsparcie psychologiczne dla mieszkańców.

**Mierniki:**

- liczba podpisanych porozumień, umów na realizację działań w ramach programów rządowych;
- kwota wsparcia w ramach programów rządowych;
- liczba odbiorców działań w ramach programów rządowych;
- liczba uczestników Domu Dziennego Pobytu dla osób starszych;
- liczba porad w ramach bezpłatnego wsparcia psychologicznego dla mieszkańców.

## **ZADANIE nr 6**

### **Zapobieganie skutkom chorób cywilizacyjnych:**

- 1) Działania edukacyjne skierowane do pacjentów z cukrzycą oraz ich rodzin i opiekunów mające na celu ograniczenie powikłań cukrzycy oraz poprawę jakości i długości życia chorych.
- 2) Szkolenia w zakresie zasad zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dla grup zawodowych zaangażowanych w działania na rzecz walki z nadwagą i otyłością.
- 3) Działania edukacyjne dotyczące wpływu środowiska na zdrowie.
- 4) Działania edukacyjno - profilaktyczne skierowane do osób dotkniętych chorobami cywilizacyjnymi.
  1. Realizowanie programów edukacyjno – informacyjnych w zakresie profilaktyki cukrzycy.
  2. Realizowanie programów edukacyjno – informacyjnych w zakresie propagowania zdrowego żywienia.
  3. Realizowanie programów w zakresie poprawy stanu środowiska naturalnego oraz wpływu środowiska życia na zdrowie „środowisko życia = zdrowie”.
  4. Wspieranie placówek oświatowych, instytucji, organizacji pozarządowych w zakresie upowszechniania wiedzy na temat zdrowia i zapobiegania skutkom chorób cywilizacyjnych.
  5. Udział w programach profilaktycznych.
  6. Organizowanie zajęć sportowych i imprez sportowo – rekreacyjnych jako profilaktyki chorób cywilizacyjnych.
  7. Wspieranie placówek oświatowych, organizacji pozarządowych w zakresie organizacji zajęć i akcji sportowo – rekreacyjnych.
  8. Prowadzenie działalności edukacyjnej w zakresie zapobiegania skutkom chorób cywilizacyjnych.

### **Mierniki:**

- liczba działań edukacyjno – informacyjnych;
- liczba odbiorców działań edukacyjno – informacyjnych.

## **9. PODMIOTY INSTYTUCJONALNE PRZEWIDZIANE W RAMACH PROGRAMU OCHRONY I PROMOCJI ZDROWIA NA LATA 2025 – 2028**

Wszystkie instytucje i placówki powinny ściśle ze sobą współpracować tworząc tym samym efektywny system działań na rzecz ochrony i promocji zdrowia, w tym:

1. Ośrodek Pomocy Społecznej,
2. Punkt Informacyjno - Konsultacyjny ds. uzależnień i przemocy w rodzinie działający przy Poradni Lecznia Uzależnień "Nowy Dworek",
3. Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy domowej,
4. Komisariat Policji,
5. Urząd Miasta,
6. placówki wsparcia dziennego,
7. Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych,
8. placówki ochrony zdrowia funkcjonujące na terenie miasta,
9. placówki oświatowe,
10. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji,
11. instytucje kultury,
12. organizacje pozarządowe.

## **10. ŚRODKI FINANSOWE NA REALIZACJĘ PROGRAMU**

1. Program realizowany jest ze środków finansowych miasta. Wydatki ujmują się w planach budżetowych miasta w rozdziale 85195.
2. Środki finansowe pochodzące ze źródeł zewnętrznych.
3. Środki finansowe realizatorów Programu.

## **11. MONITORING I SPRAWOZDAWCZOŚĆ Z REALIZACJI PROGRAMU**

Monitoring Programu Ochrony i Promocji Zdrowia na lata 2025 – 2028 będzie opierał się przede wszystkim na gromadzeniu i analizowaniu informacji. Będzie prowadzony na podstawie oceny poziomu realizacji poszczególnych zadań programu w celu stwierdzenia, czy osiąga on założone cele. Niezbędne dane będą uzyskiwane od podmiotów zaangażowanych w realizację jego założeń i gromadzone przez Wydział Oświaty, Kultury i Opieki Urzędu Miasta Kostrzyn nad Odrą. Rezultatem prowadzonego monitoringu będzie sprawozdanie roczne (przygotowane przez Wydział Oświaty, Kultury i Opieki Urzędu Miasta Kostrzyn nad Odrą przy współpracy z podmiotami zaangażowanymi w realizację Programu), które zostanie przedstawione Radzie Miasta do 30 czerwca roku następującego po roku, którego sprawozdanie dotyczy.

## **12. KOORDYNATOR PROGRAMU**

Nadzór nad realizacją i wykonaniem Programu sprawuje Wydział Oświaty, Kultury i Opieki Urzędu Miasta Kostrzyn nad Odrą.

## **13. EWALUACJA**

Systematyczne prowadzenie ewaluacji pozwoli dostrzec wpływ podejmowanych przedsięwzięć na podniesienie skuteczności działań na rzecz ochrony i promocji zdrowia, a także stanowi podstawę do wprowadzenia istotnych zmian lub nowych potrzeb.

## **BIBLIOGRAFIA**

1. M. J. Wysocki, M. Miller, Paradygmat Lalonde'a, Światowa Organizacja Zdrowia i Nowe Zdrowie Publiczne, „Przegląd Epidemiologiczny”, 2003.
2. Elżbieta Włodarczyk, Psychologia zachowań zdrowotnych a promocja zdrowia – wybrane zagadnienia, 2019 r.
3. Raport o stanie Miasta Kostrzyn nad Odrą za rok 2023, Kostrzyn nad Odrą, maj 2024 r.
4. <https://nowyszpital.pl/szpital/nowy-szpital-w-kostrzynie-nad-odra/>.

## UZASADNIENIE

Ochrona zdrowia – zgodnie z art. 7 ust. 1 pkt. 5 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1465 t.j. ze zm.) – stanowi jedno z zadań własnych gminy. Podstawą prawną przyjęcia i wdrożenia gminnego programu zdrowotnego jest art. 7 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 146 t.j. ze zm.) zgodnie, z którym do zadań własnych gminy w zakresie zapewnienia równego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej należy w szczególności:

- a) opracowanie i realizacja oraz ocena efektów programów polityki zdrowotnej wynikających z rozpoznanych potrzeb zdrowotnych i stanu zdrowia mieszkańców,
- b) inicjowanie i udział w wytyczaniu kierunków przedsięwzięć lokalnych zmierzających do zaszczepiania mieszkańców z czynnikami szkodliwymi dla zdrowia oraz ich skutkami,
- c) podejmowanie innych działań wynikających z rozeznanych potrzeb zdrowotnych i stanu zdrowia mieszkańców.

Niniejszy Program na lata 2025-2028 jest zgodny z założeniami Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025 oraz Strategią Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Kostrzyn nad Odrą na lata 2016-2026 przyjętą uchwałą nr XVII/119/16 z dnia 14 kwietnia 2016 r.

Burmistrz Miasta Kostrzyn nad Odrą w dniu 31 grudnia 2024 r. ogłosił konsultacje z mieszkańcami Miasta oraz Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Zespołem Interdyscyplinarnym ds. przeciwdziałania przemocy domowej, Miejską Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Komisariatem Policji w Kostrzynie nad Odrą, szkołami podstawowymi i przedszkolami miejskimi oraz publicznymi i niepublicznymi podmiotami leczniczymi realizujące świadczenia zdrowotne finansowane ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ) funkcjonującymi na terenie Miasta Kostrzyn nad Odrą w sprawie przyjęcia projektu „Programu Ochrony i Promocji Zdrowia na lata 2025 - 2028”.

Konsultacje przeprowadzono w okresie od 31 grudnia 2024 r. do 10 stycznia 2025 r. W ramach konsultacji nie zgłoszono wniosków i uwag.

W związku z powyższym podjęcie uchwały jest uzasadnione.