

Sprawozdanie z realizacji w roku 2015 Programu Ochrony Zdrowia Gminy Sulechów  
na lata 2011-2015

Celem Programu Ochrony Zdrowia Gminy Sulechów na lata 2011-2015, przyjętego uchwałą nr 0007.144.2011 Rady Miejskiej w Sulechowie dnia 15 listopada 2011 r., jest zwiększenie równego dostępu do usług medycznych, podniesienie poziomu wiedzy mieszkańców gminy na temat profilaktyki i ochrony zdrowia oraz poprawa ogólnego stanu zdrowia społeczności lokalnej. Poniższe zestawienie przedstawia działania podejmowane w roku 2015 w celu realizacji tego programu.

1. Obszar zdrowotny programu: edukacja zdrowotna

Gmina nadzoruje 3 przedszkola, 7 szkół podstawowych i 3 gimnazja, w których w roku ubiegłym uczyło się łącznie 2936 dzieci (stan z września 2015 r.). Wszystkie gminne placówki oświatowe organizowały zajęcia na temat ochrony zdrowia i zapobiegania chorobom, skierowane zarówno do uczniów, ich rodziców, jak i nauczycieli.

Sulechowskie przedszkola kształtowały u najmłodszych odpowiednie nawyki higieniczne, propagowały aktywny wypoczynek, zasady zdrowego odżywiania i stosownego zachowania przy stole. Uczyły odpowiedzialności za zdrowie własne i otoczenia. Dzieci przekazywały wiedzę rodzicom i opiekunom, którzy chętnie angażowali się w promocję zdrowia i dostrzegali celowość podejmowanych w placówkach działań. Każde z przedszkoli realizowało programy zdrowotne i uczestniczyło w pogadankach i konkursach prowadzonych pod takimi hasłami, jak: „Bezpieczny Przedszkolak”, „Dzieciństwo bez próchnicy”, „Kubusiowi Przyjaciele Natury” (Przedszkole nr 5 w Sulechowie), „Akademia zdrowego przedszkolaka”, „Akademia Aquafresh”, „Bezpieczne dziecko – bezpieczne przedszkole”, „Czyste powietrze wokół nas” (Przedszkole nr 7 „Pod Muchomorkiem”), „W zdrowym ciele zdrowy duch”, „Nie śmiećmy lecz Tworzymy” (Przedszkole nr 6 „Tęczowa Szóstka”). Celem tych programów było kształtowanie prawidłowych nawyków związanych z utrzymaniem zdrowia przez całe życie. Dzieci zdobywały ponadto i ugruntowały wiedzę na temat zachowania bezpieczeństwa w domu, w przedszkolu i w różnych innych sytuacjach, dzięki czemu poznały czynniki wpływające na ich zdrowie, jak również zdrowie osób bliskich. Edukacja objęła również personel placówek, który szkolony był w zakresie udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

Podobne działania prowadzone były w gminnych szkołach podstawowych oraz gimnazjalnych. Tutaj także zarówno uczniowie, jak i nauczyciele uczestniczyli w szkoleniach dot. udzielania pierwszej pomocy. W roku ubiegłym takie kursy prowadził we wszystkich naszych szkołach Polski Czerwony Krzyż, który otrzymał na ten cel wsparcie finansowe z budżetu Gminy Sulechów w wysokości 4500 zł. Pozwoliło to na przeszkolenie 415 osób. We współpracy z Hufcem Babimojsko-Sulechowskim ZHP przeprowadzony został po raz kolejny „Turniej Zebra”, w którym uczestniczyło 100 uczniów z klas I-III szkół podstawowych. Coroczny turniej poprzez zabawę edukuje dzieci w zakresie bezpieczeństwa na drogach, a jego celem jest zmniejszenie liczby wypadków. Gmina w roku 2015 wsparła to zadanie dotacją w wysokości 4600 zł.

Szkoły realizowały programy profilaktyczne zapobiegające uzależnieniom, promując ciekawe, bezpieczne i zdrowe sposoby na spędzanie czasu wolnego. Nie zawsze jednak te zajęcia przynosiły zakładane rezultaty. Badania ankietowe przeprowadzone w szkole w Cigacicach wykazały, że jeden uczeń z klasy VI sporadycznie palił papierosy. Ponadto jedno dziecko piło okazjonalnie alkohol i miało kontakt z narkotykami. Zarówno uczeń, jak i jego rodzina zostali objęci nadzorem kuratora rodzinnego. Ankietyzacja, która przeprowadzana była także w innych placówkach, zwróciła uwagę na problemy, z jakimi borykają się uczniowie i ich rodziny, a osoby potrzebujące pomocy skierowane zostały do specjalistycznych poradni i instytucji. W celu minimalizowania zagrożeń szkoły organizowały liczne zajęcia, pogadanki, konkursy i inne formy edukacyjne, które miały uświadomić uczniom zagrożenia płynące ze stosowania środków odurzających. Służyły temu szkolne programy antyalkoholowe, przeciwdziałania agresji oraz inne prowadzone pod takimi hasłami, jak: „Tak czy Nie”, „Noe”, „Spójrz inaczej”, „Wybieram zdrowo”, „Stres pod kontrolą”, „Dopalacze, co mówić przed, co mówić po”, „Znajdź właściwe rozwiązanie”, „Mój wybór”, „Spróbujmy inaczej”, „Nie pal przy mnie, proszę”, „Uzależnieniom mówimy NIE”, „Zachowaj trzeźwy umysł”, „Stop dopalaczom”. W ubiegłym roku uczniowie wszystkich szkół uczestniczyli ponadto w spotkaniach z terapeutami uzależnień, pedagogami, psychologami, a także z przedstawicielami policji, straży miejskiej i innych podmiotów, które dbają o zdrowie i bezpieczeństwo mieszkańców.

Proces edukacji zdrowotnej polega na łączeniu wiedzy teoretycznej z praktycznymi umiejętnościami, dlatego placówki oświatowe dokładały starań, by dzieci i młodzież wykorzystywały w życiu codziennym poznane w szkole zasady ochrony zdrowia własnego i innych. Dzięki temu również rodzice dostrzegli celowość podejmowanych działań i chętniej uczestniczyli w spotkaniach tematycznych skierowanych specjalnie do nich.

Pozostałe jednostki organizacyjne również prowadziły działania kształtujące zdrowe nawyki. Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie zorganizował dla podopiecznych Domu Dziennego Pobytu zajęcia, które rozwijały aktywność społeczną i promowały w ten sposób zdrowy styl życia. W codziennych zajęciach uczestniczyły 42 osoby niepełnosprawne, emeryci i renciści, a 90 osób skorzystało w roku 2015 z imprez tematycznych. Sulechowski Dom Kultury umożliwił chętnym osobom atrakcyjne formy spędzania czasu wolnego poprzez organizację zajęć tanecznych, muzycznych, wokalnych, plastycznych, teatralnych, szachowych, fotograficznych, literackich itp. Dodatkowo podczas Festynu z Misiem pn. „Ścieżka zdrowia” mieszkańcy mogli zbadać poziom cukru, ciśnienie, wzrok, słuch, jak również skonsultować się z dietetykiem czy alergologiem. W tej imprezie plenerowej wzięło udział 300 osób.

## 2. Obszar zdrowotny programu: aktywność fizyczna

Ośrodek Sportu i Rekreacji „Sulechowanika” w Sulechowie powołany został nie tylko do administrowania obiektami sportowymi, lecz także do organizowania zajęć i innych wydarzeń sportowych. W roku poprzednim placówka odnotowała 316319 wejść na obiekty oraz sportowe imprezy masowe. W ramach Lubuskiej Olimpiady Młodzieży zorganizowano wiele zawodów i turniejów, w których uczestniczyło 1500 osób, sulechowską pływalnię odwiedzone 112995 razy, a kompleks boisk - 128774.

Samorząd współpracował także z klubami i stowarzyszeniami sportowymi, które w roku ubiegłym otrzymały łącznie 527000 zł na realizację 17 zadań publicznych z zakresu sportu. Dzięki temu wsparciu w całej gminie prowadzone były zajęcia w różnych dyscyplinach sportowych od piłki nożnej przez siatkową, koszykową, lekkoatletykę, akrobatykę, wędkarstwo po tenis stołowy, tenis na wózkach dla osób niepełnosprawnych, szachy i sztuki walki. Organizowanie tak wielu zajęć pozwoliło zwiększyć aktywność fizyczną mieszkańców.

Szczególną wagę do promowania aktywnego wypoczynku i rekreacji przywiązywały placówki oświatowe. W przedszkolach zadbano o systematyczne zabawy na świeżym powietrzu, starsze dzieci uczestniczyły w turniejach i zawodach sportowych, jak „Spartakiada”, „Przedszkoolimpiada”, „Mikołajkowe zmagania”, „Bieg Kusocińskiego”. Dodatkowo wszystkie przedszkola organizowały festyny i pikniki rodzinne, podczas których również rodzice angażowani byli w zabawy ruchowe na powietrzu. Tańce, gry zręcznościowe oraz udział w konkursach doskonale pokazywały walory rodzinnego spędzania czasu i aktywnej rekreacji.

Dzieci w wieku szkolnym, poza obowiązkowymi lekcjami wychowania fizycznego, miały możliwość uczestniczenia w treningach piłki nożnej, siatkówki, koszykówki, lekkoatletycznych, akrobatyki, badmintonu, pływania. Uczęszczały również na zajęcia tańca, judo i innych sztuk walki, brały udział w biegach przełajowych i zawodach sportowych. Dużej aktywności fizycznej dzieci i młodzieży sprzyjała dobra infrastruktura sportowa (boiska, pływalnia, siłownie zewnętrzne, stadion) oraz udział placówek w programach zewnętrznych: „Nasz orlik” (zatrudnieni animatorzy prowadzili zajęcia na boiskach typu orlik w Sulechowie, Brodach i Pomorsku), „Umiem pływać” (dzieci z klas III szkół podstawowych uczyły się pływać), „Multisport” (zajęcia prowadzone w Zespole Szkół w Sulechowie rozwijające szybkość, wytrzymałość, gibkość i zwinność z elementami lekkiej atletyki, gimnastyki, sportów walki), „SOS” („Siatkarskie Ośrodki Szkoleniowe”). Szkoły dzięki uczestnictwu w programach wzbogaciły się o nowy sprzęt sportowy, a dzieci otrzymały dodatkowe możliwości zwiększania swojej sprawności fizycznej i osiągnięć w rywalizacji sportowej. Celem wszystkich działań prowadzonych w szkołach podstawowych i gimnazjach było poprawienie kondycji fizycznej dzieci i młodzieży oraz motoryki, jak również wdrożenie zasad zdrowego współzawodnictwa.

### 3. Obszar zdrowotny programu: niepełnosprawność

W roku 2015, podobnie jak w latach poprzednich, organizacje pozarządowe realizowały na zlecenie Gminy Sulechów zadania, których celem było wspieranie osób niepełnosprawnych. Stowarzyszenia z pomocą specjalistów zapewniały rehabilitację, w tym hipoterapię dla dzieci, organizowały warsztaty oraz zajęcia sportowe dla osób niepełnosprawnych. Gmina na zadania z ochrony zdrowia przekazała w roku ubiegłym 22150 zł.

Również w Środowiskowym Domu Samopomocy prowadzone były zajęcia terapeutyczne i rehabilitacyjne dla 38 osób upośledzonych umysłowo. Ośrodek Pomocy Społecznej zapewnił ponadto całodobową opiekę 32 osobom starszym, chorym i niepełnosprawnym poprzez skierowanie ich do Domu Pomocy Społecznej. Dodatkowo z usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania skorzystało 99 osób, które z uwagi na wiek i choroby wymagały częściowej pomocy innych.

Pozostałe jednostki umożliwiły osobom niepełnosprawnym udział w wydarzeniach, imprezach, zawodach i innych zabawach, co sprzyjało integracji społecznej i przełamywaniu barier, jak również podniesieniu samooceny osób niepełnosprawnych.

W Przedszkolu nr 5 w Sulechowie grupę integracyjną tworzyły dzieci zdrowe i niepełnosprawne, dzięki czemu najmłodszy nauczyli się wrażliwości, udzielania pomocy potrzebującym i zrozumienia dla inności spowodowanej chorobą lub kalectwem. Dzieci niepełnosprawne poprzez wielospecjalistyczne kompleksowe działania pobudzane były do samodzielnego poznawania rzeczywistości i do życia w społeczeństwie. Nauczyciele dostosowali pracę indywidualnie do potrzeb i możliwości przedszkolaków, stosując odpowiednie programy edukacyjno-terapeutyczne. Wsparcie udzielane było również rodzicom, którym pomagano w nabywaniu umiejętności postępowania z dzieckiem niepełnosprawnym, zgodnie z indywidualnym programem wczesnego wspomaganie.

We wszystkich szkołach i przedszkolach prowadzona była gimnastyka korekcyjna w celu poprawy wad postawy u dzieci, ich sprawności fizycznej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej. Prowadzono także zajęcia rewalidacyjne, których celem było usprawnianie zaburzonych funkcji. Szkoły współpracowały również z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną w przygotowywaniu indywidualnych zajęć z dziećmi niepełnosprawnymi. Ponadto placówki systematycznie poprawiały swoją dostępność dla osób niepełnosprawnych poprzez budowę podjazdów i likwidację barier architektonicznych. Społeczności szkolne chętnie angażowały się w akcje charytatywne, jak zbiórki plastikowych nakrętek z przeznaczeniem na zakup wózków dla chorych dzieci, dzięki temu dzieci i młodzież uczyły się tolerancji i poszanowania dla osób wymagających opieki.

#### 4. Obszar zdrowotny programu: środowisko

Bardzo ważnym czynnikiem wpływającym na zdrowie mieszkańców jest środowisko, czyli otoczenie, w którym żyje człowiek. Dbając o zachowanie porządku i czystości w gminie systematycznie przeprowadzano deratyzację, kontenery na śmieci opróżniane były zgodnie z harmonogramem wywozu odpadów, regularnie kontrolowano stan sanitarny budynków i urządzeń. Program nauczania dzieci na każdym szczeblu edukacji obejmował ekologię i ochronę przyrody. We wszystkich placówkach organizowano zajęcia na temat ochrony środowiska, a dzieci brały udział w corocznych akcjach „Sprzątania świata”, zbierania plastikowych nakrętek, zużytych baterii i tonerów, dniach ziemi, dniach wody czy zimowego dokarmiania ptaków. Szkoły i przedszkola we współpracy z sulechowskim nadleśnictwem angażowały się w projekty służące podnoszeniu świadomości ekologicznej młodych ludzi.

Środowisko to także miejsce, w którym człowiek uczy się, bawi i pracuje. Dlatego tak ważne było dostosowanie mebli do wieku i wzrostu uczniów. Na otoczenie wpływ ma także zapewnienie bezpieczeństwa. Od lat realizowany jest w tym celu program „Bezpieczna

Gmina Sulechów”, w którym uczestniczą wszystkie jednostki organizacyjne i placówki oświatowe, we współpracy z policją, strażą miejską i pożarną, nadleśnictwem i organizacjami pozarządowymi. Dzięki spotkaniom i zajęciom prowadzonym w szkołach i przedszkolach z przedstawicielami różnych służb publicznych, dzieci poznały zasady poruszania się po drogach i ulicach, bezpiecznej zabawy na dworze, w domu, w lesie, na placach zabaw itd., co wpłynęło na zdrowie uczniów i niską liczbę wypadków.

#### 5. Obszar zdrowotny programu: opieka zdrowotna

We współpracy z podmiotami zewnętrznymi na terenie gminy organizowane były badania mammograficzne, z których w roku ubiegłym skorzystało ok. 1000 kobiet. W placówkach oświatowych przeprowadzono badania przesiewowe, na podstawie których rodzice uzyskiwali wiedzę na temat stanu zdrowia dziecka. Nie były to jednak badania bezpłatne, dlatego nie objęły 100% uczniów ze wszystkich szkół. Powszechnie działania profilaktyczne prowadziły pielęgniarki szkolne, które ponadto udzielały w razie potrzeby pomocy przedmedycznej.

Pełnomocnik ds. Uzależnień realizował programy przeciwdziałania narkomanii i alkoholizmowi. Udzielał również wsparcia grupie samopomocowej kobiet oraz Anonimowych Alkoholików, dla których stanowił pierwszy kontakt w podejmowaniu wysiłku w procesie wychodzenia z nałogu. Nadzorował także i wspomagał merytorycznie Gminną Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, której zadaniem jest motywowanie osób uzależnionych do podjęcia leczenia.

Ośrodek Pomocy Społecznej przyznał uprawnienia do świadczeń zdrowotnych 45 osobom, które nie posiadały ubezpieczenia zdrowotnego. Kolejne 65 osób znajdujących w trudnej sytuacji życiowej otrzymało świadczenia pieniężne na pokrycie kosztów zakupów leków i środków medycznych, co umożliwiło im systematyczne leczenie. Na świadczenia te wydatkowano 9467 zł. Dodatkowo 4 osoby nieposiadające ubezpieczenia zdrowotnego otrzymały wsparcie związane z leczeniem w Zakładzie Opiekuńczo-Lecznicznym, na co przeznaczono 13124 zł. Ponadto, dążąc do zmniejszenia ryzyka zaburzeń związanych z nieprawidłowym żywieniem, udzielono 1601 świadczeń osobom zagrożonym niedożywieniem i wydano 75362 porcje. W roku ubiegłym łączny koszt dożywiania wyniósł 406756 zł.

Biorąc powyższe pod uwagę można stwierdzić, że jednym z najważniejszych zadań samorządu jest zapewnienie mieszkańcom, a zwłaszcza dzieciom i młodzieży atrakcyjnych

form spędzania czasu wolnego. Ciekawe zajęcia pozalekcyjne, sportowe, artystyczne i inne, które pozwalają na rozwijanie zainteresowań, przyczyniają się do zachowania dobrego samopoczucia i zdrowia. Powyższe zestawienie pokazuje, że podejmowane przez jednostki organizacyjne i placówki oświatowe działania wpływają pozytywnie na wzmocnienie zdrowia mieszkańców całej gminy, co potwierdza realizację założeń „Programu Ochrony Zdrowia Gminy Sulechów na lata 2011- 2015”.