

Informacja o programach w zakresie ochrony zdrowia fizycznego i psychicznego oraz profilaktyki zdrowotnej zrealizowanych w 2024 roku oraz planie realizacji takich programów w 2025 roku.

Programy profilaktyczne realizowane w Zespole Szkół Ogólnokształcących i Technicznych w Żarach w roku szkolnym 2024:

1. **„Godzina dla Młodych Główników”**- program dotyczący emocji, potrzeb, stawiania granic, zdrowia psychicznego a także zagrożeń wynikających z korzystania z Internetu. Środki własne szkoły. Spotkania z młodzieżą, warsztaty – utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z radzeniem sobie z trudnymi emocjami. Psycholog i pedagog szkolny.
2. **„ARS, czyli jak dbać o miłość?”** - Program profilaktyki uzależnień. Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi Środki własne szkoły. Lekcje z pedagogiem szkolnym.
3. **„Wybierz swoje marzenia, nie uzależnienia”**- program profilaktyki uzależnień. Środki z UM MKRPA w Żarach. Utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z asertywnością, uzależnieniami od substancji czynnościowych. Spotkania i warsztaty realizowane przez terapeutów z Poradni PROFIL.
4. **„Fred Goes Net”**- profilaktyka zażywania środków psychoaktywnych. Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi Środki własne szkoły. Ochrona młodzieży przed uzależnieniami. Prelekcje, spotkania z młodzieżą grupowe i indywidualne. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
5. **Wojewódzki Program Profilaktyki Nowotworów** - upowszechnianie wiedzy, budowanie postaw prozdrowotnych. Warsztaty, wykłady, motywowanie do badań profilaktycznych. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna.
6. Projekt edukacyjny **"Profilaktyka HIV/AIDS** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna.
7. Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów. **"Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat czerniaków, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, i regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

Programy profilaktyczne planowane do zrealizowania w Zespole Szkół Ogólnokształcących i Technicznych w Żarach w roku szkolnym 2025:

1. **Podstępne WZW** upowszechnienie wiedzy na temat WZW – działania profilaktyczne wśród młodzieży, podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.

2. **Wojewódzki Program Profilaktyki Nowotworów** - poszerzenie wiedzy uczniów na temat profilaktyki nowotworowej. Środki własne szkoły. Konkurs wiedzy o nowotworach, spotkania z pielęgniarką szkolną, ulotki, plakaty. Realizacja programu Sanepid.

3. **Program profilaktyczny HIV/AIDS** – poszerzenie poziomu wiedzy uczniów na temat profilaktyki HIV/AIDS. Środki własne szkoły. Informacje o drogach zakażenia HIV, metodach leczenia AIDS Wykorzystanie prezentacji o tematyce HIV/AIDS, materiały oraz realizacja programu - Sanepid.

4. **Wybierz życie – pierwszy krok**” zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy, oraz czynniki zachowań ryzykownych, motywowanie do badań profilaktycznych. Środki własne. Praca twórcza młodzieży, spotkania i dyskusje. Prowadzenie Sanepid.

5. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów - "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów skóry, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy – bezpłatny. Realizacja Sanepid.

Programy profilaktyczne realizowane w Zespole Szkół Ogólnokształcących w Żarach w roku szkolnym 2024:

1. **Wojewódzki Program edukacyjno – informacyjny „Bezpieczna młodość„**,- w ramach programu realizowane były zagadnienia dot.: cyberprzemocy, zapobieganie wykroczeniom i przestępstwom, stop mowie nienawiści, hejtowi i uzależnieniom. odpowiedzialność prawna nieletnich. Środki własne szkoły. .29 zajęć psychoedukacji grupowej. Eliminowanie niewłaściwych zachowań. Spotkania i warsztaty z młodzieżą. Psycholog szkolny i przedstawiciele Policji.

2. **„Nie bądź ofiarą handlu ludźmi”** - Konkurs Wojewody Lubuskiego. Środki własne szkoły. W nagrodę za udział w konkursie 3 uczennice zostały zaproszone do Wojewody. Realizacja psycholog szkolny.

3. **Profilaktyka nowotworów piersi i szyjki macicy** - poszerzenie wiedzy uczniów na temat profilaktyki nowotworowej. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty. Motywowanie młodych ludzi do badań profilaktycznych. Nauczyciele biologii, pielęgniarka szkolna.

4. **Program profilaktyki nadwagi i otyłości** – poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród młodzieży. Środki własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą Zajęcia prowadzone przez nauczyciela WF, spotkania indywidualne z pielęgniarką szkolną.

5. **Program Przeciwdziałania Narkomanii - dopalacze, narkotyki, alkohol, internet.** Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi. Środki z UM MKRPA w Żarach. Utrwalenie u młodzieży wiedzy

związanej z asertywnością, konsekwencje uzależnienia od substancji czynnościowych Spotkania realizowane przez terapeutów z Poradni PROFIL.

Programy profilaktyczne planowane do zrealizowania w Zespole Szkół Ogólnokształcących w Żarach w roku szkolnym 2025.

1. **Wybierz życie – pierwszy krok”** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy. Warsztaty, wykłady, motywowanie do badań profilaktycznych. Środki własne. Prowadzenie Sanepid.
2. **Podstępne WZW** - upowszechnianie wśród młodzieży wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby typu: A, B, C. Środki własne szkoły. Działania profilaktyczne wśród młodzieży podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid Żary.
3. **Program Przeciwdziałania Narkomanii - dopalacze, narkotyki, alkohol, internet.** Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi. Środki z UM MKRPA w Żarach. Spotkania, prelekcje, pielęgniarka, pedagog, psycholog. Wykłady terapeuci z ośrodka terapeutycznego PROFIL.
4. **Profilaktyka zdrowia psychicznego** – wsparcie psychiczne uczniów. Środki własne szkoły. Rozmowy indywidualne z uczniami, konsultacje uczniów w poradniach specjalistycznych. Pielęgniarka szkolna, pedagog, psycholog.
5. **Program profilaktyki nadwagi i otyłości** – poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna, wsparcie pozalekcyjne form aktywności fizycznej. Środki własne szkoły. Zajęcia prowadzone przez nauczyciela WF, spotkania indywidualne z pielęgniarką szkolną.

Programy profilaktyczne realizowane w Zespole Szkół Budowlanych w Żarach w roku szkolnym 2024:

1. **W zdrowym - ciele zdrowy duch** – poprawa jakości życia i wydolności fizycznej uczniów. Zwiększenie aktywności fizycznej u młodzieży. Środki własne szkoły. Weryfikacja zwolnień długoterminowych z zajęć wychowania fizycznego. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
2. **Nikotynizm oraz jego następstwa** – zapobiegania używkom, zmniejszenie rozpowszechniania nikotyny, w tym korzystania z e-papierosów. Środki własne szkoły. Indywidualne rozmowy, plakaty, ulotki. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
3. **Nieprawidłowe parametry wzrostowo – wagowe** – poprawa sposobu żywienia, konsekwencje nadwagi i otyłości. Środki własne szkoły. Pomiary antropometryczne, indywidualne rozmowy, skierowania do lekarza POZ. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.

4. **Profilaktyka chorób nowotworowych w tym nowotworów piersi** – zapobieganie chorobom. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty. Motywowanie młodych ludzi do badań profilaktycznych. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
5. **Nadciśnienie tętnicze i jego następstwa** - uzupełnienie wiedzy na temat powikłań chorób cywilizacyjnych. Środki własne szkoły. Indywidualne rozmowy z uczniami, pomiary ciśnienia krwi, materiały informacyjne. Pielęgniarka oraz pedagog szkolny.
6. **Profilaktyka uzależnień** – utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z asertywnością przed uzależnieniami od substancji czynnościowych. Środki MKRPA w Żarach. Spotkania z uczniami. Realizacja terapeutów z ośrodka terapeutycznego PROFIL.
7. **Konkurs wiedzy o uzależnieniach** - utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z asertywnością, uzależnieniami od substancji czynnościowych. Środki MKRPA w Żarach. Konkurs na szczeblu szkolnym oraz na szczeblu miejskim. Ochrona młodzieży przed uzależnieniami, zapobieganie, wzrost świadomości. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny, terapeuci z ośrodka terapeutycznego PROFIL.
8. **Trening kontroli złości** – utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z radzeniem sobie z trudnymi emocjami. Rozwój umiejętności społecznych. Środki własne szkoły. Spotkania z młodzieżą indywidualne lub w małych grupach. Pedagog szkolny.
9. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów - "Znamię? Znam je"** – wzrost świadomości dot. raka skóry, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny, Sanepid.
10. **W służbie prawu, w służbie ojczyźnie** – wzrost świadomości młodzieży w zakresie odpowiedzialności karnej oraz uzależnień, obrona cywilna, kształtowanie postaw obronnych. Środki własne szkoły. Zajęcia w Zakładzie karnym w Krzywańcu. Nauczyciele, pedagog szkolny.

Programy profilaktyczne planowane do zrealizowania w Zespole Szkół Budowlanych w Żarach w roku szkolnym 2025.

1. **Zdrowym być** – poprawa jakości życia i wydolności fizycznej. Zwiększenie aktywności fizycznej u młodzieży. Środki własne szkoły. Weryfikacja zwolnień długoterminowych z zajęć wychowania fizycznego. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
2. **E- papieros, snusy i ich następstwa** – zapobieganie używkom, zmniejszenie rozpowszechniania nikotyny w tym korzystania z e-papierosów. Środki własne szkoły. Indywidualne rozmowy, plakaty, ulotki. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
3. **Zaburzenia somatyczne** – poprawa sposobu żywienia, konsekwencje nadwagi i otyłości. Środki własne szkoły. Pomiary antropometryczne, indywidualne rozmowy, skierowania do lekarza POZ. Pielęgniarka, pedagog szkolny.

4. **Profilaktyka chorób nowotworowych - październik miesiącem szansy** - zapobieganie chorobom w tym nowotworom piersi. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty. Motywowanie młodych ludzi do badań profilaktycznych. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
5. **Nadciśnienie tętnicze i jego następstwa** - uzupełnienie wiedzy na temat powikłań chorób cywilizacyjnych. Środki własne szkoły. Indywidualne rozmowy z uczniami, pomiary ciśnienia krwi, materiały informacyjne. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
6. **Twarze depresji – działania profilaktyczne** - zapobieganie chorobie, upowszechnianie wiedzy na temat depresji. Środki własne szkoły. Parkun "Przegonić depresję w Zielonym Lesie". Debata młodzieżowa. Szkolny konkurs wiedzy o depresji. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
7. **Program profilaktyczny „DEBATA”** – działania zapobiegające uzależnieniom, rozwój emocjonalny uczniów. Środki MKRPA w Żarach. Kształtowanie pozytywnych wzorów zachowań. Spotkania i warsztaty uczniów z terapeutami ośrodka terapeutycznego PROFIL.
8. **Konkurs plastyczny o uzależnieniach od Internetu i telefonów** – działania profilaktyczne zapobiegające uzależnieniom behawioralnym, rozwój emocjonalny uczniów. Środki MKRPA w Żarach. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
9. **Turniej piłki siatkowej „Nie uzależnieniom”** - promowanie zdrowego stylu życia – profilaktyka uzależnień. Środki MKRPA w Żarach oraz środki własne szkoły. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
10. **Debata uczniowska „Prawdy i mity o uzależnieniach”**- zapobieganie uzależnieniom wśród uczniów. Środki MKRPA w Żarach. Rozwój emocjonalny uczniów, profilaktyka i zwiększenie świadomości na temat uzależnień. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
11. **Szkoła dla rodziców** – wzrost kompetencji wychowawczych. Środki własne szkoły. Wyposażenie rodziców w nowe metody wychowawcze i umiejętności komunikacyjne. Pielęgniarka, pedagog szkolny.
12. **Trening zastępowania agresji. Radzę sobie z emocjami.** Wyposażenie uczniów w umiejętności samokontroli i radzenia sobie z emocjami, Środki własne szkoły. Nabycie przez uczniów sposobów radzenia sobie ze złością, smutkiem, żalem, frustracją i stresem. Pedagog szkolny.

Programy profilaktyczne zrealizowane w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Żarach w roku szkolnym 2024.

1. **Program profilaktyczny FRED GOES NET** – zajęcia profilaktyczne z zakresu uzależnień. Nabycie umiejętności podejmowania prawidłowych wyborów życiowych przez młodych ludzi. Środki własne szkoły. Warsztaty i spotkania terapeutów z uczniami. Realizacja Ośrodek Terapeutyczny Profil.

2. **Profilaktyka nowotworowa - nowotwory płuc, piersi, szyjki macicy** - zapobieganie chorobom nowotworowym. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
3. **Projekt profilaktyczny „Dobry wybór”**. Kształtowanie pozytywnych wzorów zachowań. Środki MKRPA w Żarach. Przygotowanie uczniów do podejmowania ważnych decyzji w życiu. Warsztaty uczniów z terapeutami Ośrodka Terapeutycznego PROFIL.
4. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów skóry, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.
5. **Wojewódzki Program edukacyjno – informacyjny „Bezpieczna młodość”**, - w ramach programu realizowane były zagadnienia dot.: cyberprzemocy, zapobieganie wykroczeniom i przestępstwom, stop mowie nienawiści, hejtowi i uzależnieniom, odpowiedzialność prawna nieletnich. Poprawa bezpieczeństwa młodzieży woj. lubuskiego poprzez informowanie o skutkach zachowań ryzykownych i patologicznych. Środki własne szkoły. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
6. **Zdrowe odżywianie** - poprawa sposobu żywienia, konsekwencje nadwagi i otyłości. Środki własne szkoły. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród młodzieży. Propagowanie zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
7. **Podstępne WZW** upowszechnienie wiedzy na temat WZW – działania profilaktyczne wśród młodzieży podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.

Programy profilaktyczne planowane do zrealizowania w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Żarach w roku szkolnym 2025.

1. **Pierwsza pomoc przedmedyczna** – zapoznanie z zasadami pierwszej pomocy dla uczniów klas pierwszych. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne (BLS), postępowanie w przypadku zadławienia, utraty przytomności, krwotoków, urazów, oparzeń, zatruc, Szkolenie ma na celu przygotowanie uczniów do udzielania pierwszej pomocy w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia. Nauka praktyczna na fantomie osoby dorosłej oraz dziecka. Środki Powiatu Żarskiego. Do przeprowadzenia akcji zaangażowany zostanie ratownik medyczny.
2. **Podstępne WZW** - upowszechnienie wiedzy na temat WZW – działania profilaktyczne wśród młodzieży podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.

3. **Program profilaktyki nadwagi i otyłości Trzymaj Formę** – poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród młodzieży. Środki własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.
4. **Profilaktyka nowotworowa - nowotwory płuc, piersi, szyjki macicy** - zapobieganie chorobom nowotworowym. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty. Zachęcanie do badań profilaktycznych. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny
5. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów - "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów skóry, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.
6. **Projekt edukacyjny - "Profilaktyka HIV/AIDS** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna.
7. **II Marsz profilaktyczny po zielonym lesie** – promowanie zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej, upowszechnianie wiedzy nt. uzależnień, Środki Powiatu Żarskiego. Konkurs wiedzy na temat uzależnień od środków psychoaktywnych, marsz po zielonym lesie, ognisko. Pielęgniarka szkolna.
8. **Projekt profilaktyczny „Kontra”** - kształtowanie pozytywnych wzorów zachowań. Przekazanie wiedzy dot. neuropsychologicznych konsekwencji nadużywania alkoholu, Środki MKRPA w Żarach. Warsztaty uczniów z psychoterapeutą uzależnień Łukaszem Basajem z Ośrodka Terapeutycznego Spectrum.

Programy profilaktyczne realizowane w Zespole Szkół Ekonomicznych w Żarach w roku szkolnym 2024.

1. **Zdrowszy styl życia - bez uzależnień** - profilaktyka uzależnień i zdrowia psychicznego. Środki MKRPA w Żarach. Konsekwencje nadużywania środków psychoaktywnych. Zajęcia realizowane przez terapeutę uzależnień z uczniami i rodzicami wybranych klas.
2. **Profilaktyczny program w zakresie przeciwdziałania uzależnieniu od alkoholu, tytoniu i innych środków psychoaktywnych.** Środki własne szkoły. Warsztaty w wybranej klasie prowadzone przez psychologa szkolnego.
3. **Wojewódzki Program edukacyjno – informacyjny „Bezpieczna młodość,,** - w ramach programu realizowane były zagadnienia dot.: cyberprzemocy, zapobieganie wykroczeniom i przestępstwom, stop mowie nienawiści, hejtowi i uzależnieniom, odpowiedzialność prawna nieletnich. Środki własne szkoły. Eliminowanie niewłaściwych zachowań. Spotkania i warsztaty z młodzieżą. Psycholog szkolny i przedstawiciele Policji.

4. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów - "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.
5. **Profilaktyka nowotworowa - nowotwory płuc, piersi, szyjki macicy** - zapobieganie chorobom nowotworowym. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty. Zachęcanie do badań profilaktycznych. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny.
6. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy, oraz czynniki zachowań ryzykownych, motywowanie do badań profilaktycznych. Środki własne. Praca twórcza młodzieży, spotkania i dyskusje. Prowadzenie Sanepid.
7. **Program profilaktyki nadwagi i otyłości „Dzień Diabetyka”** – poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród młodzieży. Środki własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.
8. **Podstępne WZW** upowszechnienie wiedzy na temat WZW – działania profilaktyczne wśród młodzieży podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.
9. Projekt edukacyjny **"Profilaktyka HIV/AIDS** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna.

Programy profilaktyczne planowane do zrealizowania w Zespole Szkół Ekonomicznych w Żarach w roku szkolnym 2025.

1. **Program profilaktyki nadwagi i otyłości** – poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród młodzieży. Środki własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele, Sanepid.
2. **Krajowy program Profilaktyka HIV/AIDS** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna, Sanepid.
3. **Wojewódzki program prewencji nowotworów** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy, piersi, płuc oraz czynniki zachowań ryzykownych. Motywowanie do badań profilaktycznych. Środki własne. Praca twórcza młodzieży, spotkania i dyskusje. Prowadzenie Sanepid.

4. **Krajowy program ograniczenia zdrowotnych następstw palenia tytoniu** – zapobiegania używkom, zmniejszenie rozpowszechniania nikotyny w tym korzystania z e-papierosów. Środki własne szkoły. Indywidualne rozmowy, plakaty, ulotki. Nauczyciele, pielęgniarka, pedagog szkolny, Sanepid.
5. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy, oraz czynniki zachowań ryzykownych, Motywowanie do badań profilaktycznych. Środki własne. Praca twórcza młodzieży, spotkania i dyskusje. Prowadzenie Sanepid.
6. **Profilaktyczny program przeciwdziałania uzależnieniom od alkoholu, tytoniu i środków psychoaktywnych** – utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z asertywnością, konsekwencje uzależnienia od substancji czynnościowych. Środki własne szkoły. Spotkania i dyskusje z młodzieżą, Nauczyciele, pielęgniarka szkolna.
7. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów. "Znamie? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

Programy profilaktyczne realizowane w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Żarach w roku szkolnym 2024.

1. **Program Trzymaj Formę "Szkoła promująca zdrowie"- profilaktyka nadwagi i otyłości.** Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Środki własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.
2. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy oraz czynniki zachowań ryzykownych, Motywowanie do badań profilaktycznych. Środki własne. Spotkania i dyskusje z młodzieżą w gabinecie pielęgniarki.
3. **„Razem wygramy wolność i zdrowie” - program profilaktyczny.** Działania zapobiegające uzależnieniom, cyberprzemocy, edukacja prawna uczniów, rozwój emocjonalny. Środki MKRPA w Żarach. Spotkania i warsztaty uczniów z terapeutami uzależnień ośrodka terapeutycznego PROFIL.
4. **Profilaktyczny program przeciwdziałania uzależnieniom od tytoniu** – utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z asertywnością, konsekwencje uzależnienia od nikotyny. Środki własne szkoły. Spotkania i dyskusje z młodzieżą, plakaty, ulotki. Zmniejszenie rozpowszechniania nikotyny wśród młodzieży. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna.

Programy profilaktyczne zaplanowane do zrealizowania w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Żarach w roku szkolnym 2025.

1. **Projekt Profilaktyki Nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.
2. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy oraz czynniki zachowań ryzykownych, Motywowanie do badań profilaktycznych. Zmniejszenie występowania raka szyjki macicy i umieralności na tę chorobę. Środki własne. Spotkania i dyskusje z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, Sanepid.
3. **„Godzina dla Młodych Główn”** - program dotyczący emocji, potrzeb, granic, zdrowia psychicznego a także zagrożeń wynikających z korzystania z Internetu. Warsztaty wsparcia i profilaktyki autodestrukcyjnej. Środki własne szkoły. Realizowane przez psychologa i pedagoga szkolnego oraz koordynatorkę województwa lubuskiego ds. Programu Profilaktycznego **„Godzina dla Młodych Główn”**.
4. **Profilaktyka nadwagi i otyłości** - poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Środki własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.
5. **Bezpieczni w szkole i poza szkołą** – stoisko profilaktyczne w czasie festynu rodzinnego w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Żarach. Wzmacnianie czynników chroniących przed podejmowaniem ryzykownych zachowań. Środki MKRPA w Żarach. Spotkania i warsztaty z terapeutą uzależnień z ośrodka terapeutycznego PROFIL

Programy profilaktyczne zrealizowane w Zespole Szkół Specjalnych w Żarach w roku szkolnym 2024.

1. **Program "Szkoła promująca zdrowie"** - profilaktyka nadwagi i otyłości. Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Środki własne szkoły. Hodowla ziół i warzyw, zdrowe śniadania, owocowe czwartki, spotkania indywidualne z młodzieżą, zachęcanie do aktywności fizycznej. Przygotowanie plakatu promującego zdrowy styl życia. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele, Sanepid.
2. **Udział w unijnym projekcie - "Program dla szkół"**. Głównym celem programu jest kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych. Polega on na dostarczaniu dzieciom owoców, warzyw oraz mleka i przetworów mlecznych. Dzieci od najmłodszych lat poznają smaki zdrowych przekąsek. Program koordynowany przez Ośrodek wsparcia Rolnictwa.
3. **Wojewódzki Program edukacyjno – informacyjny „Bezpieczna młodość”** - w ramach programu realizowane były zagadnienia dot.: cyberprzemocy, zapobieganie wykroczeniom i przestępstwom, stop mowie nienawiści, hejtowi i uzależnieniom, odpowiedzialność prawna nieletnich.

Środki własne szkoły. Eliminowanie niewłaściwych zachowań. Spotkania i warsztaty z młodzieżą. Psycholog szkolny i przedstawiciele Policji, Straż Pożarna, Straż Miejska.

4. **Krajowy program "Profilaktyka HIV/AIDS"** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna, Sanepid.

5. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

6. **Profilaktyka nowotworowa piersi** - zapobieganie chorobom nowotworowym. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty. Zachęcanie do badań profilaktycznych. Pielęgniarka szkolna Sanepid.

7. **Profilaktyczny program przeciwdziałania uzależnieniom od alkoholu, tytoniu i środków psychoaktywnych** – utrwalenie u młodzieży wiedzy związanej z asertywnością, konsekwencje uzależnienia od substancji czynnościowych. Środki własne szkoły. Spotkania i dyskusje z młodzieżą, Nauczyciele, pielęgniarka szkolna.

8. **Profilaktyka zdrowia psychicznego** – wsparcie psychiczne uczniów. Środki własne szkoły. Rozmowy indywidualne z uczniami, konsultacje uczniów w poradniach specjalistycznych. Pielęgniarka szkolna, pedagog, psycholog.

Programy profilaktyczne zaplanowane do zrealizowania w Zespole Szkół Specjalnych w Żarach w roku szkolnym 2025.

1. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, Sanepid.

2. **Z higieną za Pan Brat** - kształtowanie prawidłowych nawyków z zakresu higieny osobistej. Środki własne szkoły. Pokaz prawidłowego mycia zębów, technika mycia rąk, zapobieganie kontrola, leczenie - gabinet stomatologiczny. Film, ulotki, rozmowy. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, Sanepid.

3. **Krajowy program „Profilaktyka HIV/AIDS"** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna, Sanepid.

4. **Program Trzymaj Formę "Szkoła promująca zdrowie" profilaktyka nadwagi i otyłości.** Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i

młodzieży. Środki własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.

5. **WFzAWF – program realizowany przez MEN, „Aktywny dzisiaj dla zdrowia i przyszłości”**. Rozpowszechnianie aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży. Kształtowanie prozdrowotnych nawyków. Dodatkowe zajęcia sportowe finansowane przez Ministerstwo Edukacji i Nauki. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna.

6. **Program "Szkoła promująca zdrowie" - profilaktyka nadwagi i otyłości**. Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Środki własne szkoły. Spotkania indywidualne z młodzieżą, zachęcanie do aktywności fizycznej. Pomiar wag i wzrostu uczniów. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele, Sanepid.

7. **„Zdrowo i Sportowo”**- ogólnopolska akcja organizowana przez Kids&Sport - kształtowanie prozdrowotnych nawyków przez promocję aktywnego stylu życia. Środki własne szkoły. Nauka prawidłowego sposobu żywienia. Zajęcia tematyczno-ruchowe. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna.

Programy profilaktyczne zrealizowane w Zespole Szkół Technicznych w Lubsku w roku szkolnym 2024.

1. **Tydzień aktywności fizycznej - profilaktyka nadwagi i otyłości**. Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Środki Powiatu Żarskiego oraz własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.

2. Krajowy program **"Profilaktyka HIV/AIDS"** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna, Sanepid.

3. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy oraz czynniki zachowań ryzykownych. Motywowanie do badań profilaktycznych. Zmniejszenie występowania raka szyjki macicy i umieralności na tę chorobę. Środki własne. Spotkania i dyskusje z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, Sanepid.

4. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów "Znamie? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat czerniaków, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

5. **Podstępne WZW**– działania profilaktyczne wśród młodzieży podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.

6. **Krwiodawstwo** – uwrażliwienie na pomoc innym. Środki własne szkoły. Spotkania z młodzieżą klas 4 i 5. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, pedagog.

7. **„ARS, czyli jak dbać o miłość?”** - program profilaktyki uzależnień. Środki własne szkoły. Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi Pielęgniarka, nauczyciele, pedagog szkolny.

Programy profilaktyczne zaplanowane do realizacji w Zespole Szkół Technicznych w Lubsku w roku szkolnym 2025.

1. **Tydzień aktywności fizycznej - profilaktyka nadwagi i otyłości.** Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Środki Powiatu Żarskiego oraz własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.

2. **Krajowy program "Profilaktyka HIV/AIDS** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Pielęgniarka szkolna, Sanepid.

3. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy, oraz czynniki zachowań ryzykownych, motywowanie do badań profilaktycznych. Zmniejszenie występowania raka szyjki macicy i umieralności na tę chorobę. Środki własne. Spotkania i dyskusje z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, Sanepid.

4. **Projekt profilaktyki Nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

5. **Podstępne WZW** – działania profilaktyczne wśród młodzieży. Podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.

6. **Krwiodawstwo** – uwrażliwienie na pomoc innym. Środki własne szkoły. Spotkania z młodzieżą klas 4 i 5. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, pedagog.

7. **ARS, czyli jak dbać o miłość?”** program profilaktyki uzależnień. Środki własne szkoły. Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi Pielęgniarka, nauczyciele, pedagog szkolny.

Programy profilaktyczne zrealizowane w Zespole Szkół Ogólnokształcących i Ekonomicznych w Lubsku w roku szkolnym 2024.

1. **Podstępne WZW** - upowszechnienie wiedzy na temat HAV, HBV, HCV – działania profilaktyczne wśród młodzieży. Podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki, prezentacja, film. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.

2. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

3. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy oraz czynniki zachowań ryzykownych. Motywowanie do badań profilaktycznych. Zmniejszenie występowania raka szyjki macicy i umieralności na tę chorobę. Środki własne. Spotkania i dyskusje z młodzieżą. Plakaty, ulotki prezentacja, film. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, Sanepid.

4. **Krajowy program "Profilaktyka HIV/AIDS** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Szkolny konkurs wiedzy o AIDS i wirusie HIV. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, pedagog.

5. **ARS, czyli jak dbać o miłość?”** - program profilaktyki uzależnień. Środki własne szkoły. Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi Pielęgniarka, nauczyciele, pedagog szkolny.

Programy profilaktyczne zaplanowane do zrealizowania w Zespole Szkół Ogólnokształcących i Ekonomicznych w Lubsku w roku szkolnym 2025.

1. **Podstępne WZW** - upowszechnienie wiedzy na temat HAV, HBV, HCV – działania profilaktyczne wśród młodzieży podniesienie wiedzy na temat wirusowego zapalenia wątroby. Spotkania z uczniami plakaty i ulotki, prezentacja, film. Środki własne szkoły. Materiały edukacyjne i realizacja Sanepid.

2. **Projekt profilaktyki nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

3. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy oraz czynniki zachowań ryzykownych. Motywowanie do badań profilaktycznych. Zmniejszenie występowania raka szyjki macicy i umieralności na tę chorobę. Środki własne. Spotkania i dyskusje z młodzieżą. Plakaty, ulotki prezentacja, film. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, Sanepid.

4. **Krajowy program "Profilaktyka HIV/AIDS"** - poszerzanie wiedzy uczniów na temat zachowań ryzykownych, informacje o drogach zakażenia HIV, metody leczenia AIDS. Środki własne szkoły. Szkolny konkurs wiedzy o AIDS i wirusie HIV. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, pedagog.
5. **„ARS, czyli jak dbać o miłość?”** - program profilaktyki uzależnień. Środki własne szkoły. Profilaktyka związana z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi. Pielęgniarka, nauczyciele, pedagog szkolny.

Programy profilaktyczne zrealizowane w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Lubsku w roku szkolnym 2024.

1. **Z higieną za Pan Brat** - kształtowanie prawidłowych nawyków z zakresu higieny osobistej. Środki własne szkoły. Pokaz prawidłowego mycia zębów, technika mycia rąk, zapobieganie kontrola, leczenie - gabinet stomatologiczny. Film, ulotki, rozmowy. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, Ośrodek Zdrowia Lubsko
2. **Projekt edukacyjny profilaktyki nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.
3. **Tydzień aktywności fizycznej Trzymaj formę - profilaktyka nadwagi i otyłości.** Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Środki Powiatu Żarskiego oraz własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.
4. **Profilaktyka nowotworowa piersi** - zapobieganie chorobom nowotworowym. Środki własne szkoły. Ogólnodostępne materiały informacyjne, ulotki, plakaty, konkurs. Pielęgniarka szkolna, Ośrodek Zrowia Lubsko.

Programy profilaktyczne planowane do zrealizowania w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Lubsku w roku szkolnym 2025.

1. **„Wybierz życie – pierwszy krok”** - zwiększenie poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy oraz czynniki zachowań ryzykownych, motywowanie do badań profilaktycznych. Zmniejszenie występowania raka szyjki macicy i umieralności na tę chorobę. Środki własne. Spotkania i dyskusje z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, Ośrodek Zdrowia Lubsko.
2. **Tydzień aktywności fizycznej „Trzymaj formę” - profilaktyka nadwagi i otyłości.** Poprawa sposobu żywienia oraz aktywność fizyczna. Zapobieganie cukrzycy i otyłości wśród dzieci

i młodzieży. Środki Powiatu Żarskiego oraz własne szkoły. Badania przesiewowe, spotkania indywidualne z młodzieżą. Pielęgniarka szkolna, pedagog, nauczyciele.

3. **Projekt edukacyjny Profilaktyki Nowotworów "Znamię? Znam je"** - upowszechnianie wiedzy na temat nowotworów, budowanie postaw prozdrowotnych, uczenie rozpoznawania czerniaka, regularnego samobadania skóry. Środki własne szkoły. Program realizowany przy współpracy z Centrum Onkologii – Instytutem Badawczym z Warszawy oraz z Sanepidem.

4. **Z higieną za Pan Brat** - kształtowanie prawidłowych nawyków z zakresu higieny osobistej. Środki własne szkoły. Pokaz prawidłowego mycia zębów, technika mycia rąk, zapobieganie kontrola, leczenie- gabinet stomatologiczny. Film, ulotki, rozmowy. Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, Ośrodek Zdrowia Lubsko.

Programy profilaktyczne zrealizowane w Zespole Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych Powiatu Żarskiego w roku szkolnym 2024.

1. **„Razem na drodze wychowania”** – warsztaty umiejętności wychowawczych dla rodziców. Głównym celem programu było budowanie więzi emocjonalnej rodziców z dziećmi, kształtowanie właściwych relacji jako podstawowego czynnika chroniącego przed ryzykownymi zachowaniami dzieci, w tym uzależnieniami. Pogłębiono samoświadomość uczestników, poddano refleksji temat potrzeb psychicznych dzieci. Przeprowadzono rozmowy dotyczące skuteczności wspierających, określonych metod wychowawczych. Zwrócono uwagę na mechanizmy powstawania uzależnień behawioralnych, udostępniono także rodzicom materiały edukacyjne w tym zakresie. W trakcie pracy w obszarze uzależnień wykorzystano również program multimedialny, prezentujący wartościowe treści. Dokonano diagnozy rodziców i ich własnych kompetencji wychowawczych, które stanowią czynnik wspierający w rozumieniu potrzeb dzieci. Rodzice i opiekunowie dzieci zwiększyli swoje kompetencje wychowawcze, zdobyli umiejętności radzenia sobie z emocjami własnymi i dziecka w sytuacjach życia codziennego. W programie wzięło udział 14 rodziców dzieci z różnych grup wiekowych. Program w całości zrealizowało 10 rodziców. Częściowe nieobecności pozostałych spowodowane były zobowiązaniami zawodowymi lub sytuacją zdrowotną.

2. **Badania przesiewowe logopedyczne** (przebadano 123 dzieci, przeprowadzono konsultacje po badaniach z 94 rodzicami). Badania miały na celu wykrycie wad i zaburzeń wymowy oraz nieprawidłowej budowy aparatu artykulatoryjnego. Środki własne. Pracownicy poradni.

3. **Cykl warsztatów umiejętności wychowawczych dla rodziców.** W spotkaniach systematycznie uczestniczyło 7 rodziców, zgłoszonych było 14 osób. Celem głównym warsztatów był rozwój umiejętności rodzicielskich i poszerzenie wiedzy o potrzebach rozwojowych dziecka, emocjach, budowaniu więzi z dzieckiem i komunikacji w rodzinie. Środki własne. Pracownicy poradni.

4. **Szkolenie dla rodzin zastępczych na terenie PCPR w Żarach** nt. funkcjonowania dziecka z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Głównym celem było przygotowanie opiekunów dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu do zapewnienia właściwej opieki nad dzieckiem, poprawy umiejętności komunikacyjnych, społecznych i poznawczych dziecka oraz realizacji permanentnej domowej terapii. Środki własne. Pracownicy poradni.

5. **Trening umiejętności społecznych dla uczniów szkół podstawowych z deficytami emocjonalno-społecznymi** (7 osób). Powyższe problemy dzieci niwelowano również poprzez wsparcie szkół i rodziców (psychoedukacja w zakresie funkcjonowania dziecka ze spektrum autyzmu). Celem była optymalizacja zachowań społecznych, korygowanie nieprawidłowych nawyków i zastąpienie ich nawykami adekwatnymi do sytuacji, uzyskanie umiejętności, kompetencji i wiedzy społecznej, przełożenie wyuczonych i wyćwiczonych zachowań do rzeczywistości. Środki własne. Pracownicy poradni.

6. **Trening umiejętności wychowawczych** - zasady, konsekwencje i stawianie granic. Cele: zwiększenie własnej świadomości na temat wychowania i rodzicielstwa, nabycie umiejętności wyznaczania granic i zasad, usystematyzowanie wiedzy i doświadczenia w zakresie wyznaczania nagród i kar, zdobycie praktycznych wskazówek dotyczących wychowania, analiza przypadków. Środki własne. Pracownicy poradni.

7. **„Kropla ważności - spotkania z psychologią zdrowia”**. Program dotyczy promowania zdrowego stylu życia jako czynnika chroniącego oraz poszerzania wiedzy i świadomości współczesnej młodzieży. Odbywa się poprzez prelekcje (na terenie placówek) skierowane do wszystkich klas szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych. Środki własne. Pracownicy poradni.

8. **Program "Za Życiem"** zadanie z zakresu administracji rządowej. *Zapewnienie realizacji zadań wiodącego ośrodka koordynacyjno – rehabilitacyjno – opiekuńczego na obszarze powiatu.* Celem głównym działań realizowanego programu było zapewnienie wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka, umożliwiającego objęcie specjalistyczną opieką dziecka oraz jego rodziny. Wczesne wykrycie i zlikwidowanie u dziecka nieprawidłowości w rozwoju. Ustalenie wieloprofilowego programu usprawniania dziecka z wielorakimi zaburzeniami. Wczesna, kompleksowa profilaktyka niepełnosprawności, przygotowanie i pomoc rodzinom w rehabilitowaniu dziecka w domu oraz świadomym, prawidłowym pielęgowaniu dziecka profilaktyka niepełnosprawności, przygotowanie i pomoc rodzinom w rehabilitowaniu dziecka w domu oraz świadomym, prawidłowym pielęgowaniu dziecka (profilaktyka), kształtowanie pozytywnych relacji rodzic – terapeuta. Terapeuci stosowali indywidualne podejście do dziecka uwzględniając jego możliwości i potrzeby edukacyjno - rozwojowe. Terapeuci indywidualnie ustalali dzień i godzinę realizowanych zajęć z rodzicami dziecka i dostosowywali się do potrzeb opiekuna dziecka.

Programy profilaktyczne zaplanowane do zrealizowania w Zespole Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych Powiatu Żarskiego w roku szkolnym 2025.

1. **„Kochaj i wychowuj” – warsztaty umiejętności wychowawczych dla rodziców.** Budowanie więzi emocjonalnej rodziców z dziećmi, kształtowanie właściwych relacji jako podstawowy czynnik chroniący przed ryzykownymi zachowaniami dzieci w tym uzależnieniami. Pogłębienie samoświadomości, refleksji na temat potrzeb psychicznych dziecka, skuteczności określonych metod wychowawczych, Uświadomienie mechanizmów powstawania uzależnień. Środki Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Żarach na lata 2024-2027. Praca psychologa w ramach zatrudnienia w Zespole. Warsztaty umiejętności wychowawczych. Program składa się z dziewięciu cyklicznych 2- godzinnych spotkań z udziałem rodziców, prowadzonych w formie warsztatów z elementami psychoedukacji. Współpraca przy realizacji: Sąd Rejonowy w Żarach, kuratorzy sądowi, ośrodki pomocy społecznej, pracownicy socjalni, zespoły interdyscyplinarne.

2. **Program kompleksowego wsparcia dla rodzin” Za życiem”** - realizacja zadań wiodącego ośrodka koordynacyjno – rehabilitacyjno – opiekuńczego na obszarze powiatu określonego w porozumieniu nr MEiN/2022/DWEW/989/ zawartym w dniu 21.04.2022 r.

Zapewnienie wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka, umożliwiającego objęcie specjalistyczną opieką dziecka oraz jego rodziny. Ponadto w ramach oddziaływań istotne było: jak najwcześniejsze wykrycie i zlikwidowanie bądź korygowanie zaobserwowanych u dziecka nieprawidłowości w rozwoju oraz odpowiednie dobranie ćwiczeń do jego indywidualnych potrzeb, zapobieganie nieprawidłowościom rozwojowym, które można określić w trakcie diagnozy funkcjonowania dziecka i warunków, w jakich się ono rozwija, ustalenie wieloprofilowego programu usprawniania dziecka z wielorakimi zaburzeniami, wczesna, kompleksowa profilaktyka niepełnosprawności, przygotowanie i pomoc rodzinom w rehabilitowaniu dziecka w domu oraz świadomym, prawidłowym pielęgowaniu dziecka (profilaktyka), Dotacja. Terapie indywidualne. Terapeuci indywidualnie ustalali dzień i godzinę realizowanych zajęć z rodzicami dziecka i dostosowywali się do potrzeb opiekuna dziecka. Programem obejmujemy dzieci w wieku od 0 do 7 r.ż., w tym dzieci do 3 r.ż. Dzieci miały zdiagnozowane różne niepełnosprawności. Współpraca przy realizacji: SOSW w Lubsku i ZSS w Żarach.

3. **„Kropla uważności - spotkania z psychologią zdrowia** - program dotyczy promowania zdrowego stylu życia, jako czynnika chroniącego oraz poszerzania wiedzy i świadomości współczesnej młodzieży. Odbywa się poprzez prelekcje (na terenie placówek) skierowane do wszystkich klas szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych. Realizacja w ramach pracy psychologa zatrudnionego w Zespole Poradni. Prelekcje skierowane do wszystkich klas szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych. Współpraca przy realizacji: szkoły podstawowe i ponadpodstawowe w Powiecie Żarskim.

Programy z zakresu ochrony zdrowia i profilaktyki zdrowotnej zrealizowane w 2024 r. przez Powiat Żarski:

1. Spotkanie z pielęgniarkami i pedagogami szkolnymi dotyczące realizacji programów profilaktycznych w placówkach Powiatu Żarskiego. Środki własne. Współpraca Sanepid Żary.
2. Opracowanie programu profilaktycznego **„Wsparcie zdrowia psychicznego młodzieży w szkołach ponadpodstawowych**. Celem programu jest podniesienie świadomości młodzieży na temat zdrowia psychicznego, rozwój umiejętności radzenia sobie ze stresem, bezpieczna atmosfera w szkole. Środki Powiatu Żarskiego i Narodowego Funduszu Zdrowia. Program będzie realizowany w latach 2025-2030. Realizacja pracownicy Zespołu Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych Powiatu Żarskiego oraz Wydziału Edukacji i Zdrowia.

Programy z zakresu ochrony zdrowia i profilaktyki zdrowotnej zaplanowane w 2025 r. przez Powiat Żarski.

1. **Świadczenia ogólnostomatologiczne dla dzieci i młodzieży w szkołach Powiatu Żarskiego.** Pomiędzy Powiatem Żarskim a Kliniką Stomatologiczną ProfiClinic ze Strzegomia zawarte zostało Porozumienie w sprawie udzielania świadczeń stomatologicznych finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Oferta dotycząca współpracy Powiatu Żarskiego z Kliniką stomatologiczną została złożona w NFZ w Zielonej Górze. Leczeniem stomatologicznym i profilaktyką zostaną objęci uczniowie szkół prowadzonych przez Powiat Żarski. Planowana liczba uczniów objęta świadczeniem wynosi 2300. W ramach porozumienia Powiat Żarski udostępni pomieszczenia na gabinety. Jeden gabinet planowany jest w CKZiU w Żarach drugi ma powstać w SOSW w Lubsku. Świadczenia stomatologiczne realizowane będą w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. Koszt wyposażenia gabinetów pokrywa klinika ProfiClinic ze Strzegomia. Powiat Żarski ponosi koszty remontu pomieszczeń przeznaczonych na gabinety. Okres obowiązywania porozumienia do 30.06.2030 r. Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi w czerwcu. Realizacja pracownicy Wydziału Edukacji i Zdrowia.

2. **Przemoc psychiczna, hejt i mobbing wśród uczniów – akcja profilaktyczna dotycząca zdrowia psychicznego uczniów.** Celem spotkania jest odpowiedzialność karna za nękanie psychiczne, hejt i mobbing w szkole. Spotkanie odbędzie się z prawnikiem w ramach współpracy z organizacją pozarządową CIVIS SUM z Zielonej Góry. W pierwszej edycji akcji udział weźmie 150 uczniów ZSE. Uczniowie otrzymają ulotki dotyczące przemocy psychicznej. Planowane są spotkania w pozostałych placówkach. Warunkiem przeprowadzenia spotkań jest zgoda zarządu stowarzyszenia CIVIS SUM. Realizacja pracownicy Wydziału Edukacji i Zdrowia.

3. **Pierwsza pomoc to Twój obowiązek – nauka pierwszej pomocy przedmedycznej** we wszystkich placówkach oświatowych dla uczniów klas pierwszych. Szkolenie ma na celu zapoznanie z zasadami pierwszej pomocy, naukę podstawowych zabiegów resuscytacyjnych (BLS), postępowanie w przypadku zadławienia, utraty przytomności, krwotoków, urazów, oparzeń, zatruc, przygotowanie uczniów do udzielania pierwszej pomocy w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia. Środki Powiatu Żarskiego. Każdy uczeń odbędzie naukę praktyczną na fantomie osoby dorosłej oraz dziecka. Do przeprowadzenia akcji zaangażowany zostanie wykwalifikowany ratownik medyczny. Realizacja pracownicy Wydziału Edukacji i Zdrowia.

4. **Twoja krew! Moje życie !** Ogólnopolska akcja promująca honorowe oddawanie krwi w ramach kampanii społecznej „Twoja krew, moje życie”, która jest realizowana w oparciu o program polityki zdrowotnej „Zapewnienie samowystarczalności Rzeczypospolitej Polskiej w krew i jej składniki na lata 2021-2026”. Celem akcji jest zwiększenie świadomości społecznej dotyczącej zapotrzebowania na krew oraz zachęcenie Polaków do honorowego oddawania krwi. Akcje honorowego oddawania krwi organizowane w miejscach pracy pozwalają nie tylko nieść pomoc potrzebującym ale także umacniać pozytywny wizerunek firm i budować pozytywne relacje pomiędzy pracownikami i ich otoczeniem. Akcja odbędzie się w dniu 10 czerwca 2025 r. przed siedzibą Starostwa Powiatowego przy Al. Jana Pawła II 5 w Żarach w godz. 9:00 -12:00 Akcja będzie realizowana przy współpracy Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa z Zielonej Góry.

5. **Program profilaktyczny „Wsparcie zdrowia psychicznego młodzieży w szkołach ponadpodstawowych”.** Celem programu jest podniesienie świadomości młodzieży na temat zdrowia psychicznego, rozwój umiejętności radzenia sobie ze stresem, budowanie pozytywnego obrazu siebie, rozwój umiejętności społecznych i emocjonalnych, bezpieczna atmosfera w szkole. Programem zostaną objęci uczniowie klas pierwszych i drugich szkół ponadpodstawowych z terenu powiatu Żarskiego. Po uzyskaniu pozytywnej opinii Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji (opinia jest obligatoryjna) oraz opinii Wojewody Lubuskiego można uzyskać środki z Narodowego Funduszu Zdrowia na realizację programu. W przypadku Powiatu Żarskiego dofinansowanie wyniesie 40 %. Pozostałe środki będą pochodziły z budżetu Powiatu Żarskiego. Realizacja pracownicy Wydziału

Edukacji i Zdrowia oraz Zespołu Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych Powiatu Żarskiego.

6. **Konferencja „Depresja wśród dzieci i młodzieży”.** Zaproszeni zostaną specjaliści z dziedziny zdrowia psychicznego. Jest to kolejna konferencja dotycząca tego problemu. 2 czerwca 2023 r. odbyła się pierwsza edycja pn „**Depresja ucznia - problemem nauczyciela**”. Środki Powiatu Żarskiego. Realizacja pracownicy Wydziału Edukacji i Zdrowia

7. **„Zdrowo międzynarodowo II Transgraniczny Dzień Seniora” w DPS w Lubsku.**

13 maja 2023 r. odbyło się pierwsze tego typu spotkanie. Partnerem ze strony niemieckiej będzie DRK Kreisverband Forst Spree-Neisse e.V.(mieszkańcy Domów Pomocy Społecznej z miejscowości Forst). Środki zostaną pozyskane w ramach Funduszu Małych Projektów w Euroregionie „Spree – Nysa - Bóbr”. Realizacja pracownicy Wydziału Edukacji i Zdrowia.