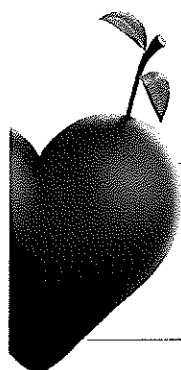


*Załącznik do Uchwały Nr XXVI/190/12  
Rady Powiatu Stalowowolskiego  
z dnia 29 listopada 2012 roku*



---

Program Promocji Zdrowia i Profilaktyki  
w Powiecie Stalowowolskim

---

*Stalowa Wola, 21.11.2012 roku*

## **Od autorów**

*Powiatowy Program Promocji Zdrowia i Profilaktyki to pierwszy w dotychczasowej historii Powiatu Stalowowolskiego dokument strategiczny, który w oparciu o pełną diagnozę oraz analizę ogólnodostępnych danych o stanie zdrowia mieszkańców powiatu, wyznacza kierunek działania samorządu na przyszłość w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki.*

*Dokument ten jest szczególny także z innego powodu. Dzięki zakwalifikowaniu Powiatu Stalowowolskiego obok 108 samorządów z całej Polski do udziału w projekcie „Decydujmy Razem”, powstał on w pełni w oparciu o ideę partycypacji publicznej, zakładającej aktywny udział obywateli w życiu publicznym. Oznacza to, że oprócz przedstawicieli lokalnych organizacji pozarządowych, środowiska medycznego oraz pracowników administracji publicznej, do zespołu opracowującego program zaproszeni zostali wszyscy mieszkańcy, którzy chcieli mieć wpływ na działania samorządu w tym zakresie.*

*Mieszkańcy dobrowolnie uczestnicząc w spotkaniach zespołu opracowującego projekt, sami zdefiniowali najważniejsze szanse i zagrożenia, słabe i mocne strony Powiatu Stalowowolskiego w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki, cele strategiczne programu oraz propozycję działań zmierzających do ich realizacji. Obywatele przeprowadzili także blisko 400 ankiet wśród społeczeństwa, dzięki czemu można było precyzyjniej zdefiniować problemy z jakimi należy się zmierzyć. Pracę zespołu organizował animator partycypacji publicznej wyznaczony z ramienia Powiatu Stalowowolskiego oraz koordynatorzy regionalni z ramienia organizatorów projektu „Decydujmy Razem”.*

*Powiatowy Program Promocji Zdrowia i Profilaktyki wychodzi naprzeciw oczekiwaniom mieszkańców dla których zdrowie jest najważniejszą wartością. Daje argument zarządowi powiatu do nawiązywania współpracy z innymi jednostkami w celu podejmowania wspólnych działań o charakterze prozdrowotnym. Ułatwia także starania o środki pozabudżetowe na realizację zadań określonych w programie.*

*Przydatnymi dokumentami przy redakcji niniejszego opracowania były: Narodowy Program Zdrowia na lata 2007 – 2015, przyjęty Uchwałą Rady Ministrów z dnia 15 maja 2007 roku, Narodowy Programu Profilaktyki i Leczenia Chorób Układu*

*Sercowo – Naczyniowego na lata 2003 - 2012 oraz Narodowy Program Zwalczania Chorób Nowotworowych na lata 2008 – 2015.*

*Niezwykłe pomocne były również statystyki udostępnione na stronach Głównego Urzędu Statystycznego, Banku Danych o zdrowiu Podkarpackiego Urzędu Wojewódzkiego oraz Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia z Rzeszowa.*

*Dokument powstał dzięki zaangażowaniu kilkudziesięciu mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego, którzy dobrowolnie i nieodpłatnie brali udział w pracach zespołu partycypacyjnego. Za tę udaną próbę podjęcia tak trudnego i ważnego dla nas wszystkich tematu jakim jest zdrowie, chciałem im w tym miejscu bardzo serdecznie podziękować.*

***Philipp Zalewski***

*Animator partycypacji publicznej*

***Dokument tworzył zespół partycypacyjny w składzie:***

*Tomasz Bis, Iwona Burdzy – Trafidło, Urszula Brzuzan, Mirosław Czarnecki, Dariusz Cygan, Radosław Dołęga, Beata Dziura, Wioleta Cyparska, Henryk Giecko, Małgorzata Gołojuch, Kazimiera Grędys, Zofia Jasnosz, Andrzej Kałuża, Maria Kasprowicz, Jerzy Kopeczek, Jerzy Kulpa, Adam Kuraś, Marek Lenart, Krzysztof Miłkowski, Ryszard Moskwa, Jadwiga Mroczek, Zbigniew Nędzyński, Radosław Oleksak, Adam Powęzka, Paulina Reichhart, Marian Robak, Halina Rydzik, Urszula Serafin – Bąk, Piotr Sikorski, Halina Skrzypek, Wanda Szafran, Jan Wawryk, Honorata Winiarczyk, Marek Wojcieszyn, Ryszard Wojcieszyn, Paulina Zalewska*

**Spis treści:**

<b>1. Wprowadzenie .....</b>	<b>5</b>
1.1. Podstawa prawna .....	5
1.2. O projekcie „Decydujmy Razem” .....	6
1.3. Krótka charakterystyka Powiatu Stalowowolskiego .....	6
1.4. O zdrowiu, promocji zdrowia i profilaktyce .....	7
<b>2. Stan zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego .....</b>	<b>11</b>
2.1. Analiza wybranych wskaźników demograficznych .....	11
2.2. Największe zagrożenia dla zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego .....	14
2.2.1. Choroby serca i układu krążenia .....	14
2.2.2. Choroby nowotworowe .....	16
2.2.3. Pozostałe choroby .....	18
2.3. Profilaktyczne programy zdrowotne w Województwie Podkarpackim .....	23
2.4. Wyniki ankiety na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu .....	30
2.5. Analiza SWOT .....	36
<b>3. Cel strategiczny .....</b>	<b>37</b>
<b>4. Operacyjne cele zdrowotne .....</b>	<b>37</b>
4.1. Cel operacyjny 1. Podniesienie świadomości oraz zwiększenie uczestnictwa mieszkańców w programach profilaktycznych realizowanych na terenie Powiatu Stalowowolskiego .....	37
4.2. Cel operacyjny 2. Kształtowanie postaw prozdrowotnych wśród mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego oraz upowszechnienie wiedzy o korzyściach płynących z prowadzenia zdrowego stylu życia .....	66

## **1. Wprowadzenie**

### **1.1 Podstawa prawna**

Powiat Stalowowolski zobowiązany jest do podejmowania zadań w zakresie ochrony, promocji i profilaktyki zdrowia. Obowiązki powiatu w tym zakresie regulują precyzyjnie następujące akty prawne:

1. **Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 roku o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz. U. Nr 210, poz. 2135).** Definiuje ona następujące zadania własne powiatów w zakresie zapewnienia równego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej:
  - a. Opracowywanie i realizacja oraz ocena efektów programów zdrowotnych wynikających z rozpoznanych potrzeb zdrowotnych i stanu zdrowia mieszkańców powiatu – po konsultacji z właściwymi terytorialnie gminami;
  - b. Przekazywanie marszałkowi województwa informacji o realizowanych na terenie powiatu programach zdrowotnych;
  - c. Inicjowanie, wspomaganie i monitorowanie działań lokalnej wspólnoty samorządowej w zakresie promocji zdrowia i edukacji zdrowotnych prowadzonych na terenie powiatu;
  - d. Pobudzanie działań na rzecz indywidualnej i zbiorowej odpowiedzialności za zdrowie i na rzecz ochrony zdrowia;
  - e. Podejmowanie innych działań wynikających z rozpoznanych potrzeb zdrowotnych;
2. **Ustawa z dnia 5 czerwca 1998 roku o samorządzie powiatowym (Dz.U. Nr 142 poz. 1592)** wskazuje promocję i ochronę zdrowia jako jedne z ustawowych zadań publicznych wykonywanych przez Powiat.

### **1.2. O projekcie *Decydujmy Razem***

Powiat Stalowowolski został zakwalifikowany obok 108 samorządów z całej Polski i uczestniczy w projekcie pilotażowym wspierania partycypacji publicznej p.n. "Decydujmy Razem". Nadrzędnym celem projektu jest zwiększenie udziału społeczności lokalnych w podejmowaniu decyzji publicznych poprzez m.in. wypracowanie, upowszechnienie i promocję modeli partycypacji publicznej w środowiskach lokalnych.

Każdy samorząd zakwalifikowany do projektu zobowiązany jest do stworzenia dokumentu strategicznego - w wybranym przez siebie obszarze - w oparciu o ideę partycypacji, czyli zaangażowanie w proces jego tworzenia mieszkańców. Powiat Stalowowolski, przetestuje model partycypacji publicznej w kreowaniu i wdrażaniu polityki w obszarze zrównoważonego rozwoju, tworząc wspólnie ze społecznością lokalną dokument p.n. „Program Promocji Zdrowia i Profilaktyki w Powiecie Stalowowolskim”

W tym celu wyznaczony przez samorząd animator wraz z koordynatorami regionalnymi projektu organizują cykl otwartych spotkań dla mieszkańców, podczas których powstaje krok po kroku dokument o charakterze strategicznym. Spotkania mają charakter kreatywnych warsztatów, podczas których uczestnicy przedstawiają swoje propozycje oraz pomysły. Część zadań wykonywana jest w kilkusobowych grupach, których efekty poddawane są najczęściej wspólnej dyskusji. Uczestnikami spotkań są osoby w różnym wieku, mimo to panuje twórcza, bezkonfliktowa i niekiedy wesoła atmosfera. Spotkania mają charakter cykliczny, odbywają się średnio raz w miesiącu.

Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Partnerzy projektu: Ministerstwo Rozwoju Regionalnego, Instytut Spraw Publicznych, Fundacja Partnerstwo dla Środowiska, Centrum Wspierania Aktywności Lokalnej, Fundacja Rozwoju Demokracji Lokalnej, Fundacja Inicjatyw Społeczno – Ekonomicznych, Fundacja Fundusz Współpracy.

### **1.3. *Krótką charakterystyka Powiatu Stalowowolskiego.***

Powiat Stalowowolski w obecnym kształcie istnieje od 1 stycznia 1999 roku. Jest najbardziej wysuniętym na północ powiatem województwa podkarpackiego. Graniczy bezpośrednio z województwem lubelskim oraz świętokrzyskim. Zajmuje obszar 883

km<sup>2</sup>, co czyni go jednym z największych na Podkarpaciu. W jego skład wchodzi: gmina Miejska Stalowa Wola oraz pięć gmin wiejskich: Bojanów, Pysznica, Radomyśl nad Sanem, Zaleszany oraz Zaklików.

Obecnie Powiat Stalowowolski zamieszkuje 107 470 mieszkańców (Dane Głównego Urzędu Statystycznego z 2010 roku), z czego znacznie ponad połowę stanowią mieszkańcy Stalowej Woli. To miasto jest nie tylko największym skupiskiem ludności w powiecie, ale także jego centrum przemysłowym, gospodarczym oraz kulturalnym.

Powiat Stalowowolski swoje malownicze walory zawdzięcza usytuowaniu w Kotlinie Sandomierskiej w widłach rzek Wisła i San. Warto zaznaczyć, że blisko połowę powierzchni administracyjnej stanowią lasy. W związku z tym na terenie powiatu funkcjonuje aż 5 rezerwatów przyrody: Pniów, Jastkowice, Łęka, Imielity Ług oraz Lasy Janowskie.

#### ***1.4. O zdrowiu, promocji zdrowia i profilaktyce***

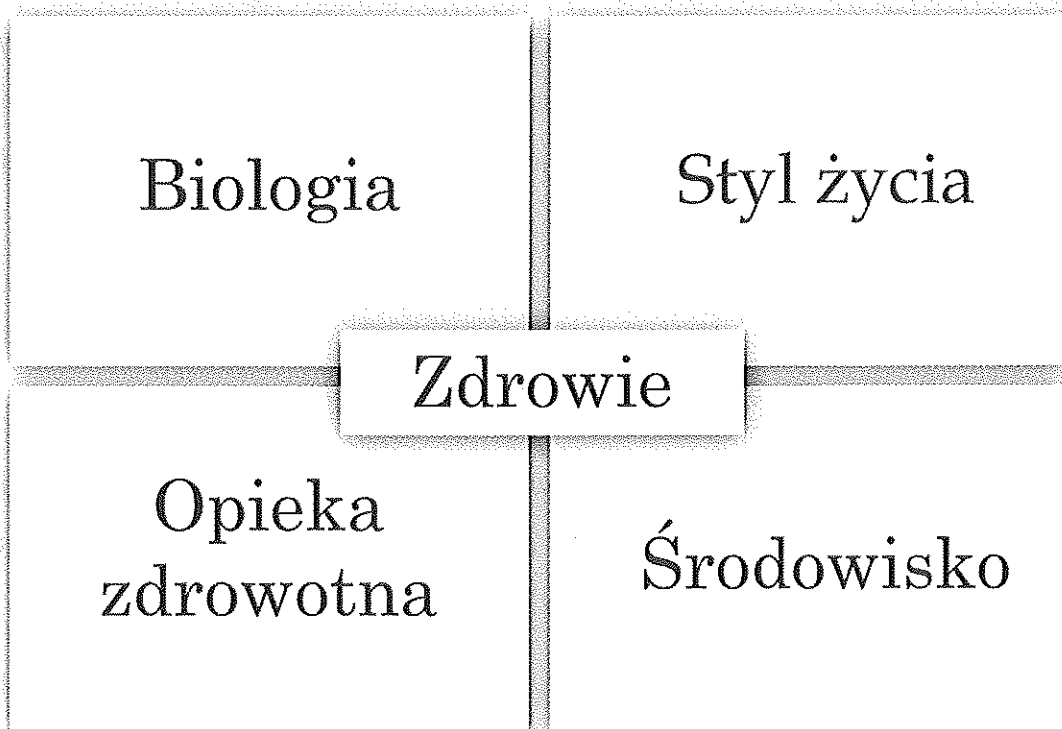
Według ogólnopolskiego sondażu CBOS, w którym ankieterzy pytali o najważniejsze wartości Polaków, na zdrowie wskazało aż 97% respondentów. Tak jednoznaczny wynik badania, nie wymaga chyba żadnego komentarza.

Nie sposób podać jednego obowiązującego określenia, definiującego zdrowie. Konstytucja Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) określa je jako „stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie tylko brak choroby lub niepełnosprawności”. W Światowej Deklaracji Zdrowia przyjętej w 1998 roku stwierdzono, że „zdrowie jest jednym z podstawowych praw jednostki ludzkiej”. Popularnym jest również określenie, że „zdrowie jest podstawowym prawem każdego człowieka oraz bogactwem społeczeństwa”.

Jak czytamy we wstępie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2007 – 2015, „Zdrowy człowiek ma większe szanse na samorealizację, satysfakcjonujące pełnienie ról społecznych, czy też dobrą adaptację do zmian środowiska. Tylko zdrowe społeczeństwo może tworzyć dobra materialne oraz zapewnić rozwój społeczny i gospodarczy.”

Powyższa prawidłowość działa również w drugą stronę. Statystyki jasno pokazują, że im bardziej rozwinięty kraj, tym zdrowsze społeczeństwo. Wbrew powszechnie panującym stereotypom, na nasze zdrowie ma więc wpływ wiele czynników, nie tylko losowych. Marc Lalonde, były minister zdrowia i opieki społecznej Kanady, w raporcie opublikowanym w 1974 roku raporcie „A New Perspective on the Health of Canadians” wymienia cztery czynniki wpływające na stan zdrowia człowieka. Są to: biologia, środowisko, styl życia oraz opieka zdrowotna.

### Czynniki wpływające na stan zdrowia człowieka wg Lalonde’a



*Rys.1 Czynniki wpływające na stan zdrowia człowieka według Marca Lalonde’a opublikowane w raporcie „A New Perspective on the Health of Canadians”*

Można zatem z pełnym przekonaniem stwierdzić, że połączenie odpowiedniego stylu życia mieszkańców z odpowiedzialną polityką prozdrowotną władz, prowadzi do poprawy zdrowia całego społeczeństwa. Trzeba jednak zaznaczyć, że wymaga to zaangażowania z obu stron.

**Promocja zdrowia** wg Karty Ottawskiej Promocji Zdrowia z 1986 roku to „proces umożliwiający ludziom zwiększenie kontroli nad swoim zdrowiem przez podejmowanie wyborów i decyzji sprzyjających zdrowiu”. Po raz pierwszy tego określenia użył Henry Siegerist już w 1945 roku, umieszczając promocję zdrowia jako jeden z głównych



czterech filarów medycyny oraz zapobiegania chorobom, leczenia chorób i rehabilitacji. Od tamtego momentu powoli stawało się jasne, że indywidualne zachowania ludzi są istotnym czynnikiem determinującym zdrowie.

Istotnym wydarzeniem w historii rozwoju pojęcia „promocja zdrowia” była publikacja raportu „A New Perspective on the Health of Canadians” w 1974 roku przez Marca Lalonde’a – ówczesnego ministra zdrowia i opieki społecznej Kanady. Lalonde określił koncepcję pól zdrowia, czyli czterech nadrzędnych kategorii determinant zdrowia, z których najważniejsze to: styl życia (55%), środowisko życia (20%), czynniki biologiczno-dziedziczne (15%) oraz organizacja opieki zdrowotnej (10%).

Koncepcja ta jasno wskazuje, że w największym stopniu od nas samych zależy, czy jesteśmy zdrowi w myśl zasady „Twoje zdrowie w twoich rękach”. Pomijając oczywiście czynnik losowy, niezależny od nas. Odpowiednia dieta, aktywność fizyczna, badania profilaktyczne, odporność na stres – to najważniejsze czynniki decydujące o naszym stylu życia. Statystyki pokazują jednak – że choć pragniemy być zdrowi – nie zawsze wyrażamy to swoim codziennym zachowaniem. Wynika to w głównej mierze z braku wyobraźni i wiedzy na temat przykrych konsekwencji niezdrowego stylu życia. Stąd zrodziła się potrzeba edukacji społeczeństwa, której sprzyjał rozwój środków masowego przekazu. Pojawiły się kampanie społeczne finansowane ze środków publicznych lub koncernów farmaceutycznych, filmy i programy edukacyjne, produkty konsumenckie (np. urządzenia do ćwiczeń, zdrowe jedzenie). Działania te często wspierają znani sportowcy. W promocję zdrowia zaangażowali się również aktywiści, dając impuls do powstania wielu stowarzyszeń, spółdzielni socjalnych i fundacji promujących zdrowie.

Wspominana już wcześniej Karta Ottawska Promocji Zdrowia wyróżniła pięć kierunków działań, których podjęcie uznaje się za konieczne dla stworzenia efektywnej strategii promocji zdrowia. Są to:

- ✓ Określenie zdrowotnej polityki społecznej w państwie;
- ✓ Tworzenie środowisk wspierających zdrowie;
- ✓ Wzmacnianie działań społecznych;
- ✓ Rozwijanie umiejętności osobniczych;

- ✓ Reorientacja świadczeń zdrowotnych (odejście od modelu ekonomiki szpitalnej w kierunku holistycznego ujmowania korzyści zdrowotnych, ekonomicznych i rozwojowych całego kraju);

**Profilaktyka zdrowotna** to działania mające na celu zapobieganie chorobom, poprzez ich wczesne wykrycie i leczenie. Można wyróżnić następujące fazy profilaktyki:

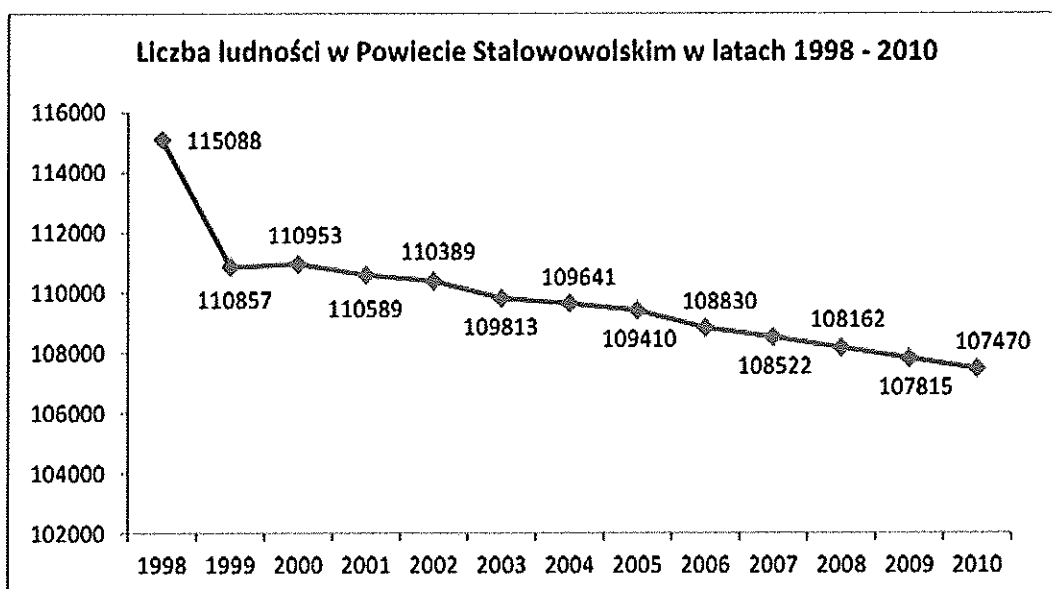
- ✓ Profilaktyka wczesna – utrwalenie prawidłowych wzorców zdrowego stylu życia
- ✓ Profilaktyka pierwotna (I fazy) – zapobieganie chorobom poprzez kontrolowanie czynników ryzyka
- ✓ Profilaktyka wtórna (II fazy) – zapobieganie konsekwencjom choroby poprzez jej wczesne wykrycie i leczenie (przesiewowe badanie skriningowe)
- ✓ Profilaktyka III fazy – zahamowanie postępu choroby oraz ograniczenie powikłań

W Polsce za realizację programów profilaktycznych odpowiada Narodowy Fundusz Zdrowia, który w oparciu o analizy i dane dotyczące stanu zdrowia Polaków oraz dostępne środki finansowe, ustala listę priorytetowych działań. W chwili obecnej w całej Polsce realizowanych jest siedem programów profilaktycznych w ramach kampanii „4 pory roku dla zdrowia”.

## 2. Stan zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

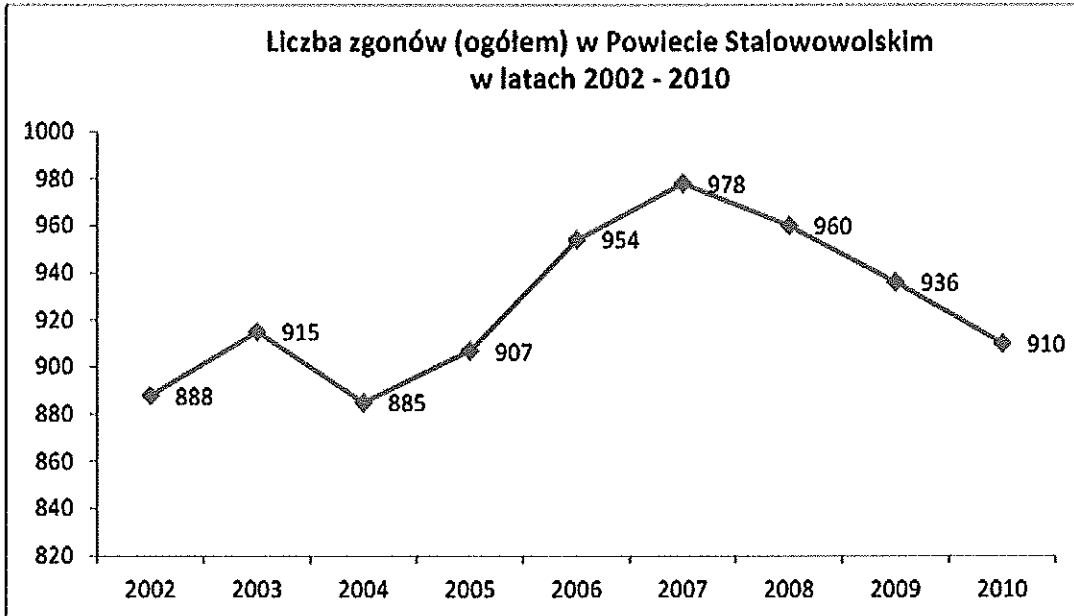
### 2.1 Charakterystyka wybranych wskaźników demograficznych

Powiat Stalowowolski według najnowszych danych Głównego Urzędu Statystycznego zamieszkuje obecnie 107470 mieszkańców (dane za 2010 rok). Od początku swojego istnienia związanego z reformą administracyjną w 1998 roku, liczba mieszkańców nieznacznie, ale jednak regularnie się zmniejsza. Wyjątkiem w tej tendencji jest jedynie rok 2000, w którym w stosunku do roku 1999 zanotowano wzrost populacji. Zmianę liczby ludności w poszczególnych latach ilustruje poniższy wykres.



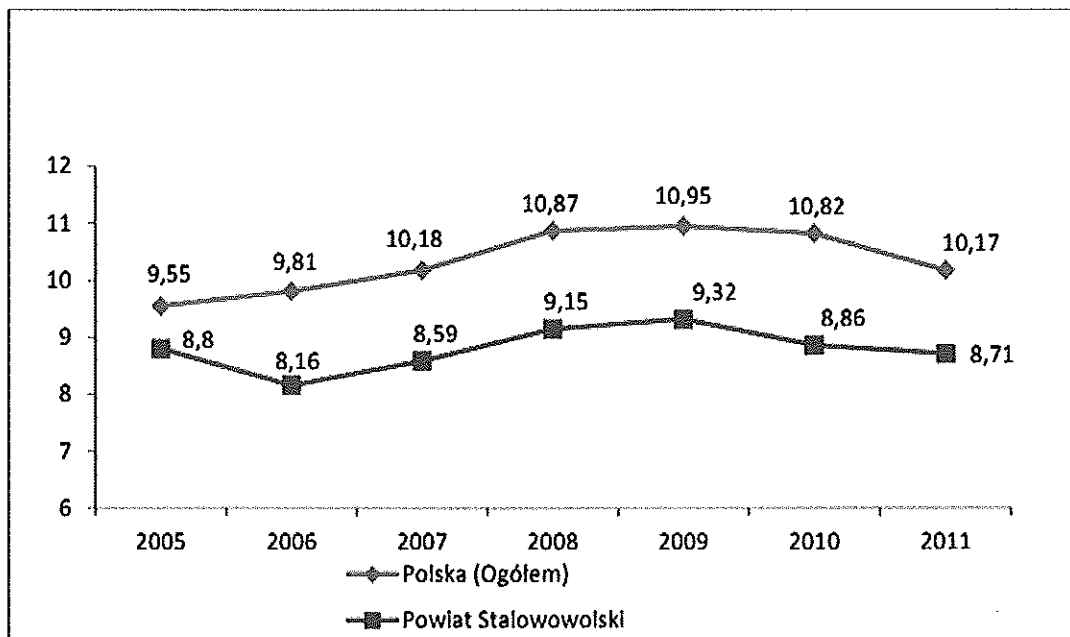
Wykres 1. Liczba ludności w Powiecie Stalowowolskim w latach 1998 – 2010. Dane: Główny Urząd Statystyczny

Jak widać na kolejnym wykresie, zmniejszająca się liczba mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego nie jest wprost proporcjonalna do ilości zgonów. Tendencja ta w Powiecie Stalowowolskim przypomina nieco sinusoidę. W latach 2004 – 2007 zaobserwowano gwałtowny wzrost liczby zgonów – aż o 10% (z 885 do 978 rocznie), by w latach następnych (2007 – 2010) zobaczyć nieco mniej gwałtowny spadek w dół – 6,95% (z 978 do 910). Pocięszającym jest malejący trend ilości zgonów, choć jak widać na poniższym wykresie również trend wzrostowy może niedługo z powrotem powrócić.



Wykres 2. Liczba zgonów w Powiecie Stalowowolskim. Dane: Główny Urząd Statystyczny

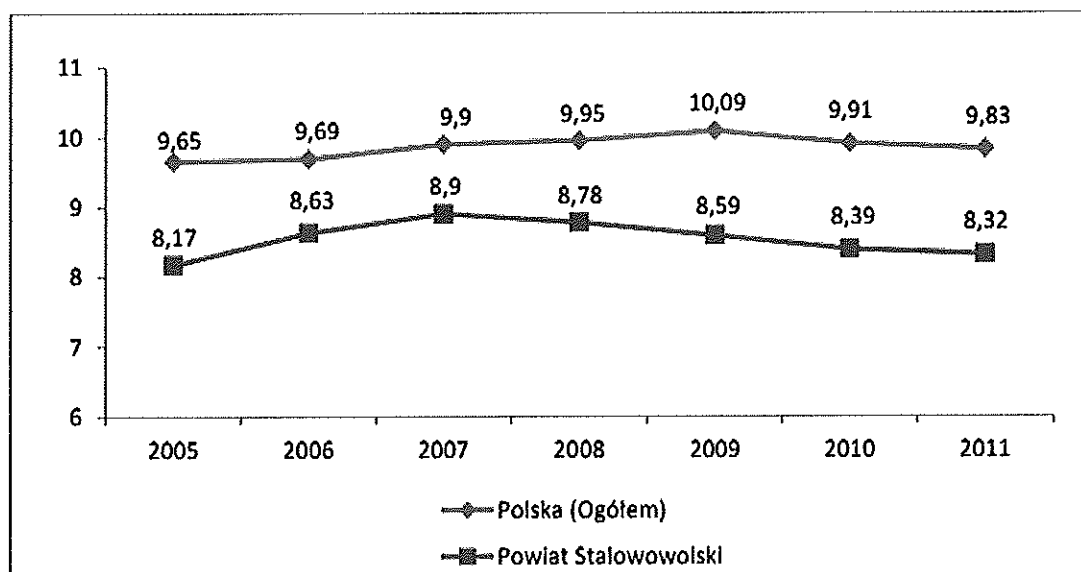
Ciekawie wygląda natomiast porównanie wskaźnika urodzeń na 1000 mieszkańców w Powiecie Stalowowolskim i całej Polsce. Jak widać w Powiecie Stalowowolskim z roku na rok rodzi się średnio o ok. 1,5 osoby mniej niż w całej Polsce. Sam kształt obu krzywych jest jednak niemal identyczny, co pokazuje, że gdy wskaźnik ten nieznacznie rośnie w Polsce, równie nieznacznie rośnie w Powiecie Stalowowolskim. I odwrotnie.



Wykres 3. Liczba urodzeń żywych w Powiecie Stalowowolskim i w Polsce / wskaźnik na 1000 mieszkańców. Dane: Główny Urząd Statystyczny

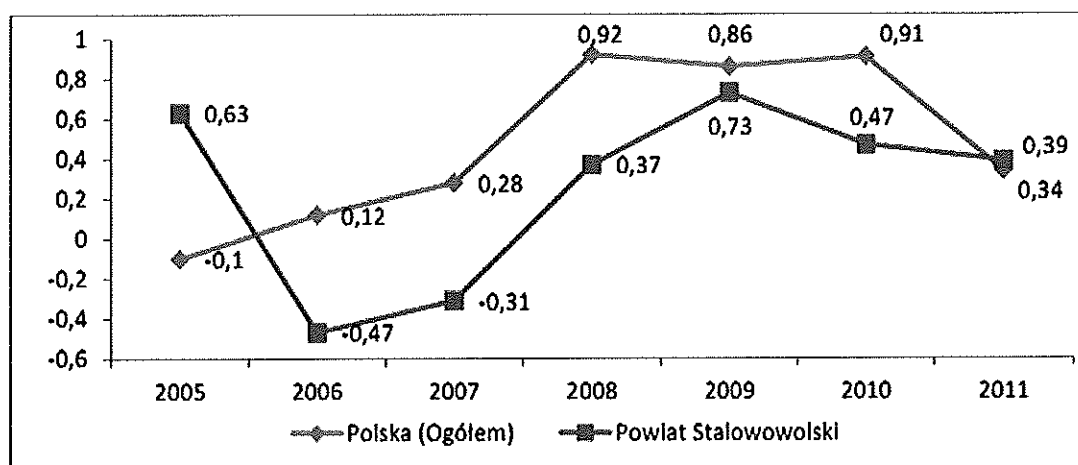
O ile więc w przeliczeniu na 1000 mieszkańców w Powiecie Stalowowolskim rodzi się mniej dzieci niż w Polsce, o tyle – korzystając z tego samego wskaźnika – równie więcej

osób umiera. Chodź obie krzywe nie są tak podobne jak w przypadku urodzeń, to zależność jednej od drugiej jest raczej proporcjonalna.



Wykres 4. Liczba zgonów w Polsce i Powiecie Stalowowolskim / wskaźnik na 1000 mieszkańców

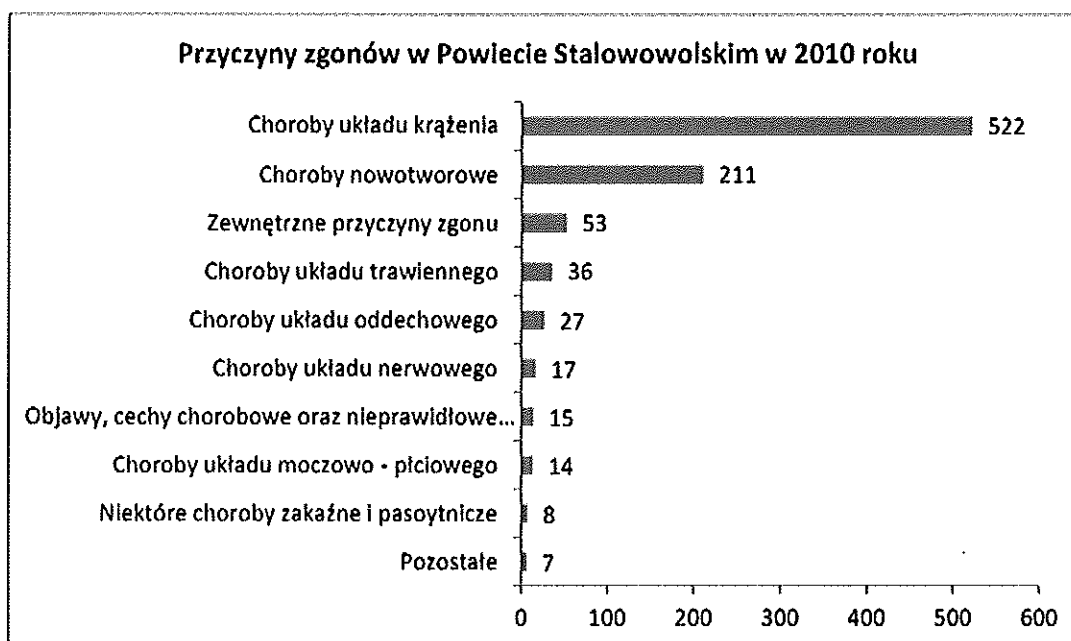
Trudno natomiast szukać proporcjonalności patrząc na wskaźnik przyrostu naturalnego w przeliczeniu na 1000 mieszkańców. Wynika z niego, że – za wyjątkiem 2005 roku – przyrost naturalny w Powiecie Stalowowolskim był w poprzednich latach zdecydowanie mniejszy niż w całej Polsce. Dopiero w 2011 roku krzywe znowu się przecięły i wskaźnik przyrostu naturalnego w powiecie jest nieznacznie większy od ogólnopolskiego trendu.



Wykres 5. Przyrost naturalny w Polsce i Powiecie Stalowowolskim w latach 2005 - 2011 - wskaźnik na 1000 mieszkańców. Dane: Główny Urząd Statystyczny

## 2.2. Największe zagrożenia dla zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

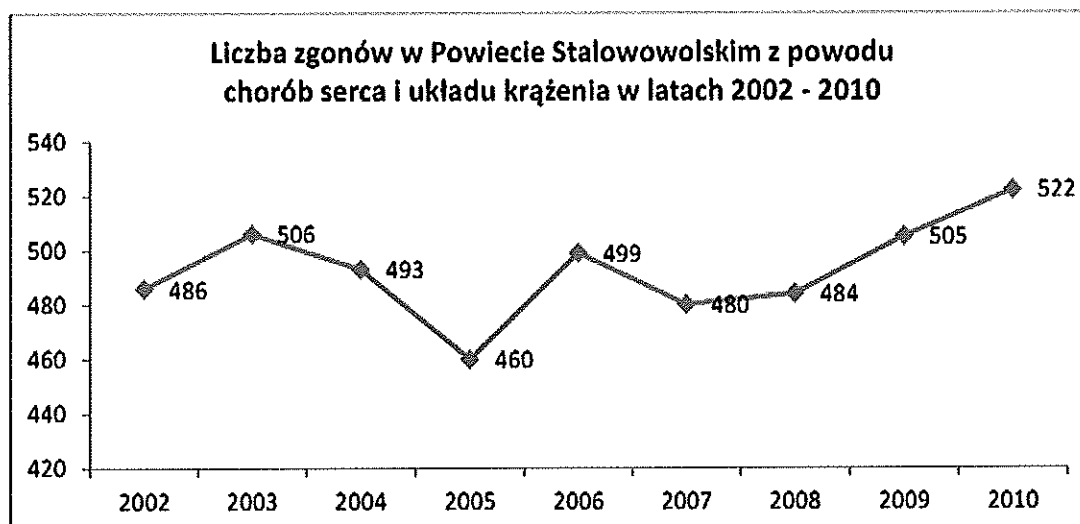
Największe zagrożenia dla zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego są te same od wielu lat. W 2010 roku na 910 zgonów, przyczyną aż 522 (57,36%) były choroby serca i układu krążenia. Żniwo zbierają również choroby nowotworowe – w 2010 roku umarło na nie aż 211 osób, co stanowi 23,07% wszystkich zgonów. Choć skala żniwa, jakie zbierają obie choroby mogą wydawać się zatrważające, to patrząc na ogólnoswiatowe trendy, niestety są normą. Nieprzypadkowo choroby serca i układu krążenia jak i choroby nowotworowe nazywa się największymi seryjnymi mordercami cywilizacji XXI wieku. Skalę tych oraz pozostałych chorób, które są przyczyną zgonów mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego, ilustruje poniższa tabela.



Wykres.6 Przyczyny zgonów w Powiecie Stalowowolskim w 2010 roku, Główny Urząd Statystyczny

### 2.2.1 Choroby serca i układu krążenia

Schorzeniem zdecydowanie wiodącym prym w tym niechlubnym rankingu są choroby serca i układu krążenia. W perspektywie ostatnich 10 lat najlepszym był rok 2005, gdy z tego powodu zmarło „tylko” 460 osób. W poniższym zestawieniu widać jednak wyraźnie, że w Powiecie Stalowowolskim choroba z roku na rok zbiera coraz większe żniwo.



*Wykres 7. Liczba zgonów w Powiecie Stalowowolskim z powodu chorób serca i układu krążenia w latach 2002 - 2010. Dane: Główny Urząd Statystyczny.*

Wynik ten jest o tyle niepokojący, że w skali całego kraju notuje się odwrotną tendencję: delikatny, ale konsekwentny spadek zgonów z tego tytułu. Można uznać to za sukces Narodowego Programu Profilaktyki i Leczenia Chorób Układu Sercowo – Naczyniowego POLKARD, który zakładał m.in.:

- ✓ Zmniejszenie umieralności u osób poniżej 65 roku życia;
- ✓ Zmniejszenie liczby wczesnych zgonów z powodu udarów mózgu;
- ✓ Uzyskanie u co najmniej 70% chorych, którzy przeszli ostry okres udaru, samodzielności  
w wykonywaniu podstawowych czynności życia codziennego;

Warto jednak zwrócić uwagę, że zgony nie są jedynym negatywnym skutkiem tych chorób. Choroby serca i układu krążenia są jedną z najważniejszych przyczyn absencji chorobowej, hospitalizacji oraz inwalidztwa. Konsekwencją tego są koszty społeczne: utrata siły produkcyjnej, pogorszenie jakości życia oraz wzrost wydatków publicznych na leczenie.

Dlaczego choroby serca i układu krążenia zbierają tak wielkie żniwo? Pierwszą przyczyną jest starzejące się społeczeństwo. Dłużej żyjemy, a jak wiadomo ryzyko chorób serca znacznie zwiększa się wraz z wiekiem. Drugim, równie istotnym elementem jest wzrost częstotliwości występowania czynników ryzyka, takich jak

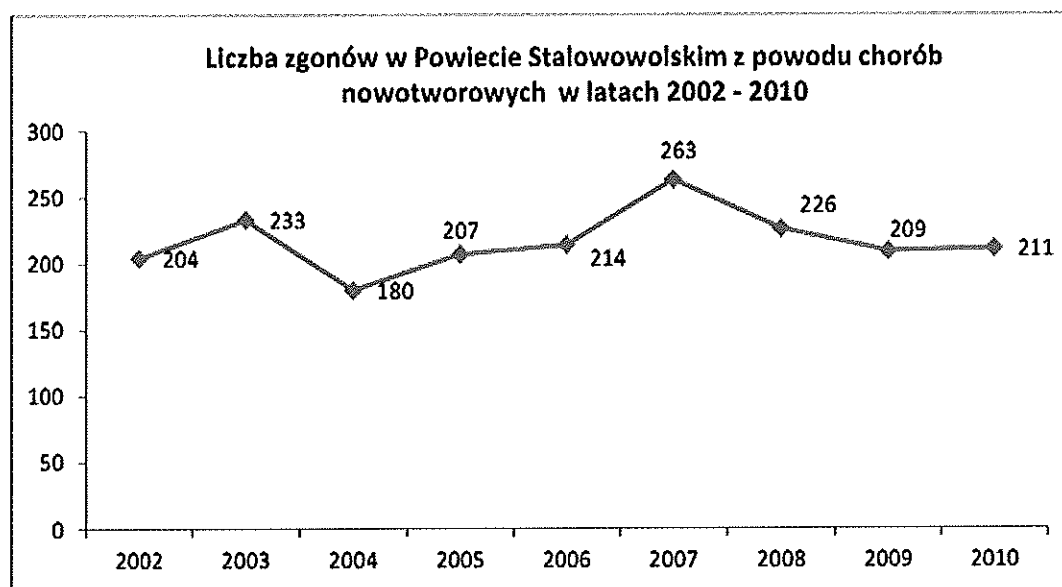
otyłość, cukrzyca typu 2, brak aktywności ruchowej i stres psychiczny. Badania NATPOL PLUS i WOBASZ przeprowadzone w ramach programu POLCARD wykazały, że w Polsce zaburzenia lipidowe stwierdzane są u prawie 70% osób, nadciśnienie tętnicze u 30%, palenie tytoniu u 30%, cukrzyca u 6%, a nadwaga i brak aktywności ruchowej u ponad połowy dorosłych Polaków.

Wynika z tego, że możemy znacznie skuteczniej walczyć z tą chorobą, prowadząc odpowiedni, zdrowy tryb życia. Wolny od tytoniu, alkoholu i otyłości i bogaty w aktywność fizyczną i profilaktykę prozdrowotną. Jak to jednak wygląda w praktyce w Powiecie Stalowowolskim? Wystarczy spojrzeć np. na plagę zwolnień z lekcji wychowania fizycznego w szkołach ponadgimnazjalnych z Powiatu Stalowowolskiego. Tylko w roku szkolnym 2011/2012 w pięciu szkołach ponadgimnazjalnych prowadzonych przez Powiat Stalowowolski zwolnionych z lekcji WF-u było aż 415 uczniów (9,19%). Trudno nie odnieść wrażenia, że jest to skazywanie tej młodzieży na kalectwo. Skoro nawet młodzi ludzie nie mają nawyków i potrzeby ruchu i aktywności fizycznej, to czego można oczekiwać po nich jak dorosną? Taki stan rzeczy może zmienić jedynie odpowiedzialna polityka prozdrowotna wszystkich obywateli poczynawszy od władz państwowych i samorządowych, po organizacje społeczne, na samych mieszkańcach kończąc.

### **2.2.2. Choroby nowotworowe**

Drugim z seryjnych zabójców XXI wieku w powiecie stalowowolskim są choroby nowotworowe. W przeciwieństwie do statystyki dotyczącej zgonów w Powiecie Stalowowolskim z powodu chorób serca i układu krążenia, tutaj tendencja w ostatnich latach jest bardziej optymistyczna. Od czasu najgorszego w ostatnich latach – 2007 roku, liczba zgonów z tego tytułu się zmniejszyła i powróciła do poziomu podobnego z roku 2002.





Wykres 8. Liczba zgonów w Powiecie Stalowowolskim z powodu chorób nowotworowych w latach 2002 - 2010 Dane: Główny Urząd Statystyczny

Jak wspomina prof. Witold Zatoński w Narodowym Programie Zwalczenia Chorób Nowotworowych „skuteczne zapobieganie zgonom z powodu nowotworów złośliwych wymaga, poza poszukiwaniem bardziej skutecznych metod leczenia różnych postaci tej choroby, opracowania programów profilaktyki pierwotnej zmierzających do ograniczenia zachorowań.” Dodaje także, że „jest to szczególnie ważne w obliczu trudności i kosztów procesu leczenia tych chorób oraz istniejących barier w dostępie do wysokospecjalistycznych metod terapii” oraz, że „w społeczeństwie panuje dezorientacja odnośnie do rzeczywistych przyczyn możliwości zapobiegania chorobom (...) Świadomość polskiego społeczeństwa w tym zakresie musi zostać przebudowana poprzez dostarczenie rzetelnej, uporządkowanej wiedzy na temat rzeczywistych czynników przyczynowych powstawania nowotworów oraz wpływu czynników stylu życia na ryzyko zachorowania”.

Podobnie zatem jak w przypadku chorób serca i układu krążenia, nie zawsze jesteśmy skazani na nowotwór, a odpowiednia wiedza w tym zakresie – oraz odpowiednie stosowanie się do niej - może doprowadzić do znaczącego zmniejszenia żniwa tej choroby. Nowotworom w dużej mierze da się zapobiegać. Jak? W najprostszym z możliwych sposobów profilaktykę raka opisuje Europejski Kodeks walki z rakiem z 2003 roku. Znajduje się w nim 12 punktów, które warto znać i stosować na co dzień jako profilaktykę nie tylko w chorobach nowotworowych:

1. Nie pal
2. Wystrzegaj się otyłości
3. Bądź codziennie aktywny
4. Spożywaj więcej warzyw i owoców
5. Ogranicz spożycie alkoholu
6. Unikaj nadmiernej ekspozycji na słońce
7. Unikaj substancji rakotwórczych
8. Zaszczep się przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby (WZW) typu B
9. Weź udział w badaniach w kierunku raka szyjki macicy (kobiety do 25. Roku życia)
10. Weź udział w badaniu w kierunku raka piersi (kobiety do 50. Roku życia)
11. Weź udział w badaniu w kierunku jelita grubego (kobiety i mężczyźni po 50. Roku życia).

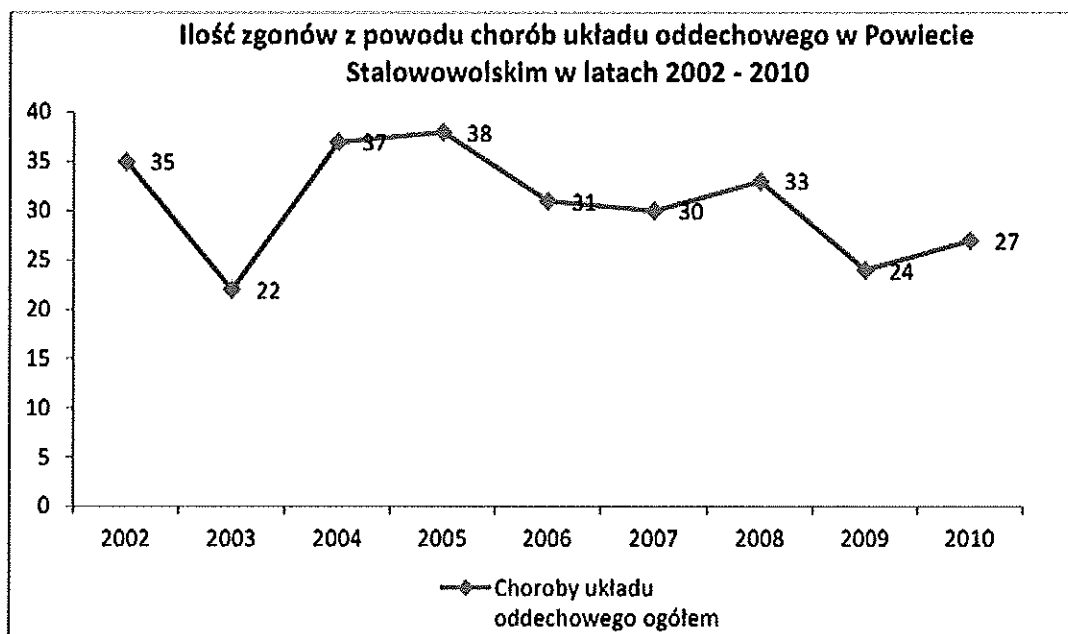
### **2.2.3. Pozostałe choroby**

**Choroby układu oddechowego** to wszystkie schorzenia obejmujące drogi oddechowe lub z nimi związane. Fizjologicznie dzieli się je na choroby:

- ✓ obstrukcyjne (inaczej obturacyjne), związane ze zmniejszonym przepływem powietrza w płucach (przewlekła obturacyjna choroba płuc, astma oskrzelowa, mukowiscydoza, rozstrzenie oskrzeli, zespoły dyskinezy rzęsek drzewa oskrzelowego, zapalenie oskrzeli)
- ✓ restrykcyjne, powodujące zmniejszenie czynności pojemności płuc (choroby śródmiąższowe płuc, sarkoidoza, pylice płuc, zapalenia naczyń płucnych, zwłóknienie, gruźlica, krzemica, rozsiew nowotworowy)

Z poniższego wykresu wynika, że największe żniwo choroby układu oddechowego w Powiecie Stalowowolskim zebrały w latach 2004 -2005. W ostatnich latach (2009 –

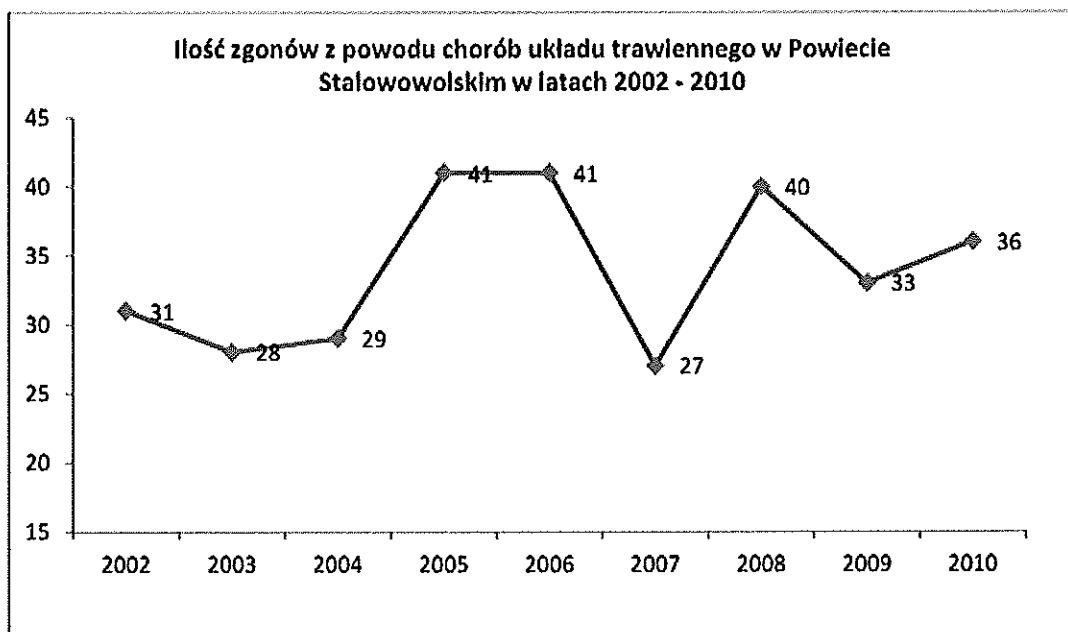
2010) umieralność z tego powodu nieznacznie się zmniejszyła.



**Wykres 9. Ilość zgonów z powodu chorób układu oddechowego w Powiecie Stalowowolskim w latach 2002 – 2010. Dane: Główny Urząd Statystyczny**

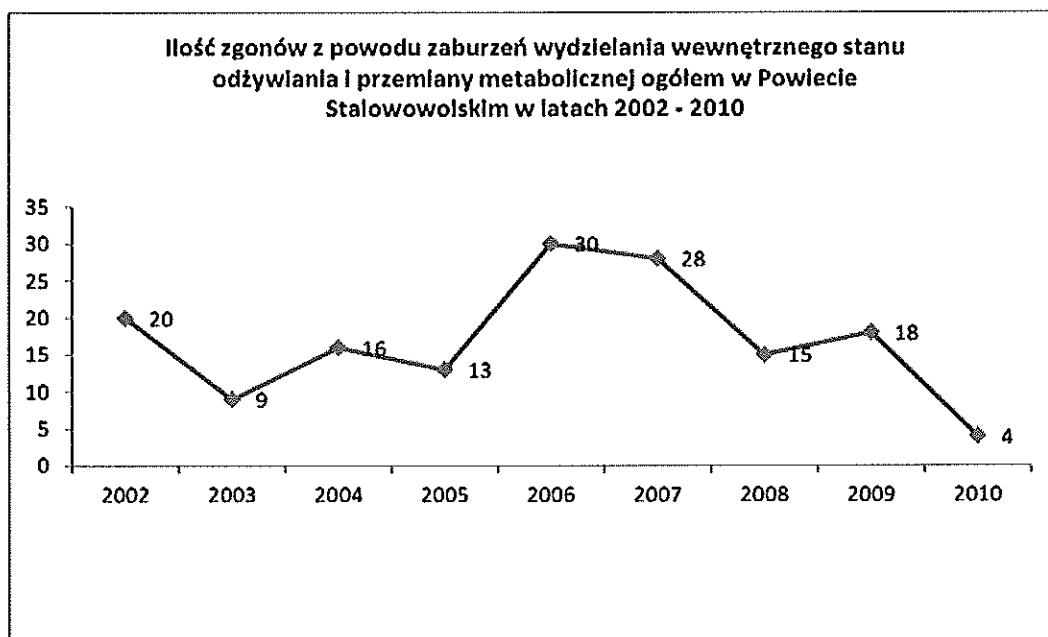
### ***Choroby układu trawiennego***

W 2010 roku z powodu chorób układu trawiennego, w Powiecie Stalowowolskim umarło 36 osób. Dolegliwości żołądkowe są jedną z najczęstszych przyczyn, dla których zgłaszamy się do lekarza. Większość z nich okazuje się niegroźną niestrawnością lub nietolerancją niektórych pokarmów. Czasami mogą być jednak początkiem groźnych **chorób układu trawiennego** wśród których można wymienić m.in. chorobę wrzodową żołądka i dwunastnicy, chorobę refluksową, zespół jelita drażliwego, kamienicę żółciową, ostre wirusowe zapalenie wątroby, marskość wątroby, ostre i przewlekłe zapalenie trzustki. Choroby te są dużo większym zagrożeniem życia mężczyzn niż kobiet i po wyeliminowaniu różnic w strukturze wieku natężenie zgonów z ich powodu wśród mężczyzn jest dwukrotnie wyższe niż wśród kobiet.



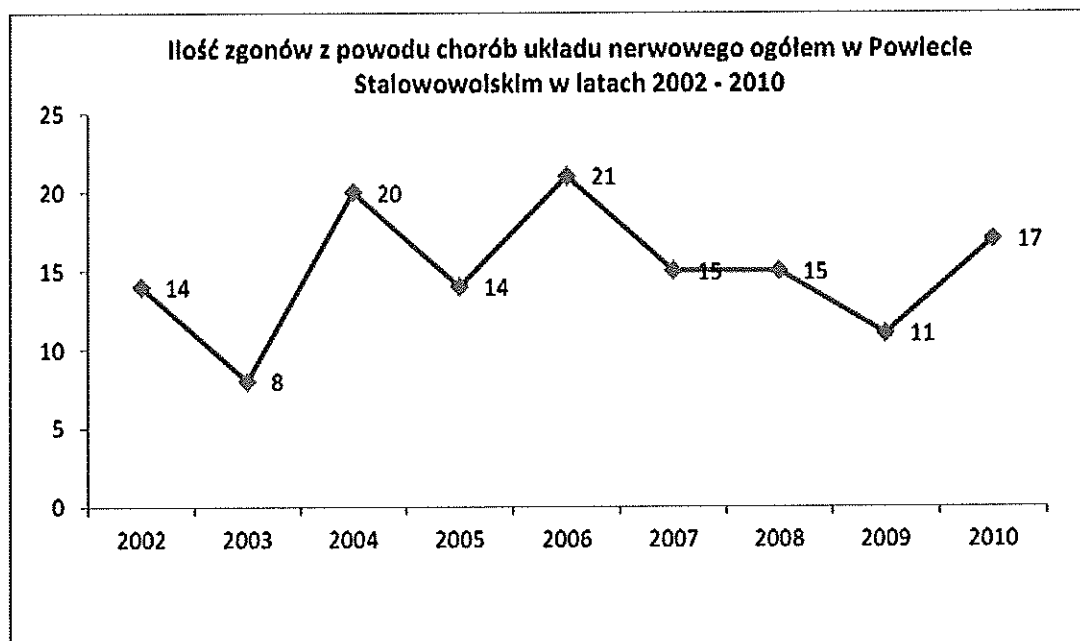
**Wykres 10. Ilość zgonów z powodu chorób układu trawiennego w Powiecie Stalowowolskim w latach 2002 – 2010. Dane: Główny Urząd Statystyczny**

Do zaburzeń wydzielania wewnętrznego, stanu odżywiania i przemiany metabolicznej zalicza się takie choroby jak: cukrzyca, zaburzenia regulacji glukozy, niedobory pokarmowe, niedożywienie, otyłość. Najgorsze konsekwencje zaburzeń wydzielania wewnętrznego stanu odżywiania i przemiany metabolicznej zaobserwowano w latach 2006 – 2007 (odpowiednio 30 i 28 zgonów z tego powodu).



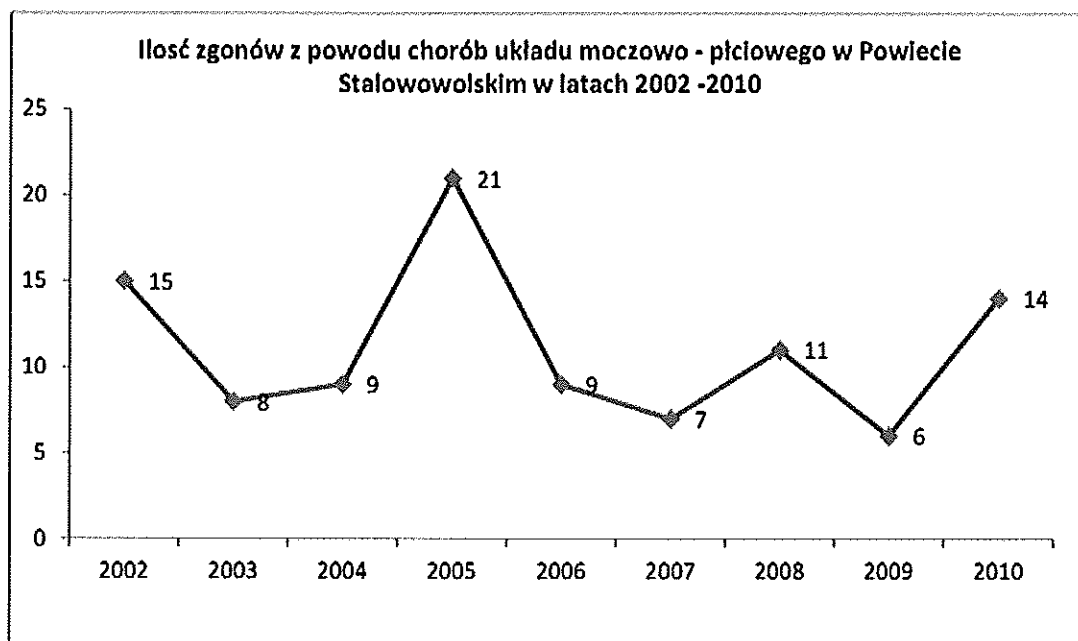
**Wykres 11. Zgony z powodu zaburzeń wydzielania wewnętrznego stanu odżywiania i przemiany metabolicznej ogółem w Powiecie Stalowowolskim w latach 2002 – 2010**

Choroby układu nerwowego choć rzadko prowadzą bezpośrednio do zgonu, to bardzo często pozostawiają po sobie trwały ślad w postaci inwalidztwa. Ograniczają zdolność ruchową lub prowadzą do upośledzenia innych ważnych dla życia czynności, takich jak: oddychanie, połykanie, prawidłowe oddawanie stolca i moczu. Mogą być wynikiem chorób zapalnych, zwyrodnieniowych lub urazów mechanicznych. Niestety w większości, choroby te są nieuleczalne.



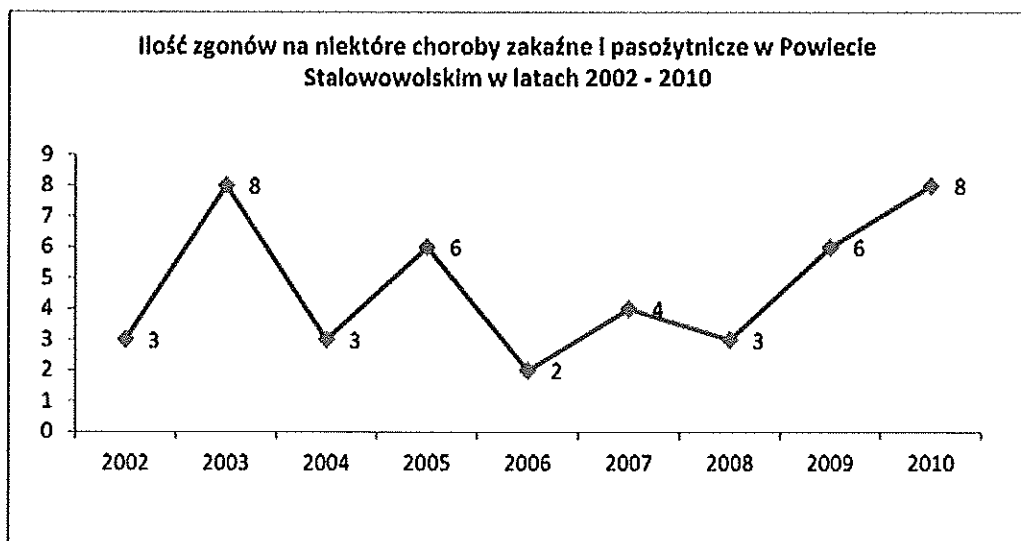
**Wykres 12. Ilość zgonów z powodu chorób układu nerwowego w Powiecie Stalowowolskim w latach 2002-2010. Dane: Główny Urząd Statystyczny**

Zakażenia układu moczowo – płciowego często przebiegają w sposób bezobjawowy. Są niebezpieczne zwłaszcza dla kobiet w ciąży. Nielezione mogą prowadzić nawet do bezpłodności. Do najczęstszych chorób układu moczowo - płciowego zalicza się: chlamydie, ureaplazmę, mykoplazmę, rzeżączkę, rzęsistek pochwy, bakteryjne zapalenie pochwy, drożdżycę czy wirus opryszczki. Najgorszy pod tym względem w Powiecie Stalowowolskim był rok 2005, gdy umarło z tego powodu aż 21 osób.



Wykres 13. Ilość zgonów z powodu chorób układu moczowo – płciowego w Powiecie Stalowowolskim w latach 2002 – 2010. Dane Główny Urząd Statystyczny.

Choroby zakaźne i pasożytnicze wywołują bakterie, wirusy bądź pasożyty, które dostając się do organizmu człowieka, pokonują jego układ immunologiczny i wywołują choroby. Nie sposób wymienić ich wszystkich, najpopularniejsze to: AIDS, anginę, błonicę, cholere, dżumę, dur brzuszny, febrę, kiłę, krztusiec, mononukleozę, odrę, opryszczkę, ospę, półpasiec, różyczkę, rzeżączkę, świerzb, świnkę, grypę, tężec, posocznicę, żółta gorączkę, żółtaczkę. Choroby zakaźne i pasożytnicze stanowią duże zagrożenie, zwłaszcza dla dzieci.



Wykres 14. Ilość zgonów na niektóre choroby zakaźne i pasożytnicze w Powiecie Stalowowolskim w latach 2002 – 2010. Dane: Główny Urząd Statystyczny

### **2.3. Profilaktyczne programy zdrowotne w województwie podkarpackim**

Podobnie jak w całej Polsce, bezpłatne programy profilaktyczne refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia realizowane są w ramach kampanii „4 pory roku dla zdrowia”. Aby skorzystać z bezpłatnych badań, nie jest potrzebne skierowanie. Osoba, która spełnia kryteria programu, może zgłosić się osobiście lub umówić telefonicznie z placówką realizującą program, by ustalić termin wizyty. Nie wszystkie z nich są realizowane na terenie Powiatu Stalowowolskiego.

#### **✓ Program profilaktyki chorób układu krążenia**

Jak podaje Ministerstwo Zdrowia blisko połowa zgonów w Polsce spowodowana jest chorobami serca oraz układu krążenia. To główna przyczyna zgonów nie tylko w naszym kraju, ale i na całym świecie. Przyczyniają się do tego m.in. zła dieta, otyłość, mała aktywność fizyczna, nałóg tytoniowy, alkohol i stres.

Adresatami programu są osoby obciążone czynnikami ryzyka, znajdujące się na liście lekarza Podstawowej Opieki Zdrowotnej w grupie wiekowej najbardziej zagrożonej chorobami układu krążenia, a więc od 35 do 55 roku życia. Uprawnionymi do uzyskania świadczeń w powyższym zakresie są osoby będące w danym roku kalendarzowym w 35, 40, 45, 50 oraz 55 roku życia, które w ciągu ostatnich pięciu lat nie korzystały ze świadczeń udzielanych w ramach programu i u których nie została dotychczas rozpoznana choroba układu krążenia.

W ramach programu wykonywane są m.in.: profilaktyczne badania układu krążenia, określenie BMI, pomiar ciśnienia, badania biochemiczne krwi. W przypadku wykrycia nieprawidłowości pacjent kierowany jest na dalszą diagnostykę.

Program ten zrealizować można u każdego lekarza podstawowej opieki zdrowotnej, który posiada kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia.

#### **✓ Program profilaktyki chorób odtytoniowych ( w tym przewlekłej obturacyjnej choroby płuc)**

Palenie tytoniu jest chorobą przewlekłą opisaną w Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych. Codziennie pali ok. 9 milionów dorosłych Polaków. Wśród najczęściej występujących schorzeń u wieloletnich palaczy,

jest Przewlekła Obturacyjna Choroba Płuc (PSCHP). Szacuje się, że tylko w Polsce na POCHP choruje aż 2 miliony osób, co stanowi blisko 5% społeczeństwa. Jej jedynym objawem przez wiele lat jest przewlekły kaszel, który w konsekwencji prowadzi do niedotleniania organizmu, a w skrajnych przypadkach nawet do śmierci.

Program dzieli się na dwa etapy. Pierwszy, podstawowy skierowany jest do osób powyżej 18 roku życia palących papierosy, w szczególności do kobiet i mężczyzn pomiędzy 40 a 65 rokiem życia, którzy nie mieli wykonywanych badań spirometrycznych w ramach programu profilaktyki POCHP w ciągu 36 miesięcy i u których nie zdiagnozowano wcześniej, w sposób potwierdzony badaniem spirometrycznym, przewlekłej obturacyjnej choroby płuc. Na tym etapie wykonywana jest m.in. porada antynikotynowa oraz badanie spirometryczne, które mierzy pojemność płuc i szybkość wydechu. Badanie to jest proste, bezbolesne i trwa niewiele ponad 5 minut. Od jego wyniku uzależnione jest skierowanie pacjenta na dalsze leczenie. Na terenie Powiatu Stalowowolskiego realizują go dwie jednostki: Gminny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Radomyślu nad Sanem oraz Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Poradnia Leczenia Osteoporozy i Chorób Narządu Ruchu.

Drugi, specjalistyczny etap programu adresowany jest do osób uzależnionych od palenia tytoniu skierowanych z etapu podstawowego, oddziału szpitalnego lub pacjentów zgłaszających się bez skierowania. Cykl leczenia obejmuje 3 porady obowiązkowe i 3 porady kontrolne po 3,6 i 12 miesiącach od rozpoczęcia leczenia. Porada kontrolna obejmuje: wywiad dotyczący zaprzestania palenia, badanie masy ciała i ciśnienia krwi, badanie tlenu węgla, badanie spirometryczne, edukację pacjenta i wsparcie psychologiczne.

Świadczeniobiorca może być objęty leczeniem w ramach Etapu Specjalistycznego programu tylko raz.

#### ✓ Program profilaktyki gruźlicy

W Polsce aż 21 osób na 100 tysięcy choruje na gruźlicę. Szacuje się, że nieleczony chory zaraża

w ciągu roku od 10 aż do 15 osób znajdujących się w jego bezpośrednim otoczeniu. Przyczyną rozwoju choroby u zakażonego jest osłabienie sił organizmu, które bardzo



często spowodowane jest niedożywieniem i złymi warunkami mieszkaniowymi. Jak podają specjaliści, czynnikami sprzyjającymi zachorowaniu są również m. in.: cukrzyca, zakażenie HIV, choroby krwi, choroby nowotworowe, pylica płuc, schyłkowa niewydolność nerek. Wczesne wykrycie choroby i natychmiastowe, prawidłowo prowadzone leczenie chorego, sprawia, że już po miesiącu pacjent nie zaraża otoczenia.

Program skierowany jest do osób dorosłych znajdujących się na liście pielęgniarstwa Podstawowej Opieki Zdrowotnej, nie posiadających w dotychczasowym wywiadzie rozpoznanej gruźlicy, w szczególności do osób, które miały kontakt z chorym, lub osób które mają trudne warunki życiowe mogące znacząco wpłynąć na wystąpienie choroby.

W ramach programu pielęgniarstwa Podstawowej Opieki Zdrowotnej przeprowadza z pacjentem wywiad w kierunku gruźlicy oraz edukację zdrowotną świadczeniobiorcy. W przypadku osób z najwyższego ryzyka zachorowania, pielęgniarstwo przekazuje do lekarza Podstawowej Opieki Zdrowotnej, pisemną informację o wynikach przeprowadzonej ankiety oraz wskazuje pacjentowi tryb dalszego postępowania, w tym informuje pacjenta o konieczności zgłoszenia się do lekarza POZ celem dalszej oceny stanu zdrowia.

Jeżeli na podstawie badania świadczeniobiorcy nie zakwalifikował się do dalszej diagnostyki lub nie została rozpoznana u świadczeniobiorcy gruźlica ponowne badanie w kierunku gruźlicy w ramach programu wykonuje się po upływie 24 miesięcy od daty ostatniego badania.

Bezpłatne badania profilaktyki gruźlicy można wykonać w każdym zakładzie opieki zdrowotnej, który podpisał z NFZ umowę na realizację świadczeń w zakresie pielęgniarstwa podstawowej opieki zdrowotnej. Wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić na wizytę telefonicznie. Skierowanie nie jest potrzebne.

#### ✓ Program profilaktyki jaskry

Jaskra jest jedną z głównych przyczyn ślepoty na świecie. Nieleczona zawsze prowadzi do nieodwracalnej utraty wzroku. Według danych Światowej Organizacji Zdrowia, obejmuje ona 15% wszystkich zarejestrowanych przypadków ślepoty. Przyjmuje się, że na jaskrę choruje ok. 70 milionów ludzi na świecie, a do roku 2000

niemal 7 milionów straciło wzrok z powodu jaskrowego zaniku nerwu wzrokowego. Wczesne wykrycie choroby, jej prawidłowe monitorowanie i leczenie pozwala uniknąć najgorszego.

Program skierowany jest do osób w wieku powyżej 35 roku życia (przy określaniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia). W programie nie mogą wziąć udziału osoby, które były diagnozowane w ciągu ostatnich 24 miesięcy w kierunku jaskry, lub u których już wcześniej wykryto jaskrę.

W ramach profilaktyki lekarz okulista wykonuje badanie okulistyczne przedniego i tylnego odcinka gałki ocznej z dokładną, stereoskopową oceną tarczy nerwu wzrokowego, badanie ciśnienia śródgałkowego oraz badanie kąta przesączenia. Następnie lekarz podejmuje decyzje dotycząca dalszego postępowania (wdrożenie odpowiedniego leczenia w razie potrzeby oraz ewentualne skierowanie do dalszego leczenia).

Badania przesiewowowe w kierunku wczesnego wykrywania jaskry można wykonać we wszystkich poradniach okulistycznych, które podpisały umowę z NFZ.

#### ✓ Program profilaktyki raka piersi

Rak piersi to najczęściej występujący nowotwór złośliwy u kobiet, stanowi około 20% wszystkich zachorowań na nowotwory złośliwe u Polek. Najlepszym sposobem wczesnego wykrycia nieprawidłowych zmian w piersi jest mammografia - badanie bezpieczne i bezbolesne. Każda kobieta powinna się poddać mammografii co dwa lata, jeśli lekarz nie zaleci inaczej. Rak piersi wczesnie wykryty jest niemal w 100% uleczalny.

Program profilaktyczny skierowany jest do grupy kobiet najbardziej zagrożonych rakiem piersi - w wieku od 50 do 69 lat (należy wziąć pod uwagę rok urodzenia), które przez ostatnie dwa lata nie miały wykonanej mammografii oraz otrzymały pisemne wskazanie do wykonania ponownego badania mammograficznego po upływie 12 miesięcy

W ramach etapu podstawowego programu wykonywana jest mammografia, a w przypadku wystąpienia niepokojących zmian, pacjentka kierowana jest na dalszą diagnostykę do etapu pogłębionej diagnostyki programu.

W ramach porady lekarskiej w etapie pogłębionej diagnostyki programu lekarz w zależności od wskazań medycznych decyduje, czy pacjentce należy wykonać mammografię uzupełniającą i/lub USG piersi, biopsję cienkoigłową bądź gruboigłową. Kobiety, u których rozpoznano raka piersi lub inne schorzenia wymagające leczenia specjalistycznego zostają skierowane do dalszej diagnostyki poza programem.

Bezpłatne badania mammograficzne w ramach programu można wykonać w zakładach opieki zdrowotnej, które podpisały z NFZ umowę na realizację programu. Wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić na wizytę telefonicznie. Skierowanie nie jest potrzebne. Z badań mogą korzystać wszystkie ubezpieczone w NFZ kobiety, które mieszczą się w grupie wiekowej i nie wykonywały mammografii w ciągu ostatnich dwóch lat. Jeśli kobieta nie mieści się w grupie wiekowej również może skorzystać z bezpłatnej mammografii w ramach ubezpieczenia w NFZ. W tym celu powinna zgłosić się do lekarza specjalisty, który na badania wyda skierowanie.

#### ✓ Program profilaktyki raka szyjki macicy

W Polsce co roku na raka szyjki macicy zapada 4 000 kobiet (10 dziennie!), a połowa z nich umiera, bo zbyt późno zgłosiły się do lekarza. Rak szyjki macicy jest bardzo podstępny i w pierwszym okresie przebiega bez niepokojących objawów. Jego rozpoznanie jest możliwe tylko dzięki cytologii. To bezpieczne i bezbolesne badanie, które pozwala na wykrycie nie tylko wczesnych postaci tego nowotworu, ale także stanów, które nieleczone mogą doprowadzić do jego powstania. Każda kobieta powinna wykonywać cytologię co trzy lata, jeśli lekarz nie zaleci inaczej. Wczesne wykrycie raka szyjki macicy gwarantuje niemal 100% skuteczność wyleczenia.

Program profilaktyczny skierowany jest do grupy kobiet najbardziej zagrożonych rakiem szyjki macicy w wieku od 25 do 59 lat (należy wziąć pod uwagę rok urodzenia), które w ciągu ostatnich trzech lat nie miały wykonywanego badania cytologicznego.

W ramach etapu dodatkowego programu wykonywane jest badanie cytologiczne, a w przypadku stwierdzenia niepokojących zmian, pacjentka kierowana jest na dalszą diagnostykę do etapu pogłębionej diagnostyki programu.

W ramach etapu pogłębionej diagnostyki programu wykonywane jest badanie kolposkopowe, a w przypadku zaistnienia wskazań do weryfikacji uzyskanego obrazu

kolposkopowego - pobranie celowanych wycinków do badania histopatologicznego.

Kobiety, u których rozpoznano raka szyjki macicy lub inne schorzenia wymagające leczenia specjalistycznego zostają skierowane do dalszej diagnostyki poza programem.

Bezpłatne badania cytologiczne można wykonać w zakładach opieki zdrowotnej, które podpisały z NFZ umowę na realizację programu (każda poradnia ginekologiczna, która ma umowę z NFZ). Wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić na wizytę telefonicznie. Skierowanie nie jest potrzebne.

Z badań mogą korzystać wszystkie ubezpieczone w NFZ kobiety, które mieszczą się w grupie wiekowej i nie wykonywały cytologii w ciągu ostatnich trzech lat (również te, które nie otrzymały imiennego zaproszenia). Jeśli kobieta nie mieści się w grupie wiekowej również może skorzystać z bezpłatnej cytologii w ramach ubezpieczenia w NFZ.

#### ✓ Program badań prenatalnych

W ostatnich latach systematycznie wzrasta średni wiek kobiet rodzących. W przypadku kobiet rodzących po 35 roku życia wzrasta ryzyko wystąpienia wad wrodzonych lub patologii płodu, uwarunkowanej aberracją chromosomalną. Określenie ryzyka wystąpienia aberracji chromosomowych i wykrycie wielu wad rozwojowych we wczesnym okresie ciąży pozwala na bezpieczne prowadzenie ciąży i umożliwia podjęcie leczenia już w czasie życia płodowego. Pozwala również rodzicom dziecka przygotować się do natychmiastowego wdrożenia specjalistycznej opieki medycznej po jego urodzeniu.

Program skierowany jest do kobiet w ciąży powyżej 35 roku życia lub obciążonych występowaniem chorób genetycznych w rodzinie.

W ramach programu wykonywane są m.in.: badania nieinwazyjne: USG płodu; badania biochemiczne: oznaczenia w surowicy krwi; komputerowa ocena ryzyka choroby płodu na podstawie testów przesiewowych; porada genetyczna. W przypadku wykrycia niepokojących zmian u pacjentki, kierowana jest ona na dalszą diagnostykę w ramach programu, gdzie wykonywane są procedury inwazyjne pod kontrolą, USG i badania genetyczne. W przypadku konieczności wykonywania dalszej diagnostyki pacjentka kierowana jest do ośrodka specjalistycznego poza programem.

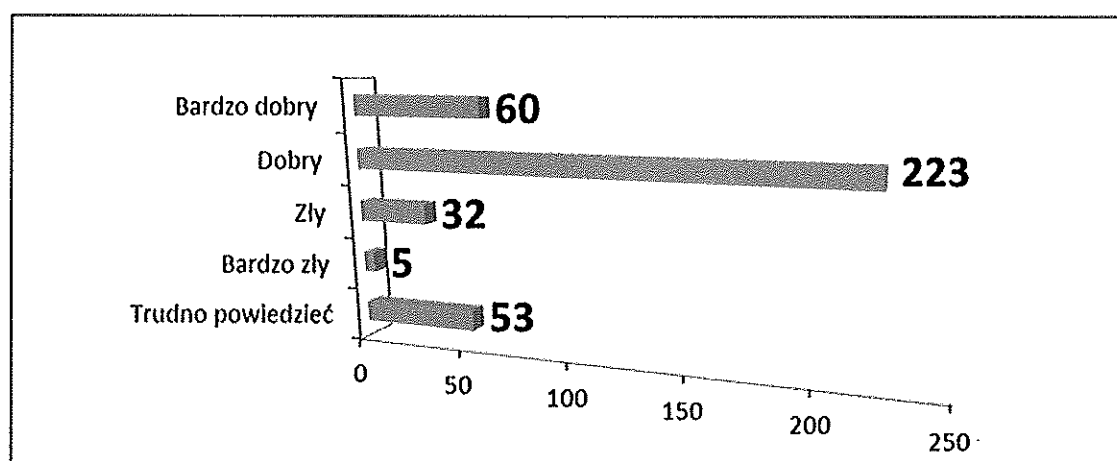
Na badania wykonywane w ramach programu w placówkach, które podpisały z NFZ umowę na jego realizację, powinien skierować kobietę lekarz prowadzący ciążę.

## 2.4. Wyniki ankiety na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego została wykonana wśród reprezentatywnej grupy 373 mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego. Ankiety przeprowadzili obywatele uczestniczący w spotkaniach zespołu partycypacyjnego ds. Opracowania Programu Promocji Zdrowia i Profilaktyki w Powiecie Stalowowolskim w dniach 13 marca – 24 kwietnia. Celem ankiety było zebranie informacji o stanie zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego oraz wiedzy społeczeństwa na temat prowadzonych programów profilaktycznych w regionie. Wśród ankietowanych większość stanowiły kobiety (53,89%). Blisko 70% ankietowanych to mieszkańcy Stalowej Woli (68,09%).

### Czujemy i odżywiamy się dobrze

75,87% ankietowanych ocenia swój stan zdrowia jako dobry lub bardzo dobry. Źle lub bardzo źle czuje się natomiast co 10 ankietowany (9,91%). Więcej, bo 14,20% ankietowanych nie potrafi ocenić swojego stanu zdrowia. Pokazują to precyzyjnie wyniki, widoczne na poniższym wykresie.

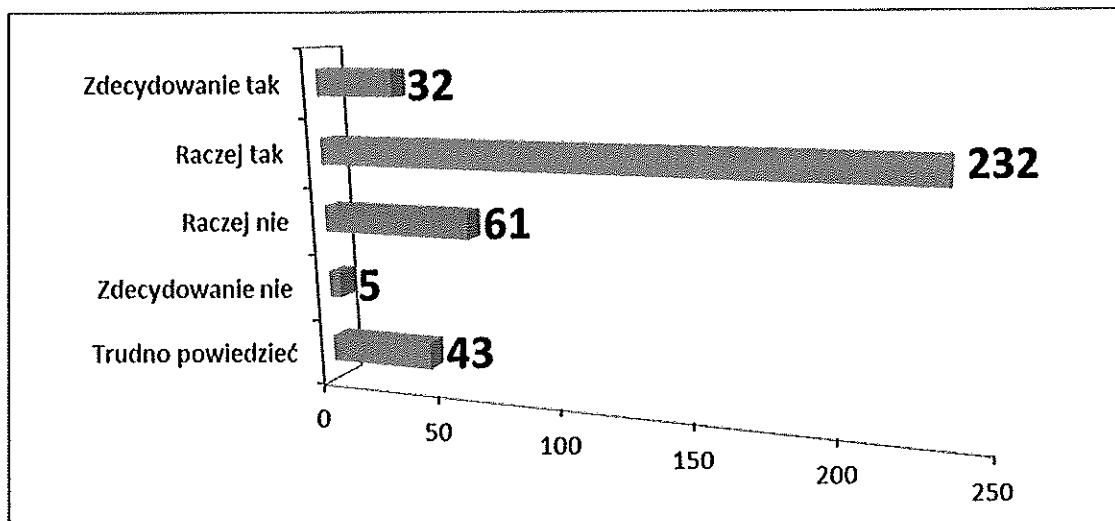


Wykres 16. Jak ocenia Pan/Pani ogólny stan swojego zdrowia? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

Na pierwszy rzut oka dają one dużo powodów do optymizmu. Jednak to, że czujemy się dobrze, nie oznacza wcale, że jesteśmy zdrowi. Jak powszechnie wiadomo, wiele chorób – w tym te najgroźniejsze, czyli choroby serca i układu krążenia – przez wiele lat „ukrywa się” i nie daje o sobie znać. Nielezione, uderzają ze zdwojoną siłą.

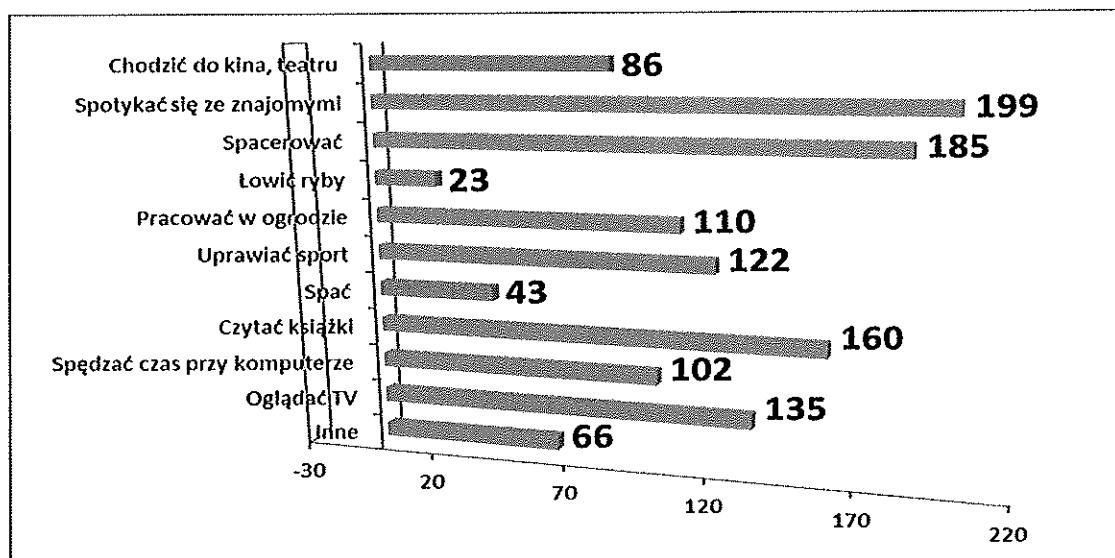
Równie optymistycznie oceniamy nasz sposób odżywiania się. Jako „raczej dobry” uznało go aż 62,20% ankietowanych. Za ledwie 17,70% stwierdziło, że odżywia się źle

lub bardzo źle. Wynik ten jest jednak dosyć sprzeczny z dochodzącymi informacjami o coraz większym problemie otyłości, pojawiającymi się jak „grzyby po deszczu” lokalami gastronomicznymi czy coraz większym dostępie do śmieciowego jedzenia w szkołach, lokalnych sklepikach i supermarketach. Podobnie zatem jak w pytaniu o ocenę swojego stanu zdrowia, wyniki te również mogą nas zmylić.



Wykres 17. Czy uważa Pan/Pani, że odżywia się zdrowo? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

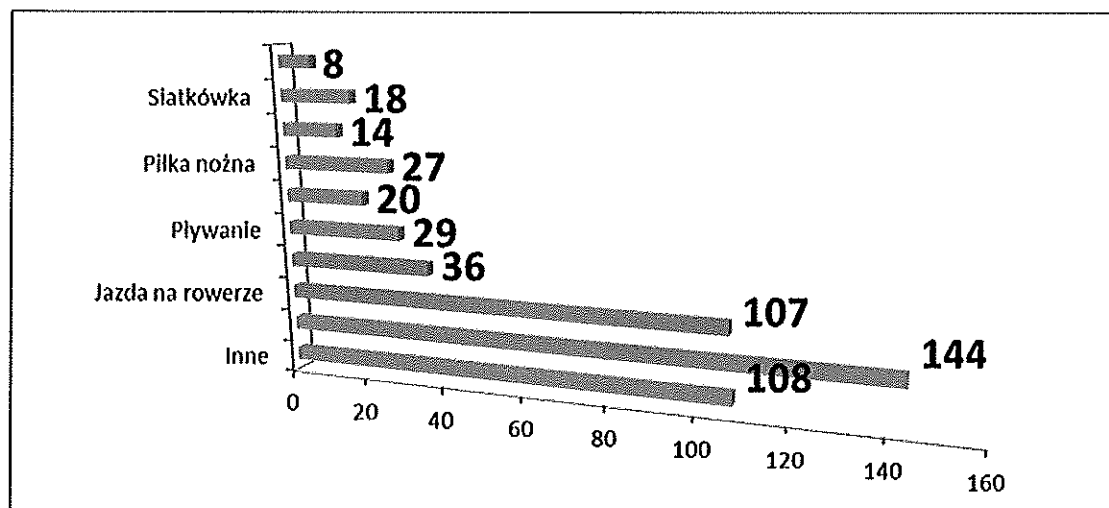
Wśród ulubionych sposobów spędzania wolnego czasu dominowały formy nieaktywne (58,90%). Najpopularniejsze z nich ilustruje poniższy wykres (można było zaznaczyć kilkaodpowiedzi):



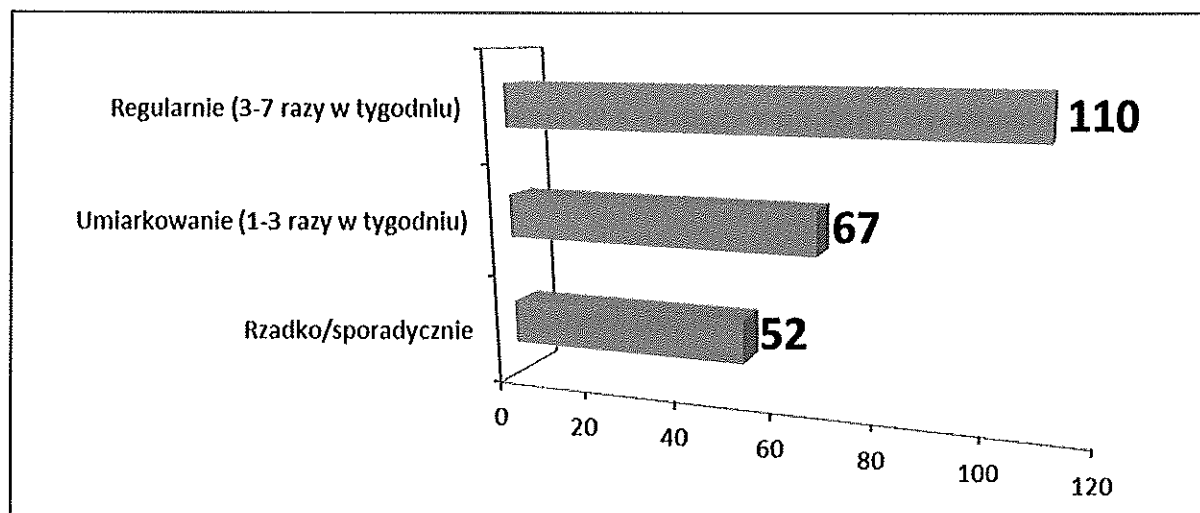
Wykres 18. Co najbardziej lubi Pan/Pani robić w wolnym czasie? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

38,61% ankietowanych nie uprawia żadnej dyscypliny sportu. Blisko 30% mieszkańców zadeklarowało, że uprawia sport regularnie (3-7 razy w tygodniu), 18% umiarkowanie

(1-3 razy w tygodniu) a 13,94% sporadycznie. Listę najbardziej najpopularniejszych dyscyplin uprawianych przez mieszkańców Powiatu oraz ich częstotliwości, ilustrują poniższe wykresy



Wykres 19. Jeśli obecnie uprawia Pan/Pani jakiś sport (także amatorsko lub rekreacyjnie) to jaki rodzaj sportu Pan/Pani uprawia? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

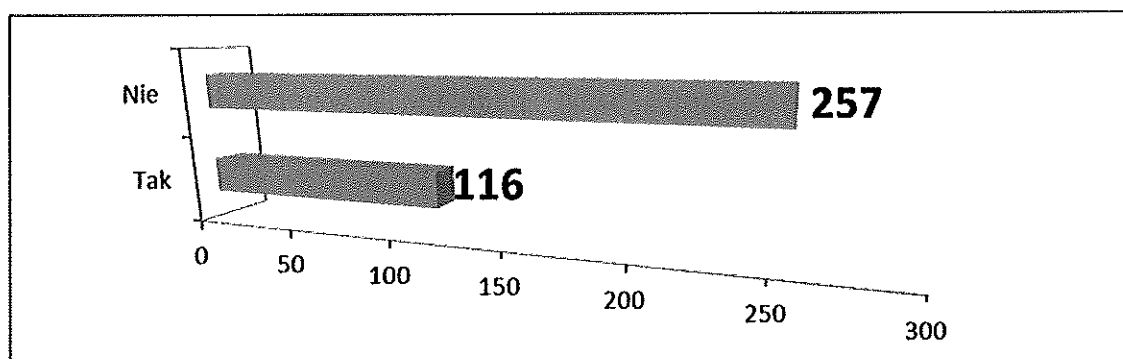


Wykres 20. Jak często uprawia Pan/Pani wymienione powyżej rodzaje sportu? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

### Bardzo mało wiemy o profilaktyce

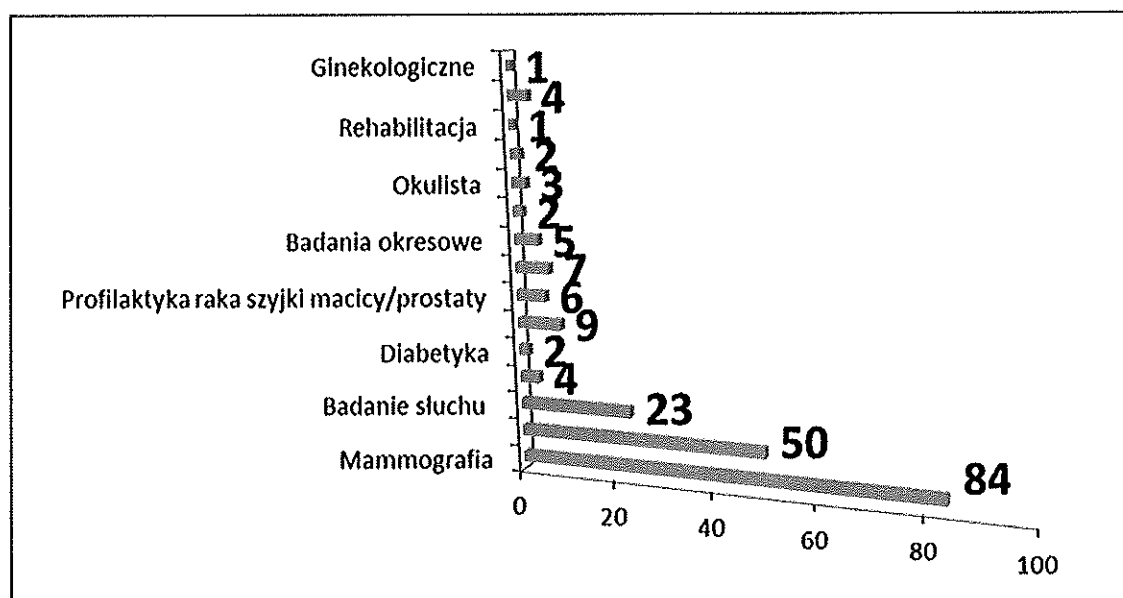
Zdecydowanie mniej optymistycznie wyglądało pytanie odnośnie znajomości programów profilaktycznych. Niestety aż 68,90% ankietowanych nie potrafiło wskazać nawet jednego programu profilaktycznego realizowanego na terenie powiatu stalowowolskiego. Ilustruje to poniższy wykres:





Wykres 21. Czy wie Pan/Pani jakie badania profilaktyczne prowadzone są w Powiecie Stalowowolskim? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

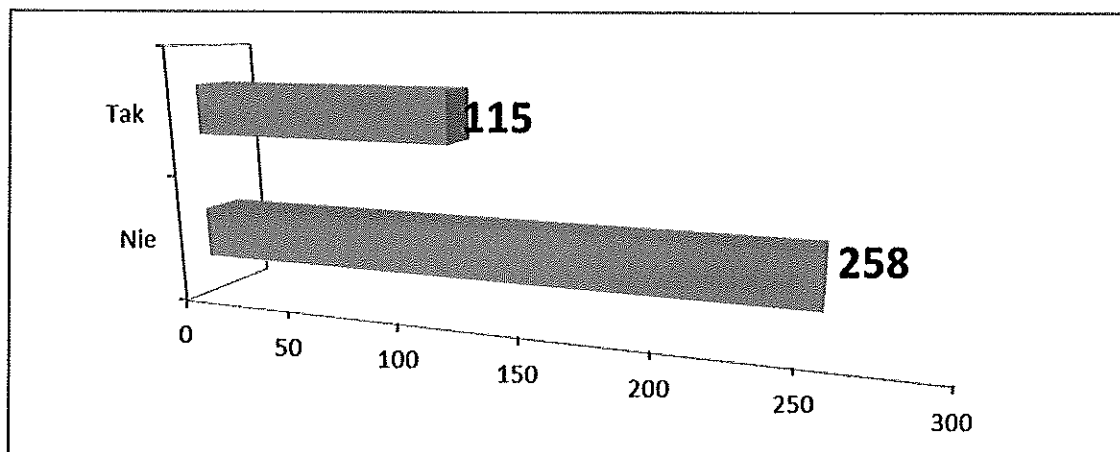
Wśród osób, które zadeklarowały znajomość programów profilaktycznych, najpopularniejsze to cytologia lub mammografia. Nikt nie wymienił jednak żadnego z 7 realizowanych programów profilaktycznych przez Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie. Znajomość cytologii lub mammografii można zawdzięczać ich popularności w ogólnopolskich i lokalnych mediach, kampaniach promocyjnych z udziałem znanych i lubianych osób ze świata filmu, sportu czy polityki. Wśród odpowiedzi, pojawiały się również takie jak badanie moczu lub krwi, które można raczej nazwać badaniami okresowymi niż profilaktycznymi.



Wykres 22. Jeśli slyszal Pan/Pani o badaniach profilaktycznych prowadzonych w Powiecie Stalowowolskim, prosze wskazać o jakich. Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkancow Powiatu Stalowowolskiego

Niemal identyczny wynik przyniosło kolejne pytanie: Czy korzystał Pan, Pani z badań profilaktycznych w ciągu ostatnich dwóch lat? Skorzystało 115 ankietowanych, czyli 30,83%. Pozostali – czyli (69,17%) nie korzystali z badań profilaktycznych. Można stąd

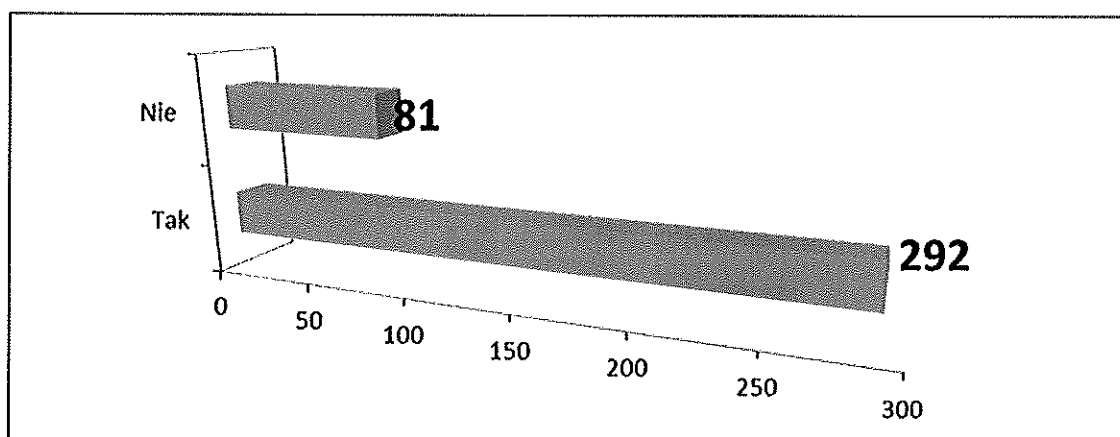
wynioskować, że o programach profilaktycznych słyszeli tylko Ci, którzy z nich skorzystali. Najczęściej wskazywane badania – podobnie jak w poprzednim pytaniu – to cytologia i mammografia.



Wykres 23. Czy korzystał Pan, Pani z badań profilaktycznych w ciągu ostatnich dwóch lat? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego.

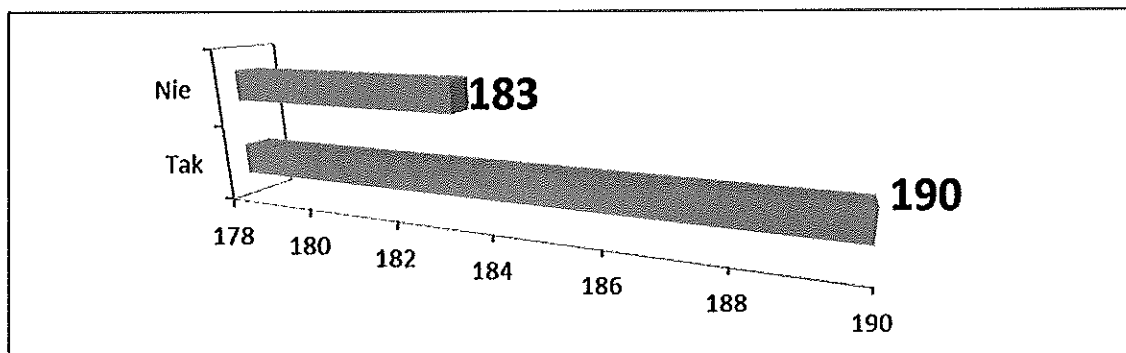
#### **Prywatna czy publiczna służba zdrowia?**

Coraz gorsza atmosfera panująca wokół publicznej służby zdrowia, widmo jej całkowitej komercjalizacji oraz słynne, kilometrowe kolejki do specjalistów od lat burzą zaufanie obywateli do publicznych placówek opieki zdrowotnej. Mimo to – głównie ze względów ekonomicznych – nadal najczęściej wybieramy publiczną służbę zdrowia.



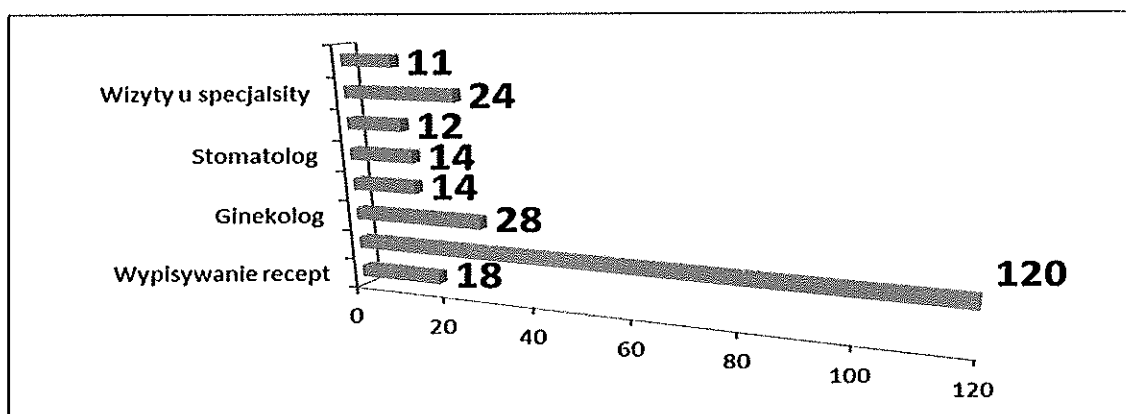
Wykres 24. Czy leczy się Pan/Pani w publicznych zakładach opieki zdrowotnej? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego.

Jednak już ponad 50% ankietowanych w roku ubiegłym zapukało do prywatnych gabinetów medycznych.



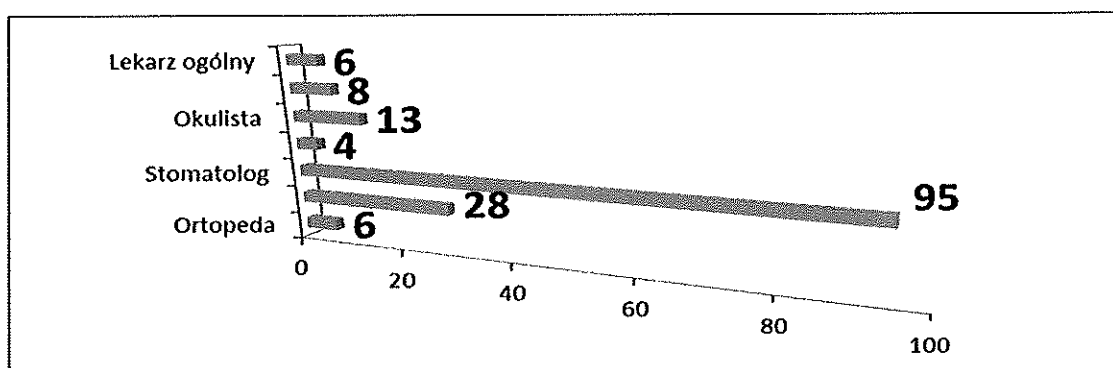
Wykres 15. Czy leczy się Pan/Pani w gabinetach prywatnych? Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego.

Wśród usług oferowanych przez publiczne placówki opieki zdrowotnej, najczęściej korzystamy oczywiście z porad lekarza rodzinnego. Jakże jeszcze ilustruje poniższy wykres



Wykres 26. Najczęściej wybierane usługi placówek publicznej opieki zdrowotnej. Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego.

Natomiast w przypadku gabinetów prywatnych, zdecydowany prym wiodą usługi stomatologiczne.



Wykres 37. Najczęściej wybierane usługi gabinetów prywatnych. Ankieta na temat stanu zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego.

## 2.5. Analiza SWOT

## ANALIZA SWOT

**Mocne Strony (Strengths)**

1. Otoczenie, środowisko sprzyjające aktywności sportowo – rekreacyjnej (blisko 50% powierzchni administracyjnej Powiatu Stalowowolskiego stanowią lasy);
2. III Sektor w Powiecie Stalowowolskim – duża liczba działaczy społecznych oraz organizacji pozarządowych działających m.in. na rzecz promocji zdrowia, profilaktyki, aktywności ruchowej;
3. Brak światowych i ogólnopolskich koncernów fastfood na terenie Powiatu Stalowowolskiego;
4. Rozwój turystyki rowerowej – zwiększająca się ilość i popularność imprez rowerowych, klubów sportowych propagujących jazdę na rowerze, ścieżek rowerowych, szlaków turystycznych – odrodzenie popularnego w przeszłości określenia Stalowej Woli mianem „Miasta Rowerów”
5. Dobra infrastruktura szpitala i Ośrodków Zdrowia;
6. Zwiększona świadomość dotycząca działań z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki w Administracji Publicznej (Powiat, Gminy);

**Słabe strony (Weaknesses)**

1. Zakłady Przemysłu Aluminiowego w stalowowolskiej części Tamobrzeskiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej;
2. Słabe, mało efektywne i nietrafiające do wielu odbiorców programy profilaktyczne prowadzone na terenie Powiatu Stalowowolskiego;
3. Niska świadomość prozdrowotna oraz wiedza rodziców i nauczycieli w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki („fala” zwolnień z lekcji WF-u w szkołach, przyzwolenie na złe nawyki, brak autorytetu etc.);
4. Niedostateczne wsparcie dla organizacji promujących zdrowie, klubów sportowych, turystycznych, utrzymywane procedury pozyskiwania takich funduszy etc;

**Szanse (Opportunities)**

1. Nowa perspektywa finansowa Unii Europejskiej 2014 – 2020 zakładająca zwiększenie środków na projekty miękkie (Europejski Fundusz Społeczny);
2. Zwiększanie świadomości społecznej w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki (coraz więcej ogólnopolskich i regionalnych kampanii prozdrowotnych);
3. Rozwój III Sektora w Powiecie Stalowowolskim – powiększająca się liczba organizacji pozarządowych skupionych na promocji zdrowia i profilaktyce, działaczy społecznych etc;
4. Coraz większy nacisk na edukację prozdrowotną od najmłodszych lat w Powiecie Stalowowolskim – przedszkola i szkoły podstawowe promujące zdrowie;
5. Zagospodarowanie przestrzenne i tereny rekreacyjne – coraz więcej ścieżek rowerowych, pieszych szlaków turystycznych, 5 rezerwatów przyrody na terenie powiatu (I), obiektów rekreacyjnych (Orliki, Place Zabaw) ;

**Zagrożenia (Threats)**

1. Złe nawyki żywieniowe wśród dzieci i młodzieży spowodowane m.in. łatwym dostępem do taniego, „śmieciowego” jedzenia oraz brakiem wzorców w rodzinie;
2. Słabe, mało efektywne i nietrafiające do wielu odbiorców prozdrowotne kampanie prozdrowotne;
3. Niedofinansowanie służby zdrowia przez Narodowy Fundusz Zdrowia, widmo całkowitej komercjalizacji szpitala powiatowego i innych ośrodków zdrowia, upadku publicznej służby zdrowia, wzrostu kosztów leczenia, długich kolejek do specjalisty, biurokratyzacja służby zdrowia;
4. Problemy społeczne – brak pracy, stres, osłabienie więzi rodzinnych i przyjacielskich, depresje, wieczny brak czasu;
5. Wadliwe ustawodawstwo w zakresie oświaty w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki

### **3. Cel strategiczny**

Poprawa stanu zdrowia i jakości życia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego

### **4. Operacyjne cele zdrowotne**

**4.1. Cel operacyjny 1: Podniesienie świadomości oraz zwiększenie uczestnictwa mieszkańców w programach profilaktycznych realizowanych na terenie Powiatu Stalowowolskiego.**

*Działanie 1.1. Bezpłatne szkolenia edukacyjne dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego z zakresu profilaktyki raka piersi oraz raka szyjki macicy;*

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Wojewódzki Ośrodek Koordynujący Populacyjne Programy Wczesnego Wykrywania Raka Piersi oraz Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy

**Uzasadnienie:**

Bezpłatne kursy szkoleniowe, prowadzone przez lekarzy z Podkarpackiego Centrum Onkologii, obejmują swoją tematyką zagadnienia związane z rakiem piersi oraz rakiem szyjki macicy. Celem kursów jest edukacja uczestniczących w spotkaniach kobiet w zakresie przyczyn, objawów oraz skutków nowotworów. Efektem spotkań ma być zwiększenie uczestnictwa kobiet w programach profilaktycznych realizowanych na terenie województwa podkarpackiego. Dla uczestników przygotowane zostaną także specjalne prezentacje, materiały informacyjne oraz gadżety programowe. Każda z uczestniczących w spotkaniach kobiet otrzyma możliwość zadania pytania oraz wypełnienia ankiet.

**Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie precyzyjnego harmonogramu bezpłatnych szkoleń w porozumieniu z Wojewódzkim Ośrodkiem Koordynującym

Populacyjnych Programów Wczesnego Wykrywania Raka Piersi oraz Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy ;

- ✓ Działania organizacyjne: przygotowanie sali, obsługa kursów, promocja wydarzenia;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Zwiększenie uczestnictwa kobiet w programach profilaktycznych raka piersi i raka szyjki macicy realizowanych na terenie województwa podkarpackiego;
2. Edukacja społeczeństwa z zakresu zalet odpowiedzialnego i konsekwencji niezdrowego stylu życia;

**Terminy:**

Harmonogram roczny ustalony z Wojewódzkim Ośrodkiem Koordynującym

**Przewidywany budżet roczny:**

1000 zł

**Grupy docelowe:**

Kobiety z terenu Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.2. „Weekend dla zdrowia” – organizacja cyklicznej imprezy plenerowej promującej zdrowie i profilaktykę***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Ministerstwo Zdrowia – patronat;
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie;
- ✓ Urząd Miasta w Stalowej Woli;
- ✓ Miejski Dom Kultury w Stalowej Woli;

- ✓ Ogólnopolskie instytucje publiczne, podmioty prywatne oraz organizacje pozarządowe skupione wokół działań z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki;
- ✓ Ogólnopolskie i lokalne media;

**Uzasadnienie:**

Realizacja imprezy to efekt diagnozy o stanie zdrowia mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego przeprowadzonej na potrzeby tworzonego przez społeczność lokalną Programu Promocji Zdrowia i Profilaktyki. Wynika z niej, że mieszkańcy posiadają bardzo małą wiedzę o programach profilaktycznych realizowanych w regionie. Często ulegają również stereotypowemu myśleniu, że zbierające największe żniwo choroby serca i układu krążenia oraz nowotwory są wyłącznie wyrokiem, a nie wynikiem nieodpowiedzialnego stylu życia.

Priorytetem przy organizacji przedsięwzięcia, jest skupienie w tych dniach w jednym miejscu instytucji publicznych oraz ogólnopolskich organizacji pozarządowych działających na rzecz promocji zdrowia i profilaktyki. Aby nadać imprezie masowy charakter, planowane jest dodatkowe urozmaicenie jej o akcenty sportowe, konkursy sprawnościowe, atrakcje dla dzieci i młodzieży oraz program kulturalny.

**Lista działań:**

1. Zaproszenie do współpracy blisko 200–stu ogólnopolskich organizacji pozarządowych, instytucji publicznych oraz podmiotów prywatnych realizujących zadania z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki;
2. Działania budżetowe – zapisanie środków finansowych w budżecie Powiatu Stalowowolskiego, pozyskanie środków pozabudżetowych na realizację imprezy;
3. Wpisanie imprezy w kalendarz miejskich imprez kulturalnych;
4. Przygotowanie programu imprezy, działania z zakresu marketingu i PR;
5. Realizacja imprezy;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Zwiększenie świadomości mieszkańców z zakresu realizowanych na terenie województwa podkarpackiego przez Narodowy Fundusz Zdrowia programów profilaktycznych w ramach kampanii „4 pory roku dla zdrowia”;
2. Edukacja społeczeństwa z zakresu zalet odpowiedzialnego i konsekwencji niezdrowego stylu życia;
3. Integracja środowisk działających na rzecz promocji zdrowia i profilaktyki;
4. Sprowokowanie do dyskusji o społecznych konsekwencjach niezdrowego społeczeństwa;

**Terminy:**

13-14 lipca 2013 roku – kontynuacja w następnych latach

**Przewidywany Budżet roczny:**

70 000 zł (wkład własny, partnerzy, sponsoring)

**Grupa docelowa:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.3 Integracja osób po przebytych chorobach lub chorujących***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego, środowisko medyczne

**Uzasadnienie:**

Wiele osób po przebytych chorobach zmuszonych jest do zupełnej zmiany swojego stylu życia, często polegającej na częściowej lub zupełnej rezygnacji z wcześniejszych przyzwyczajeń. Często jest to niełatwe doświadczenie i może powodować częściowe



lub całkowite „zagubienie się”. Zadanie polega na wspieraniu procesu integracji osób po przebytych chorobach różnego rodzaju. Świetnym przykładem na korzyści płynące z takiej integracji jest działający na terenie Stalowej Woli Klub Pacjenta, zrzeszający ludzi po przebytych chorobach serca i układu krążenia. Cykliczne spotkania osób mających bezpośrednią styczność z daną chorobą i borykających się z podobnymi problemami z pewnością pomaga w trudnym procesie dostosowania się do nowej, trudniejszej rzeczywistości.

**Lista działań:**

- ✓ Zaproszenie do współpracy środowiska medycznego z terenu Powiatu Stalowowolskiego;
- ✓ Wsparcie dla osób chcących formalizować kluby pacjenta etc.

**Zakładane rezultaty działania;:**

1. Integracja mieszkańców Stalowej Woli po przebytych chorobach

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

1000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.4. Dni otwarte w Publicznych Zakładach Opieki Zdrowotnej na terenie Powiatu Stalowowolskiego*****Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Publiczne Zakłady Opieki Zdrowotnej na terenie Powiatu Stalowowolskiego;

**Uzasadnienie:**

Dni Otwarte Publicznych i Niepublicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej z terenu Powiatu Stalowowolskiego, w zależności od rodzaju świadczonych przez nie lub poszczególne oddziały usług, mają na celu zapoznanie mieszkańców z ofertą medyczną lub terapeutyczną powiatowych placówek. Każdy z cyklu dni otwartych realizowanych przy współpracy z danym Zakładem Opieki Zdrowotnej będzie miał oczywiście inny charakter adresowany do innej grupy docelowej – np. Dni Otwarte na Nowym Oddziale Ginekologicznym skierowane dla kobiet planujących lub będących w ciąży lub Dni Otwarte na Oddziale Kardiologicznym skierowane do grup szczególnego ryzyka etc..

Spotkania mają również burzyć wiele mitów oraz negatywnych stereotypów na temat funkcjonowania państwowych placówek medycznych w Powiecie Stalowowolskim oraz zachęcać do regularnych i świadomych badań profilaktycznych.

**Lista działań:**

- ✓ Zaproszenie do współorganizacji Publicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej z terenu Powiatu Stalowowolskiego;
- ✓ Ustalenie harmonogramu Dni Otwartych Placówek lub ich oddziałów;
- ✓ Realizacja Dni otwartych ZOZ

**Zakładane rezultaty działania;:**

1. Zapoznanie mieszkańców z ofertą medyczną oraz terapeutyczną powiatowych placówek;
2. Promocja wojewódzkich programów profilaktycznych realizowanych na terenie Powiatu Stalowowolskiego;

**Terminy:**

2012 - 2016

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.5. Edukacja społeczeństwa z zakresu wojewódzkiego Programu Profilaktyki Chorób Układu Krążenia realizowanego przez Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Powiatowy Szpital Specjalistyczny w Stalowej Woli
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie

**Uzasadnienie:**

Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia jest jednym z siedmiu programów realizowanych przez Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia na terenie województwa podkarpackiego w ramach programu „4 pory roku dla zdrowia”.

Jak podaje Ministerstwo Zdrowia blisko połowa zgonów w Polsce spowodowana jest chorobami serca oraz układu krążenia. To główna przyczyna zgonów nie tylko w naszym kraju, ale i na całym świecie. Przyczyniają się do tego m.in. zła dieta, otyłość, mała aktywność fizyczna, nałóg tytoniowy, alkohol i stres.

Celem zadania jest edukacja mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego na temat przyczyn i skutków chorób serca i układu krążenia oraz możliwości skorzystania z Programu Profilaktyki Chorób Układu Krążenia realizowanego na terenie województwa podkarpackiego przez Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie. Lekarze i specjaliści uczestniczący w otwartych i bezpłatnych spotkaniach z mieszkańcami powiedzą do kogo jest skierowany program, jak wygląda leczenie oraz które placówki go realizują. Przygotowane zostaną również na ten temat materiały promocyjne. Docelowo planowane jest jedno spotkanie rocznie w każdej z sześciu gmin Powiatu Stalowowolskiego.

**Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie precyzyjnego harmonogramu bezpłatnych spotkań dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego
- ✓ Działania organizacyjne: przygotowanie sali, obsługa kursów, promocja wydarzenia

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Obniżenie zachorowalności i umieralności z powodu chorób serca i układu krążenia;
- ✓ Zwiększenie wykrywalności i skuteczności leczenia chorób układu krążenia;
- ✓ Wczesna identyfikacja osób z podwyższonym ryzykiem chorób układu krążenia;
- ✓ Promocja zdrowego stylu życia: niepalenia, prawidłowego odżywiania się, aktywności fizycznej;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

***Działanie 1.6 - Edukacja społeczeństwa z zakresu wojewódzkiego Programu Profilaktyki Chorób Odtytoniowych (w tym przewlekłej choroby obturacyjnej płuc)***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Powiatowy Szpital Specjalistyczny w Stalowej Woli
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie

**Uzasadnienie:**

Program Profilaktyki Chorób Odytoniowych jest jednym z siedmiu programów realizowanych przez Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia na terenie województwa podkarpackiego w ramach programu „4 pory roku dla zdrowia”

Palenie tytoniu jest chorobą przewlekłą opisaną w Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych. Codziennie pali ok. 9 milionów dorosłych Polaków. Wśród najczęściej występujących schorzeń u wieloletnich palaczy, jest Przewlekła Obturacyjna Choroba Płuc (POCHP). Szacuje się, że tylko w Polsce na POCHP choruje aż 2 miliony osób, co stanowi blisko 5% społeczeństwa. Jej jedynym objawem przez wiele lat jest przewlekły kaszel, który w konsekwencji prowadzi do niedotleniania organizmu, a w skrajnych przypadkach nawet do śmierci.

Celem zadania jest edukacja mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego na temat przyczyn i skutków chorób tytoniowych oraz możliwości skorzystania z Programu Profilaktyki Chorób Odytoniowych, realizowanego na terenie województwa podkarpackiego przez Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie. Lekarze i specjaliści uczestniczący w otwartych i bezpłatnych spotkaniach z mieszkańcami powiedzą do kogo jest skierowany program, jak wygląda leczenie oraz które placówki go realizują. Przygotowane zostaną również na ten temat materiały promocyjne. Docelowo planowane jest jedno spotkanie rocznie w każdej z sześciu gmin Powiatu Stalowowolskiego.

**Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie precyzyjnego harmonogramu bezpłatnych spotkań dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego;
- ✓ Działania organizacyjne: przygotowanie sali, obsługa kursów, promocja wydarzenia;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Zmniejszenie zachorowalności na schorzenia odytoniowe;
- ✓ Poprawa Świadomości w zakresie szkodliwości palenia oraz metod zapobiegania i leczenia uzależnienia od tytoniu;

- ✓ Poprawa dostępności do specjalistycznego leczenia uzależnienia od tytoniu w szczególności dla osób obciążonych chorobami serca i układu krążenia, układu oddechowego i nowotworowymi;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

***Działanie 1.7. Edukacja społeczeństwa z zakresu wojewódzkiego Programu Profilaktyki Gruźlicy***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Powiatowy Szpital Specjalistyczny w Stalowej Woli
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie

**Uzasadnienie:**

W Polsce aż 21 osób na 100 tysięcy choruje na gruźlicę. Szacuje się, że nieleczony chory zaraża w ciągu roku od 10 aż do 15 osób znajdujących się w jego bezpośrednim otoczeniu. Przyczyną rozwoju choroby u zakażonego jest osłabienie sił organizmu, które bardzo często spowodowane jest niedożywieniem i złymi warunkami mieszkaniowymi. Jak podają specjaliści, czynnikami sprzyjającymi zachorowaniu są również m. in.: cukrzyca, zakażenie HIV, choroby krwi, choroby nowotworowe, pylica płuc, schyłkowa niewydolność nerek. Wczesne wykrycie choroby i natychmiastowe, prawidłowo prowadzone leczenie chorego, sprawia, że już po miesiącu pacjent nie zaraża otoczenia.

Celem zadania jest edukacja mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego na temat przyczyn i skutków gruźlicy oraz możliwości skorzystania z Programu Profilaktyki Gruźlicy, realizowanego na terenie województwa podkarpackiego przez Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie. Lekarze i specjaliści uczestniczący w otwartych i bezpłatnych spotkaniach z mieszkańcami powiedzą do kogo jest skierowany program, jak wygląda leczenie oraz które placówki go realizują. Przygotowane zostaną również na ten temat materiały promocyjne. Docelowo planowane jest jedno spotkanie rocznie w każdej z sześciu gmin Powiatu Stalowowolskiego.

**Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie precyzyjnego harmonogramu bezpłatnych spotkań dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego;
- ✓ Działania organizacyjne: przygotowanie sali, obsługa kursów, promocja wydarzenia;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Zmniejszenie wskaźnika zachorowalności na gruźlicę;
- ✓ Objęcie wczesną opieką świadczeniobiorców chorych na gruźlicę;
- ✓ Zmniejszenie wskaźnika śmiertelności na gruźlicę;

**Terminy:**

2013 – następne lata

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

### ***Działanie 1.8. Edukacja społeczeństwa z zakresu wojewódzkiego Programu Profilaktyki Jaskry***

#### **Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

#### **Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Powiatowy Szpital Specjalistyczny w Stalowej Woli;
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie;

#### **Uzasadnienie:**

Jaskra jest jedną z głównych przyczyn ślepoty na świecie. Nieleczona zawsze prowadzi do nieodwracalnej utraty wzroku. Według danych Światowej Organizacji Zdrowia, obejmuje ona 15% wszystkich zarejestrowanych przypadków ślepoty. Przyjmuje się, że na jaskrę choruje ok. 70 milionów ludzi na świecie, a do roku 2000 niemal 7 milionów straciło wzrok z powodu jaskrowego zaniku nerwu wzrokowego. Wczesne wykrycie choroby, jej prawidłowe monitorowanie i leczenie pozwala uniknąć najgorszego.

Celem zadania jest edukacja mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego na temat przyczyn i skutków gruźlicy oraz możliwości skorzystania z Programu Profilaktyki Jaskry, realizowanego na terenie województwa podkarpackiego przez Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie. Lekarze i specjaliści uczestniczący w otwartych i bezpłatnych spotkaniach z mieszkańcami powiedzą do kogo jest skierowany program, jak wygląda leczenie oraz które placówki go realizują. Przygotowane zostaną również na ten temat materiały promocyjne. Docelowo planowane jest jedno spotkanie rocznie w każdej z sześciu gmin Powiatu Stalowowolskiego.

#### **Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie precyzyjnego harmonogramu bezpłatnych spotkań dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego;
- ✓ Działania organizacyjne: przygotowanie sali, obsługa kursów, promocja wydarzenia;

#### **Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Zwiększenie wczesnego wykrywania jaskry;



- ✓ Zwiększenie możliwości specjalistycznej opieki nad pacjentem z rozpoznaną jaskrą;
- ✓ Zmniejszenie wskaźnika ślepoty w Powiecie Stalowowolskim z powodu jaskrowego zaniku nerwu wzrokowego;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

***Działanie 1.9. Program Edukacyjny dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego z zakresu Programu Badań Prenatalnych realizowanego na terenie Województwa Podkarpackiego przez Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Powiatowy Szpital Specjalistyczny w Stalowej Woli;
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie;

**Uzasadnienie:**

W ostatnich latach systematycznie wzrasta średni wiek kobiet rodzących. W przypadku kobiet rodzących po 35 roku życia wzrasta ryzyko wystąpienia wad wrodzonych lub patologii płodu, uwarunkowanej aberracją chromosomalną. Określenie ryzyka wystąpienia aberracji chromosomowych i wykrycie wielu wad rozwojowych we wczesnym okresie ciąży pozwala na bezpieczne prowadzenie ciąży i umożliwia podjęcie leczenia już w czasie życia płodowego. Pozwala również rodzicom dziecka przygotować się do natychmiastowego wdrożenia specjalistycznej opieki medycznej po jego urodzeniu.

Celem zadania jest edukacja mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego na temat możliwości skorzystania z Programu Badań Prenatalnych, realizowanego na terenie województwa podkarpackiego przez Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie. Lekarze i specjaliści uczestniczący w otwartych i bezpłatnych spotkaniach z mieszkańcami powiedzą do kogo jest skierowany program, jak wygląda leczenie oraz które placówki go realizują. Przygotowane zostaną również na ten temat materiały promocyjne. Docelowo planowane jest jedno spotkanie rocznie w każdej z sześciu gmin Powiatu Stalowowolskiego.

**Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie precyzyjnego harmonogramu bezpłatnych spotkań dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego;
- ✓ Działania organizacyjne: przygotowanie sali, obsługa kursów, promocja wydarzenia;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Wczesna identyfikacja ryzyka wad (testy biochemiczne) i wczesne wykrywanie wad płodu (USG);
- ✓ Zwiększenie dostępności do badań prenatalnych w Powiecie Stalowowolskim;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Kobiety z terenu województwa Podkarpackiego

***Działanie 1.10. Promowanie istniejących lub inicjowanie nowych programów profilaktyki selektywnej w Powiecie Stalowowolskim***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii;
- ✓ Powiatowy Inspektorat Sanitarny w Stalowej Woli;
- ✓ Lokalne organizacje pozarządowe skupione wokół realizacji działań z zakresu profilaktyki narkotykowej;

**Uzasadnienie:**

Działanie ukierunkowane jest na zawiązanie lokalnego międzysektorowego partnerstwa w celu stworzenia wspólnego projektu do konkursu ofert organizowanego przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii zakładającego: ograniczanie czynników ryzyka używania narkotyków związanych ze środowiskiem rodzinnym, ograniczenie podejmowania zachowań ryzykownych, poprawę funkcjonowania emocjonalnego i społecznego osób zagrożonych narkomanią, kształtowanie adekwatnych przekonań normatywnych dotyczących narkotyków oraz rozwiązywanie sytuacji kryzysowych związanych z używaniem narkotyków.

**Lista działań:**

- ✓ Pozyskanie partnerów realizacji zadania wśród lokalnych i ogólnopolskich organizacji pozarządowych realizujących zadania z zakresu profilaktyki uzależnień;
- ✓ Przygotowanie projektu partnerskiego w konkursie ogłaszanym corocznie przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii (wrzesień każdego roku) w celu pozyskania środków pozabudżetowych na realizację zadania;
- ✓ Realizacja i monitoring realizacji projektu;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Osiągnięcie i utrzymanie abstynencji narkotykowej;
2. Zapobieganie rozwojowi uzależnienia od substancji psychoaktywnych;

3. Ograniczenie częstości używania lub zmiana wzorów używania substancji;
4. Kształtowanie adekwatnych przekonań normatywnych dotyczących narkotyków oraz promocja postaw prozdrowotnych;
5. Rozwiązywanie sytuacji kryzysowych związanych z używaniem narkotyków;

**Terminy:**

Styczeń 2014 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

10 000 zł

**Grupy docelowe:**

Dzieci i młodzież do 25. Roku życia z terenu Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.11. Wydanie publikacji o charakterze informacyjno – edukacyjnym w zakresie profilaktyki narkotykowej***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii;
- ✓ Powiatowy Inspektorat Sanitarny w Stalowej Woli;
- ✓ Lokalne organizacje pozarządowe skupione wokół realizacji działań z zakresu profilaktyki narkotykowej;

**Uzasadnienie:**

Działanie ukierunkowane jest na zawiązanie lokalnego międzysektorowego partnerstwa w celu stworzenia wspólnego projektu do konkursu ofert organizowanego przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii zakładającego podniesienie

poziomu wiedzy społeczeństwa na temat substancji psychotropowych, problemów i skutków związanych z używaniem środków psychoaktywnych, ograniczania szkód zdrowotnych i społecznych, możliwości zapobiegania zjawisku narkomanii, a także promocji zdrowego stylu życia.

**Lista działań:**

- ✓ Pozyskanie partnerów realizacji zadania wśród lokalnych i ogólnopolskich organizacji pozarządowych realizujących zadania z zakresu profilaktyki uzależnień;
- ✓ Przygotowanie projektu partnerskiego w konkursie ogłaszanym corocznie przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii (wrzesień każdego roku) w celu pozyskania środków pozabudżetowych na realizację zadania;
- ✓ Realizacja i monitoring realizacji projektu;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Edukacja społeczeństwa w zakresie skutków oraz przyczyn zażywania narkotyków;

**Terminy:**

Styczeń 2014 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

10 000 zł (roczny)

**Grupy docelowe:**

Dzieci i młodzież do 25. Roku życia z terenu Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.12. Upowszechnienie Programu Wczesnej Interwencji „FreD goes net” w Powiecie Stalowowolskim (profilaktyka narkotykowa)***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Poradnia Profilaktyki i Terapii Uzależnień MONAR Stalowa Wola;
- ✓ Gmina Stalowa Wola;
- ✓ Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii;

**Uzasadnienie:**

„FreD goes net” to międzynarodowy, autorski projekt finansowany przez Unię Europejską ze środków Programu Zdrowia Publicznego. Jego pomysłodawcą i liderem są Niemcy. W realizację projektu zaangażowanych jest 17 krajów Unii Europejskiej, w tym Polska.

Projekt „FreD goes net” powstał pod koniec lat 90-tych w celu opanowania niebezpiecznego trendu drastycznie rosnącej konsumpcji narkotyków wśród młodzieży. W wyniku przeprowadzonej diagnozy, wskazano na dwa, najważniejsze czynniki takiego stanu rzeczy: z jednej strony młodzi ludzie, uważali, że nie potrzebują porady, z drugiej dotychczasowy system wsparcia nie oferował im żadnych konkretnych rozwiązań, skutkiem czego grupa ta pozostawała poza systemem.

Projekt kierowany jest wyłącznie do młodych użytkowników narkotyków (13 – 21 lat), którzy po raz pierwszy mają styczność z policją bądź wymiarem sprawiedliwości. Osoby zakwalifikowane do projektu, uczestniczą w zajęciach grupowych, których celem jest wczesne dotarcie do młodych ludzi poprzez rozmowę wstępną, a następnie realizację ośmiogodzinnej interwencji grupowej.

**Lista działań:**

- ✓ Nawiązanie współpracy z organizacjami i instytucjami zainteresowanymi wdrożeniem projektu na terenie Powiatu Stalowowolskiego oraz stworzenie wspólnego, partnerskiego projektu do Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii;
- ✓ Działania informacyjno – promocyjne zadania;
- ✓ Szkolenie kadry realizującej projekt;
- ✓ Pozyskanie partnerów wspierających oraz uczestniczących w zadaniu;
- ✓ Realizacja zadania;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Ograniczenie zjawiska uzależnień;
2. Zachęcenie uczestników do oceny ryzyka i odpowiedzialności zażywania narkotyków;
3. Podniesienie poziomu wiedzy uczestników na temat używania narkotyków;
4. Zmiana nastawienia i zachowania związanego z używaniem narkotyków;
5. Poznanie oferty lokalnego systemu pomocowego;

**Terminy:**

2013 – lata następne;

**Przewidywany Budżet roczny:**

6000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego w wieku 13-21 lat (w szczególnych wypadkach 26 rok życia);

***Działanie 1.13. Działania edukacyjne u mężczyzn powyżej 45. Roku życia z zakresu nowotworów nerki, pęcherza moczowego i gruczołu krokowego.***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Ministerstwo Zdrowia;
- ✓ Centrum Onkologii – Instytut im. Marii Skłodowskiej – Curie w Lublinie;
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia w Rzeszowie;
- ✓ Organizacje i instytucje z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

**Uzasadnienie:**

Zadanie zainspirowane jest projektem „Mężczyzna 45 plus” realizowanego przez Ministerstwo Zdrowia w partnerstwie z Centrum Onkologii – Instytutem im. Marii

Skłodowskiej - Curie. Projekt skierowany jest do mężczyzn powyżej 45. roku życia, jego celem jest poprawa stanu wiedzy mężczyzn w zakresie wczesnej profilaktyki chorób nowotworowych układu moczowo – pęciowego.

Zadanie polega z jednej strony na nawiązaniu współpracy z organizatorami projektu „Mężczyzna 45 plus” w celu włączenia Powiatu Stalowowolskiego w obszar działania projektu (bezpłatne badania oraz działania edukacyjne na terenie Powiatu Stalowowolskiego) a z drugiej na zainspirowaniu lokalnego środowiska do stworzenia partnerskiego projektu o bardzo podobnym charakterze na terenie Powiatu Stalowowolskiego.

**Lista działań:**

- ✓ Nawiązanie współpracy z organizatorami projektu „Mężczyzna 45 plus” w celu wdrożenia Powiatu Stalowowolskiego w obszar działania projektu (badania, działania edukacyjne na terenie Powiatu Stalowowolskiego);
- ✓ Pozyskanie partnerów wśród lokalnych organizacji oraz instytucji w celu stworzenia partnerskiego wniosku o podobnym charakterze do projektu „Mężczyzna 45 plus”;
- ✓ Pozyskanie środków pozabudżetowych, realizacja zadania.

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Minimalizacja ryzyka wystąpienia nowotworów nerki, pęcherza moczowego i gruczołu krokowego u mężczyzn powyżej 45. Roku życia z terenu Powiatu Stalowowolskiego;
2. Wczesne wykrywanie nowotworów u mężczyzn powyżej 45. Roku życia z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Budżet:**

6000 zł



**Grupy docelowe:**

Mężczyźni z terenu Powiatu Stalowowolskiego powyżej 45. roku życia.

***Działanie 1.14. Wsparcie dla organizacji promujących walkę z cukrzycą – epidemią XXI wieku*****Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Koło Stalowa Wola
- ✓ Pozostałe organizacje pozarządowe oraz instytucje nastawione na profilaktykę i walkę z cukrzycą;

**Uzasadnienie:**

Cukrzyca pojawia się w każdym wieku, dotyka bez względu na środowisko, wykształcenie i status społeczny i materialny. Jest przewlekłą i nieuleczalną chorobą przemiany materii, wpływającą na jakość i długość życia. Posiada wszelkie cechy choroby społecznej. Przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) jest nawet uznawana za epidemię XXI wieku. Cukrzyca niemal zawsze powoduje przewlekłe powikłania prowadzące do inwalidztwa: osłabienie i utrata wzroku, choroby nerek, zawały serca i udary mózgu, zgorzel stopy.

Posiadając odpowiednią wiedzę z zakresu właściwej kontroli i umiejętnego wyrównywania poziomu cukru we krwi oraz prowadząc racjonalny styl życia, wielu negatywnych konsekwencji cukrzycy można uniknąć.

Celem działania jest wsparcie stalowowolskiego Koła Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków w realizacji celów statutowych, poprzez wsparcie w organizacji stoisk promocyjnych podczas imprez powiatowych oraz druku i kolportażu materiałów edukacyjno-promocyjnych.

**Lista działań:**

- ✓ Nawiązanie współpracy z działającym od kilkunastu lat na terenie Stalowej Woli Polskim Stowarzyszeniem Diabetyków (Koło Stalowa Wola) oraz pozostałymi organizacjami wspierającymi walkę z cukrzycą;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Zwiększenie świadomości na temat przyczyn, objawów, sposobu leczenia cukrzycy;
- ✓ Szerzenie wiedzy na temat powikłań związanych z cukrzycą;
- ✓ Wsparcie osób już chorych na cukrzycę;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.15. Wspólne, międzysektorowe działania promocyjne programów profilaktyki zdrowotnej***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Narodowy Fundusz Zdrowia w Rzeszowie;
- ✓ Lokalne media;
- ✓ Organizacje pozarządowe;
- ✓ Środowisko medyczne;

- ✓ Firmy prywatne;

**Uzasadnienie:**

Celem działania jest zawiązanie lokalnej, międzysektorowej współpracy pomiędzy sektorem publicznym, prywatnym, organizacjami non-profit oraz lokalnymi mediami w celu podjęcia wspólnego przedsięwzięcia promującego aktywny udział mieszkańców w programach profilaktycznych na wzór „Partnerstwa dla zdrowia” zawiązanego pomiędzy firmami: Danone, Lubella, Biedronka oraz Instytutem Matki i Dziecka, którego celem jest promowanie zdrowego odżywiania, jako podstawy rozwoju fizycznego i intelektualnego dzieci w wieku szkolnym.

**Lista działań:**

- ✓ Pozyskanie partnerów międzysektorowych do realizacji zadania;
- ✓ Ustalenie priorytetów, realizacja zadania;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Zwiększenie uczestnictwa mieszkańców w programach profilaktycznych realizowanych na terenie województwa podkarpackiego;
2. Edukacja społeczeństwa z zakresu Programów Profilaktycznych realizowanych na terenie województwa podkarpackiego;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

do ustalenia;

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego;

***Działanie 1.16. „Dopalacze mogą Cię wypalić” – cykliczne spotkania z młodzieżą ze stalowowolskich szkół ponadgimnazjalnych***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Powiatowy Szpital Specjalistyczny w Stalowej Woli
- ✓ Powiatowy Inspektorat Sanitarny w Stalowej Woli
- ✓ Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii

**Uzasadnienie:**

Celem działania jest akcja edukacyjna w stalowowolskich szkołach ponadgimnazjalnych na temat skutków zażywania dopalaczy oraz innych środków psychotropowych. Dzięki współpracy z Powiatowym Szpitalem Specjalistycznym w Stalowej Woli, Powiatowym Inspektorem Sanitarnym, stalowowolską filią MONAR-u oraz Krajowym Biurem ds. Przeciwdziałania Narkomanii, spotkania będą urozmaicone, bogate w materiały promocyjne oraz ciekawe. W ramach działania przewiduje się spotkania z każdą klasą w każdej szkole ponadgimnazjalnej ze Stalowej Woli.

**Lista działań:**

- ✓ Pozyskanie materiałów promocyjnych i szkoleniowych z Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii;
- ✓ Ustalenie harmonogramu spotkań w szkołach ponadgimnazjalnych Powiatu Stalowowolskiego
- ✓ Realizacja zadania

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Edukacja młodzieży ze stalowowolskich szkół ponadgimnazjalnych na temat negatywnych skutków zażywania „dopalaczy”.

**Terminy:**

2013 – lata następne;

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Uczniowie szkół ponadgimnazjalnych z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

***Działanie 1.17. Inicjowanie dyskusji na temat nowoczesnych metod leczenia, skutków oraz przyczyn nowotworów.***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Publiczne i niepubliczne Zakłady Opieki Zdrowotnej, ogólnopolskie i lokalne organizacje pozarządowe, instytucje publiczne, eksperci z różnych dziedzin medycyny, liderzy opinii;

**Uzasadnienie:**

Celem zadania jest zainicjowanie na terenie Powiatu Stalowowolskiego dyskusji nad faktycznymi i najgroźniejszymi przyczynami powstawania nowotworów oraz nowoczesnych metod wykrywania i leczenia – w formie konferencji naukowej, seminarium czy publicznej debaty z udziałem ekspertów medycznych, specjalistów oraz działaczy społecznych. Istnieje bowiem wiele mitów na temat przyczyn leczenia, powstawania i skutków nowotworów, niemających żadnego potwierdzenia w rzeczywistości.

Zadanie miałby publiczny i otwarty charakter, dzięki czemu podnosiłyby świadomość dotyczącą chorób nowotworowych oraz praw przysługujących pacjentom w zakresie informacji o postępach w dziedzinie onkologii oraz dostępu do nowoczesnego leczenia i profesjonalnej opieki medycznej.

Zadanie o podobnej tematyce organizowane było kilkakrotnie w ramach „Jesiennej Szkoła Onkologii” w Falentach pod Warszawą.

**Lista działań:**

- ✓ Ustalenie harmonogramu i budżetu zadania;
- ✓ Pozyskanie partnerów merytorycznych (lekarze, specjaliści, prelegenci), finansowych (sponsorzy) oraz medialnych;
- ✓ Realizacja zadania;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ wszechstronna edukacja mieszkańców w zakresie problematyki chorób nowotworowych, nowoczesnych metod leczenia i zapobiegania oraz jej aspektów medycznych;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

10 000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.18. Inicjowanie i wspieranie działań na temat zaburzeń psychicznych wśród dzieci i młodzieży.***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Stalowej Woli, organizacje pozarządowe, publiczne i niepubliczne zakłady opieki zdrowotnej;

**Uzasadnienie:**

Zaburzenia psychiczne oraz ich konsekwencje są bardzo powszechne i ich liczba stale rośnie. Bezpośrednio zalicza się do nich takie jak: depresja, fobie, manie, schizofrenie, zaburzenia osobowości, nerwice czy zaburzenia odżywiania (bulimia, anoreksja). Problem w coraz większym stopniu dotyka również młodzież.

Celem zadania jest inicjowanie oraz wspieranie regularnych akcji informacyjnych i spotkań oraz tworzenie grup liderów promujących odpowiednie postawy w placówkach oświatowych na terenie Powiatu Stalowowolskiego.

**Lista działań:**

- ✓ Wspieranie inicjatyw realizujących działania z zakresu edukacji młodzieży na temat przyczyn, skutków oraz metod zapobiegania zaburzeń psychicznych;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ edukacja oraz uświadamianie dzieci i młodzieży na temat przyczyn, skutków oraz metod zapobiegania zaburzeń psychicznych;

**Terminy:**

2013 – lata następne;

**Przewidywany Budżet roczny:**

2 000 zł

**Grupy docelowe:**

Dzieci i młodzież z terenu Powiatu Stalowowolskiego (11 - 18 lat)

***Działanie 1.19. Inicjowanie i wspieranie działań na temat walki z uzależnieniami innymi niż narkotyki wśród dzieci i młodzieży.***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Stalowej Woli, MONAR Stalowa Wola, organizacje pozarządowe, publiczne i niepubliczne zakłady opieki zdrowotnej;

**Uzasadnienie:**

Problemy narkotykowe to bardzo istotne, ale niejedyne zagrożenia z jakimi spotyka się dzisiejsza młodzież. Tzw. cywilizacja XXI wieku, dynamiczny rozwój Internetu oraz towarzyszących mu nowoczesnych narzędzi i form komunikacji w coraz większym stopniu uzależniają dzieci i młodzież od sieci i komputera. Implikuje to wiele problemów natury psychologicznej. Zwiększa się również procent dzieci i młodzieży zaangażowanych w gry hazardowe, zmniejsza się wiek inicjacji alkoholowej i nikotynowej. Pokolenie „online” jak coraz częściej określa się dzisiejszą młodzież, wraz z dynamicznym rozwojem technologicznym, każdego dnia napotyka także na wiele innych problemów, które nie budzą tak wielkiego zainteresowania w mediach, w szkole czy wśród rodziców. Celem działania jest wspieranie niekonwencjonalnych form

edukacji najmłodszych mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego z zakresu uzależnień uważanych za niszowe, niewidocznych dla przeciętnego mieszkańca gołym okiem.

**Lista działań:**

- ✓ Wspieranie inicjatyw realizujących działania z zakresu edukacji młodzieży na temat przyczyn, skutków oraz metod zapobiegania uzależnieniom, uważanym za niszowe

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ edukacja oraz uświadamianie dzieci i młodzieży na temat zagrożeń różnych form niszowych uzależnień

**Terminy:**

2013 - 2015

**Przewidywany Budżet roczny:**

4 000 zł

**Grupy docelowe:**

Dzieci i młodzież z terenu Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 1.20. Promowanie profilaktyki nowotworów jelita grubego***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Publiczne i Niepubliczne Zakłady Opieki Zdrowotnej na terenie Powiatu Stalowowolskiego
- ✓ Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia z Rzeszowa

**Uzasadnienie:**

Rak jelita grubego (okrężnicy i odbytnicy) należy do najczęstszych nowotworów złośliwych. Jak podaje Polska Unia Onkologii co roku na raka jelita grubego zapada ponad 13000 Polaków, z czego ponad 9000 umiera. Statystyka ta wygląda bardzo źle, patrząc na średnią europejską, gdzie przeżycia pięcioletnie pacjentów chorujących na raka jelita grubego wynoszą 50% a w USA aż 80%.

Mimo tak wielkiej skali problemu, Program Profilaktyki Raka Jelita Grubego nie znajduje się wśród siedmiu bezpłatnych programów profilaktycznych realizowanych na terenie



województwa podkarpackiego przez Podkarpacki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia z Rzeszowa w ramach projektu „4 pory roku dla zdrowia”.

Pocieszającym jest fakt, że rak jelita grubego wykryty we wczesnych stadiach jest w zasadzie całkowicie wyleczalny. Jednak w wyniku małej świadomości społecznej oraz faktu, że bezbolesne badanie kolonoskopowe jest kosztowe oraz dostępne tylko w Rzeszowie, udział mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego w badaniach profilaktycznych jest bardzo niski.

Cele zadania jest zarówno edukacja społeczeństwa z zakresu profilaktyki raka jelita grubego, czyli jego przyczyn, skutków oraz możliwości leczenia jak również pozyskanie środków finansowych na realizację bezpłatnych badań kolonoskopowych w Powiecie Stalowowolskim

#### **Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie precyzyjnego harmonogramu bezpłatnych spotkań dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego (po jednym dla każdej z gmin);
- ✓ Działania organizacyjne: przygotowanie sali, obsługa kursów, promocja wydarzenia;
- ✓ Pozyskanie środków pozabudżetowych na realizację bezpłatnych badań kolonoskopowych w Powiecie Stalowowolskim;

#### **Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Zmniejszenie umieralności z powodu raka jelita grubego;
- ✓ Zwiększenie odsetka nowotworów wykrywanych we wczesnych stadiach zaawansowania
- ✓ obniżenie umieralności na raka jelita grubego

#### **Terminy:**

2013 – lata następne

#### **Przewidywany Budżet roczny:**

2 000 zł – działania edukacyjne

Min. 10 000 zł rocznie – na realizację badań kolonoskopowych

#### **Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

**4.2. Cel operacyjny 2: Kształtowanie postaw prozdrowotnych wśród mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego oraz upowszechnianie wiedzy o korzyściach płynących z prowadzenia zdrowego stylu życia.**

**Działanie 2.1. „Narciarstwo z klasą” - upowszechnianie sportów zimowych wśród dzieci i młodzieży z terenu Powiatu Stalowowolskiego**

**Podmiot odpowiedzialny:**

Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Ministerstwo Sportu i Turystyki RP;
- ✓ Podmioty prywatne;

**Uzasadnienie:**

„Narciarstwo z klasą” to zadanie upowszechniające sporty zimowe wśród dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych i gimnazjalnych w Powiecie Stalowowolskim w okresie ferii letnich. Polega na organizacji bezpłatnych zajęć sportowych z udziałem wykwalifikowanego instruktora dla najmłodszych mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego. Uczestnicy mają zagwarantowany także: sprzęt sportowy, dojazd oraz ubezpieczenie od NNW. Ilość uczestników objętych zadaniem zależy od kwoty pozyskania środków pozabudżetowych (głównie Ministerstwa Sportu i Turystyki RP). Priorytetowo traktowana będzie młodzież z gmin wiejskich, która ma utrudniony dostęp do korzystania z obiektów sportowo – rekreacyjnych.

**Lista działań:**

- ✓ Zabezpieczenie środków własnych w Budżecie Powiatu Stalowowolskiego na realizację zadania;
- ✓ Przygotowanie wniosku do Ministerstwa Sportu i Turystyki o dofinansowanie zadania w corocznym konkursie ofert na realizację zadania publicznego p.n. „Promowanie i wspieranie rozwoju Sportu dla

Wszystkich” działania „Wspieranie przedsięwzięć w zakresie upowszechniania sportu dzieci i młodzieży” Zadanie 1 „Zajęcia sportowe dla uczniów ukierunkowane na upowszechnienie sportów zimowych”);

- ✓ Działania organizacyjne, promocyjne, proces rekrutacyjny;
- ✓ Realizacja i monitoring realizacji projektu;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Upowszechnianie sportów zimowych wśród uczniów w miejscu zamieszkania i nauki;
2. Zachęcania do powszechnego i systematycznego udziału w zajęciach sportowo – rekreacyjnych;
3. Integracja społeczna oraz wyrównywanie szans poprzez sport;
4. Promowanie prozdrowotnych, społecznych, edukacyjnych i wychowawczych wartości sportu;
5. Promocja wolontariatu w sporcie;

**Terminy:**

Ferie zimowe 2013 – lata następne

**Budżet:**

12 000 zł (w tym 6 000 zł dofinansowanie z Ministerstwa Sportu i Turystyki RP)

**Grupy docelowe:**

Młodzież ze szkół podstawowych i ponadgimnazjalnych z terenu Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.2. Wdrożenie europejskiej Kampanii Antynikotynowej „EKS SMOKERS – NIC ICH NIE ZATRZYMA” w Powiecie Stalowowolskim.***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Powiatowy Inspektorat Sanitarny w Stalowej Woli
- ✓ Komisja Europejska

**Uzasadnienie:**

Program iCoach realizowany w ramach europejskiej Kampanii Antynikotynowej „EKS SMOKERS – NIC ICH NIE ZATRZYMA” to internetowa platforma coachingu zdrowia, która pomaga w rzuceniu palenia. Cyfrowy coaching, czyli praca nad zmianami behawioralnymi za pośrednictwem internetowego narzędzia, to metoda opracowana w oparciu o pionierskie badania naukowe, praktykę kliniczną oraz specjalistyczną wiedzę psychologów i ekspertów w dziedzinie komunikacji.

Skuteczność darmowej, dostępnej w 23 językach oficjalnych UE platformy iCoach została potwierdzona. Ponad 30% osób, które korzystały z programu iCoach, rzuciło palenie na dobre.

Program iCoach przeznaczony jest nie tylko dla tych, którzy chcą rzucić palenie. Skierowany jest on również do tych, którzy nie są jeszcze gotowi na to, aby zgasić swojego ostatniego papierosa. To sprawia, że program iCoach jest naprawdę wyjątkowy. Na podstawie odpowiedzi użytkownika na kilka prostych pytań platforma określa, na jakim etapie w pięcioletnim procesie rzucania palenia się on znajduje. Kwestionariusz ocenia zachowanie uczestnika, jego podejście oraz motywację.

Za pośrednictwem programu iCoach użytkownik korzysta z licznych interaktywnych narzędzi. Program dostarcza mu również spersonalizowanych informacji zwrotnych oraz porad, przedstawia różne techniki oraz ćwiczenia, a także przeprowadza minitesty sprawdzające. Wysyła mu również codziennie motywujące przypomnienia w postaci wiadomości e-mail ze wskazówkami. Użytkownik ma możliwość prowadzenia dziennika, na podstawie którego śledzi swoje postępy. Pod koniec każdego miesiąca program iCoach przedstawia zbiorczy raport. Pozwala on użytkownikowi ustalić aktualny etap procesu rzucania palenia, na jakim się on znajduje.

**Lista działań:**

- ✓ Pozyskanie parterów do realizacji zadania
- ✓ Pozyskanie materiałów promocyjnych kampanii;
- ✓ Promowanie kampanii na miejskich oraz powiatowych imprezach plenerowych oraz internetowych środkach masowego przekazu;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Zachęcanie osób w wieku 25 – 34 lata do rzucania palenia

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

1 000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego od 25. Do 34. roku życia

***Działanie 2.3. Custom Publishing – wydanie bezpłatnego kwartalnika dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego poświęconego promocji zdrowia i profilaktyce***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Lokalne instytucje publiczne oraz stowarzyszenia i osoby, prowadzące na terenie powiatu stalowowolskiego działania z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki – w zakresie współtworzenia treści kwartalnika;
- ✓ Podmioty prywatne – w zakresie finansowego wsparcia wydawnictwa;

**Uzasadnienie:**

Jak wynika z diagnozy przeprowadzonej na potrzeby Programu Promocji Zdrowia i Profilaktyki, mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego mieszkańcy posiadają bardzo

małą wiedzę na temat badań profilaktycznych realizowanych w regionie. Często również ulegają stereotypowemu myśleniu, że zbierające największe żniwo choroby serca i układu krążenie oraz nowotwory są wyłącznie wyrokiem, a nie wynikiem nieodpowiedzialnego stylu życia.

Bezpłatny kwartalnik w nakładzie 3000 sztuk nastawiony byłby w całości na promocję działań profilaktycznych oraz prozdrowotnych w regionie. Zawierałby m.in. wywiady z osobami zaangażowanymi w programy profilaktyczne, informacje o realizowanych działaniach prozdrowotnych przez stowarzyszenia oraz kluby sportowe oraz zachęcających do aktywności ruchowej, prawidłowej diety oraz zalet mądrego i konsekwencji nieodpowiedzialnego stylu życia.

#### **Lista działań:**

- ✓ Wyłonienie stałego składu redakcyjnego kwartalnika;
- ✓ Pozyskanie środków pozabudżetowych na druk kwartalnika oraz partnerów merytorycznych do współpracy przy redakcji;
- ✓ Ustalenie rocznego harmonogramu publikacji, przygotowanie treści, skład graficzny, wydruk, kolportaż;

#### **Zakładane rezultaty działania:**

1. Zwiększenie świadomości mieszkańców z zakresu realizowanych na terenie województwa podkarpackiego przez Narodowy Fundusz Zdrowia programów profilaktycznych w ramach kampanii „4 pory roku dla zdrowia”;
2. Edukacja społeczeństwa z zakresu zalet odpowiedzialnego i konsekwencji niezdrowego stylu życia;
3. Promocja lokalnych stowarzyszeń oraz społeczników realizujących zadania z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki;
4. Promocja obiektów sportowo – rekreacyjnych oraz klubów sportowych działających na terenie Powiatu Stalowowolskiego;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

8000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.4. „Stalowowolski. Przesiądź się na rower” – kampania promocyjna*****Podmiot odpowiedzialny:**

Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

NGO z terenu Powiatu Stalowowolskiego

**Uzasadnienie:**

W anonimowej ankiecie przeprowadzonej na temat potencjału promocyjnego Powiatu Stalowowolskiego, mieszkańcy poproszeni o wskazanie wizytówki powiatu, wyróżniającej ją na tle innych, najczęściej wskazywali na odpowiedź „Rowerzyści oraz szlaki i ścieżki rowerowe”. Nie bez powodu Stalowa Wola przez lata nazywana była „Miastem Rowerów”. Czy to do pracy, szkoły, czy też w czasie wolnym, rowerzyści są nieodłącznym elementem krajobrazu Powiatu Stalowowolskiego. Spotkamy ich zarówno na leśnych drogach na terenach wiejskich, jak i na ścieżkach rowerowych wiodących obok bloków czy też zakładów przemysłowych w Stalowej Woli. Zamknięcie do „dwóch kół” oraz tereny sprzyjające rozwijaniu tej pasji to coś, co łączy wszystkie gminy – na czele z miejską Powiatu Stalowowolskiego.

Działania w ramach projektu „Stalowowolski. Przesiądź się na rower” mają na celu propagować jazdę rowerem wśród mieszkańców, jednoczyć ich we wspólnej pasji, a także promować miejsca i trasy atrakcyjne dla tego rodzaju aktywności, znajdujące się na terenie Powiatu Stalowowolskiego. Docelowo ma to prowadzić do głębszej identyfikacji ludzi z Powiatem, do lepszego poznania go oraz polubienia.

**Terminy:**

Luty – Czerwiec 2013

**Przewidywany Budżet roczny:**

14 000 zł

**Grupy docelowe:**

- ✓ Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

**Lista działań:**

- ✓ **wyznaczenie kilku nowych tras rowerowych** – taką potrzebę wskazało większość ankietowanych we wspomnianym wyżej badaniu. Aby obniżyć koszty tego zadania, zrezygnowalibyśmy z tworzenia drogich wiat (choć można „zahaczyć” trasami o te już istniejące), a chodziłoby jedynie o wytyczenie 2-3 nowych tras i ich oznakowanie. Do prac nad ich wytyczeniem proponuję zaprosić najbliższe nadleśnictwa, a także zainteresowanych tematem mieszkańców (poprzez zebranie opinii i ewentualne spotkanie), dzięki czemu wzrośnie w nich poczucie wpływu na otaczającą rzeczywistość i działania Starostwa, a co za tym idzie – większe utożsamianie z powiatem. Można nawet ogłosić konkurs na najlepszą trasę. Warto również skorzystać z pomocy członków bractwa „Łazik”, w szeregach którego są osoby posiadające uprawnienia znakarzy PTTK.
- ✓ **wydanie drukowanych mapek z odtworzonymi i nowymi szlakami rowerowymi** – tego rodzaju gadżet promocyjny byłby na pewno wyjątkowo praktyczny i poszukiwany. Do przedsięwzięcia moglibyśmy poszukać prywatnych sponsorów, aby wydatek na to zadanie był jak najniższy. Szacowany koszt to 2 tysiące złotych.
- ✓ **stworzenie pierwszej strony www o tematyce rowerowej przeznaczonej dla mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego** – strona byłaby powiązana z powiatową stroną www. W założeniu ma promować



Powiat Stalowowolski jako miejsce idealne do aktywnego odpoczynku na „dwóch kołach”: opisywać trasy, być miejscem gdzie można wymienić się informacjami np. o miejscach które warto odwiedzić, publikować zdjęcia z wycieczek, czy dyskutować o sprzęcie. Taka strona mogłaby być również zachętą dla rowerzystów spoza powiatu, aby odwiedzali nasze tereny i przyjeżdżali aktywnie tu odpoczywać.

- ✓ **organizacja rajdów rowerowych** – moglibyśmy mocniej angażować się w przedsięwzięcia organizowane przez członków Bractwa Turystycznego „Łazik”, które bardzo aktywnie propaguje turystykę pieszą i rowerową. Zwłaszcza warto nagłośnić coroczny Powiatowy Rajd Rowerowy, zapraszalibyśmy do udziału w nich wszystkich chętnych, najlepiej, gdyby miał charakter rodzinny. Dla uczestników, pod koniec trasy moglibyśmy przygotować np. grilla, a także nagrody dla najmłodszych, np. w loterii. Z rajdu można zrobić duże wydarzenie medialne – w imprezie tkwi duży potencjał, aczkolwiek do tej pory nie wykorzystany przez organizatorów.
- ✓ **przygotowanie produktów promocyjnych** – dotyczy gadżetów rowerowych, takich jak np. odblaskowe opaski, czy koszulki z „rowerowym” logo Powiatu Stalowowolskiego, które zamierzamy opracować i wykorzystywać do promowania powiatu przy tego rodzaju aktywności.

### ***Działanie 2.5. Wieloletni Program Ścieżek Biegowych w Powiecie Stalowowolskim***

#### **Podmiot odpowiedzialny:**

Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

#### **Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

Urząd Miasta w Stalowej Woli oraz Urzędy Gmin Wiejskich Powiatu Stalowowolskiego

#### **Uzasadnienie:**

Ideą powstania tras biegowych na terenie Powiatu Stalowowolskiego jest wieloletni, ogólnopolski Program Ścieżek Biegowych, realizowany przez Klub Biegacza Tempo

Warszawa na 22 wyznaczonych trasach w 10 miastach w Polsce. Program skierowany jest zarówno do amatorów jak i profesjonalistów, którym zależy na systematycznym podnoszeniu sprawności i wytrzymałości fizycznej. Organizatorzy ścieżek biegowych zapraszają mieszkańców na bezpłatne spotkania w ściśle wyznaczonym miejscu, kilka razy w tygodniu. Do biegania zachęca tablica informacyjna, usytuowana na starcie każdej ze ścieżek biegowych. Wspólne bieganie koordynuje instruktor biegania, odpowiedzialny za przeprowadzenie rozgrzewki oraz narzucanie i utrzymanie odpowiedniego dla uczestników tempa na ścieżce. Dzięki programowi ulice, parki oraz tereny rekreacyjne największych polskich miast wypełnia widok osób zjednoczonych wspólną pasją do biegania.

**Opis działań:**

1. Przygotowanie oferty współorganizacji Ścieżek Biegowych dla każdej z sześciu gmin Powiatu Stalowowolskiego;
2. Działania organizacyjne: wyznaczenie trasy ścieżek biegowych, ustalenie budżetu, przygotowanie tablicy informacyjnej akcji z mapą trasy, ustalenie harmonogramu spotkań, zatrudnienie instruktorów, wyznaczenie osób odpowiedzialnych za realizację programu w poszczególnych gminach, przygotowanie materiałów promocyjnych, wyznaczenie inauguracyjnego biegania z udziałem lokalnych środków masowego przekazu;
3. Realizacja zadania, monitoring;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Upowszechnienie biegania wśród mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego;
2. Zmniejszenie ryzyka zachorowania na choroby serca i układu krążenia;
3. Przekonanie o innych korzyściach płynących z aktywnego spędzania wolnego czasu;

**Terminy:**

Marzec 2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

10000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.6. Upowszechnianie nauki pływania wśród dzieci i młodzieży z gmin wiejskich Powiatu Stalowowolskiego*****Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Ministerstwo Sportu i Turystyki RP;
- ✓ Organizacje Pozarządowe z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

**Uzasadnienie:**

W Powiecie Stalowowolskim funkcjonują dwie pływalnie: Kompleks basenów Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Stalowej Woli oraz Pływalnia Relax. Korzystanie z obu wiąże się ze sporym wydatkiem, na dodatek obie mieszczą się na terenie Stalowej Woli, co jeszcze bardziej utrudnia korzystanie z nich przez dzieci i młodzież z pozostałych pięciu Gmin Powiatu Stalowowolskiego.

Projekt zakłada – w zależności od uzyskanego dofinansowania - bezpłatny udział kilkudziesięciu lub kilkuset najmłodszych mieszkańców gmin: Bojanów, Pysznica, Radomyśl nad Sanem, Zaklików, Zaleszany w zajęciach z nauki pływania. Jedynym obowiązkiem uczestników zajęć będzie wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz dostarczenie go do Organizatora. W ramach projektu młodzież otrzyma możliwość bezpłatnego skorzystania z basenu, opiekę instruktora, transport oraz ubezpieczenie NNW.

W zależności od szczegółów konkursu ogłaszanego corocznie przez Ministerstwo Sportu i Turystyki, Powiat Stalowowolski będzie organizatorem projektu lub partnerem organizacji pozarządowej wnioskującej o grant.

**Lista działań:**

- ✓ Zabezpieczenie środków własnych w Budżecie Powiatu Stalowowolskiego na realizację zadania;
- ✓ Przygotowanie wniosku do Ministerstwa Sportu i Turystyki o dofinansowanie zadania w corocznym konkursie ofert na realizację zadania publicznego p.n. „Promowanie i wspieranie rozwoju Sportu dla Wszystkich” działania „Wspieranie przedsięwzięć w zakresie upowszechniania sportu dzieci i młodzieży” Zadanie 2 „Zajęcia sportowe dla uczniów ukierunkowane na upowszechnienie pływania”);
- ✓ Działania organizacyjne, promocyjne, proces rekrutacyjny;
- ✓ Realizacja i monitoring realizacji projektu;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Promocja i popularyzacja wśród dzieci i młodzieży z terenu powiatu stalowowolskiego nauki pływania;
2. Rozwój fizyczny dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych i gimnazjalnych;
3. Zachęcanie do zajęć sportowo – rekreacyjnych oraz częstego korzystania z obiektów sportowych;
4. Przekonanie dzieci i młodzieży o korzyściach płynących z aktywnej formy spędzania wakacyjnego wypoczynku;
5. Przeciwdziałania patologiom społecznym poprzez wypełnienie i organizację wolnego czasu młodym mieszkańcom miasta;

**Terminy:**

Styczeń 2014 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

20 000 zł (10 000 zł dofinansowanie z Ministerstwa Sportu i Turystyki RP)

**Grupy docelowe:**

Dzieci i młodzież z gmin wiejskich Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.7. Upowszechnianie lekkiej atletyki wśród dzieci i młodzieży z Powiatu Stalowowolskiego***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Ministerstwo Sportu i Turystyki RP;
- ✓ Kluby Lekkoatletyczne z terenu Powiatu Stalowowolskiego (KKS Victoria, MKL Sparta);

**Uzasadnienie:**

Stalowa Wola dzięki długoletniej działalności klubów Sportowych: MKL Sparta oraz KKS Victoria, wyrobiła sobie mocne akcenty i tradycje lekkoatletyczne. Wzmacnia je przebudowany gruntownie w 2012 roku Stadion Lekkoatletyczny, przystosowany do rozgrywania zawodów na poziomie międzynarodowym. Stalowowolskie środowisko lekkoatletyczne od lat jednak zmaga się z coraz mniejszym zapalem dzieci i młodzieży do regularnego uczestnictwa w zajęciach sportowo –rekreacyjnych.

Zadanie przewiduje przygotowanie partnerskiego wniosku z działającymi w formie Stowarzyszenia na terenie Powiatu Stalowowolskiego Klubami Lekkoatletycznymi w celu upowszechnienia lekkiej atletyki wśród dzieci i młodzieży zwłaszcza z Gmin Wiejskich Powiatu Stalowowolskiego, mających utrudniony dostęp do obiektów lekkoatletycznych. Projekt przewiduje organizację bezpłatnych zajęć sportowo – rekreacyjnych, opiekę instruktorską, transport oraz ubezpieczenie NNW uczestników zajęć .

**Lista działań:**

- ✓ Zabezpieczenie środków własnych w Budżecie Powiatu Stalowowolskiego na realizację zadania;

- ✓ Przygotowanie wniosku do Ministerstwa Sportu i Turystyki o dofinansowanie zadania w corocznym konkursie ofert na realizację zadania publicznego p.n. „Promowanie i wspieranie rozwoju Sportu dla Wszystkich” działania „Wspieranie przedsięwzięć w zakresie upowszechniania sportu dzieci i młodzieży” Zadanie 2 „Zajęcia sportowe dla uczniów ukierunkowane na upowszechnienie lekkiej atletyki”);
- ✓ Działania organizacyjne, promocyjne, proces rekrutacyjny;
- ✓ Realizacja i monitoring realizacji projektu;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Promocja i popularyzacja lekkiej atletyki wśród dzieci i młodzieży z terenu powiatu stalowowolskiego;
2. Rozwój fizyczny dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych i gimnazjalnych;
3. Zachęcanie do zajęć sportowo – rekreacyjnych oraz częstego korzystania z obiektów sportowych;
4. Przekonanie dzieci i młodzieży o korzyściach płynących z aktywnej formy spędzania wakacyjnego wypoczynku;
5. Przeciwdziałania patologiom społecznym poprzez wypełnienie i organizację wolnego czasu młodym mieszkańcom miasta

**Terminy:**

Styczeń 2014 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

20 000 zł (10 000 zł dofinansowanie z Ministerstwa Sportu i Turystyki RP)

**Grupy docelowe:**

Dzieci i młodzież z gmin Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.8. Lepsze wykorzystanie istniejącej infrastruktury sportowej Powiatu Stalowowolskiego*****Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Instytucje zarządzające obiektami sportowymi z terenu Powiatu Stalowowolskiego (Urzędy Gminne, Szkoły, Ośrodki Sportu i Rekreacji);

**Uzasadnienie:**

Z roku na rok – głównie za sprawą nowych hal sportowych oraz orlików – infrastruktura sportowo – rekreacyjna w Powiecie Stalowowolskim stale się powiększa. Z różnych przyczyn obiekty sportowe z których bezpłatnie mogą korzystać mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego nie zawsze się zapełniają. Nie została dotąd wydana żadna publikacja prezentująca w jednym miejscu cały potencjał sportowo – rekreacyjny powiatu stalowowolskiego, mimo rozwoju internetu nie istnieje także jedno miejsce w internecie, które prezentowałoby ten potencjał.

Celem zadania jest stworzenie zakładki internetowej [www.sport.stalowowolski.pl](http://www.sport.stalowowolski.pl) promującej wszystkie obiekty sportowo – rekreacyjne na terenie Powiatu Stalowowolskiego. Zakładka ta zawierałaby galerię zdjęciową każdego obiektu, jego precyzyjną lokalizację, harmonogram oraz kontakt do osób nią zarządzających.

**Lista działań:**

- ✓ Zebranie danych z instytucji zarządzającymi miejskimi, gminnymi, powiatowymi oraz innymi obiektami sportowo – rekreacyjnymi;
- ✓ Stworzenie zakładki internetowej: [www.sport.stalowowolski.pl](http://www.sport.stalowowolski.pl)

**Zakładane rezultaty działania;;**

1. Promocja infrastruktury sportowo – rekreacyjnej Powiatu Stalowowolskiego;

2. Zachęcanie do aktywnego wypoczynku;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

2000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.9. Promocja turystyki pieszej jako najstarszej i najpopularniejszej formy turystyki***

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Organizacje pozarządowe lub grupy promujące turystykę pieszą

**Uzasadnienie:**

Turystyka piesza to najstarsza i najbardziej popularna forma turystyki. Szczególnym jej walorem jest to, że pozwala na dotarcie do miejsc trudno dostępnych. Jest także ze wszystkich form turystyki najbezpieczniejsza i najtańsza, bo nie wymaga wielu nakładów na sprzęt, wyposażenie oraz wydatków na środki komunikacyjne. Mogą ją uprawiać wszyscy bez względu na wiek, płeć, porę roku i warunki atmosferyczne. W Powiecie Stalowowolskim istnieje kilkanaście grup od kilku lub kilkunastu lat promujących turystykę pieszą jako aktywną formę wypoczynku.

Celem zadania jest realizacja zadania w formie konkursu grantowego, zlecenia organizacji działania publicznego lub za pomocą innych możliwych form wsparcia lokalnych organizacji pozarządowych promujących turystykę pieszą, zachęcającego do zrzeszania się w istniejących oraz tworzenia nowych organizacji promujących turystykę pieszą oraz zachęcanie do niej mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego.



**Lista działań:**

- ✓ Przygotowanie zasad konkursu, opracowanie celów, zadań i priorytetów;
- ✓ Ogłoszenie i rozstrzygnięcie konkursu;

**Zakładane rezultaty działania:**

1. Promocja turystyki pieszej jako najstarszej i najbardziej popularnej formy turystyki;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

5000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.10. Promocja lokalnych produktów kulinarnych*****Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Urząd Miasta Stalowa Wola, Gminy Wiejskie Powiatu Stalowowolskiego, producenci, lokalne stowarzyszenia działające w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki;

**Uzasadnienie:**

Powiat Stalowowolski ma 5 lokalnych potraw wpisanych na Listę Produktów Regionalnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi – pierogi z kaszy jaglanej z serem,

kwasy z zielonych gąsek, kapustę wigilijną po pysznicku, kielbasę pieczoną świąteczną po pysznicku i chleb chwałowski.

W Powiecie Stalowowolskim występuje niska świadomość mieszkańców o lokalnych tradycyjnych produktach kulinarnych wywodzących się właśnie z Powiatu Stalowowolskiego. Wg ankiety przeprowadzonej wśród mieszkańców Powiatu Stalowowolski 67% ankietowanych nie zna żadnego kulinarnego produktu lokalnego, 21% wymienia produkty, których nie można zakwalifikować do lokalnych tradycyjnych produktów kulinarnych lub te pochodzące z innych regionów np. powidła krzeszowskie, które są z Powiatu Nizańskiego. 60% pytanych uważa, że lokalne produkty kulinarne mogą stać się marką promującą Powiat Stalowowolski. W ciągu dwóch ostatnich lat nie został wydany żaden folder czy broszura promująca tradycyjne potrawy lokalne.

Nie ma też żadnej zakładki czy informacji o produktach regionalnych na oficjalnej stronie Powiatu Stalowowolskiego [www.stalowowolski.pl](http://www.stalowowolski.pl). Celem działania jest promowanie oraz wyrobienie nawyków spożywania zdrowej, lokalnej żywności pochodzącej z terenu Powiatu Stalowowolskiego. Wzrasta dzięki temu zaangażowanie w sens produkcji lokalnej, zdrowej żywności, co ma bezpośredni wpływ na zdrowie konsumentów oraz rozwój całego regionu.

#### **Opis działań:**

- ✓ Promocja lokalnych produktów kulinarnych podczas imprez plenerowych organizowanych lub współorganizowanych przez Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli;
- ✓ Wydanie publikacji promującej lokalne produkty regionalne;

#### **Zakładane rezultaty działania:**

1. Popularyzacja lokalnych produktów kulinarnych gmin Powiatu Stalowowolskiego wśród jego mieszkańców oraz osób związanych z Powiatem Stalowowolskim;

2. Poszerzenie wiedzy mieszkańców Powiatu o lokalnych produktach kulinarnych, tym samym zwiększenie atrakcyjności regionu;

**Terminy:**

Marzec 2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

8 000 zł

**Grupy docelowe:**

Mieszkańcy Powiatu Stalowowolskiego

***Działanie 2.11. Szkolenia z zakresu udzielania pierwszej pomocy*****Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Medyczna Szkoła Policealna im. Hanny Chrzanowskiej w Stalowej Woli

**Uzasadnienie:**

Celem szkoleń jest przekazanie wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności udzielania pierwszej pomocy w najczęściej spotykanych stanach zagrożenia i zdrowia. Szkolenia skierowane byłyby do młodzieży ze szkół ponadgimnazjalnych z terenu Powiatu Stalowowolskiego po wcześniejszym ustaleniu harmonogramu z dyrekcją każdej szkoły. Zadanie obejmowałoby ćwiczenia z zakresu: reanimacji, pozycji bocznej ustawionej, bezpiecznego sposobu obracania na plecy, postępowania w krwotokach, oparzeniach oraz unieruchamiania złamań kości, zwichnięć stawów.

**Opis działań:**

- ✓ Ustalenie harmonogramu szkoleń dla młodzieży;
- ✓ Realizacja zadania;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ przekazanie wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności udzielania pierwszej pomocy w najczęściej spotykanych stanach zagrożenia zdrowia i życia.

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Budżet:**

3 000 zł

**Grupy docelowe:**

Młodzież ponadgimnazjalna z terenu Powiatu Stalowowolskiego

*Działanie 2.12. Walka z jedzeniem śmieciowym w szkołach podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych z terenu Powiatu Stalowowolskiego;*

**Podmiot odpowiedzialny:**

- ✓ Starostwo Powiatowe w Stalowej Woli

**Proponowani partnerzy przy realizacji zadania:**

- ✓ Szkoły podstawowe, gimnazjalne i ponadgimnazjalne z terenu Powiatu Stalowowolskiego;

**Uzasadnienie:**

Popularnie nazywane „śmieciowe jedzenie” to tania żywność, wymagająca minimum czasu na przygotowanie. Zalicza się do niej m.in. „fast-foody”, chipsy, wypieki z mąki białej i ziemniaczanej, popcorn, słone orzeszki, napoje słodkie, frytki. Śmieciowe jedzenie charakteryzuje się dużą zawartością cukru, soli, tłuszczu i sztucznych dodatków poprawiających zapach i wygląd żywności oraz małą zawartością składników odżywczych.

Celem zadania jest organizacja ciekawej i zachęcającej kampanii promocyjnej, realizowanej wśród dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych z terenu Powiatu Stalowowolskiego. Partnerem przy realizacji zadania pozostanie organizacja non-

profit, która w drodze konkursu ofert zgłosi najciekawszą i najskuteczniejszą zdaniem Organizatora formę kampanii promocyjnej.

**Opis działań:**

- ✓ Ustalenie harmonogramu spotkań dla dyrekcji oraz dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych z terenu Powiatu Stalowowolskiego;
- ✓ Wyłonienie w drodze konkursu organizacji pozarządowej będącej partnerem realizacji zadania publicznego;
- ✓ Realizacja zadania;

**Zakładane rezultaty działania:**

- ✓ Przekonywanie o zaletach zdrowej żywności;
- ✓ Edukacja najmłodszych mieszkańców Powiatu Stalowowolskiego w zakresie konsekwencji „śmieciowego” jedzenia;

**Terminy:**

2013 – lata następne

**Przewidywany Budżet roczny:**

5 000 zł

**Grupy docelowe:**

Dzieci i młodzież ze szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych z terenu Powiatu Stalowowolskiego