



Żwolen, dn.23.05.2022r

OZ i PZ.50.09.2022

**Dyrektorzy**  
**placówek oświatowo-wychowawczych**  
**powiatu żwoleńskiego**

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Żwoleniu przekazuje informację dotyczącą rozpoczęcia **Kampanii prozdrowotnej # Żyj Dobrze**.

Za nami ponad 2 lata trwającej na całym świecie pandemii COVID-19. Minione miesiące to kolejne mutacje SARS-CoV-2 (delta, omikron), które wszędzie przyniosły następne fale wzrostu zakażeń, hospitalizacji i niestety, zgonów.

Epidemia koronawirusa SARS-CoV-2 zdewastowała nasze dotychczasowe życie, w wielu aspektach nieodwracalnie je zmieniała. Negatywnie wpłynęła na zwykłą codzienność, wielu osobom zabrała życie, wielu pogorszyła stan zdrowia.

W maju br. stan epidemii został przekształcony w stan zagrożenia epidemicznego. Prognozy pokazują, że epidemia COVID-19 przechodzi w endemię. Zmniejsza się liczba rejestrowanych przypadków zakażenia, hospitalizacji, poprawie ulega ogólny stan chorych.

Dużym wyzwaniem dla systemu ochrony zdrowia staje się z kolei aktualnie tzw. „dług zdrowotny”, dlatego uznaliśmy za priorytet, by w swojej działalności edukacyjnej postawić na promowanie zdrowego stylu życia. Każdy z nas, w sytuacjach życia codziennego podejmuje decyzje wpływające na nasze zdrowie. Ważne jest, aby uświadamiać sobie, iż nasze codzienne zachowania takie jak wybór posiłku, podjęcie aktywności fizycznej czy też stosowanie się do zasad higieny wpływa na nasze szanse dalszego życia w dobrym zdrowiu. Poprzez działania naszej kampanii chcemy zachęcić jej odbiorców do wprowadzenia zmian na lepsze w swoim życiu po pandemii koronawirusa. Pokazać, jak prosto można codziennie podejmować małe kroki, by zbudować dobre życie. Poprzez proste podpowiedzi prezentowane na specjalnie przygotowanych postach, publikowanych w mediach społecznościowych, chcemy inspirować zachowania prozdrowotne.

Nie możemy też zapominać, że od naszej społecznej odpowiedzialności i pamięci o doświadczeniach covidowych zależy to, jak ułoży się sezon infekcyjny jesienią i zimą kolejnego roku. Przejście w stan zagrożenia epidemicznego nie oznacza przecież, że pożegnaliśmy się z zagrożeniem chorobą COVID-19. Ta choroba pozostanie z nami, jak np. grypa.

W dniu 20 maja 2022r Mazowiecki Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny otworzył kampanię skierowaną do dorosłych, seniorów, młodzieży i dzieci. **# Żyj Dobrze**.



### **Kampania realizowana będzie w mediach społecznościowych.**

Podzielona została na 5 tematycznych tygodni. Przez kolejne 7 dni zostaną zaprezentowane treści z jednego obszaru tematycznego, skierowane do różnych grup odbiorców. Na profilach społecznościowych FB i TT rano i wieczorem będą publikowane pojedyncze posty. Na koniec tygodnia zostanie zaprezentowany post podsumowujący treści z danego obszaru tematycznego, popularyzowane podczas minionych dni. Jednocześnie co tydzień na stronie internetowej <https://www.gov.pl/web/wsse-warszawa> oraz <https://www.gov.pl/web/psse-zwolen>

w zakładce Kampanii zostanie opublikowany artykuł popularnonaukowy dotyczący każdego obszaru tematycznego. Autorami są eksperci Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Warszawie.

**Kampania rozpoczęta 20 maja potrwa do 24 czerwca.**

**Zapraszamy i zachęcamy do codziennego śledzenia naszych stron internetowych, gdzie do wakacji będą publikowane specjalnie przygotowane treści kampanii.**



### **Obszary tematyczne kampanii:**

1. Aktywność fizyczna
2. Higiena
3. Zdrowe żywienie
4. Zdrowie psychiczne
5. Profilaktyka

Interesujące artykuły z poszczególnych obszarów tematycznych oraz szczegóły kampanii mogą Państwo włączyć w realizację swoich działań prozdrowotnych dla całej społeczności szkolnej.

Jednocześnie prosimy o zamieszczenie stosownej informacji na Państwa stronie internetowej.

Państwowy  
Powiatowy Inspektor Sanitarny  
w Zwoleniu  
Teresa Kacperczyk-Baran