



SPRAWOZDANIE

„Program dla zdrowia pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego” realizowanego w ramach Programu Operacyjnego PL 13: *Ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu* dofinansowanym z Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz z budżetu państwa

I. INFORMACJE OGÓLNE:

1.	Numer umowy	007/084/13/NMF/2015/00/2729/52
	Operator Programu	Ministerstwo Zdrowia Departament Funduszy Europejskich ul. Miodowa 15 00-238 Warszawa
2.	Nazwa i numer programu operacyjnego	PL 13: <i>Ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu</i>
3.	Nazwa projektu	„Program dla zdrowia pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego”
4.	Okres realizacji projektu	12.12.2014 r. – 30.04.2016 r.
6.	Nazwa i adres Beneficjenta	Powiat Olecki/ Starostwo Powiatowe w Olecku ul. Kolejowa 32 19-400 Olecko
9.	Numer telefonu i faksu	87 6102201
10.	Adres poczty elektronicznej	zdrowie@powiat.olecko.pl

Olecko, 02.02.2016 r.



I. CEL STRATEGICZNY PROJEKTU

Celem strategicznym projektu jest poprawa jakości zarządzania zdrowiem publicznym w powiecie oleckim na rzecz zmniejszenia zagrożenia utraty zdrowia i życia przez jego mieszkańców spowodowanych przyczynami zewnętrznymi, co wpłynie na zapobieganie lub zmniejszanie zachorowalności na choroby związane ze stylem życia.

Cel ten stanowi odzwierciedlenie dokonanych w ocenie potrzeb zdrowotnych, analiz i wyborów, w tym grupy docelowej i obszaru problemowego „przyczyny zewnętrzne” wynikającego z analizy SMR.

II. CELE OPERACYJNE PROJEKTU:

a) w ramach rezultatu 1 (Programy promocji zdrowia wśród społeczności lokalnych):

- 1) Wzrost o 30% wiedzy na temat psychospołecznych zagrożeń zdrowia oraz umiejętności redukcji tych zagrożeń wśród populacji mieszkańców powiatu oleckiego w okresie do końca kwietnia 2016 roku.
- 2) Wzrost o 30% świadomości występowania psychospołecznych zagrożeń zdrowia wśród populacji mieszkańców powiatu oleckiego w okresie do końca kwietnia 2016 roku

b) w ramach rezultatu 2 (Programy profilaktyki chorób wśród społeczności lokalnych):

- 1) Zapobieganie umieralności poprzez wzmocnienie potencjału kadr działających na rzecz zdrowia mieszkańców powiatu oleckiego, w tym podwyższenie kwalifikacji co najmniej 165 osób z różnego sektora o co najmniej jedną z form doksztalcania ustawicznego z zakresu zapobiegania i zmniejszenia umieralności z powodu przyczyn zewnętrznych do końca kwietnia 2016 roku.
- 2) Poprawa dostępności do wielodyscyplinarnego wsparcia mieszkańców powiatu oleckiego do końca kwietnia 2016 roku ukierunkowanego na zapobieganie lub zmniejszanie skutków zdarzeń zdrowotnych spowodowanych przyczynami zewnętrznymi.

III. DŁUGOFALOWE EFEKTY ODDZIAŁYWANIA

Rezultaty osiągnięte w ramach realizacji projektu przyczynią się do uzyskania długofalowych efektów oddziaływania nie tylko w obszarze problemowym „przyczyny zewnętrzne”, ale również w innych kategoriach:

- 1) Wzrost wiedzy na temat psychospołecznych zagrożeń zdrowia nie tylko na zdrowie psychiczne, ale również fizyczne i społeczne oraz umiejętności redukcji tych zagrożeń, a także wzrost świadomości ich występowania wśród populacji mieszkańców powiatu oleckiego będzie trwałym efektem oddziaływania, wpłynie na kształtowanie postaw, pogłębianie wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia, zwiększenie motywacji działania na rzecz zdrowia własnego i innych, co wpłynie na zmniejszenie zachorowalności i umieralności na choroby związane ze stylem życia.
- 2) Wzrost wiedzy i świadomości na temat psychospołecznych zagrożeń oraz nabycie umiejętności ich zmniejszania wpłynie również na ograniczenie zachorowalności i umieralności na choroby spoza obszaru problemowego przyczyny zewnętrzne a stanowiące problem zdrowotny mieszkańców powiatu oleckiego, mianowicie umieralność z powodu ostrego zawału serca, dla którego SMR wynosi 1,374, a dla którego istotne znaczenie ma aspekt psychiczny zdrowego stylu życia.
- 3) Duży nacisk będzie położony na szkolenie z Pierwszej pomocy przedmedycznej, jako działania niejednokrotnie ratującego życie i zdrowie poszkodowanym w wyniku



- wypadku czy urazu. Świadomość posiadania umiejętności poprawnego udzielenia pierwszej pomocy wpłynie zarówno na poczucie bezpieczeństwa, komfort psychiczny danej jednostki, jak również jej otoczenia, w efekcie wśród lokalnej społeczności.
- 4) Wzmocnienie potencjału kadr z różnych sektorów działających na rzecz zdrowia mieszkańców powiatu oleckiego poprzez podwyższenie kwalifikacji będzie trwałym efektem oddziaływania. Przyczyni się do poprawy jakości i skuteczności realizowanych usług zdrowotnych lub wspomagających zdrowie. Umożliwi włączenie tych sektorów do wielodyscyplinarnego działania, tworzenie koalicji międzysektorowych i skuteczne rozwiązywanie lokalnych problemów zdrowotnych.
 - 5) Istotnym długofalowym oddziaływaniem będzie wzmocnienie potencjału powiatu, w tym ww. wzmocnienie kadr, wypracowanie standardów działania, wzorcowych dokumentów, doposażenie w sprzęt, materiały, akcesoria wspomagające, co umożliwi kontynuację działań po zakończeniu projektu.

IV. EFEKTY MNOŻNIKOWE ZWIĄZANE Z REALIZACJĄ PROJEKTU

Realizacja projektu wpłynie na rozwój działań podejmowanych w przyszłości w zakresie zdrowia publicznego poprzez:

1. Poprawę jakości zarządzania zdrowiem publicznym. Opracowany LIOZP (Lokalny Indeks Oceny Zdrowia Publicznego) będzie wykorzystywany w kolejnych latach jako narzędzie do oceny potrzeb zdrowotnych mieszkańców i wyznaczania kierunków w zarządzaniu;
2. Realizacja projektu zainicjuje powołanie Rady do Spraw Zdrowia jako organu doradczego, odpowiedzialnego za koordynację i współpracę różnych sektorów działających na rzecz zdrowia na szczeblu lokalnym;
3. Doświadczenia w ramach usług Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego posłużą do negocjacji z NFZ w zakresie kontraktowania takich świadczeń zdrowotnych na kolejne lata;
4. Absolwenci studiów podyplomowych Coaching profesjonalny - metody i praktyka, będą w ramach obowiązków służbowych świadczyli wsparcie dla grup zawodowych w swoim miejscu zatrudnienia;
5. Wzrost kompetencji kadr przyczyni się do podniesienia jakości pełnienia wszystkich ról i wykonywania zadań, jakie należy podjąć w celu zmniejszenia zachorowalności i umieralności spowodowanej przyczynami zewnętrznymi; wzmocnienie potencjału kadr medycznych wpłynie na ocenę ofert składanych przez podmioty medyczne do NFZ;
6. Utworzone i wyposażone w narzędzia i sprzęt, Powiatowe Centrum Redukcji Stresu (PCRS) będzie funkcjonowało po jego zakończeniu. Będzie utworzone 1 miejsce pracy w nowo powstałym PCRS przez 5 lat od momentu zatrudnienia;
7. Opracowane w pięciu jednostkach organizacyjnych powiatu, programy dotyczące zarządzania ryzykiem psychospołecznym przyczynią się do bardziej efektywnej pracy i do jego zmniejszenia w danej jednostce, jak również będą wzorcem (tzw. „dobrą praktyką”) do wdrożenia działania w innych podmiotach;
8. Rezultaty projektu będą również wpływały na zmniejszenie zachorowalności i umieralności spowodowanej innymi obszarami problemowymi, szczególnie chorobami układu krążenia;
9. Szkoła Rodzenia będzie prowadzona w Centrum Medycznym ZOZ Olmedica Sp. z o.o. w Olecku;
10. Rezultaty projektu i doświadczenia zdobyte podczas jego realizacji i po jego zakończeniu zostaną rozpowszechnione poprzez portale społecznościowe Facebook i Youtube. Media społecznościowe umożliwią dotarcie do masowego odbiorcy, zachęci osoby do odwiedzenia strony internetowej projektu poprzez załączony link projektu oraz odnośniki do funduszy norweskich. Przez okres, co najmniej 2 lat po zakończeniu projektu przedłużona zostanie domena umożliwiająca korzystanie z wypracowanych w trakcie projektu, narzędzi i metod oddziaływania.



Schemat założonego modelu programu promocji, zdrowia i profilaktyki chorób i umieralności z powodu przyczyn zewnętrznych realizowanego w powiecie oleckim w ramach projektu *Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego.*

MODEL PROGRAMU PROMOCJI ZDROWIA I PROFILAKTYKI CHOROÓB I UMIERALNOŚCI Z POWODU PRZYCZYN ZEWNĘTRZNYCH W POWIECIE OLECKIM

I. ZARZĄDZANIE PROJEKTEM

II. REZERWA NA ZADANIA NIEPRZEWIDZIANE

III. INFORMACJA I PROMOCJA PROGRAMU

IV. Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym (działanie pilotażowe realizowane w pięciu podmiotach publicznych)	<i>Wdrożenie polityki ograniczania ryzyka wśród społeczności lokalnej</i>	
	V. Promocja zdrowia w zakresie zewnętrznych przyczyn zachorowalności i umieralności	VI. Profilaktyka chorób i umieralności z powodu zewnętrznych przyczyn
<p>1. Monitorowanie ryzyka psychospołecznego i zdrowia</p>	<p>1. Zajęcia edukacyjne, podnoszenie wiedzy, umiejętności i świadomości, w tym: organizacja powiatowej bazy dla edukacji zdrowotnej</p>	<p>1. Wzmocnienie potencjału kadr różnego sektora działającej na rzecz zdrowia mieszkańców</p>
<p>2. Audyty polityki służące zrozumieniu przyczyn występowania ryzyka</p>		<p>2. Kampanie zdrowotne informacyjno promocyjne, konkursy o tematyce zdrowotnej, w tym:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dystrybucja materiałów informacyjnych, - współpraca wielosektorowa na rzecz promocji zdrowia
<p>3. Opracowanie planów polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego, programów szkoleniowych, publikacji, materiałów edukacyjnych i promocyjnych</p>	<p>2. Kampanie zdrowotne informacyjno promocyjne, konkursy o tematyce zdrowotnej, w tym:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dystrybucja materiałów informacyjnych, - współpraca wielosektorowa na rzecz promocji zdrowia 	
<p>4. Wdrożenie planów polityki ograniczania ryzyka, w tym: Program promocji zdrowia i Program profilaktyki zewnętrznych przyczyn umieralności</p>		
<p>5. Ocena wdrożenia planu polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego</p>		



V. ZARZĄDZANIE PROJEKTEM

Zarządzanie projektem jest działaniem, którego realizacja umożliwi sprawną realizację merytorycznych zadań, bieżącą kontrolę zgodności wypracowywanych rozwiązań z koncepcją przedsięwzięcia. Wszystkie działania przewidziane w projekcie uzupełniają się wzajemnie, skierowane są na osiągnięcie wspólnego celu strategicznego, jakim jest zmniejszenie zagrożenia utraty zdrowia i życia przez mieszkańców powiatu oleckiego spowodowanych przyczynami zewnętrznymi, co wpłynie na zapobieganie lub zmniejszanie zachorowalności na choroby związane ze stylem życia. Zadania realizowane w ramach poszczególnych działań są dostosowane do cech grupy odbiorców i ich potrzeb, co przełoży się na powodzenie i skuteczność w osiągnięciu założonych wskaźników.

Na mocy Uchwały Nr 11/2015 Zarządu Powiatu w Olecku z dnia 27 stycznia 2015 roku w sprawie przystąpienia Powiatu do realizacji projektu pn. „*Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego*” realizowanego w ramach Programu Operacyjnego PL 13: Ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu dofinansowanym z Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz z budżetu państwa i na podstawie regulaminu udzielania zamówień publicznych w Starostwie Powiatowym w Olecku wprowadzonego w życie Zarządzeniem Nr 27/2014 Starosty Oleckiego z dnia 31 grudnia 2014 r. Starosta Olecki powołał komisje przetargowe do przeprowadzenia postępowania o udzielenia zamówienia publicznego na wybór najkorzystniejszej oferty w ramach realizowanego projektu zarządzeniami:

- Zarządzenie nr 3/2015 Starosty Oleckiego z dnia 30 stycznia 2015 r.,
- Zarządzenie nr 4/2015 Starosty Oleckiego z dnia 30 stycznia 2015 r.,
- Zarządzenie nr 7/2015 Starosty Oleckiego z dnia 23 lutego 2015 r.,
- Zarządzenie nr 8/2015 Starosty Oleckiego z dnia 23 lutego 2015 r.,
- Zarządzenie nr 13/2015 Starosty Oleckiego z dnia 18 marca 2015 r.,

Starosta Olecki powołał komisje stałą do rozpatrywania oceny ofert złożonych w celu wyboru wykonawcy/dostawcy na usługę w ramach realizowanego projektu:

- Zarządzenie nr 2/2015 Starosty Oleckiego z dnia 30 stycznia 2015 r.,
- Zarządzenie nr 15/2015 Starosty Oleckiego z dnia 15 maja 2015 r.,
- Zarządzenie nr 18/2015 Starosty Oleckiego z dnia 29 maja 2015 r.,

Starosta Olecki powołał komisję do wyłonienia scenariusza, według którego będzie przeprowadzona kampania w danej gminie przy czynnym udziale organizacji będącej autorem scenariusza:

- Zarządzenie nr 16/2015 Starosty Oleckiego z dnia 25 maja 2015 r.,

Starosta Olecki powołał komisję do wyłonienia laureatów konkursów plastycznych dla dzieci i młodzieży:

- Zarządzenie nr 24/2015 Starosty Oleckiego z dnia 12 października 2015 r.,



1. Zespół Zarządzający (ZZ) w okresie sprawozdawczym odpowiadał za:

- 1) Ogólny nadzór nad projektem – Wicestarosta Olecki
- 2) Operacyjne zarządzanie projektem – realizowane przez Kierownika Projektu, odpowiedzialnego za bieżącą koordynację i nadzór nad terminową realizacją całości prac projektowych.
- 3) Informacja i promocja programu – realizowana na każdym etapie projektu przez koordynatora ds. informacyjno – promocyjnych,
- 4) Prace w obszarach problemowych – realizowane przez: specjalistę ds. finansowych, specjalistę ds. zamówień publicznych, skarbnika powiatu, pracownika administracyjno - technicznego.
- 5) Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym (działanie pilotażowe realizowane w pięciu podmiotach publicznych) – prowadzone metodą superwizji przez superwizora ds. zarządzania ryzykiem psychospołecznym realizowane we współpracy z 10 osobowym zespołem ds. Zarządzania Ryzykiem Psychospołecznym (Zespół ds. ZRP).
- 6) Wdrożenie polityki ograniczenia ryzyka wśród społeczności lokalnej (działanie dwutorowe):
 - Promocja zdrowia w zakresie zewnętrznych przyczyn zachorowalności umieralności z nadzorem merytorycznym specjalisty do spraw edukacji,
 - Profilaktyka chorób i umieralności z powodu zewnętrznych przyczyn z nadzorem merytorycznym specjalisty do spraw profilaktyki zdrowotnej.

Osoby zaangażowane w realizację projektu w sposób skrupulatny i odpowiedzialny koncentrowały się na przebiegu realizacji poszczególnych działań projektowych.

2. W zakresie rozpoznania cenowego rynku opracowano 122 zapytania ofertowe, których wartość przekracza i nie przekracza 3 500 zł brutto i jednocześnie nie przekracza wyrażonej w złotych równowartości kwoty, określonej w art. 4 pkt 8 ustawy Pzp Powiat Olecki, w ramach rozpoznania cenowego rynku w wyniku, których wyłonieni zostali wykonawcy do realizacji poszczególnych działań.

3. Przeprowadzona 29 postępowań o udzielenie zamówienia publicznego prowadzonego w trybie przetargu nieograniczonego o wartości zamówienia mniejszej niż kwoty określone w przepisach wydanych na podstawie art. 11 ust. 8 ustawy Prawo zamówień publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2013 poz. 907, 984, 1047 i 1473 oraz z 2014 r. poz. 423, 768, 811, 915, 1146 i 1232) w wyniku których wyłoniono wykonawców do realizacji poszczególnych działań.

VI. ZARZĄDZANIE RYZYKIEM PSYCHOSPOŁECZNYM (DZIAŁANIE PILOTAŻOWE REALIZOWANE W PIĘCIU PODMIOTACH PUBLICZNYCH)

- Monitorowanie ryzyka psychospołecznego i zdrowia
- Audyty polityki służące zrozumieniu przyczyn występowania ryzyka
- Opracowanie planów polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego, programów szkoleniowych, publikacji, materiałów edukacyjnych i promocyjnych
- Wdrożenie planów polityki ograniczania ryzyka, w tym: Program promocji zdrowia i Program profilaktyki zewnętrznych przyczyn umieralności
- Ocena wdrożenia planu polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego



Zespół ds. Zarządzania Ryzykiem Psychospołecznym liczy 10 członków są to osoby wyłonione z różnych środowisk. Członkowie zespołu pracują stacjonarnie w biurze projektu oraz w podmiotach objętych działaniem. Nadzór nad zespołem sprawuje Superwizor ds. Zarządzania Ryzykiem Psychospołecznym. Pierwsze spotkanie Zespołu odbyło się 14.02.2015. Podczas spotkania ustalono kwestie podziału pracy w podzespołach, które zajęły się następującymi zagadnieniami:

- ocena ryzyka zawodowego na poszczególnych stanowiskach pracy,
- wykaz stanowisk pracy w poszczególnych jednostkach organizacyjnych, które umożliwią przeprowadzenie badań,
- opracowanie ankiet,
- Lokalny Indeks Zdrowia Publicznego,
- część merytoryczna dotycząca technik redukcji stresu.

Każdy podzespół, pracował nad wypracowaniem na poziomie lokalnym tzw. dobrych praktyk w zarządzaniu ryzykiem psychospołecznym zagrożeń zdrowia pięciu zakładach objętych wsparciem projektowym: „Olmedica” Sp. z o.o. w Olecku, Zespół Szkół Licealnych i Zawodowych w Olecku, Powiatowa Komenda Straży Pożarnej w Olecku, Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Długoterminowej i Komenda Powiatowa Policji.

Zespół opracował narzędzia badawcze, które posłużyły monitorowaniu ryzyka psychospołecznego i zdrowia w jednostkach objętych wsparciem. Jednym z wiodących narzędzi badawczych był kwestionariusz ankiety. Od 14.02.2015 r. do 28.04.2015 r. zespół opracowywał kwestionariusz ankiety. Był on taki sam dla wszystkich jednostek, jedynie opis stanowisk prac będzie dostosowany do charakteru danego zakładu.

Kwestionariusz ankiety został przygotowany w celu monitorowania ryzyka psychospołecznego i zdrowia w 5 jednostkach objętych wsparciem projektowym. Ankieta ta składała się z 2 części, tj. części merytorycznej i metryczki. Część merytoryczna objęła 9 kategorii pytań, które dotyczą źródeł zagrożeń psychospołecznych:

- 1) Zagadnienie „psychospołecznych warunków pracy”, „obciążenia psychicznego pracowników” lub „stresu związanego z pracą”;
- 2) Kwalifikacje zawodowe;
- 3) Czasowe ramy pracy;
- 4) Obciążenie pracą i tempo pracy;
- 5) Rola w zakładzie pracy i wpływ na wykonywaną pracę;
- 6) Środowisko pracy i wyposażenie;
- 7) Relacje interpersonalne w pracy;
- 8) Relacja dom-praca;
- 9) Inne (ankietowany sam wpisuje odpowiedź).

Pierwsza kategoria miała na celu zbadanie poziomu wiedzy i świadomości ankietowanych nt. zagadnienia zagrożeń psychospołecznych oraz odczuć ankietowanych względem stresu zawodowego, natomiast pozostałe kategorie występowania zagrożeń psychospołecznych. Były to przede wszystkim pytania zamknięte.

Badanie to zostało przeprowadzone wśród 380 pracowników niżej wymienionych zakładów pracy:



- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Długoterminowej wzięło w nim udział 61 osób;
- w Centrum Medycznym Zakład Opieki Zdrowotnej Olmedica Sp. z o.o. wzięło w nim udział 166 osób;
- Zespół Szkół Licealnych i Zawodowych wzięło w nim udział 52 osoby;
- Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej wzięło w nim udział 42 osoby;
- Komenda Powiatowa Policji wzięło w nim udział 59 osób.

Na podstawie zebranych danych opracowane zostały raporty z badania zagrożeń psychospołecznych występujących w tych jednostkach wg opinii poszczególnych grup zawodowych. Każdy raport składa się z 3 części:

1. Metodologia badań – w części tej opisano zastosowane narzędzie badawcze oraz sposób dokonania pomiaru poziomu zagrożenia psychospołecznego w danym obszarze tematycznym.

2. Charakterystyka ankietowanych – w części tej dokonano opisu struktury osób biorących udział w badaniu ankietowym ze względu na: płeć, wiek, staż pracy, poziom wykształcenia, formy zatrudnienia, zwiększone ryzyko narażenia na szczególne czynniki wywołujące stres w pracy, grupę zawodową.

3. Występowanie zagrożeń psychospołecznych wg opinii przedstawicieli poszczególnych grup zawodowych – w części tej opisane zostały 3 obszary tematyczne, które były przedmiotem badania: (1) wiedza i świadomość ankietowanych dotycząca zagadnienia zagrożeń psychospołecznych, (2) odczucie ankietowanych dotyczące stresu zawodowego, (3) występowanie zagrożeń psychospołecznych. Dokonano tutaj analizy odpowiedzi udzielanych na pytania zawarte w kwestionariuszu. W obszarze pierwszym i drugim przeanalizowano odpowiedzi z 1 kategorii pytań, natomiast w obszarze trzecim analizy dokonano odrębnie dla każdego z pozostałych 7 tematów. Analizy dokonano z podziałem na określone grupy zawodowe występujące w jednostce. Zostało to zobrazowane na wykresach, do których opracowano komentarze.

Na przełomie kwietnia i maja 2015 r. Zespół pracował nad Lokalnym Indekssem Ochrony Zdrowia Publicznego. „Celem ustanowienia Lokalnego Indeksu Ochrony Zdrowia Publicznego było przygotowanie narzędzia do monitorowania sytuacji zdrowotnej mieszkańców powiatu oleckiego, co ma przyczynić się do wskazania decydom kreującym i odpowiedzialnym za lokalną politykę zdrowotną do wskazania najpilniejszych potrzeb, jeśli chodzi o stan zdrowia mieszkańców powiatu, określenia optymalnej lub pożądanej struktury świadczonych usług, dostępności i jakości tych usług, liczby i rodzaju podmiotów leczniczych, jak też najpilniejszych inwestycji niezbędnych do uzyskania jak najlepszych wskaźników opisujących stan zdrowia mieszkańców powiatu”¹. Dokument ten składa się z 3 części. Pierwsza dotyczy powołania Powiatowej Rady ds. Zdrowia, określone zostały tu kompetencje i obowiązki Rady oraz opracowano propozycję regulaminu jej funkcjonowania. Druga część odnosi się do narzędzi badawczych w zakresie monitorowania sytuacji zdrowotnej, a trzecia do jakości w ochronie zdrowia.

W sierpniu 2015 r. opublikowany został „Poradnik redukcji stresu”. Poradnik składa się z dwóch rozdziałów. Rozdział pierwszy liczy 4 podrozdziały, a drugi 12 podrozdziałów. W rozdziale pierwszym omówione zostały zagrożenia psychospołeczne. Drugi natomiast poświęcony



jest zagadnieniu stresu i metodom jego redukcji. Autorzy postawili sobie za cel, aby publikacja przyczyniła się do wskazania sposobów radzenia sobie ze stresem i wykorzystania ich przez potencjalnych odbiorców do poprawy komfortu życia w tej dziedzinie. Poradnik jest napisany w sposób bardzo przystępny i zrozumiały. Jego dużą zaletą jest praktyczne podejście do tematu radzenia sobie ze stresem.

Ponadto w okresie maj-październik 2015 r. Zespół zajmował się zagadnieniami związanymi z przeprowadzeniem audytu w 5 jednostkach, w tym przygotowaniem narzędzi badawczych, opracowaniem raportów z audytów, analizy SWOT dla każdego podmiotu, raportów z przeprowadzonych konsultacji oraz planów polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego. Opracowano także harmonogramy wdrażania planów polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego.

Sporządzono w sumie 15 raportów – po trzy dla każdej jednostki, w tym:

- I. Raporty z audytów
- II. Analizy SWOT
- III. Raporty z konsultacji

oraz jeden raport zbiorczy, obejmujący podsumowanie dla wszystkich jednostek.

Audyt przeprowadzono w celu dokonania przeglądu i analizy oraz oceny dotychczasowej polityki jednostek w obszarze zarządzania ryzykiem psychospołecznym. Każdorazowo w raportach z audytów zawarto opis metodologii badań wraz z kwestionariuszem ankiety, który posłużył do zbadania zjawiska zagrożenia psychospołecznego w poszczególnych podmiotach. Kwestionariusz zawierał pytania dotyczące 7 dziedzin:

1. Kwalifikacje zawodowe
2. Czasowe ramy pracy
3. Obciążenie pracą i tempo pracy
4. Rola w zakładzie i wpływ na wykonywaną pracę
5. Środowisko pracy i wyposażenie
6. Relacje interpersonalne w pracy
7. Relacja dom-praca.

Wywiad przeprowadzono z osobami zawodowo związanymi z jednostką.

Ponadto zawarto w nich charakterystykę podmiotu, misję jednostki, informacje nt. struktury organizacyjnej, zasoby kadrowe i charakterystykę poszczególnych grup zawodowych. Omówione zostały także wyniki badania dotyczącego występowania zagrożeń psychospołecznych w opinii przedstawicieli różnych grup zawodowych. Dokonano analizy dotychczasowych praktyk w obszarze zagrożeń psychospołecznych, gdzie opisano punkt po punkcie stwierdzony stan rzeczy (z uwzględnieniem z czego wynika, w jaki sposób i podejmowanych działań zapobiegawczych).

Opracowano także analizy SWOT, które są wynikiem przeglądu sytuacji w zakresie zagrożenia ryzykiem psychospołecznym oraz czynników, które mają lub mogą mieć na nią wpływ w przyszłości. W kolejnych raportach opisane zostały informacje dot. przebiegu konsultacji społecznych w odniesieniu do opracowanej analizy SWOT w zakresie występowania ryzyka psychospołecznego w jednostce. Ponadto w jednostkach przeprowadzono konsultacje społeczne. Na podstawie badań przeprowadzonych w jednostkach i odbytych konsultacjach społecznych zostały opracowane rekomendacje do Planu polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego.



Na podstawie raportów opracowano Raport zbiorczy, w którym usystematyzowano czynniki ryzyka psychospołecznego w badanych jednostkach. Raport został zamieszczony na stronie internetowej projektu <http://zdrowe.olecko.pl> i poddany tłumaczeniu (wersja anglojęzyczna ukarze się na początku lutego na stronie internetowej projektu).

Zespół pracował także nad zagadnieniem nadzorowania opracowanych planów polityki ograniczania ryzyka psychospołecznego poprzez zarządzanie procesem w taki sposób, by ciągle mieć na uwadze jego skuteczność. W tym celu opracowane zostały kwestionariusze ankiet monitorujących poziom satysfakcji pracowników jednostek objętych działaniem pilotażowym. W ramach wdrożenia planów we wszystkich jednostkach, opracowano wzorcowy dokument nt. procedury przeciwdziałania mobbingowi i dyskryminacji w pracy.

Ponadto Zespół zajął się opracowywaniem treści dwóch biuletynów informacyjno-edukacyjnych, programu profilaktyki wypalenia zawodowego, projektem procedury przeciwdziałania mobbingowi i dyskryminacji w pracy oraz programem wdrożenia coachingu, jako narzędzia w zarządzaniu jednostką organizacyjną.

VII. PROMOCJA ZDROWIA W ZAKRESIE ZEWNĘTRZNYCH PRZYCZYN ZACHOROWALNOŚCI I UMIERALNOŚCI

1. Zajęcia edukacyjne, podnoszenie wiedzy, umiejętności i świadomości, w tym: organizacja powiatowej bazy dla edukacji zdrowotnej

Zgodnie z założeniami projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego” zajęcia edukacyjne są ukierunkowane na podnoszenie wiedzy, umiejętności i świadomości z zakresu promocji zdrowia psychicznego, redukcji stresu, zapobiegania zaburzeniom i chorobom psychicznym, uzależnieniom oraz przyczyn umieralności w wyniku wypadku czy urazu spowodowanego z winy człowieka. Założono, że w działaniach edukacyjnych weźmie udział 5.000 osób, w tym 4.000 to dzieci i młodzież szkolna, a 1.000 to osoby dorosłe. Zaplanowano realizację 1.900 godzin edukacyjnych, w tym 1.000 godzin dla dzieci i młodzieży oraz 900 godzin dla osób dorosłych, co przełoży się na organizację 550 spotkań edukacyjnych.

W okresie od maja 2015 r. do końca października 2015 r. zrealizowano zajęcia edukacyjne z następujących zakresów tematycznych:

1. Wzmacnianie odporności, sposoby radzenia sobie ze stresem, z emocjami
2. Jak zarządzać sobą w czasie
3. Techniki redukcji stresu
4. Asertywność w praktyce
5. Wypalenie zawodowe
6. Dyskryminacja i mobbing – środki ochrony przed zagrożeniem
7. Rozwijanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, utrzymywania poprawnych relacji z innymi ludźmi
8. Komunikacja interpersonalna, umiejętność rozmowy z tzw. trudnym rozmówcą
9. Radzenie sobie z presją rówieśników
10. Radzenie sobie ze zjawiskiem cyberbullyingu (mobbingu elektronicznego) i przemocy



11. Bezpieczeństwo pieszych, zwłaszcza dzieci na drodze
12. Wpływ spożywania alkoholu na procesy postrzegania i reagowania
13. Pierwsza pomoc przedmedyczna
14. Bezpieczne poruszanie się na drodze pojazdami rolniczymi.

Realizacja zajęć edukacyjnych rozpoczęła się od 15.04.2015 r. W miesiącu tym zrealizowano zajęcia edukacyjne pn. „Bezpieczeństwo pieszych, zwłaszcza dzieci na drodze” dla dzieci uczęszczających do Przedszkola z Oddziałami Integracyjnymi w Olecku. Realizacja zajęć w niniejszym zakresie została powierzona Zakładowi Doskonalenia Zawodowego w Białymstoku, Ośrodek Kształcenia Zawodowego w Olecku i prowadziło je 3 trenerów. W zajęciach wzięło udział 9 grup przedszkolnych liczących ogółem 216 dzieci, w tym 103 dziewczynki i 113 chłopców (weryfikacja na podstawie list obecności – obecność dziecka w zajęciach potwierdzona przez opiekuna grupy, lista obecności jest jednocześnie pokwitowaniem otrzymania poczęstunku). Na każdą grupę przypadły 2 godziny zajęć dydaktycznych, czyli ogółem zrealizowano 18 godzin zajęć.

Lp.	Grupa	Data	Godz.	Liczba godzin dydaktycznych	Liczba dzieci	Dziewczynki	Chłopcy
1.	Motylki	15.04.2015	9.00-9.45	1	26	17	9
2.		16.04.2015	9.00-9.45	1	26	17	9
3.	Krasnale	15.04.2015	10.00-10.45	1	25	11	14
4.		16.04.2015	10.00-10.45	1	25	11	14
5.	Gr. Popołudniowa II	16.04.2015	16.00-16.45	1	22	10	12
6.		17.04.2015	16.00-16.45	1	22	10	12
7.	Wesołe skrzaty	17.04.2015	10.00-10.45	1	20	9	11
8.		20.04.2015	10.00-10.45	1	20	9	11
9.	Ekoludki	22.04.2015	9.00-9.45	1	25	9	16
10.		23.04.2015	9.00-9.45	1	25	9	16
11.	Kropelki	22.04.2015	10.00-10.45	1	25	10	15
12.		23.04.2015	10.00-10.45	1	25	10	15
13.	Gr. Popołudniowa I	22.04.2015	16.00-16.45	1	23	14	9
14.		23.04.2015	16.00-16.45	1	23	14	9



15.	Pszczółki	24.04.2015	9.00-9.45	1	25	11	14
16.		29.04.2015	9.00-9.45	1	25	11	14
17.	Biedroneczki	24.04.2015	10.00-10.45	1	25	12	13
18.		29.04.2015	10.00-10.45	1	25	12	13
19.	Ogółem			18	216	103	113

W kolejnych miesiącach maj – październik 2015 r. zintensyfikowano realizację zajęć edukacyjnych. Zestawienie w poniższej tabeli

WZMACNIANIE ODPORNOŚCI, SPOSOBY RADZENIA SOBIE ZE STRESEM, Z EMOCJAMI						
Lp.	Grupa	Trener	Data	Godz.	Liczba godzin dydaktycznych	Liczba uczestników
20.	1 ZSLiZ	Weronika Sikorska	18.05.2015	12.45-15.15	3	27
			25.05.2015	12.45-14.25	2	27
21.	2 ZSLiZ – kl. I TGA	Katarzyna Topolska	18.05.2015	13.40-15.15	2	23
			22.05.2015	10.55-13.30	3	23
22.	3 ZSLiZ	Weronika Sikorska	19.05.2015	11.50-14.25	3	17
			26.05.2015	12.45-14.05	2	13
23.	4 ZSLiZ	Katarzyna Topolska	19.05.2015	12.45-15.15	3	24
			26.05.2015	12.45-14.25	2	24
24.	5 ZSLiZ	Ewa Staśkiewicz-Niemczewska	22.05.2015	10.55-13.30	3	19
			29.05.2015	11.50-13.30	2	19
25.	Kl. I A Gim. Kowale Oleckie	Ewa Staśkiewicz-Niemczewska	08.06.2015	11.50-14.30	3	17
			15.06.2015	11.50-13.30	2	14
26.	Kl. II A Gim. Kowale Oleckie	Weronika Sikorska	09.06.2015	11.50-14.30	3	20
			10.06.2015	08.00-10.00	2	21
27.	Kl. IV A SP Kowale	Ewa Staśkiewicz-	11.06.2015	08.55-11.30	3	13



	Oleckie	Niemczewska	12.06.2015	08.55-10.35	2	13
28.	Kl. IV B SP Kowale Oleckie	Aleksandra Radyno	11.06.2015	08.55-11.30	3	15
			12.06.2015	08.55-10.35	2	15
29.	Kl. VI C SP 3 Olecko	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	11.06.2015	11.50-14.30	3	14
			12.06.2015	12.40-14.30	2	14
30.	Kl. VI B SP 3 Olecko	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	18.06.2015	11.50-14.30	3	18
			19.06.2015	11.50-13.30	2	15
31.	I – dorośli (zajęcia plenerowe – Pl. Wolności Olecko)	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	14.06.2015	08.00-12.00	5	19
32.	II – dorośli (zajęcia plenerowe – Pl. Wolności Olecko)	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	14.06.2015	13.00-17.00	5	22
33.	III – dorośli (SP w Wieliczkach)	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	21.06.2015	08.00-12.00	5	22
34.	IV – dorośli (SP w Wieliczkach)	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	21.06.2015	12.30-16.30	5	31
35.	V - dorośli (Olecko- miejsce ZSLiZ)	Katarzyna Topolska	22.06.2015	10.00-15.25	5	23
36.	Dorośli (Olecko – pracownia kulinarna ul. Gołdapska)	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	09.07.2015	08.00-12.30	5	22
37.	Kl. 1A SP w Wieliczkach	Maciej Śnieżyński	30.09.2015	08.00-12.00	5	22
38.	Kl. 3 SP w Wieliczkach	Weronika Sikorska	30.09.2015	08.00-12.00	5	22
39.	Kl. II A SP w Wieliczkach	Ewa Staškiewicz- Niemczewska	30.09.2015	08.00-12.00	5	22
40.	SP w	Ewa Staškiewicz	07.10.2015	08.00-	5	16



	Wieliczkach	Niemczewska	5	12.00		
41.	SP w Wieliczkach	Maciej Śnieżyński	07.10.201 5	08.00- 12.00	5	17
42.	SP w Wieliczkach	Weronika Sikorska	07.10.201 5	08.00- 12.00	5	22
43.	STO w Olecku	Maciej Śnieżyński	13.10.201 5	08.00- 12.00	5	15
Ogółem					120	483

JAK ZARZĄDZAĆ SOBĄ W CZASIE

44.	Dorośli	Ewa Staśkiewicz-Niemczewska	13.09.201 5	10.00- 15.00	6	22
45.	Młodzież	Ewa Staśkiewicz-Niemczewska	14.09.201 5	16.00- 18.00	2	20
			21.09.201 5	16.00- 18.00	2	20
			28.09.201 5	16.00- 18.00	2	20
46.	STO w Olecku	Maciej Śnieżyński	12.10.201 5	08.00- 13.00	6	18
47.	Dorośli ZSLiZ	Ewa Staśkiewicz-Niemczewska	14.10.201 5	13.00- 17.30	6	20
48.	Hotel Wenus & Mars	E. Niemczewska -Staśkiewicz	14.12.201 5r	8:00- 13:00	6	23
Ogółem					30	103

TECHNIKI REDUKCJI STRESU

49.	Pracownicy WTZ w Olecku	Ewa Tabak-Kuczyńska	15.06.201 5	08.30- 15.00	9	20
			16.06.201 5	08.30- 15.00	9	20
50.	Pracownicy OLMEDIC A w Olecku	Ewa Tabak-Kuczyńska	17.08.201 5	08.30- 15.00	9	20
			18.08.201 5	08.30- 15.00	9	20
51.	I ŚDS w Kowalch Oleckich	Maciej Śnieżyński	08.07.201 5	08.00- 15.00	9	20
			09.07.201 5	08.00- 15.00	9	20
52.	II ŚDS w Kowalch Oleckich	Maciej Śnieżyński	22.07.201 5	08.00- 15.00	9	20
			23.07.201 5	08.00- 15.00	9	20
53.	Os. Niepełnospr	Maciej Śnieżyński	21.09.201 5	08.00- 15.00	9	20



	awne DPS „Zacisze” Kowale Oleckie		23.09.201 5	12.00- 19.00	9	20
54.	Dorośli Olmedica Sp. z o.o.	Ewa Tabak- Kuczyńska	19.10.201 5	08.00- 15.30	9	20
			20.10.201 5	08.00- 15.30	9	20
55.	Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Olecku	Ewa Tabak- Kuczyńska	07.12.201 5r	9:00- 16:30	6	28
			08.12.201 5r	9:00- 16:30	6	28
			09.12.201 5r	13:00- 20:30	6	28
56.	Gimnazjum Nr 2 im. Mikołaja Kopernika w Olecku	E. Niemczewska -Staśkiewicz	14.12.201 5r	14:00- 20:30	8	20
			19.12.201 5r	9:00- 17:00	10	20
Ogółem					144	168
ASERTYWNOSĆ W PRAKTYCE						
57.	Klub Seniora w Olecku	Robert Sienica	02.07.201 5	09.00- 16.00	9	26
			09.07.201 5	09.00- 16.00	9	27
58.	SPZZOD w Olecku	Ewa Tabak- Kuczyńska	14.09.201 5	08.30- 15.00	9	20
			15.09.201 5	08.30- 15.00	9	20
59.	Dorośli - Stowarzysze nie Rodziców Osób Niepełnospr awnych i Osób Wspierający ch przy WTZ w Olecku	Ewa Tabak- Kuczyńska	22.09.201 5	08.30- 15.00	9	17
			23.09.201 5	08.00- 16.00	10	17
60.	GOK Wieliczki 1	Ewa Staśkiewicz- Niemczewska	01.10.201 5	12.30- 20.00	9	22
			06.10.201 5	12.30- 20.00	9	22



61.	Dorośli DPS Kowale Oleckie	Maciej Śnieżyński	07.10.201	12.00-	9	20
			5	19.00		
			09.10.201	10.00-	9	20
			5	17.00		
Ogółem					91	211
WYPALENIE ZAWODOWE						
62.	I – pracownicy Domu Dziecka w Olecku	Anna Lissewska	21.05.201	08.00-	9	20
			5	15.00		
			22.05.201	08.00-	9	20
			5	15.00		
63.	II – pracownicy Domu Dziecka w Olecku	Anna Lissewska	18.06.201	08.00-	9	20
			5	15.00		
			19.06.201	08.00-	9	20
			5	15.00		
64.	Dorośli z gm. Kowale Oleckie	Weronika Sikoska	24.06.201	10.00-	9	20
			5	17.00		
			25.06.201	10.00-	9	20
			5	17.00		
65.	Pracownicy Nadleśnictwa w Olecku	Ewa Tabak- Kuczyńska	13.07.201	08.00-	9	21
			5	15.00		
			14.07.201	08.00-	9	21
			5	15.00		
66.	Nauczyciele Szkoły Podstawowe j im. J. Krasickiego w Świątynie	Maciej Śnieżyński	25.09.201	08.00-	9	20
			5	15.00		
			26.09.201	13.00-	9	20
			5	20.00		
67.	Dorośli - ZSLiZ	Ewa Tabak- Kuczyńska	30.09.201	15.00-	9	20
			5	21.15		
			01.10.201	15.00-	9	20
			5	21.15		
68.	Dorośli	Maciej Śnieżyński	02.10.201	12.00-	9	20
			5	19.30		
			03.10.201	08.00-	9	20
			5	15.30		
69.	Dorośli – pracownicy Delphia Yachts	Weronika Sikorska	03.10.201	08.00-	9	20
			5	17.00		
			04.10.201	08.00-	9	20
			5	17.00		
70.	Dorośli - ZSLiZ	Ewa Tabak- Kuczyńska	07.10.201	15.00-	9	20
			5	21.15		
			08.10.201	15.00-	9	20
			5	21.15		
71.	Pracownicy SPZZOD	Anna Lissewska	22.10.201	08.00-	9	16
			5	15.30		



			23.10.2015	08.00-15.30	9	16
72.	Dorośli - ZSLiZ	Ewa Tabak-Kuczyńska	26.10.2015	15.00-21.15	9	18
			27.10.2015	15.00-21.15	9	18
73.	Dorośli Olmedica Sp. z o.o.	Ewa Tabak-Kuczyńska	09.11.2015	8:00-15:30	9	21
			10.11.2015r	8:00-15:30	9	21
74.	Dorośli Olmedica Sp. z o.o	Anna Lisewska	27.11.2015r	8:30-15:30	9	21
			28.11.2015r	8:30-15:30	9	21
75.	Delphia Yachts Kot Sp. j.	W. Sikorska	11.12.2015r	8:00-15:30	9	20
			12.12.2015r	8:00-15:30	9	20
Ogółem					252	277
DYSKRYMINACJA I MOBBING – ŚRODKI OCHRONY PRZED ZAGROŻENIEM						
76.	7 ZSLiZ	Katarzyna Maciejewska	19.05.2015	12.45-15.15	3	23
			26.05.2015	12.45-15.15	3	23
77.	8 ZSLiZ	Katarzyna Maciejewska	18.05.2015	13.40-16.05	3	24
			25.05.2015	12.45-15.15	3	24
78.	KPP Olecko	M. Sowulewska	04.11.2015	9:00-14:00	6	25
Ogółem					22	72
ROZWIJANIE UMIEJĘTNOŚCI ROZWIĄZYWANIA KONFLIKTÓW, UTRZYMYWANIA POPRAWNYCH RELACJI Z INNYMI LUDŹMI						
79.	11 ZSLiZ	Dorota Mielech	21.05.2015	8.55-11.45	3	13
			28.05.2015	13.40-15.15	2	13
80.	12 – ZSLiZ	Katarzyna Maciejewska	21.05.2015	08.55-11.40	3	13
			28.05.2015	13.40-15.15	2	13
81.	1 – Gim. Świątajno	Dorota Mielech	09.06.2015	10.45-12.40	2	20
			11.06.2015	08.00-10.35	3	20



82.	2 – Gim. Świątajno	Dorota Mielech	09.06.201 5	08.00- 10.35	3	21
			10.06.201 5	10.45- 12.40	2	21
83.	3 – Gim. Świątajno	Dorota Mielech	10.06.201 5	08.00- 10.35	3	20
			11.06.201 5	10.45- 12.40	2	20
84.	7 – Gim. Świątajno	Dorota Mielech	12.06.201 5	09.50- 12.40	3	20
			17.06.201 5	8:00- 10:35	3	20
85.	Klub Seniora w Olecku	Katarzyna Maciejewska	22.07.201 5	10.00- 15.30	6	22
86.	Kl. II SP w Wieliczkach	Maria Sowulewska	30.09.201 5	08.55- 13.15	5	22
87.	Kl. I B SP w Wieliczkach	Jadwiga Sowulewska	30.09.201 5	08.55- 13.15	5	22
88.	Kl. IV B SP w Wieliczkach	Jadwiga Sowulewska	07.10.201 5	08.50- 13.15	5	16
89.	Kl. II B SP w Wieliczkach	Maria Sowulewska	07.10.201 5	08.50- 13.15	5	22
90.	Radni Kowale Oleckie	Maria Sowulewska	13.10.201 5	13.00- 17.00	5	7
91.	Dorośli OSW w Olecku	Maria Sowulewska	14.10.201 5	10.30- 14.45	5	15
Ogółem					64	233
KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA, UMIEJĘTNOŚĆ ROZMOWY Z TZW. TRUDNYM ROZMÓWCĄ						
92.	9 ZSLiZ	Dorota Mielech	21.05.201 5	12.45- 15.15	3	21
			28.05.201 5	13.40- 15.15	2	21
93.	10 ZSLiZ	Katarzyna Maciejewska	22.05.201 5	08.00- 10.35	3	17
			29.05.201 5	08.00- 09.40	2	16
94.	Dorośli Kowale Oleckie 1	Maria Sowulewska	09.10.201 5	09.00- 13.05	5	15
95.	ZS w Sokółkach 2	Dorota Mielech	20.10.201 5	14.30- 18.30	5	20



96.	KPP Olecko	M. Sowulewska	05.11.201 5	9:00- 13:05	5	18
Ogółem					25	90
RADZENIE SOBIE Z PRESJĄ RÓWIEŚNIKÓW						
97.	6 ZSLiZ	Katarzyna Maciejewska	18.05.201 5	10.55- 13.30	3	31
			25.05.201 5	10.55- 12.35	2	31
98.	1 SP w Świątynie kl. VI	Maria Magdalena Sowulewska	19.05.201 5	09.50- 12.25	3	20
		Dorota Mielech	20.05.201 5	09.50- 11.30	2	20
99.	2 SP w Świątynie kl. V	Maria Magdalena Sowulewska	19.05.201 5	08.00- 09.40	2	20
			20.05.201 5	08.00- 10.35	3	20
100.	4 SP w Świątynie kl. IV	Maria Magdalena Sowulewska	10.06.201 5	10.35- 12.25	2	20
			11.06.201 5	10.45- 13.30	3	20
101.	4 – Gim. Świątajno	Dorota Mielech	15.06.201 5	08.00- 10.35	3	20
		Maria Magdalena Sowulewska	16.06.201 5	08.00- 09.40	2	20
102.	5 – Gim. Świątajno	Katarzyna Maciejewska	15.06.201 5	08.00- 10.35	3	20
			16.06.201 5	08.00- 09.40	2	20
103.	6 – Gim. Świątajno	Katarzyna Maciejewska	15.06.201 5	10.45- 12.45	2	20
			16.06.201 5	09.50- 12.40	2	20
104.	VII – Gim. w Sokółkach	Maria Magdalena Sowulewska	23.06.201 5	08.00- 12.25	5	20
105.	VIII – Gim. w Kowalach Oleckich	Maria Magdalena Sowulewska	23.06.201 5	12.35- 16.40	5	22
Ogółem					44	193
RADZENIE SOBIE ZE ZJAWISKIEM CYBERBULLYINGU (MOBBINGU ELEKTRONICZNEGO) I PRZEMOCY						
106.	7 – Gim. Świątajno	Katarzyna Maciejewska	12.06.201 5	08.00- 09.40	2	20
			17.06.201 5	08.00- 10.35	3	20
107.	8 – Gim. Świątajno	Maria Magdalena	12.06.201 5	08.00- 09.40	2	20



		Sowulewska	17.06.2015	08.00-10.35	3	20
108.	9 – Gim. Świętajno	Maria Magdalena Sowulewska	12.06.2015	09.50-12.40	3	20
		Katarzyna Maciejewska	17.06.2015	10.45-12.40	2	20
109.	Kl. V A – SP w Kowalach Oleckich	Dorota Mielech	22.06.2015	08.00-12.25	5	20
110.	Kl. VI B – SP w Kowalach Oleckich	Dorota Mielech	22.06.2015	12.30-16.45	5	19
111.	Dorośli - ZS w Sokółkach I	Dorota Mielech	12.10.2015	14.30-18.45	5	20
112.	Dorośli ZSLiZ	Dorota Mielech	26.11.2015r	16:00-20:00	5	23
Ogółem					35	142
BEZPIECZEŃSTWO PIESZYCH, ZWŁASZCZA DZIECI NA DRODZE						
113.	1 – Publiczny Punkt Przedszkolny w Świętajnie	Krzysztof Dziurniejko	20.05.2015	9.30-10.15	1	29
		Katarzyna Miliszewska	27.05.2015	9.30-10.15	1	29
114.	2 – Publiczny Punkt Przedszkolny w Świętajnie	Katarzyna Miliszewska	21.05.2015	10.30-11.15	1	19
			28.05.2015	10.30-11.15	1	19
115.	1a – SP w Świętajnie	Katarzyna Miliszewska	09.06.2015	08.55-09.40	1	17
			10.06.2015	09.50-10.35	1	17
116.	1b – SP w Świętajnie	Katarzyna Miliszewska	09.06.2015	09.50-10.35	1	13
			10.06.2015	08.55-09.40	1	13
117.	2 – SP w Świętajnie	Katarzyna Miliszewska	08.06.2015	09.50-10.35	1	24
			11.06.2015	09.50-10.35	1	24
118.	3 – SP w Świętajnie	Katarzyna Miliszewska	08.06.2015	08.55-09.40	1	21
			11.06.2015	08.55-	1	21



			5	09.40		
119.	Kl. 1 A – SP w Wieliczkach	Katarzyna Miliszewska	19.06.201 5	08.00- 09.30	2	25
120.	Kl. 1 B – SP w Wieliczkach	Katarzyna Miliszewska	18.06.201 5	08.00- 09.30	2	21
121.	Kl. 2 – SP w Wieliczkach	Katarzyna Miliszewska	18.06.201 5	09.35- 11:05	2	21
122.	Kl. 3A – SP w Wieliczkach	Katarzyna Miliszewska	19.06.201 5	09.35- 11.05	2	18
123.	Kl. 3B – SP w Wieliczkach	Katarzyna Miliszewska	19.06.201 5	11.10- 12.40	2	14
124.	Kl. 5 – SP w Wieliczkach	Katarzyna Miliszewska	18.06.201 5	11.10- 12.40	2	19
125.	3-latki - Przedszkole Samorządo we w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	22.06.201 5	08.00- 09.30	2	18
126.	Motylki - Przedszkole Samorządo we w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	22.06.201 5	11.30- 13.00	2	18
127.	5-6-latki - Przedszkole Samorządo we w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	22.06.201 5	09.45- 11.15	2	25
128.	5-6-latki - Przedszkole Samorządo we w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	23.06.201 5	08.00- 09.30	2	25
129.	Kl. I A - SP w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	23.06.201 5	09.45- 11.15	2	25
130.	Kl. I B - SP w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	23.06.201 5	11.30- 13.00	2	24
131.	Kl. II - SP w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	24.06.201 5	08.00- 09.30	2	16



132.	Kl. IIIA - SP w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	24.06.201 5	09.45- 11.15	2	18
133.	Kl. III B - SP w Kowalach Oleckich	Katarzyna Miliszewska	24.06.201 5	11.30- 13.00	2	18
134.	I - Przedszkole Niepubliczn e „Kubuś i Przyjaciele”	Katarzyna Miliszewska	27.08.201 5	09.00- 09.45	1	17
			28.08.201 5	09.00- 09.45	1	17
135.	I - Przedszkole Niepubliczn e „Kubuś i Przyjaciele”	Katarzyna Miliszewska	27.08.201 5	10.00- 10.45	1	22
			28.08.201 5	10.00- 10.45	1	22
136.	Radosne Słoneczka Zespół Wychowani a Przedszkoln ego „Radosne Słoneczka” w Gąskach	Katarzyna Miliszewska	26.10.201 5	9:00-9:45	1	25
			27.10.201 5	9:00-9:45	1	25
137.	„0” SP w Gąskach	Katarzyna Miliszewska	26.10.201 5	10:00- 10:45	1	20
			27.10.201 5	10:00- 10:45	1	20
138.	Klasa I SP w Gąskach	Katarzyna Miliszewska	26.10.201 5	11:00- 11:45	1	16
			27.10.201 5	11:00- 11:45	1	16
139.	Klasa IV SP w Gąskach	Katarzyna Miliszewska	26.10.201 5	12:00- 12:45	1	30
			27.10.201 5	12:00- 12:45	1	30
Ogółem					54	558



WPLYW SPOZYWANIA ALKOHOLU NA PROCESY POSTRZEGANIA I REAGOWANIA						
140.	13 – ZSLiZ	Lucyna Ulikowska	21.05.2015	13.40-16.25	3	20
141.	14 – ZSLiZ	Lucyna Ulikowska	22.05.2015	12.45-15.15	3	18
142.	15 – ZSLiZ	Lucyna Ulikowska	21.05.2015	09.50-12.35	3	24
143.	Dorośli	Lucyna Ulikowska	14.09.2015	11.50-14.25	3	22
144.	Gim w Kowalach Oleckich	Lucyna Ulikowska	29.09.2015	10.45-13.30	3	18
145.	Gim w Kowalach Oleckich	Lucyna Ulikowska	29.09.2015	13.35-16.25	3	19
146.	kl. VI SP w Sokółkach	Lucyna Ulikowska	30.09.2015	08.00-10.35	3	14
147.	kl. III Gim w Sokółkach	Lucyna Ulikowska	30.09.2015	10.45-13.30	3	22
Ogółem					24	157
PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA						
148.	VI a – SP w Wieliczkach	Zajkowski Paweł	15.06.2015	08.00-13.30	6	20
149.	IV b – SP w Wieliczkach	Gorlo Izabela	16.06.2015	08.00-13.30	6	22
150.	V a – SP w Wieliczkach	Jermak Łukasz	17.06.2015	08.00-13.30	6	20
151.	CH I	Michałowski Grzegorz	04.06.2015	10.00-16.00	6	20
152.	KD II	Michałowski Grzegorz,	28.06.2015	12.00-18.00	6	20
153.	KD I	Jermak Łukasz	28.06.2015	12.00-18.00	6	20
154.	D	Anna Liszewska	04.07.2015	11.00-16.00	6	27
155.	Sz I	Gorlo Izabela	26.07.2015	09.00-15.00	6	20
156.	KS S	Tomasz Dziokan	28.08.2015	09.00-15.00	6	13
157.	KS I	Anna Liszewska	06.08.2015	10.00-15.00	6	11
158.	Cichy I	Anna Liszewska	30.08.2015	12.30-17.30	6	63



Ogółem					66	256
BEZPIECZNE PORUSZANIE SIĘ NA DRODZE POJAZDAMI ROLNICZYMI						
159.	Dorośli - ZSLiZ	Katarzyna Miliszewska	19.09.201 5	08.00- 09.45	2	20
Ogółem					2	20

Celem zajęć edukacyjnych było zdobycie wiedzy na temat psychospołecznych zagrożeń zdrowia oraz umiejętności redukcji tych zagrożeń wśród populacji mieszkańców powiatu oleckiego. Wiedza była przekazywana w formie wykładów, pogadanek, ćwiczeń, zabaw i gier ruchowych, a także superwizji. Przed rozpoczęciem większości zorganizowanych szkoleń przeprowadzone zostało badanie wśród uczestników odnośnie ich oczekiwań względem szkoleń. Weryfikowano zakres tematyczny zajęć, jakim byliby najbardziej zainteresowani, a także forma prowadzenia zajęć. Taki sposób podejścia do odbiorców zwiększa efektywność szkoleń, daje poczucie, że realizatorom projektu zależy na maksymalizacji poziomu jakości zajęć oraz zadowolenia uczestników z oferowanych form wsparcia.

Ponadto w okresie maj-październik 2015 r. przeprowadzono badanie ankietowe na próbie 42 uczestników zajęć edukacyjnych, w celu zbadania poziomu jakości niniejszej formy wsparcia. W badaniu tym wzięły udział osoby uczestniczące w 2 szkoleniach, tj. z zakresu „Techniki redukcji stresu” (22 osoby) oraz „Pierwsza pomoc przedmedyczna” (20 osób). W większości były to kobiety – 29, mężczyźni – 13.

Ankietowanych zapytano m.in. o to skąd dowiedzieli się o możliwości wzięcia udziału w projekcie. Najwięcej osób o projekcie dowiedziało się z miejsca pracy (47%). Następne w kolejności źródła informacji o projekcie to: znajomi, rodzina (17% ankietowanych wskazało to źródło informacji), Internet (12% wskazań) oraz prasa (12% wskazań). Najmniej skutecznym źródłem okazała się telewizja kablowa (5% wskazań) i radio (0%).

Wszyscy uczestnicy szkoleń zostali poinformowani o dofinansowaniu projektu z Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz z budżetu państwa w ramach Programu Operacyjnego PL13 „Ograniczanie społecznych nierówności w zdrowiu”. Zarówno miejsce realizacji zajęć, jak i osoby prowadzące zajęcia zostały pozytywnie ocenione.

Zdecydowana większość ankietowanych uczestników szkoleń (83%) uważa, że udział w projekcie przyczynił się do zmian w ich stylu życia, a w szczególności w sferze związanej ze zdrowiem, a 79% ankietowanych uznało, że dzięki udziałowi w szkoleniach uzyskali wiedzę nt. psychospołecznych zagrożeń zdrowia oraz umiejętności redukcji tych zagrożeń.

Z powyższego wsparcia skorzystało łącznie 3537 osób (poziom wykonania wskaźnika – 70,54%).



2. Kampanie zdrowotne informacyjno promocyjne, konkursy o tematyce zdrowotnej, w tym:

a) Kampanie zdrowotne informacyjno-promocyjne:

Założono realizację dwóch miesięcznych kampanii zdrowotnych pt. „Zdrowie jest najcenniejsze trzeba o nie dbać”. W maju 2015 r. ogłoszony został konkurs na opracowanie scenariusza kampanii informacyjno-promocyjnej pod nazwą „Zdrowie jest najcenniejsze trzeba o nie dbać”. Adresatami konkursu były organizacje pozarządowe, mające siedzibę na terenie powiatu oleckiego. Założenia kampanii były m.in. następujące:

1. Kampania realizowana w każdej gminie w dwóch etapach. W każdym z etapów realizowana będzie przez okres 1 tygodnia. Pierwszy (I) etap w miesiącach czerwiec – lipiec 2015 roku, drugi (II) etap w miesiącach wrzesień – październik 2015 roku.
2. Celem Kampanii jest podniesienie świadomości występowania zagrożeń zdrowia i życia z powodu przyczyn zewnętrznych (urazy, wypadki, samobójstwa, utonięcia), podniesienie wiedzy na temat tych zagrożeń oraz umiejętności ich redukcji wśród mieszkańców powiatu oleckiego, szczególnie kształtowanie zachowań prozdrowotnych, ze szczególnym naciskiem na zdrowie psychiczne i zapobieganie samobójstwom, wypadkom; kształtowanie zachowania bezpiecznego poruszania się po drogach.
3. Podstawowym warunkiem osiągnięcia celów kampanii jest wielosektorowa współpraca na poziomie lokalnym, włączenie się do działań na rzecz zdrowia organów administracji samorządowej, podmiotów działalności leczniczej, placówek oświatowych, pomocy społecznej, służb ratunkowych i prewencji, organizacji pozarządowych, a przede wszystkim samych obywateli.

Swój akces w I etapie konkursu zgłosiły następujące organizacje pozarządowe:

- 1) **Stowarzyszenie Wspólny Cel – Gmina Wieliczki** – które zaproponowało do realizacji zajęcia z ratownikiem medycznym dla: uczniów SP i Gimnazjum w Wieliczkach, dla dzieci uczęszczających do Przedszkola w Wieliczkach i SP w Cimochach oraz dla 25-osobowej grupy chętnych mieszkańców gm. Wieliczki. Ponadto dla kobiet 50+ zaproponowano zajęcia z dietetykiem. Kolejną część kampanii w Wieliczkach to akcja „Bądź bezpieczny na drodze”, podczas której zaplanowano kontrole Policji na terenie gm. Wieliczki oraz spacer dzieci z przedszkoli w Wieliczkach i Cimochach i klas pierwszych w kamizelkach odblaskowych oraz obserwacja pracy patrolu policji. Zaplanowano także akcję „Bezpieczna plaża”, w ramach, której zaplanowano przygotowanie plaży do sezonu oraz prelekcję nt. bezpiecznego korzystania z kąpeli wodnych i słonecznych. Podsumowaniem kampanii w gm. Wieliczki miał być Festyn rodzinny, podczas którego miała być realizowana promocja zdrowego stylu życia poprzez organizację biegów na różnych dystansach dla zawodników w każdym wieku.
- 2) **Stowarzyszenie Kultury Fizycznej i Rekreacji „KOWALAK”** – które zaproponowało warsztat profilaktyczny z zakresu dopalaczy oraz środków psychoaktywnych, dzień sportu i profilaktyki zdrowotnej w Sokółkach, dzień sportu i profilaktyki w Stożnem, koncert profilaktyczny dotyczący zapobiegania narkomanii, imprezę profilaktyczno-integracyjną „Abecadło witaminowe – w roślinach zawarte samo zdrowie”, rozgrywki sportowe w Kowalach Oleckich połączone z biegami ulicznymi oraz festyn profilaktyczny połączony ze świętem miejscowości Kowale Oleckie.



- 3) **Stowarzyszenie Przyjaciół Zespołu Szkół Licealnych i Zawodowych** – które zaproponowało następujące działania: zajęcia z zakresu udzielania pierwszej pomocy, marsz nordic walking, zajęcia z aerobiku wodnego, zajęcia na ścianie wspinaczkowej, squash oraz wykład nt. racjonalnego odżywiania i dyskusję nt. przeciwdziałania uzależnieniom.
- 4) **Stowarzyszenie „Spelniamy Marzenia” ze Świętajna** - które zaproponowało m.in. następujące działania: zajęcia z zakresu udzielania pierwszej pomocy, ogłoszony został konkurs „Warto zdrowo żyć” oraz zaplanowano zajęcia w plenerze – biwak, podczas którego uczestnicy mają posiadać wiedzę nt. aktywnych i bezpiecznych form spędzania wolnego czasu. Ponadto zaplanowano spotkanie z dzielnicowym, który opowie o bezpiecznych formach spędzania czasu wolnego i zachowania podczas uczestnictwa w ruchu drogowym, a na zakończenie kampanii w Świętajnie zaplanowano dzień gier i zabaw oraz przeprowadzenie mini testu wiedzy i międzyklasowych rozgrywek sportowych.

Natomiast w II etapie konkursu akces zgłosiły następujące organizacje:

- 1) **Stowarzyszenie „Spelniamy Marzenia” ze Świętajna** – które zaproponowało następujące działania:
 - a. Promowanie Kampanii informacyjno-promocyjnej „Zdrowie jest najcenniejsze trzeba o nie dbać” podczas Dożynek Gminnych Gminy Świętajno wśród uczestników.
 - b. Czynności promocyjne wśród dzieci, uczniów i pracowników SP w Świętajnie.
 - c. Ogłoszenie i przeprowadzenie konkursu plastycznego „Moda na zdrowie”.
 - d. Warsztaty nt. bezpieczeństwa na jezdni.
 - e. Wycieczkę do OSP w Świętajnie.
 - f. Warsztaty nt. udzielania pierwszej pomocy wśród członków zespołu „Pokolenie”.
 - g. Podsumowanie i zakończenie kampanii oraz wręczenie nagród i wykonanie dekoracji stałej (antyrama) z przebiegu kampanii.
- 2) **Stowarzyszenie Kultury Fizycznej i Rekreacji „KOWALAK”** – które zaproponowało warsztat profilaktyczny z zakresu dopalaczy oraz środków psychoaktywnych, koncert profilaktyczny dotyczący zapobiegania narkomanii, warsztaty z zakresu przeciwdziałania cyberprzemocy, warsztaty z przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu oraz poznania technik redukcji stresu, konkurs tańca nowoczesnego dzień sportu i profilaktyki zdrowotnej w gm. Kowale Oleckie.
- 3) **Stowarzyszenie Przyjaciół Zespołu Szkół Licealnych i Zawodowych**, które zaproponowało następujące działania:
 - a. Aktywni w trosce o zdrowie „2 marsz Nordic Walking” Wiewiórczą Ścieżką i ognisko integracyjne.
 - b. Powstrzymać uzależnienia – zadanie cywilizacyjnej terażniejszości (wykład nt. uzależnień od narkotyków i paronarkotyków).
 - c. Razem zadbajmy o bezpieczeństwo – akcja propagująca bezpieczne zachowanie na drodze.
 - d. To śmieci tuczą dzieci – wykład z zakresu zdrowego odżywiania i warsztaty kulinarne.
 - e. STOP przemocy – reaguj, powiadom – wykład nt. bezpieczeństwa w sieci i miejscach publicznych.



- f. Czy wiesz co jesz – upowszechnianie wiedzy nt. składu produktów żywnościowych.
- g. Ćwiczyć każdy może – Fitness Ci w tym pomoże – zajęcia taneczne.

Kampanie przeprowadzono zgodnie ze scenariuszami. Biorąc pod uwagę założenia określone w scenariuszach założony cel kampanii został osiągnięty. Proponowane działania odnosiły się do sfery zagrożeń zdrowia i życia z powodu przyczyn zewnętrznych oraz ukierunkowane były na podniesienie wiedzy na temat tych zagrożeń oraz umiejętności ich redukcji wśród mieszkańców powiatu oleckiego, szczególnie kształtowanie zachowań prozdrowotnych.

b) Konkursy dla dzieci i młodzieży o tematyce zdrowotnej:

W maju 2015 r. ogłoszone zostały konkursy, których adresatami są dzieci oraz młodzież uczęszczająca do placówek oświatowych na terenie powiatu oleckiego. Konkursy dotyczą następujących tematów:

- a. Stop uzależnieniom, przemocy, dyskryminacji;
- b. Poruszam się bezpiecznie po drodze;
- c. Stres – zagrożeniem dla mojego zdrowia.

Każdy Konkurs odbywa się w czterech kategoriach wiekowych:

- a. kategoria I – dzieci przedszkolne i szkół podstawowych klasy I – III; kategoria II – młodzież szkół podstawowych klas IV – VI;
- b. kategoria III – młodzież szkół gimnazjalnych;
- c. kategoria IV – młodzież szkół ponadgimnazjalnych.

Hasło przewodnie konkursów to: „Zdrowie jest najcenniejsze trzeba o nie dbać”.

Cele konkursów są następujące:

- 1) wzrost świadomości występowania zagrożeń zdrowia i życia z powodu przyczyn zewnętrznych (urazy, wypadki, samobójstwa, utonięcia) oraz wzrost umiejętności ich redukcji wśród populacji mieszkańców powiatu oleckiego;
- 2) wzbudzenie zainteresowania realizacją projektu wśród dzieci, młodzieży i nauczycieli placówek oświatowych w powiecie oleckim;
- 3) zainspirowanie i zaktywizowanie środowiska szkolnego w zakresie działań prozdrowotnych,
tj. profilaktyki uzależnień, przemocy, dyskryminacji; wypadków komunikacyjnych; długotrwałego stresu i jego negatywnych skutków dla zdrowia;
- 4) kształtowanie postaw asertywnych wobec uzależnień;
- 5) kształtowanie zachowań wobec przemocy, dyskryminacji;
- 6) kształtowanie zachowań bezpiecznego poruszania się po drogach.

Rozstrzygnięcie konkursu nastąpiło na 02.12.2015 r. Do konkursu przystąpiło 180 uczniów różnych poziomów edukacyjnych. Wyłoniono 60 laureatów, którzy otrzymali z rąk Starosty Powiatu Oleckiego w dniu 16.01.2016 r. nagrody w postaci sprzętu informatycznego (laptopy, tablety).

Obecnie ogłoszona została II edycja konkursu w wyżej wymienionej tematyce. Nabór prac odbywać się będzie do 22.02.2016 r. Ponadto ramach



c) Ćwiczenia Służb Ratowniczych 29.06.2015 r. – 01.07.2015 r. odbyły się ćwiczenia Służb Ratunkowych.

W ćwiczeniach służb ratunkowych udział wzięły wszystkie służby powiatu współpracujące z systemem ratownictwa, tj.: Zespoły Ratownictwa Medycznego, Państwowa Straż Pożarna, Policja, WOPR, Służba Leśna, Pogotowie Gazowe, Pogotowie Energetyczne. Przeprowadzone seminarium z udziałem zaproszonych wykładowców - specjalistów i odpowiednia ilość przeprowadzonych ćwiczeń pozwoliła obiektywnie ocenić poziom przygotowania służb na wypadek takiego zdarzenia. Przeprowadzenie tego rodzaju ćwiczeń spowodowało również podniesienie poziomu świadomości i wzrost zaufania społeczeństwa do służb ratunkowych. Informacja o miejscu przeprowadzania ćwiczeń z zakresu symulacji wypadku masowego została podana do ogólnej wiadomości, aby każdy mógł te ćwiczenia obserwować.

W trzydniowym seminarium brali udział: OSP; PSP; lekarze, ratownicy medyczni i pielęgniarki zespołów ratownictwa. Zajęcia szkoleniowe zostały przeprowadzone przez pięciu wykładowców-instruktorów. W pierwszym dniu odbyły się wykłady (8 godzin) uzupełnione pokazami instruktorów. Drugi dzień to 8 godzin intensywnych ćwiczeń prowadzonych przez pięciu instruktorów jednocześnie. Do ćwiczeń zaproszono pozorantów przygotowywanych do ćwiczeń przez charakteryzatorkę. W trzecim dniu do udziału w ćwiczeniach zaproszono zespoły ratownictwa medycznego sąsiednich powiatów, ponieważ w przypadku wypadku masowego taka współpraca jest konieczna.

d) Mistrzostwa Służb Ratowniczych

W ramach projektu przeprowadzono 13.09.2015 r. jednodniowe Mistrzostwa Służb Ratowniczych z zakresu kwalifikowanej pierwszej pomocy. W trakcie mistrzostw drużyny z całego powiatu zmagaly się z zadaniami obejmującymi między innymi:

- resuscytację krążeniowo-oddechową,
- postępowanie w trakcie wypadku komunikacyjnego,
- zadania sprawnościowe.

Zorganizowanie takich mistrzostw pozwoliło porównać poziom udzielanych przez poszczególne jednostki świadczeń, ale przede wszystkim pomoże wyciągnąć wnioski pomocne przy poprawianiu i ujednocnianiu procedur. Zespoły zmierzyły się w pięciu konkurencjach – w tym test i jedna konkurencja sprawnościowa. Działania zespołów oceniła dziesięcioosobowa grupa sędziów. W zawodach wzięły udział zespoły, które rywalizowały ze sobą w poszczególnych zadaniach. Członkowie drużyn wykazywali swoje umiejętności w testach sprawnościowych oraz w symulacji wypadku komunikacyjnego. Zawodnicy przeprowadzali również resuscytację krążeniowo-oddechową oraz odbierali poród w warunkach polowych.

VIII. PROFILAKTYKA CHOROÓB I UMIERALNOŚCI Z POWODU ZEWNĘTRZNYCH PRZYCZYN

W ramach zadania zaplanowane zostały następujące działania:

a) Wzmocnienie potencjału kadr różnego sektora działającej na rzecz zdrowia

Na etapie przygotowywania projektu ustalono, iż zaangażowanie i stałe podnoszenie kwalifikacji kadr to jeden z ważniejszych aspektów zarządzania przez jakość, którego celem jest osiągnięcie długotrwałego sukcesu. Podwyższanie kwalifikacji kadr pozwoli na efektywniejsze ich wykorzystanie, wpłynie na sprawność i precyzyjność funkcjonowania całego systemu. W



związku z tym zaplanowano 20 różnego rodzaju form kształcenia, adresowanych do kadry różnego sektora działającej na rzecz zdrowia mieszkańców, w tym pracowników podmiotów leczniczych, służb bezpieczeństwa, kadry zarządzającej podmiotami różnego sektora (publicznego i niepublicznego).

Założono, że wyżej opisanym wsparciem objętych zostanie 165 osób. Natomiast ukończonych zostanie 500 osoboszkoleń (jedna osoba może uczestniczyć w kilku szkoleniach) – poziom wykonania wskaźnika jest na poziomie zerowym.

Dotychczas zorganizowano:

- studia podyplomowe z zakresu Coaching profesjonalny – metody i praktyka. Zajęcia realizowane są od 28.02.2015 r., w których bierze udział 10 osób. Zajęcia odbywają się w Akademii Leona Koźmińskiego w Warszawie. Zakończenie studiów podyplomowych planowane jest 21.02.2016 r.

- studia podyplomowe z zakresu przygotowania pedagogicznego, w których uczestniczy 10 osób. Zajęcia realizowane są od 03.10.2015 r. Odbywają się w Olecku, dokąd przyjeżdżają wykładowcy z Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Suwałkach. Zakończenie studiów podyplomowych planowane jest 20.03.2016 r.

b) Zapobieganie, wczesne wykrycie, zahamowanie postępu choroby

W celu zapewnienia wielodyscyplinarnego wsparcia grup szczególnego ryzyka, w ramach przedsięwzięcia zaplanowano do realizacji usługi profilaktycznego wsparcia ukierunkowane na zapobieganie umieralności lub zmniejszenie skutków zdarzeń zdrowotnych spowodowanych przyczynami zewnętrznymi. Wsparcie to realizowane jest w następujących formach:

- 1) Usługi Poradni Zdrowia Psychicznego (Środowiskowy Zespół Domowego Wsparcia Psychicznego)
- 2) Usługi rehabilitacyjne
- 3) Usługi wsparcia w Szkole Rodzenia
- 4) Usługi prawnika/doradcy w Poradni Prawno Obywatelskiej
- 5) Powiatowe Centrum Redukcji Stresu
- 6) Zajęcia ruchowo-relaksacyjne.

c) Usługi Poradni Zdrowia Psychicznego

Zadanie polega na udzielaniu świadczeń osobom z zaburzeniami psychicznymi, osobom uzależnionym i współzależnionym oraz rodzinie i najbliższemu otoczeniu. Świadczenia obejmują: porady, wizyty domowe lub środowiskowe, sesje psychoterapii, wywiad, ocenę stanu psychicznego i somatycznego, badania diagnostyczne, w tym laboratoryjne, ustalenie rozpoznania i planu terapeutycznego, ocenę postępów leczenia, wydawanie niezbędnych zaleceń odnośnie kontynuacji leczenia, czynności pielęgniarstwa, interwencję kryzysową, psychoterapię krótkoterminową, długoterminową, podtrzymującą, rodzinną, sesje wsparcia psychospołecznego.



Usługi świadczy Zespół realizujący powyższe świadczenia, w skład którego wchodzi: lekarz psychiatra, psycholog, pielęgniarka i pracownik socjalny. Wizyty odbywają się z zależności od stanu pacjenta i indywidualnych wskazań. Co najmniej raz w miesiącu usługi świadczy lekarz i pracownik socjalny i co najmniej po 2 razy w miesiącu pielęgniarka i psycholog. Ponadto pacjenci utrzymują kontakt telefoniczny z członkami Zespołu i mogą uzyskać ich pomoc według potrzeb po zgłoszeniu telefonicznym.

Założono, że wsparcie uzyska 60 osób i każda osoba była lub jest objęta opieką średnio przez okres 9,5 miesiąca. W 2015 roku z wyżej opisanych usług skorzystało 54 osoby (poziom wykonania wskaźnika - 90%).

Dla każdego pacjenta prowadzona jest dokumentacja zawierająca:

- 1) Skierowanie do Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 2) Indywidualną kartę pacjenta;
- 3) Indywidualny plan opieki Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 4) Kartę leczenia pacjenta Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 5) Kartę leczenia – wizyty kontrolne psychiatry Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 6) Kartę wizyt lekarza psychiatry Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 7) Indywidualny Program świadczeń psychologa dla pacjenta Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 8) Indywidualną kartę świadczeń psychologa dla pacjenta Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 9) Kartę wizyt psychologa Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 10) Indywidualną kartę pielęgnacji i obserwacji pacjenta Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 11) Kartę wizyt pielęgniarki Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 12) Indywidualny Program świadczeń pracownika socjalnego dla Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 13) Kartę realizacji świadczeń pracownika socjalnego dla pacjenta Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 14) Kartę wizyt pracownika socjalnego Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 15) Indywidualny program terapii zajęciowej dla pacjenta Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 16) Kartę wizyt terapeuty zajęciowego Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego;
- 17) Indywidualną kartę terapii zajęciowej dla pacjenta Środowiskowego Zespołu Domowego Wsparcia Psychicznego.

d) Usługi rehabilitacyjne

Usługi rehabilitacyjne świadczone są ofiarom wypadków, urazów. Usługi te świadczy Centrum Medyczne Zakładu Opieki Zdrowotnej OLMEDICA Sp. z o.o. Dokumentowanie usług odbywa



się na podstawie Indywidualnej Karty Zabiegów Rehabilitacyjnych oraz Zestawienia wykonanych świadczeń w ambulatorium / w domu pacjenta.

Zgodnie z założeniami projektu z usług powinno skorzystać 220 osób. W 2015 roku z wyżej opisanych usług skorzystało 243 osoby (poziom wykonania wskaźnika – 110,45%).

e) Usługi w Szkole Rodzenia

Zadanie to jest dedykowane kobietom ciężarnym, matkom dzieci do 3 miesiąca życia. Założono, że wsparcie w tej formie uzyska 120 osób. Szkoła Rodzenia pomoże przygotować się przyszłym matkom i ojcom do świadomego aktywnego porodu i macierzyństwa. Założono realizację 20 cykli szkoleniowych (cykl będzie obejmował 4 spotkania w miesiącu po 3 godziny), co przełoży się na realizację 240 godzin zajęć. Zajęcia prowadzone będą przez położną, psychologa, lekarza położnika-ginekologa, lekarza pediatrę, fizjoterapeutę, ratownika medycznego, radcę prawnego. W 2015 roku z wyżej opisanych usług skorzystało 54 osoby (poziom wykonania wskaźnika - 45%)

f) Usługi prawnika/doradcy w Poradni Prawno Obywatelskiej

W ramach projektu funkcjonuje od 02.03.2015 r. Poradnia Prawno Obywatelska. Zasady jej funkcjonowania określa *Regulamin udzielania porad prawnych i obywatelskich w Poradni Prawno Obywatelskiej (PPO) w Olecku i Terenowych Punktach Poradni (TPP) realizowanych w ramach projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego”*. Z oferty doradczej PPO i TPP skorzystać mogą osoby fizyczne zameldowane bądź zamieszkujące na terenie powiatu oleckiego oraz osoby z zaburzeniami psychicznymi (leczone w PZP i LU oraz ich rodziny, opiekunowie, środowisko), osoby objęte pomocą społeczną, bezrobotne, niepełnosprawne. Siedziba PPO znajduje się w Olecku, ul. Wojska Polskiego 13. Ponadto od czerwca planowane jest utworzenie Terenowych Punktów Poradni Prawno Obywatelskiej w gminach: Kowale Oleckie, Wieliczki.

W poradni świadczone są:

- **Poradnictwo prawne** – rozumiane jako skonkretyzowana informacja, mająca zastosowanie w konkretnej sprawie, oparta na danych i materiałach przekazanych przez klienta. Poradnictwo prawne świadczone samodzielnie przez prawnika.
- **Poradnictwo obywatelskie** – polegające na wyszukiwaniu w posiadanych zasobach informacyjnych różnych możliwości rozwiązania problemu, przedstawienie klientowi możliwych rozwiązań i ich konsekwencji, wsparcie klienta w dokonaniu wyboru sposobu postępowania z poszanowaniem jego samodzielności w podejmowaniu decyzji. Prowadzone jest przez doradców o różnej specjalności.

Powyższe usługi świadczy dwoje doradców (którzy są zaangażowani w celu udzielania bezpłatnych porad obywatelskich) oraz dwoje prawników (którzy są zaangażowani w celu udzielania bezpłatnych porad prawnych).

Udzielane porady obejmują sprawy z zakresu:

- prawa cywilnego,
- prawa rodzinnego,
- prawa pracy,



- ubezpieczeń społecznych,
- przepisów o pomocy społecznej,
- przepisów o systemie ochrony zdrowia,
- świadczeń społecznych,
- odwołań od decyzji administracyjnych,
- pomocy w sporządzaniu pozwów sądowych i innych pism procesowych,
- formułowania pism urzędowych,
- objaśnienia procedur sądowych w postępowaniu przed sądem.

Porady są udzielane podczas dyżurów pełnionych przez doradców i prawników wg miesięcznego harmonogramu, który jest podawany do publicznej wiadomości poprzez zamieszczenie na tablicy informacyjnej w Biurze projektu oraz na stronie projektu www.zdrowe.olecko.pl. Biuro jest czynne 5 dni w tygodniu po 9 godzin dziennie.

Porady udzielane są po uprzednim ustaleniu terminu z pracownikiem administracyjno-technicznym lub koordynatorem działań informacyjno-promocyjnym, który podczas rozmowy z klientem wstępnie ustala też zakres porady i po weryfikacji kieruje do odpowiedniego doradcy. Klient przed skorzystaniem z porady zobowiązany jest do zapoznania się z Regulaminem oraz do przekazania niezbędnych danych do wypełnienia Karty Doradczej, a także udostępnić doradcy lub prawnikowi do wglądu wszystkie dokumenty i informacje mające wpływ na właściwą ocenę problemu i udzielanie rzetelnej odpowiedzi.

Udzielona porada jest dokumentowana poprzez wypełnienie Karty Doradczej przez doradcę lub prawnika. Ponadto każda Karta Doradcza jest rejestrowana w prowadzonym Rejestrze udzielonych porad.

Karta doradcza składa się z 2 części. Pierwsza to oświadczenie klienta, iż jest on uprawniony do skorzystania z porady, zapoznał się z „Regulaminem udzielania porad prawnych i obywatelskich” i został poinformowany o współfinansowaniu projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu olecko” ze środków Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz z budżetu państwa oraz określenie rodzaju porady (prawna lub obywatelska). Natomiast druga część dotyczy udzielonej porady i zawiera takie informacje jak: data, godzina, rodzaj porady, miejsce udzielenia porady, płeć klienta, miejsce zamieszkania klienta (miasto/wieś), zakres udzielonej porady i podpis osoby udzielającej porady.

Porady udzielane są w wydzielonym pomieszczeniu z poszanowaniem fundamentalnych zasad:

- 1) poufności
- 2) bezpłatności,
- 3) rzetelności,
- 4) profesjonalizmu
- 5) samodzielności klienta,
- 6) dostępności porad,
- 7) jawności zasad.

Osoby udzielające porad podpisały deklarację bezstronności zobowiązując się tym samym, że nie będą kierowały się własnymi opiniami, przekonaniem i wartościami, nie będą oceniały klienta i jego działań, a także nie będą angażowały się po żadnej ze stron konfliktu.



Założono, że ze wsparcia skorzysta 1000 osób. W 2015 roku z wyżej opisanych usług skorzystało 642 osoby (poziom wykonania wskaźnika – 64,20)

g) Powiatowe Centrum Redukcji Stresu

Powiatowe Centrum Redukcji Stresu (PCRS) funkcjonuje od 16.02.2015 r. Zasady funkcjonowania Centrum określa *Regulamin świadczenia usług relaksacyjnych w Powiatowym Centrum Redukcji Stresu dla uczestników projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu olecko”*. W PCRS świadczone są usługi relaksacyjne, które obejmują:

1. Techniki redukcji stresu:

- 1) Autorelaksacja, trening autogeny;
- 2) Medytacja oddechowa – ćwiczenie świadomości;
- 3) Myślenie uważne – trening świadomości stanu ciała, myśli i uczuć;
- 4) Intencja paradoksalna - istotą tej techniki jest „zaprzagnąć tego, czego człowiek się boi”
- 5) Autosugestia i wizualizacja - uczestniczenie w wyobraźni w zmieniającej się rzeczywistości;
- 6) Pewność siebie i wiara w siebie – zewnętrzne ćwiczenia pewności siebie;
- 7) Zwijanie stresu każdego dnia – nauka codziennego schematu postępowania.

Zajęcia prowadzone z zastosowaniem dodatkowych elementów takich jak: aromatoterapia, muzykoterapia, wizualizacja.

2. Masaże relaksacyjne z zastosowaniem metody powodującej odprężenie, relaks oraz harmonię ciała i umysłu. Masaże oparte na klasycznym masażu z zastosowaniem dodatkowych elementów takich jak: aromatoterapia – stosowanie specjalnych olejków eterycznych lub z minerałami – oraz muzykoterapia.

3. Zajęcia relaksacyjne ruchowe. Trening relaksacyjny z nauką prawidłowego oddychania, radzenia sobie ze stresem. Zajęcia relaksacyjne prowadzone indywidualnie bądź grupowo. Grupy jednorodne tworzone wg wieku, płci. Zajęcia prowadzone z zastosowaniem dodatkowych elementów takich jak: aromatoterapia, muzykoterapia, wizualizacja.

Wsparcie oferowane w Powiatowym Centrum Redukcji Stresu adresowane jest do całej lokalnej społeczności, w tym szczególnie do grup podwyższonego ryzyka. Usługi relaksacyjne są udzielane podczas dyżurów pełnionych przez wykwalifikowaną kadrę zgodnie z rodzajem świadczeń. Świadczone są w Powiatowym Centrum Redukcji Stresu w Olecku ul. Wojska Polskiego 13. Wsparcie udzielane jest po uprzednim ustaleniu terminu z pracownikiem administracyjno-technicznym. Osoba, która chciałaby skorzystać z usług wypełnia i podpisuje oświadczenie, w którym oświadcza że zapoznała się z Regulaminem świadczenia usług relaksacyjnych w Powiatowym Centrum Redukcji Stresu dla uczestników projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego” oraz została poinformowana o współfinansowaniu projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego” ze środków Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz z budżetu państwa, a także wskazuje z jakiego rodzaju usługi chciałaby skorzystać. Wykonane usługi są zamieszczane w Rejestrze zrealizowanych usług (odpowiedniego wpisu dokonuje osoba realizująca świadczenie, a osoba korzystająca potwierdza fakt otrzymania usługi własnoręcznym czytelnym podpisem). Osoba realizująca świadczenie nie podejmuje decyzji za Świadczeniobiorcę, usługi udzielane są z poszanowaniem autonomii



Świadczeniobiorcy. Świadczenia udzielane są w wydzielonym pomieszczeniu z poszanowaniem fundamentalnych zasad intymności/poufności, bezpłatności, bezstronności oraz aktualności i rzetelności wiedzy.

Na potrzeby właściwej realizacji świadczeń w ramach Centrum zostały zakupione fotele relaksacyjne (5 szt.), masażery do stóp i łydek (5 szt.), materace rehabilitacyjne (5 szt.) radioodtwarzacz CD-MP3 i 6 płyt z muzyką relaksacyjną.

Założono, że ze wsparcia oferowanego w Powiatowym Centrum Redukcji Stresu skorzysta 500 osób i zrealizowanych zostanie 1248 godzin sesji relaksacyjnych. W 2015 roku z wyżej opisanych usług skorzystało 461 osób (poziom wykonania wskaźnika – 92,20

h) Zajęcia relaksacyjno- ruchowe

Usługi zajęć ruchowo relaksacyjnych to działanie projektowe skierowane do pracowników, zatrudnionych w następujących podmiotach:

- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Długoterminowej w Olecku Kolonia
- Olmedica Sp. z o. o. w Olecku
- Zespół Szkół Licealnych i Zawodowych w Olecku
- Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Olecku
- Komenda Powiatowa Policji w Olecku.

Usługi zajęć ruchowo relaksacyjnych zorganizowane są w obiekcie sportowo-rekreacyjnym „Lega” MOSiR w Olecku. Założono, że z usług skorzysta 520 osób (basen, sauna, ścianka wspinaczkowa - zajęcia pod opieką operatora, squash). W 2015 roku z wyżej opisanych usług skorzystało 226 osób (poziom wykonania wskaźnika – 43,46%).

i) Zajęcia relaksacyjno- ruchowe

W ramach projektu prowadzone są zajęcia relaksacyjno-ruchowe. Z tego wsparcia w ramach niniejszego działania korzystać mogą dzieci i młodzież ucząca się na terenie powiatu oleckiego. Dla młodzieży będą organizowane zajęcia relaksacyjno-ruchowe pn. „Twórcza redukcja stresu” z zakresu:

1. Zajmij ręce uwolnij umysł (zajęcia rękodzielnicze).
2. Teatr świątynią spokoju (zajęcia teatralne).
3. Kulinarne redukcja stresu (warsztaty kulinarne).
4. Sport to zdrowie (zajęcia sportowe zgodnie z zainteresowaniami odbiorców).

Założono udział 26 grup 12-18-osobowych. Każda grupa będzie miała po 48 godzin zajęć, łącznie 1248 godzin. W 2015 roku z wyżej opisanych usług skorzystało 591 godzin (poziom wykonania wskaźnika – 47,36%).

Celem realizacji działania jest poprawa samopoczucia psychicznego, ułatwienie radzenia sobie ze stresem i poprawa niektórych sprawności umysłowych (takich jak szybkość podejmowania decyzji, planowania, pamięć krótkookresowa), zmniejszenie poczucia niepokoju i poprawa jakości życia pracowników jednostek, które zadeklarowały udział w/w projekcie.



Wzmocnienie potencjału kadr różnego sektora działającej na rzecz zdrowia

Na etapie przygotowywania projektu ustalono, iż zaangażowanie i stałe podnoszenie kwalifikacji kadr to jeden z ważniejszych aspektów zarządzania przez jakość, którego celem jest osiągnięcie długotrwałego sukcesu. Podwyższanie kwalifikacji kadr pozwoli na efektywniejsze ich wykorzystanie, wpłynie na sprawność i precyzyjność funkcjonowania całego systemu. W związku z tym zaplanowano 20 różnego rodzaju form doszkalania, adresowanych do kadry różnego sektora działającej na rzecz zdrowia mieszkańców, w tym pracowników podmiotów leczniczych, służb bezpieczeństwa, kadry zarządzającej podmiotami różnego sektora (publicznego i niepublicznego).

Założono, że wyżej opisanym wsparciem objętych zostanie 165 osób. Natomiast ukończonych zostanie 500 osoboszkoleń (jedna osoba może uczestniczyć w kilku szkoleniach). Zrealizowano łącznie z zaplanowanymi (osoby zgłoszone na szkolenia) zrealizowano 471 osoboszkoleń (poziom wykonania wskaźnika – 94,20%).

Wykaz szkoleń:

Lp.	Nazwa szkolenia	Data	Liczba uczestników
1.	Szkolenie doskonalące Advanced Provider Course (ITLS)	01-03 czerwca 2015 r.	20
2.	Kurs „Przeszkolenie personelu na potrzeby otwarcia Szkoły Rodzenia”	07-15 sierpnia 2015 r.	4
3.	Kurs doskonalący dla ratowników medycznych	17-24 sierpnia 2015 r.	4
4.	Szkolenie doskonalące Advanced Life Support Provider Course (ALSPC)	18-19 września 2015 r. – I GRUPA	27
		20-21 września 2015 r. – II GRUPA	28
5.	Szkolenie doskonalące Advanced Provider Course (PALS)	02-03 października 2015 r. – I GRUPA	18
		04-05 października 2015 r. – II GRUPA	18
6.	ACLS Advanced Cardiovascular Life Support Provider Course.	Czerwiec 2015 r.	18
7.	Kurs Kwalifikowanej Pierwszej Pomocy (KPP) dla kierowców karetek nie posiadających tytułu ratownika medycznego	11-24 maja 2015 r.	5
8.	Kurs doskonalący dla ratowników medycznych – 3 osoby	17-24 sierpnia 2015 r.	3
9.	Szkolenia doskonalące dla lekarzy i pielęgniarek POZ z zakresu nowoczesnych standardów diagnostycznych i terapeutycznych,	01 lutego 2016 r.	20



	w tym wykrywania objawów depresji.		
10.	Kurs kwalifikacyjny dla pielęgniarek psychiatrycznych	Lipiec 2015 r. – styczeń 2016 r.	15
11.	Szkolenia dla lekarzy i pielęgniarek w zakresie przygotowania do prowadzenia edukacji pacjentów i rodzin pacjentów z nowo wykrytymi zaburzeniami psychicznymi	08 stycznia 2016 r.	20
12.	Szkolenia dla pracowników pomocy społecznej z zakresu postępowania z osobą z zaburzeniami psychicznymi, w tym osobami, które stanowią zagrożenie dla siebie lub dla otoczenia	05 stycznia 2016 r. 07 stycznia 2016 r.	20
13.	Kurs kwalifikowanej pierwszej pomocy, którego program określa Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Ministra Obrony Narodowej z dnia 12 grudnia 2008 r. w sprawie szkoleń w zakresie kwalifikowanej pierwszej pomocy.	09- 24 maja 2015r. 09-24października 2015r. 25 września - 24 października 2015r.	60
14.	Szkolenie doszkalające z zakresu - Trudne sytuacje z pacjentem zdenerwowanym i pacjentem o zwiększonych wymaganiach i roszczeniach	07 grudnia 2015 r. 08 grudnia 2015 r. 02 luty 2016 r.	60
15.	Kurs - stermotorzysty - policjanci KPP i strażacy KPPSP	15-17 czerwca 2015 r.	10
16.	Kurs – ratownik wodny – policjanci KPP i strażacy KPPSP	Sierpień 2015 r.	10
17.	Kurs prawa jazdy kategorii C – policjanci KPP i strażacy KPPSP	Lipiec 2015 r. – styczeń 2016 r.	11
18.	Budowanie zespołu, zarządzanie zespołem poprzez cele	9 grudnia 2015 r. 15 grudnia 2015 r. 14 marca 2016 r. - planowane 03 lutego 2016 r.	80
19	Dyskryminacja i mobbing w środowisku pracy – przyczyny występowania, metody unikania	16 grudnia 2015 r. 17 grudnia 2015 r. 04 stycznia 2016 r. 15 marca 2016 r. - planowane	80
Ogółem			(471 osoboszkoleń)



IX. INFORMACJA I PROMOCJA PROGRAMU

Działania promocyjno-informacyjne w projekcie realizowane są na podstawie „Planu działań informacyjno-promocyjnych”. Zgodnie z założeniami promocja odbywa się na bieżąco, a wszystkie działania w tym zakresie prowadzone są zgodnie z wytycznymi określonymi w Podręczniku Komunikacji i Identyfikacji Wizualnej i Załącznikiem 4 – Wymogi dotyczące informacji i promocji zamieszczone w Regulacji na temat wdrażania Mechanizmu Finansowego EOG oraz Norweskiego Mechanizmu Finansowego na lata 2009-2014.

W „Planie działań informacyjno-promocyjnych” określone zostały narzędzia działań informacyjnych i promocyjnych, są to:

1) Materiały drukowane:

- a. Naklejki promocyjne na samoprzylepnych arkuszach – 10 szt.
- b. Plakaty – 60 szt.
- c. Tablice informacyjne Billboard – 2 szt.
- d. Banery typu roll-up – 2 szt.
- e. Broszury (format 18x18 cm, 4-6 str.) – 1000 szt.
- f. Ulotki format A5 (4 str.) – 5000 szt.
- g. Materiały informacyjno-promocyjne dla uczestników konferencji i warsztatów – 5300 szt.

2) Promocja audiowizualna:

- a. Audycje radiowe w Radio 5 – 5 audycji 5 min., które będą dotyczyć profilaktyki zachorowalności i umieralności powiatu oleckiego, występującego z powodu przyczyn zewnętrznych.
- b. Reklamy radiowe w Radio 5 – 10 reklam po 100 słów,
- c. Strona internetowa – 1
- d. Transmisje w telewizji kablowej Marinex-Ampol – 16 miesięcy

3) Ogłoszenia w prasie:

- a. Gazeta Wyborcza (zasięg woj. warmińsko-mazurskie) – 7 ogłoszeń (1 na początku projektu, 1 na zakończenie, 5 w trakcie – raz na 4 miesiące)
- b. Gazeta Wyborcza (zasięg ogólnopolski) – 7 ogłoszeń (1 na początku projektu, 1 na zakończenie, 5 w trakcie – raz na 4 miesiące)
- c. Głos Olecka (1/4 strony) – 5 ogłoszeń raz na 4 miesiące
- d. Głos Olecka (moduł 40 x 35 mm) – 10 ogłoszeń 2-modułowych
- e. Głos Olecka – mini baner na stronie internetowej Głosu Olecka – 5 x 15.000 odślon.

Aneks do „Planu działań informacyjno-promocyjnych” zwiększono o 5 liczbę audycji radiowych, 7 artykułów jednostronitowych w prasie lokalnej, dotyczących zagadnień umieralności z powodu przyczyn zewnętrznych oraz 5 pięciominutowych spotów telewizyjnych, emitowanych po 4 razy w telewizji o zasięgu województwa warmińsko-mazurskiego

W ramach działań informacyjno-promocyjnych zamieszczono baner na stronie internetowej www.olecko.wm.pl, na portalu społecznościowym Facebook <https://www.facebook.com/Program-dla-Zdrowia-926046174101185/?ref=hl> umieszcza się



informacje o realizacji projektu, utworzono stronę internetową projektu www.zdrowe.olecko.pl, na której umieszcza się bieżące informacje z życia projektu. Ponadto informacje są publikowane w prasie, radiu, ogłoszeniach w telewizji, oraz poprzez działania takich jak spotkania informacyjno-promocyjne, konferencje, gdzie następuje bezpośrednie spotkanie z interesariuszami.

Przeprowadzono spotkania informacyjno-promocyjne:

- 1) 21.01.2015 – Świątajno
- 2) 22.01.2015 – Wieliczki
- 3) 27.01.2015 – Kowale Oleckie
- 4) 29.01.2015 – Olecko
- 5) 09.02.2015 – Połom
- 6) 20.02.2015 – Świątajno

Informacje o projekcie zostały zamieszczone na stronie internetowej Powiatu Oleckiego, a także na stronach internetowych m.in. takich jednostek jak: Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Długoterminowej, Stowarzyszenie Pomocy Społecznej i Ochrony Zdrowia im. św. Łukasza, Komendy Powiatowej Policji w Olecku. Na niniejszych stronach informowano przede wszystkim o realizacji projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego” informowano, iż działanie jest dofinansowane z Norweskiego Mechanizmu Finansowego oraz z budżetu państwa w ramach Programu Operacyjnego PL13: Ograniczanie społecznych nierówności w zdrowiu. W ogłoszeniach tych znalazła się informacja o formach wsparcia przewidzianych w ramach projektu, wskazane zostało miejsce, gdzie można uzyskać szczegółowe informacje, tj. adres biura projektu i strony internetowej utworzonej na potrzeby projektu.

Strona internetowa projektu znajduje się pod adresem www.zdrowe.olecko.pl zamieszczane są na niej informacje o działaniach podejmowanych w ramach projektu, a także poruszane są kwestie związane ze zdrowiem. Strona jest przystosowana dla osób niedowidzących, a informacje zamieszczane są w dwóch językach: polskim i angielskim.

Ponadto, w celu dotarcia do jak najszerszej grupy odbiorców utworzone zostało konto dotyczące projektu na portalu społecznościowym Facebook. Zamieszczane są tutaj informacje o rozpoczęciu i przebiegu poszczególnych działań projektowych wraz ze zdjęciami promującymi poszczególne działania. Konto prowadzone jest w sposób systematyczny.

Wszystkie materiały promocyjno-informacyjne oraz sprzęt zakupiony w ramach projektu, jak i miejsca jego realizacji zostały odpowiednio oznaczone logotypami grantodawcy wraz z informacją o dofinansowaniu przedsięwzięcia z Norweskiego Mechanizmu Finansowego oraz z budżetu państwa w ramach Programu Operacyjnego PL13: Ograniczanie społecznych nierówności w zdrowiu.

W ramach realizacji Zadania Informacja i promocja programu podjęto dotychczas następujące działania:

- 1) Opracowane zostały materiały drukowane
- 2) Realizowano promocję audiowizualną



Zastosowane formy promocji audiowizualnej.

Lp.	Forma promocji	Liczba zaplanowanych działań	Liczba zrealizowanych działań do I 2016 r.
1.	Audycja radiowa Radio (5 pięciominutowa)	10	6
2.	Reklama radiowa Radio 5 (po 100 słów)	10	8
3.	Strona internetowa	1	1
4.	Transmisja w telewizji kablowej Marinex-Ampol (16 miesięcy)	16	13
5.	Spoty telewizyjne (5-minutowe)	5 spotów x 4 emisje	3

3) Realizowano promocje poprzez zamieszczanie ogłoszeń w prasie

Zastosowane formy promocji w prasie.

Lp.	Rodzaj ogłoszenia	Liczba zaplanowanych ogłoszeń	Liczba opublikowanych ogłoszeń do I 2016 r.
1.	Gazeta Wyborcza (zasięg woj. warm.-maz. bez Braniewa i Elbląga – 5 x 6 cm)	7	6
2.	Gazeta Wyborcza (zasięg ogólnopolski)	7	4
3.	Głos Olecka (1/4 strony)	5	4
4.	Głos Olecka (40 x 35 mm – 2 moduły)	10	5
5.	Głos Olecka mini baner na stronie internetowej 15.000 odsłon	5	3
6.	Głos Olecka (1 strona)	7	4

Opracowała: Marzanna Pojawa-Grajewska



Zarząd Powiatu w Olecku

Dotyczy: Umowa nr 007/084/12/NMF/2015/00/2729/52 z dnia 10.03.2015 r. w sprawie projektu „Program dla zdrowia, pogody ducha i długich lat życia mieszkańców powiatu oleckiego”

1. Wartość projektu – 3 981 476,08 zł;
2. Otrzymana dotacja – 2 212 284,47 zł;
3. Zrealizowane wydatki do dnia 31.12.2015 r. – 2 573 293,36 zł; Ze środków własnych do końca roku 2015 r. na realizację projektu założono 361 008,89 zł;
4. Zaakceptowane wnioski o płatność za okres I-IV 2015 r oraz V-VIII 2015 r. Czekamy na weryfikację wniosku o płatność za okres IX-XII 2015 r.
5. Brak zagrożeń w postaci: zwrotów niewłaściwie wykorzystanej dotacji, korekt finansowych.

