

# AKTIVITY

# STÁTNÍHO ZDRAVOTNÍHO ÚSTAVU

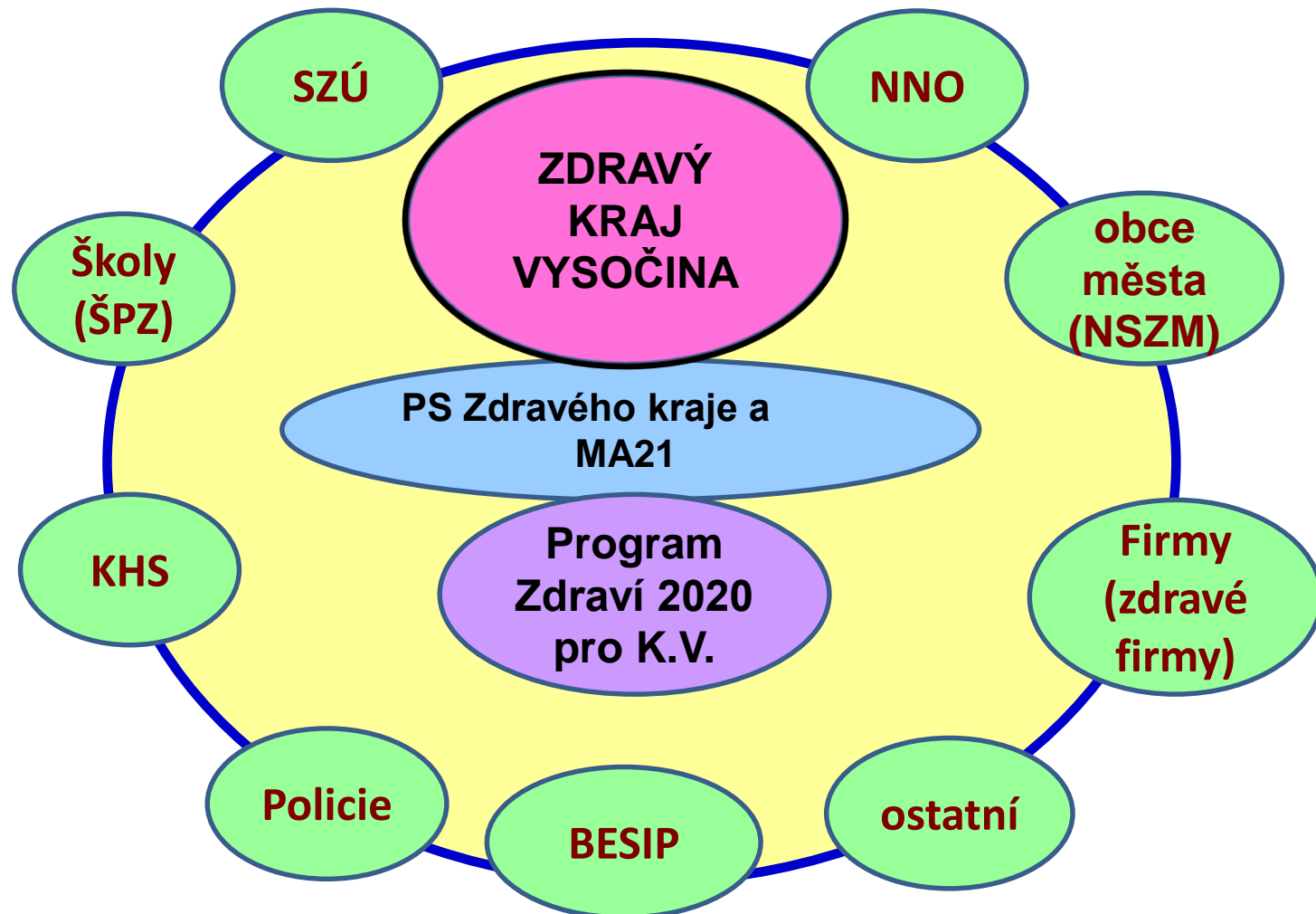
# V KRAJI VYSOČINA

**Jana Böhmová**

**Státní zdravotní ústav**  
regionální pracoviště Jihlava



# Spolupráce k podpoře zdraví a prevenci nemocí v Kraji Vysočina



# Státní zdravotní ústav

- založen v roce 1925 T. G. Masarykem
- státní příspěvkové zdravotnické zařízení zřizované MZ ČR
- nyní zřízen na základě Zákona č. 258/2000 Sb. o ochraně veřejného zdraví
- 6 regionálních pracovišť, vč. Jihlavy



# Vybrané aktivity a projekty SZÚ v Kraji Vysočina

- **Program prevence dětských úrazů**
- **Projekty podpory zdraví :**
  - \* Mozaika zdraví
  - \* Prevence úrazů pro MŠ
  - \* Zubař je náš kamarád
  - \* Pohybem proti obezitě / Děti na startu
  - \* Parky v pohybu
  - \* Seniozem v pohodě
- **Programy a akce v prevenci HIV/AIDS a STD vč. Poradny AIDS**
- **Poradna zdraví a zdravého životního stylu**
- **Dny zdraví, Veletrhy zdraví, Krajský Diabetologický den...**
- **Podpora zdraví pro osoby se zdravotním postižením a osoby z vyloučených lokalit (snižování zdravotních nerovností)**
- **Prevence rakoviny prsu a varlat (Zdravá prsa a Zdravé koule)**
- **Kurzy 1. pomoci**
- **Konference, semináře, besedy, výuka na školách...**
- **Ediční činnost**
- **Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina**

# Program prevence dětských úrazů

pro žáky 3. tříd ze všech ZŠ v Kraji Vysočina  
od roku 2011 každým rokem



- **ZVM - pracovní sešit, Co udělám, když..., Záložka, Pracovní karty, Metodické listy**

- **Cyklus 3 besed (prevence úrazů – 1. pomoc – dopravní výchova)**

v roce 2018: 95 ZŠ – 133 tříd – cca 2 400 žáků

za 7 let již zapojeno: 490 ZŠ – 715 tříd – přes 13 tis. žáků

- **Výtvarná soutěž**

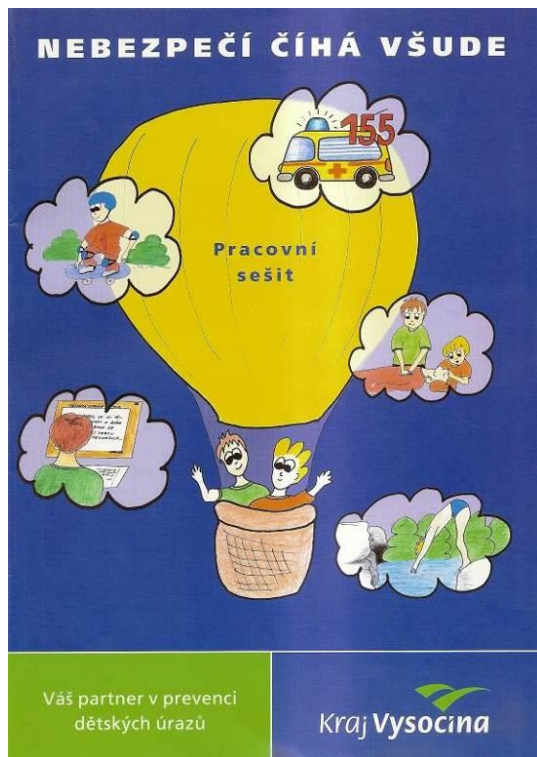
pro vybrané ZŠ, každým rokem

cca 300 - 400 autorů, hodnotné ceny



**Společně se Zdravá Vysočina, z.s. a ČČK**

# Program prevence dětských úrazů



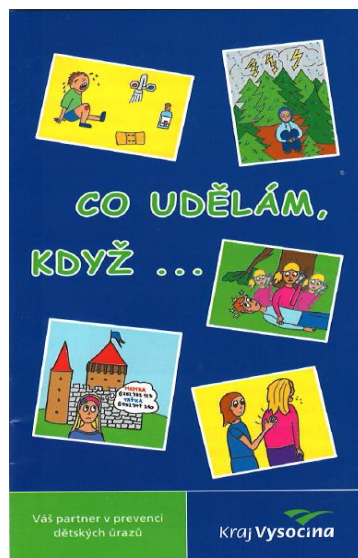
Pracovní sešit



Záložka do sešitu



Pracovní karty – 12 ks



Brožurka 1. pomoci

## METODICKÉ LISTY

k pracovnímu sešitu „Nebezpečí čihá všude“

# Prevence úrazů pro MŠ

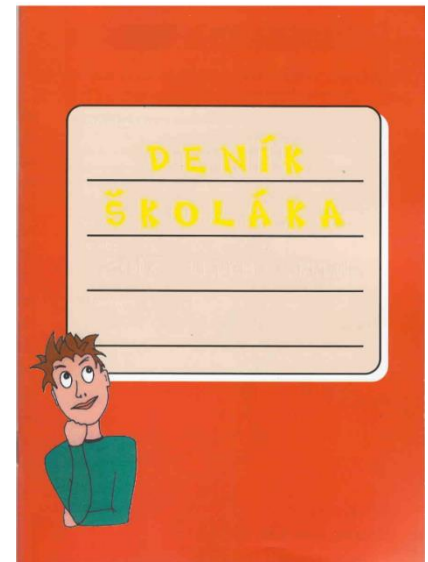


- Publikace (metodika) pro učitelky MŠ
- Semináře pro učitelky MŠ (880) ve všech krajích ČR



# Mozaika zdraví

- Náš každoroční projekt podpory zdraví pro žáky ZŠ a SŠ, realizovaný i v dalších 5 krajích ČR
- Publikace **Deník školáka** – pro všechny žáky 4. tříd ZŠ v Kraji Vysočina – 64 stran, kromě zdravotně výchovných článků i diář pro poznámky a úkoly, rozvrh hodin, hádanky, kvízy...
- Interaktivní akce se 4 stanovišti (cca 25 akcí / rok v Kraji Vysočina)
- Výstava výukových tabulí a interaktivních materiálů (i k zapůjčení)
- Měření krevního tlaku, BMI, % tělesného tuku





# Mozaika zdraví



**Výstava výukových tabulí**



**Stanoviště**



**Výstava interaktivních materiálů**



**Měření krevního tlaku**

# Zubař je náš kamarád

- Program pro děti v MŠ a na 1. stupni ZŠ
- Zaměřen na **hygienu dutiny ústní**, ale také na osobní hygienu, správnou výživu a pohybové aktivity



# Seniorem v pohodě

- Projekt podporovaný Městem Jihlava realizace ve spolupráci se z. s. Zdravá Vysočina
- **Pravidelná každotýdenní setkání se seniory** – přednášky, besedy, cvičení, vyšetřování, venkovní akce



# Pohybem proti obezitě

- **Východiskem projektu je:**  
Pohyb a zájmová činnost je prevencí nejen nadváhy a obezity, ale i různých patologických jevů
- **Poradna** pro děti s nadváhou a obezitou
- Skupina dětí s nadváhou se schází **každý týden** – přednášky, besedy, poradenství, cvičení, venkovní akce...
- Podpora ze strany Města Jihlava, spolupráce Zdravá Vysočina, z.s.



# Parky v pohybu

**Pravidelná letní cvičení  
v parku s lektorkou pro  
širokou veřejnost**



# Děti na startu

- Dvoudenní školení učitelů/učitelek MŠ a ZŠ zaměřená na všeobecnou pohybovou přípravu dětí pod vedením profesionálních lektorů
- V Kraji již 2x – proškoleno 84 učitelů

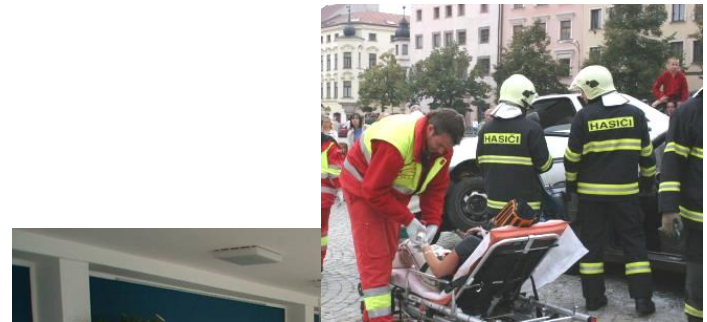




# Dny zdraví, veletrhy zdraví a podobné akce

- každoročně **Jihlavský den zdraví** na hlavním jihlavském náměstí
- **další města** (Pelhřimov, Hodice...)
- **Nemocnice** (Jihlava, Třebíč, NMNM...)
- Akce s **Ligou proti rakovině**
- **Veletrhy zdraví na ZŠ**
- **Krajský Diabetologický den (XI.)**

vyšetřování a měření ukazatelů zdraví, poradenské a konzultační služby, ZVM, doprovodné akce...





# Besedy, přednášky, výuka...

- Zdravý životní styl (akce) **Světový den zdraví pro neslyšící**
- Akce pro osoby se zdravotním postižením (např. **v Tyflocentru**)
- Akce pro osoby „sociálně vyloučené“ s cílem snižování zdravotních nerovností (př. pro romskou populaci, ve **Vrak Baru...**)
- Pravidelná **výuka na VOŠ a VŠPJ** – zdravotníci, farmaceuti a sociální pracovníci – podpora zdraví, prevence nemocí, epidemiologie, infektologie...

# Prevence rakoviny prsu a varlat program „Zdravá prsa“ a „Zdravé koule“

- U těchto častých a významných nemocí je velmi důležitá tzv. **sekundární prevence**, vč. samovyšetření
- Program pro žáky **SŠ**
- Po úvodní odborné přednášce a instruktážních filmech spojené s besedou následují **nácviky samovyšetření** prsu a varlat na modelech
- Ověření znalostí testem



# Kurzy 1. pomoci pro firmy, skupiny...

Většinou v rozsahu 4 – 6 hodin:

- přednášky, video instruktáže
- nácviky – KPR
- řešení různých akutních situací
- simulace dopravní nehody
- závěrečný test
- vyhodnocení



# Poradna zdraví a zdravého životního stylu

- Projekt podporován z dotačního programu MZ
- **Nejčastěji řešeným problémem je**  
obezita,  
vysoká hladina cholesterolu,  
nezdravý životní styl...
- Poradna je otevřena **pro širokou veřejnost,**  
často doporučení od praktických lékařů
- **Opakované návštěvy – poradenství,**  
analýzy jídelníčku, měření na „Body in“,  
vyšetření cholesterolu, cukru



**Děkuji za pozornost**

**Státní zdravotní ústav  
Vrchlického 57  
Jihlava**

[jana.bohmova@szu.cz](mailto:jana.bohmova@szu.cz)

