



ZESPÓŁ SZKÓŁ
ELEKTRONICZNYCH,
ELEKTRYCZNYCH
i MECHANICZNYCH
IM. JĘDRZEJA ŚNIADECKIEGO
W BIELSKU-BIAŁEJ

HONOROWE KRWIODAWSTWO W ZSEiEM



CELE AKCJI

- ♥ Szerzenie oświaty zdrowotnej.
- ♥ Wykształcenie i utrwalenie wśród młodzieży postawy odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych.
- ♥ Wykształcenie postawy wrażliwości na los innych.
- ♥ Wykształcenie postawy aktywnego uczestnictwa w życiu szkoły i środowiska lokalnego.
- ♥ Rozwijanie odpowiedzialności ucznia za działania podejmowane w najbliższym otoczeniu.
- ♥ Wykształcenie przekonania o konieczności utrzymania prawidłowych parametrów krwi.
- ♥ Wykształcenie przekonania, że oddawanie krwi jest całkowicie bezpieczne dla zdrowia.
- ♥ Propagowanie honorowego krwiodawstwa.
- ♥ Propagowanie PCK jako organizacji społecznej.

FOTOREPORTAŻ Z AKCJI

8 marca 2006 roku w auli Naszego Zespołu Szkół odbyła się prelekcja pod hasłem „**Zostań honorowym dawcą krwi**”. Wykład na ten temat wygłosił **Przewodniczący Śląskiej Okręgowej Rady Honorowego Krwiodawstwa - Pan Stefan Kurdek**.

W spotkaniu brała udział młodzież pełnoletnia klas programowo najstarszych czyli klasy III liceum profilowanego oraz klasy III i IV technikum (ok. 250 uczniów).



Podczas prelekcji omówiona została historia Polskiego Czerwonego Krzyża oraz cele i idee Honorowych Dawców Krwi. Młodzież dowiedziała się jakie są wymagania i przeciwwskazania, aby zostać honorowym dawcą krwi. Po wykładzie wywiązała się żywa dyskusja, co było dowodem, iż młodzież z wielkim zainteresowaniem podeszła do tematu. W trakcie spotkania ustalono, iż **5 kwietnia odbędzie się Akcja Honorowego Oddawania Krwi w naszym Zespole Szkół**.

„KREW SIĘ POLAŁA

♥ **5 kwietnia 2006 roku** przed godziną **9⁰⁰** zaparkował przed wejściem do Naszej Szkoły specjalistyczny ambulans do pobierania krwi.



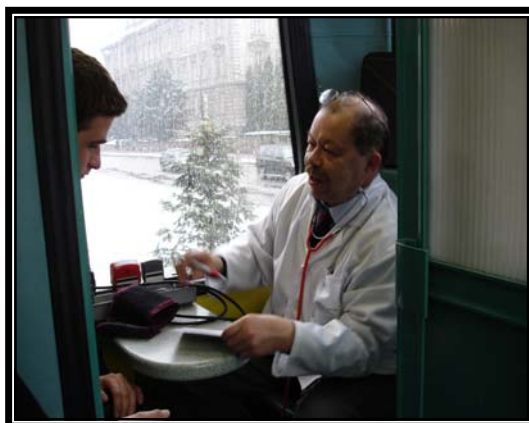


- ♥ Akcję uroczyste rozpoczął **Pan Dyrektor Zespołu mgr Jan Dzida i Przewodniczący PCK HDK Pan Stefan Kurdek.**

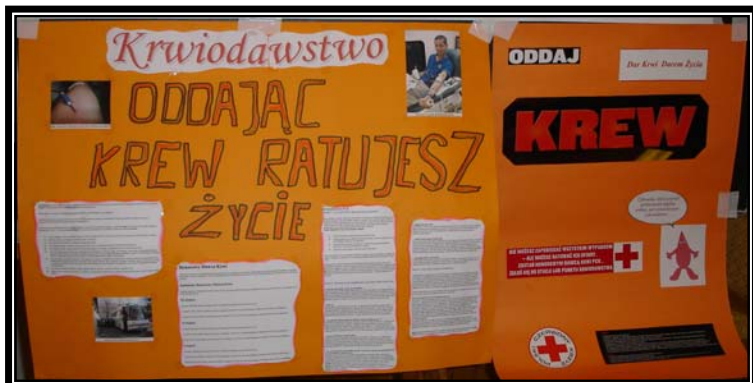
W ambulansie na młodzież oczekiwała uśmiechnięta grupa obsługi medycznej.

- ♥ Wszyscy chętni byli kwalifikowani do oddania krwi przez lekarza na podstawie wypełnionego kwestionariusza, wyników badań laboratoryjnych oraz szczegółowego wywiadu i badania lekarskiego.

Pan Marek Graczyński – Kierownik oddziału zamiejscowego Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa.



- ♥ W tym szczególnym dniu cała Nasza szkoła została oplakatowana pracami wykonanymi przez uczniów. Starannie wykonane, różnymi technikami plakaty zachęcały do oddania krwi.



- ♥ Hol główny naszej szkoły stał się „Głównym Sztabem Dowodzenia”.



- ♥ Odbywała się tam rejestracja dawców, którzy wypełniali kwestionariusze z pytaniami o stan zdrowia.

- ♥ Spragnionych obsługa medyczna częstowała kawą i herbatą.



- ♥ Ostatnie wątpliwości wyjaśniał osobiście Pan Przewodniczący PCK HDK.

- ♥ Do oddania krwi przystąpiło **127 osób**. Po wstępnych badaniach i rozmowie z lekarzem **krwę mogło oddać 116 osób**. Wśród Dawców byli również pracownicy szkoły.



- ♥ Nad przebiegiem akcji czuwał **Pan Dyrektor mgr Józef Szewczyk**, który dodawał Dawcom otuchy.



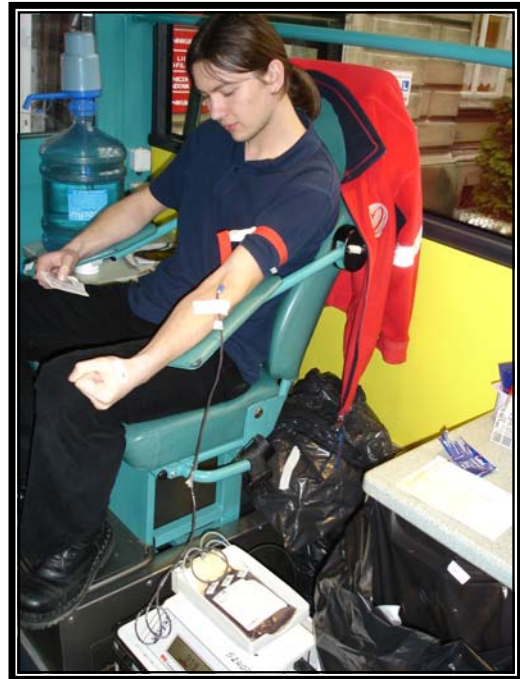
- ♥ Młodszych kolegów wspierał organizator akcji uczeń IV TE₂ **Konrad Suchodolski** – Honorowy Dawca Krwii Ratownik PCK.



- ♥ Krew oddawali nie tylko chłopcy, dzielne i odważne były również dziewczęta.

♥ Tak wygląda stanowisko do oddawania krwi.

Krew pobierana była jałowym sprzętem jednorazowego użytku, z żyły w zgięciu łokciowym. Każdy Dawca oddał ok. 450 ml krwi, która magazynowana była w plastikowych pojemnikach z płynem konserwującym. Czas trwania zabiegu wynosił ok. 10 minut.



♥ Po oddaniu krwi każdy dawca otrzymał posiłek regeneracyjny (czekolady, batoniki, konserwa mięsna, kawa) i był zwolniony z zajęć szkolnych.

♥ **Łącznie podczas akcji, która trwała ok. 6 godzin w Naszym Zespole Szkół oddano 56 litrów tego „cennego płynu”.**

♥ Nasze przedsięwzięcie nagłośniły lokalne media i prasa:

- Radio Bielsko (wiadomości 5.IV.2006)
- Dziennik Zachodni nr 82 i 83 (;artykuły: 6.IV.2006 i 7.IV.2006)

– Artykuł z 6.IV.2006r.

Uczniowie i nauczyciele bielskiego „mechanika” oddali krew

Czerwona środa

BIELSKO-BIAŁA

Gabrysia Moskała, tegoroczna maturzystka liceum profilowanego, zaciska pięść, po chwili luzuje dłoń. Nigdy wcześniej nie oddawała krwi w akcji.

– Wcale się nie bałam. Nie ma czego – mówi uśmiechając się.

Obok na fotelu siedzi nauczyciel wuefu. Ambulans Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa z Katowic pełen jest uczniów Zespołu Szkół Elektronicznych, Elektrycznych i Mechanicznych. Spory ogonek odważnych młodych ludzi czeka na swoją kolej przed drzwiami holu szkoły. Wczoraj w bielskim „mechaniku” odbyła się pierwsza zbiórka krwi. Już wiadomo, że nie ostatnia. We wrześniu planowana jest kolejna, razem z happenin-giem.

– Odzew jest ogromny – cieszy się Jolanta Kujawska-Tomaszuk, nauczycielka biologii, jedna z inicjatorek szkolnej akcji krwiodawstwa. Uczniowie bielskiego ZSE-EiM już wcześniej bardzo chętnie uczestniczyli w innych honorowych zbiorcach na terenie całego miasta. Po raz pierwszy jednak mogli oddać życiodajny płyn przed własną szkołą, w dodatku razem ze swoimi nauczycielami. Miesiąc temu w zespole szkół przy ul. Słowackiego honorowi dawcy przeprowadzili prelekcje, na kartachach uczniowie rozwiesili wykonane przez siebie plakaty z hasłami: „Oddaj krew, uratuj życie” czy „Podaruj krew komuś, kto ma jej mało”. Zgłoszeń na kilka dni przed samą akcją było mnóstwo.

– Mają świadomość tego, że wybrali strzykawkę, która niesie radość. Jak są ważni, bo dzięki ich krwi ktoś będzie żył – mówi Stefan Kurdek, przewodniczący Śląskiej Okręgowej Rady Honorowego Krwiodawstwa PCK. Poza tym, kto oddał raz, odda ponownie. Tak jak Konrad Suchodolski, uczeń czwartej klasy technikum ZSE-EiM, honorowy dawca, ratownik Grupy Ratownictwa Drogowego PCK (uczestniczył w akcji ratunkowej po zawaleniu się hali w Katowicach). Dwa lata temu oddał krew po raz pierwszy, do tej pory – ponad 4 litry. (LRK)

56 LITRÓW

Do wczorajszej akcji zbiórki krwi w Zespole Szkół, Elektronicznych, Elektrycznych i Mechanicznych zgłosiło się 127 chętnych. Krew mogło oddać 116 osób. Akcja trwała blisko 6 godzin. W tym czasie udało się zebrać 56 litrów krwi. (LRK)



– Artykuł z 7.IV.2006r.

BIELSKO-BIAŁA

Oddali 56 litrów

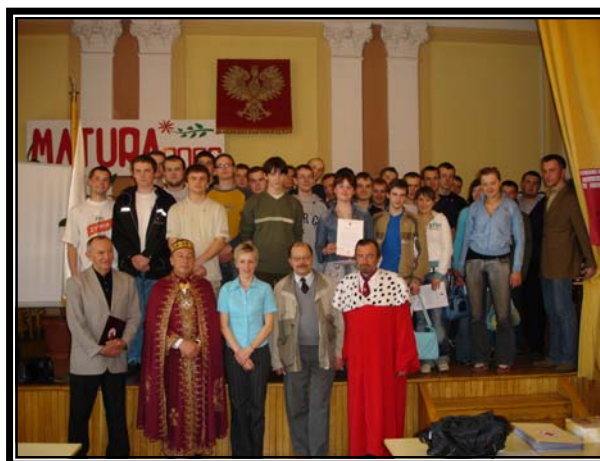
Prawie sześć godzin trwała środowa zbiórka krwi w bielskim „mechaniku”. Do zaparkowanego przed szkołą ambulansu Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa z Katowic ustawił się długi ogonek. Życiodajnym płynem podzielili się uczniowie Zespołu Szkół Elektronicznych, Elektrycznych i Mechanicznych oraz ich profesorowie – w sumie 116 osób (chętnych było 127). Wszyscy zostaną uroczystie pasowani na honorowych dawców. Podczas akcji zebrano 56 litrów krwi. Zbiórka była organizowana w zespole po raz pierwszy, ale uczniowie włączali się już wcześniej w wiele innych w Bielsku. Jolanta Kujawska-Tomasik, jedna z inicjatorek, zapowiada, że kolejna szkolna akcja honorowego krwiodawstwa planowana jest na wrzesień. (LRK)



„UROCZYSTE PASOWANIE NA HONOROWEGO DAWCĘ KRWI”

25 kwietnia w auli Naszej szkoły odbyło się
Uroczyste Pasowanie na Honorowego Dawcę Krwi.

Każda osoba, która podczas akcji 5 kwietnia oddała krew otrzymała podziękowania list gratulacyjny i legitymację Honorowego Dawcy Krwi. Uroczystość poprowadzili **Przewodniczący Śląskiej Okręgowej Rady Honorowego Krwiodawstwa p. Stefan Kurdek, Wiceprzewodniczący Śląskiej Okręgowej Rady Honorowych Krwiodawców p. Antoni Walaszek i Kierownik Bielskiego Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa p. Marek Graczyński.**



Organizatorzy akcji: mgr J. Kujawska-Tomasik,
mgr B. Wróbel,
Konrad Suchodolski.

CO KAŻDY UCZEŃ ZSEEM WIEDZIEĆ POWINIEN !!!!!

MOŻESZ ZOSTAĆ HONOROWYM KRWIODAWCĄ:

- ♥ Jeżeli jesteś w wieku od 18 do 65 roku życia i ważysz co najmniej 50 kilogramów.
- ♥ Jeżeli w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie wykonano u Ciebie akupunktury, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała.
- ♥ Jeżeli w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie miałeś wykonanych diagnostycznych badań i zabiegów endoskopowych (gastroskopii, panendoskopii, arthroscopii, laparoskopii).
- ♥ Jeżeli w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie byłeś leczony krwią i jej składnikami.
- ♥ Nie mogą oddawać krwi osoby odbywające karę pozbawienia wolności i w okresie 6 miesięcy po opuszczeniu zakładu karnego.
- ♥ Osoby, które przebywały w Afryce Środkowej i Zachodniej oraz Tajlandii mogą oddać krew po 6 miesiącach od powrotu, jeżeli nie zauważyły u siebie żadnych objawów chorobowych.
- ♥ Nie wolno oddawać krwi podczas ciąży i w okresie karmienia piersią oraz:
 - 6 miesięcy po porodzie,
 - 3 miesiące po zaprzestaniu karmienia piersią,
 - 6 tygodni po poronieniu.
- ♥ Możesz oddać krew po 6 miesiącach po zabiegach chirurgicznych.
- ♥ Można oddać krew 4 tygodnie od czasu wyzdrowienia po przebyciu choroby zakaźnej.
- ♥ Po przebyciu grypy, zakażenia grypopochodnego lub infekcji z gorączką powyżej 38°C krew można oddać co najmniej 2 tygodnie od czasu ustąpienia objawów i wyzdrowienia.
- ♥ Krew można oddać 2 tygodnie po zakończeniu leczenia antybiotykami.
- ♥ Nie należy oddawać krwi w okresie miesiączkowania i 3 dni po zakończeniu miesiączki.
- ♥ Należy wstrzymać się z oddawaniem krwi 7 dni po usunięciu zęba, 24 godziny po leczeniu zachowawczym u stomatologa,
- ♥ Krew można oddać po 48 godzinach po szczepieniu przeciwko grypie i żółtacze oraz po podaniu anatoksyny przeciwwężcowej.
- ♥ Przyjmowanie leków antykoncepcyjnych, leków hormonalnych stosowanych w okresie menopauzy oraz leków hipotensyjnych nie stanowi przeciwwskazania do oddawania krwi.

KTO NIE MOŻE ODDAWAĆ KRWI!

- ♥ Osoby, które przebyły lub są chore na żółtaczkę zakaźną.
- ♥ Nosiciele wirusa HIV i chorzy na AIDS.
- ♥ Chorzy na choroby weneryczne.
- ♥ Chorzy na gruźlicę.
- ♥ Chorzy na padaczkę.
- ♥ Chorzy na choroby nowotworowe.
- ♥ Chorzy na choroby układu krążenia (wady serca, choroba wieńcowa, zawał mięśnia sercowego).
- ♥ Alkoholicy, narkomani.
- ♥ Chorzy na cukrzycę.
- ♥ Chorzy na łuszczycę.
- ♥ Osoby, które przebywały w okresie 01.01.1980 r. do 31.12.1996 r. łącznie przez 6 miesięcy lub dłużej w Wielkiej Brytanii, Francji, Irlandii.
- ♥ Chorzy na chorobę Creutzfeldta-Jakoba.
- ♥ Osoby leczone hormonem wzrostu.
- ♥ Osoby po przeszczepie rogówki, opony twardej lub komórek ośrodkowego układu nerwowego.
- ♥ Chorzy na malarię lub osoby, które przyjmują leki przeciwmalaryczne.
- ♥ Osoby po resekcji żołądka, po usunięciu tarczycy lub nerki.
- ♥ Chorzy z miażdżycą, po udarach mózgowych i osoby z rozległymi żylakami.

ODDAWANIE KRWI – KROK PO KROKU

- ♥ Zarezerwuj sobie około godziny czasu, weź dowód tożsamości oraz zjedz beztłuszczowy posiłek.
- ♥ Zgłoś się do rejestracji dawców i wypełnij kwestionariusz z pytaniami o Twój stan zdrowia.

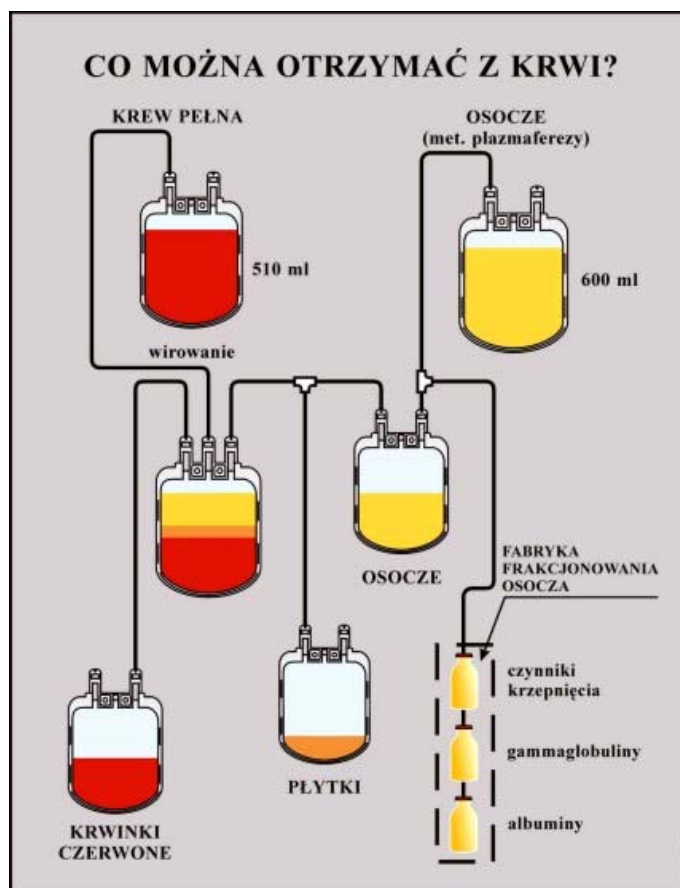
Zostanie pobrana d Ciebie próbka krwi na wstępne badanie (morfologia), a po kilku minutach zostaniesz wezwany do gabinetu lekarskiego, gdzie lekarz zakwalifikuje Ciebie do oddawania krwi lub jej składników, albo wyjaśni dlaczego dziś nie możesz Oddać krwi.

- ♥ Oddawanie krwi pełnej – wybierz rękę, z której chcesz oddawać krew, usiądź wygodnie na fotelu i zanim minie 10 minut oddasz jedną jednostkę krwi (450 ml.). Oddawanie składników krwi różni się czasem i technicznym sposobem pobierania.
- ♥ Wypocznij jeszcze przez około 10-15 minut i odbierz posiłek regeneracyjny, który ma uzupełnić Twój ubytek energetyczny. Możesz też otrzymać zaświadczenie zwalniające w dniu oddawania krwi ze szkoły lub pracy.

Cały proces oddawania krwi pełnej trwa zwykle mniej niż jedną godzinę. Większość ludzi czuje jedynie lekkie ukłucie igłą, a samo oddawanie krwi jest bezbolesne.

Tylko jednorazowy sprzęt używany jest do podczas donacji. Nie obawiaj się zarażenia wirusem HIV czy żółtaczki !!!!!

Krew oddaje się zwykle w stacjach krwiodawstwa (stacjonarnych lub mobilnych - w specjalnych autobusach zw. *wampirobusami*). Można to robić honorowo lub odpłatnie. Krew można oddawać co 2 (mężczyźni) lub 3 (kobiety) miesiące.



POLSKI CZERWONY KRZYŻ (PCK) - masowa organizacja społeczna, powołana w 1919 roku do realizowania zadań Czerwonego Krzyża; działa w szkołach, zakładach pracy i innych środowiskach; początkowo zajmował się niesieniem pomocy ofiarom I wojny światowej i ofiarom epidemii, później szkoleniem ratowników sanitarnych, pomocniczych kadr pielęgniarskich na wypadek klęsk żywiołowych i wojny. W czasie II wojny światowej działalność PCK została bezprawnie ograniczona; skupiła się na akcji poszukiwawczej, pomocy jeńcom wojennym, więźniom obozów koncentracyjnych, wysiedleńcom i partyzantom, szkoleniu ratowników sanitarnych. Po wojnie PCK niósł pomoc ofiarom wojny, zorganizował ok. 200 stacji pogotowia ratunkowego, stacje krwiodawstwa, zakłady lecznicze i opiekuńcze oraz szkoły pielęgniarskie, prowadził poszukiwania osób zaginionych i akcję łączenia rodzin. Obecnie do jego zadań należy:

- ♥ Upowszechnianie idei i zasad humanitarnych.
- ♥ Szerzenie oświaty zdrowotnej.
- ♥ Propagowanie honorowego krwiodawstwa.
- ♥ Szkolenie i organizowanie zespołów sanitarnych dla obrony cywilnej.
- ♥ Opieka nad samotnymi i chorymi, pomoc niepełnosprawnym.
- ♥ Poszukiwanie ofiar wojen.
- ♥ Udział w międzynarodowych akcjach pomocy ofiarom wojen i klęsk żywiołowych oraz w rozwijaniu międzynarodowego prawa humanitarnego.

**W NASZYM MIEŚCIE KREW MOŻNA ODDAĆ NA ULICY LISTOPADOWEJ 33,
NR TEL. 033 822 18 39**

Ponadto sprawdź w internecie: www.rckik-katowice.com.pl
e-mail: rckik@rckik-katowice.com.pl

Autor zdjęć i opracowania: J. Kujawska-Tomasik