

NEWSLETTER 3/2025

PROJEKTU ZDRAVÝ KRAJ A MA21

07.10.2025



**zdravý
kraj**

jihomoravský kraj



místní Agenda 21

OBSAH VYDÁNÍ:

Str. 2: Akce léto a září

Str. 7: Bezpečně v kyberprostoru

Str. 7: Podzimní škola NSZM a
soutěž Dobrá praxe

Str. 8: Další pozvánky a tipy

Vážené čtenářky a vážení čtenáři,

v podzimním čísle Newsletteru se podíváme nejen na proběhlé akce za srpen a září, kterých bylo opravdu velké množství, ale také na příležitosti ke sdílení dobré praxe.

Prostor dáme i našemu dílčímu projektu Bezpečně v kyberprostoru, kde si krátce objasníme i aktuální hrozby.

Přineseme rovněž několik tipů na různé akce a přiložíme pozvánku na Podzimní školu NSZM.

Krásný podzim přeje koordinátorka Projektu Zdravý kraj a místní Agenda 21 (PZK a MA 21), Ing. Šárka Žižlavská.

Akce léto a září

K letnímu období patří určitý útlum aktivit. To ale neznamená, že by se v našem Projektu vůbec nic nedělo. V rámci **Festivalu plného chutí v Letovicích** 9. srpna proběhla preventivní kontrola znamének ve spolupráci se spolkem **Nebýt na to sama**. Kontrolu prováděl dermatolog MUDr. Filip Skokan z Fakultní nemocnice u sv. Anny v Brně. A pro informaci všech, žádný záchyt rakovinotvorného melanomu se nekonal.

Další zastávkou pro Nebýt na to sama s kontrolou znamének byly **Ždánice** 28. září.

Kontrola znamének se chystá ještě v následujících municipalitách:

22. 11. Otnice

Preventivní akce v edukaci samovyšetření prsou a varlat se chystá v těchto municipalitách:

11. 10. Znojmo

15. 10. Vysoké Popovice a Břeclav

Pokud patříte mezi zájemce o spolupráci s Nebýt na to sama, měli bychom si představit základ aktivit, které v rámci onkologické prevence nabízí.

O čem je preventivní akce-samovyšetření prsou a varlat:

Aktivita je zaměřena na prevenci a včasné odhalení rakoviny prsou a varlat formou správné techniky prohmatávání. Účastníci se naučí, jak provádět samovyšetření na modelech prsou a varlat.

Samovyšetření provádí vyškolené edukátorky, které si tímto onemocněním prošly či prochází. (vždy 2 ženy) a lze jej doplnit prezentací v elektronické podobě. Samovyšetření varlat u mužů je stejně důležité jako samovyšetření prsou u žen, neboť nádorové onemocnění varlat se vyskytuje zejména u mladých mužů a patří mezi nejčastější onkologické onemocnění ve vyspělých státech.

Při včasné záchytu je vyléčeno až 95 % mužů.

Akce zahrnuje:

- ukázka a edukace správné techniky samovyšetření prsou a varlat,

- rozpoznání varovných příznaků,
- postup, kam se obrátit v případě nálezu,
- možnost elektronické prezentace,
- sdílení osobních příběhů/podpůrné skupiny/kontakty,
- dárky na připomenutí pravidelného samovyšetření prsou a varlat.

O čem je preventivní akce-kontrola znamének:

Akce je zaměřena na prevenci a včasné odhalení rakoviny kůže - vyšetření zájemců z řad občanů zkušeným kvalifikovaným lékařem dermatologem, edukace jak se starat o kůži s cílem prevence vzniku rakoviny kůže.

Akce zahrnuje:

- kontrolu znamének vyškoleným lékařem-dermatologem,
- edukace jak se starat o kůži se zaměřením také na letní sezónu, jak se správně chovat na slunci s cílem prevence vzniku rakoviny kůže,
- nabídku vzorků vhodných krémů dle typu a citlivosti pleti a slevových kupónů,
- v případě kožního nálezu zprostředkování objednání na zákrokový sál do FNUSA.

10. září proběhl **seminář Bezpečně v kyberprostoru** pro zaměstnance Krajského úřadu Jihomoravského kraje ve spolupráci s Krajským ředitelstvím policie Jihomoravského kraje. Tříhodinová vzdělávací akce byla součástí celonárodní kampaně Týden pro digitální Česko. Na semináři se účastníci dozvěděli o nejčastějších rizicích při užívání sociálních sítí, pak informace o kyberšikaně, včetně sextingu a přednášející se zaměřili i na aktuální kybernetické podvody, které sužují nejen uživatele internetu všech věkových kategorií.



Foto: Policie ČR

17. září jsme se přidali k Evropskému týdnu mobility ve spolupráci s preventisty jihomoravské policie a krajským koordinátorem BESIP. Akce spočívala v zastavování uživatelů cyklostezky v Horních Heršpicích za účelem rychlé osvěty.



Foto: Policie ČR.

18. září přišel na řadu poslední, **pátý modul PARTICaffé**, které bylo v letošní roce zaměřené na strategické plánování. Tento vzdělávací program byl realizovaný ve spolupráci s Jihomoravskou agenturou pro veřejné inovace (JINAG). V závěrečném setkání jsme se zaměřili na reflexi a zkušenosti se strategickým plánováním účastníků. Pro rok 2025 to byly již všechny moduly PartiCaffé a společně s JINAG se budeme těšit na příští rok.

Další akce v září:

- **22. září** se pro zaměstnance KrÚ JMK uskutečnil seminář **Síla vztahů a jejich vliv na naše zdraví**.
- **25. září** proběhla **schůzka členských municipalit PZK a MA 21**.
- **25. září** jsme zajistili **Kurz první pomoci** se Zdravotnickou záchrannou službou Jihomoravského kraje v **Pohořelicích** pro 18 osob.



Kurzy první pomoci budou také pořádány v říjnu:

- 7. 10. Centrum Louka ve Znojmě
- 15. 10. Břeclav
- 21. až 23. 10. pro zaměstnance KrÚ JMK

Pozvánky na říjen

- **4. října** byla zahájena několikátýdenní kampaň **Brno v růžové**, která se soustřeďuje na prevenci, podporu a pomoc v oblasti onkologických onemocnění. K zahájení došlo v Obchodním centru Olympia Brno a součástí akce bylo mimo jiné samovyšetření prsou a varlat, kontrola znamének a určení krevní skupiny. Kampaň organizuje Magistrát města Brna a po celý říjen budou na různých místech Brna také přednášky, koncert a fotografická výstava.

Více informací najdete na webu: <https://zdravi.bno.cz/udalosti/4-31-10-2025-brno-proti-rakovine-2025/>

- **10. října** se určitě zastavte v Café Práh. Tento den totiž slaví organizace Práh jižní Morava, z.s. 25 let své existence. Ve velkém a malém sále a v prostoru před kavárnou se odehraje zajímavý kulturní program (autorské čtení, koncerty, stand-up, ale také přednášky, diskuze a workshopy. To vše v rámci festivalu **Práh Fest**, na který jsou všichni zájemci zváni.



Bezpečně v kyberprostoru

V aktuálním Newsletteru bychom chtěli dát prostor jednomu ze stěžejních projektů, který je součástí PZK a MA 21. Je jím Bezpečně v kyberprostoru, jehož cílem je ve spolupráci s policejními preventisty zajistit osvětu a prevenci proti kyberšikaně a podvodům na internetu. Každoročně vyhodnocujeme výsledky stejnojmenné soutěže žáků a studentů jihomoravských základních a středních škol.

Naše čtenáře jistě zajímá, jaké jsou novinky v osvětě, a jakými riziky se v současnosti policie v kybernetickém prostředí zabývá. Pro pravidelné aktuality a důležité informační materiály můžete navštívit [Facebook](#) projektu a jeho [webové stránky](#) (zanedlouho projdou modernizací). Veškeré materiály, které na webu najdete, jsou ke stažení zdarma.

Aktuálně jsou velkým rizikem **podvodné SMS zprávy rodičům** dospívajících dětí. Představte si, že vám přijde zpráva, ve které vás vaše dítě informuje o tom, že má nové telefonní číslo, které si muselo koupit a z důvodu nějakého nebezpečí potřebuje i nový telefon. Na vše ale potřebuje peníze a komunikovat může přes aplikaci WhatsApp. Rodič se v takové chvíli dostane pod intenzivní nejistotou a stresem, co se dítěti děje. Nezřídká pak dochází k zaslání částky na bankovní účet, než si dotyčný uvědomí, že je jeho dítě v pořádku a žádnou takovou zprávu rodičům neposílalo.

Dalším narůstajícím rizikem je **umělá inteligence**. Díky ní může dojít ke zneužití osobních údajů a zejména fotografií a videí, která jsou upravena tak, aby napadenou osobu zdiskreditovala nebo ji pod pohrůzkou zveřejnění vydírala. Jde také o častý případ **kyberšikany**, zejména u dospívajících dívek, které se stávají oběťmi sexualizovaného deepfake obsahu.

Podzimní škola NSZM a soutěž Dobrá praxe

Zveme všechny členy i nečleny Národní sítě zdravých měst na **Podzimní školu**, která se mezi 5. a 7. 11. koná v Jihlavě v Kraji Vysočina. Přijet mohou také ti, kteří členství zvažují. Účastnit se mohou semináře v rámci prvního dne a dopolední Rozvojovny v druhém dni se starosty a odborníky, kteří budou probírat veřejné investice a bydlení.

Více info na webu NSZM: <https://www.zdravamesta.cz/cz/akce/podzimni-skola-zdravych-mest-2025>

Projekt Zdravý kraj se opět zúčastní celonárodní soutěže **Nejlepší praxe Zdravých měst**. Tentokrát přihlašujeme krajský participativní projekt pro mladé žáky a studenty [Vylepši si školu](#), který vznikl ve spolupráci Jihomoravského kraje, Jihomoravské agentury pro veřejné inovace (JINAG) a města Brna.

Další pozvánky a tipy

- 21. 10. 2025 se v Praze v Kampusu Hybernská 4 uskuteční konference „Přes data k chytrým městům – Jak pomoci obcím přetavit poznatky v lepší rozhodování?“ Konference přináší zajímavá témata v rámci Smart Cities řešení. Podrobnosti, včetně programu najdete na webu projektu: <https://www.ceskepriority.cz/ebsc>
- Zveme vás k podpoře činnosti Linky bezpečí pro děti a dospívající. Navštívit můžete web, kde jsou ke stažení i propagační letáčky: <https://www.linkabezpeci.cz/o-nas#ke-stazeni>
- Nadace Partnerství se společností STRABAG spouští druhý ročník grantové výzvy programu „Pro odolná města a zdravou krajinu 2025,“ který se týká podpory přírodě blízkých adaptačních opatření v zastavěném území měst a obcí. Do 15. října 2025 mohou žádat o dotaci nejen obce, ale také spolky, školy a právnické osoby. Projekty je možné realizovat do 30. srpna 2026. <https://www.nadacepartnerstvi.cz/getattachment/e2f3f075-83f7-4849-8573-152fae724c9c/pro-odolna-mesta-zdravou-krajinu-2025>