MINISTERSTWO
EDUKACJI NARODOWEJ

PROFILAKTYKA

W NUMERZE:

1. **TEMAT MIESIĄCA**
   18 marca — Europejski Dzień Mózgu
2. Kodeks Wrażliwości
3. Zapobiec przemocy rówieśniczej
4. Standardy postępowania z osobami w kryzysie samobójczym
5. Standardy ochrony małoletnich
6. Diagnoza Młodzieży 2026
7. Lawendowe Dni
8. Gala wręczenia Krajowych Certyfikatów „Szkoła i Przedszkole Promujące Zdrowie”

MARZEC 2026

Ministerstwo Edukacji Narodowej
al. Jana Chrystiana Szucha 25
00-918 Warszawa

www.men.gov.pl

Minister
Edukacji

Barbara Nowacka

Szanowne Panie Dyrektor i Szanowni Panowie Dyrektorzy,
Szanowne Nauczycielki, Szanowni Nauczyciele,

oddaję Państwu pierwszy numer publikacji pt. „Profilaktyka” przygotowanego przez pracowników Departamentu Wychowania i Profilaktyki w Ministerstwie Edukacji Narodowej. W tej publikacji znajdą Państwo informacje na temat najważniejszych działań, jakie podejmujemy, aby zapewnić dzieciom i młodzieży dobrostan fizyczny i psychiczny.

Jestem przekonana, że materiały, które udostępniamy, okażą się cennym źródłem wiedzy o profilaktyce zdrowia uczniów i uczennic, wesprą Państwa codzienną pracę pedagogiczną, dydaktyczną oraz wychowawczą, a także pozwolą wspólnie budować bezpieczne i przyjazne środowiska szkolne.

Z wyrazami szacunku

Ministerstwo
Edukacji Narodowej

Podsekretarz Stanu
Paulina Piechna-Więckiewicz

Szanowne Panie Dyrektor i Szanowni Panowie Dyrektorzy,
Szanowne Nauczycielki, Szanowni Nauczyciele,

miło mi poinformować, że powstała publikacja poświęcona zagadnieniom zdrowia, w tym zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Jest to dla mnie szczególnie ważne jako Pełnomocniczki Ministra Edukacji ds. zdrowia psychicznego uczniów. Materiały przygotowane przez zespół specjalistów oraz pracowników Ministerstwa Edukacji Narodowej mają na celu wsparcie Państwa w codziennej pracy wychowawczej, dydaktycznej i opiekuńczej.

W gazetce pn. „Profilaktyka" znajdą Państwo informacje, inspiracje oraz dobre praktyki dotyczące działań na rzecz wzmacniania dobrostanu fizycznego i psychicznego uczniów i uczennic. Wierzę, że przedstawione treści będą pomocne w budowaniu bezpiecznego, wspierającego i przyjaznego środowiska szkolnego, w którym każde dziecko może rozwijać się w poczuciu bezpieczeństwa, zrozumienia i szacunku.

Zdrowie psychiczne młodych ludzi jest jednym z najważniejszych wyzwań współczesnej szkoły. Dlatego tak istotne jest wspólne działanie – nauczycieli, dyrektorów, specjalistów oraz całej społeczności szkolnej – na rzecz wzmacniania odporności psychicznej dzieci i młodzieży oraz tworzenia warunków sprzyjających ich harmonijnemu rozwojowi.

Mam nadzieję, że przygotowane materiały staną się dla Państwa cennym źródłem wiedzy i inspiracji do podejmowania kolejnych działań wspierających uczniów i uczennice.

Z wyrazami szacunku

Paulina Piechna-Więckiewicz

„JAK SZKOŁA MOŻE DBAĆ O ZDROWIE MÓZGU”

TEMAT MIESIĄCA

Jak co roku — 18 marca obchodzimy Europejski Dzień Mózgu. To wydarzenie zwraca uwagę na bardzo ważną funkcję, jaką pełni mózg, a także przypomina o profilaktycznych badaniach układu nerwowego i odpowiedniej diecie, która pozwala zachować sprawność mózgu.

13 lutego 2026 r. w Ministerstwie Edukacji Narodowej odbyła się konferencja poświęcona roli szkół w dbaniu o zdrowie mózgu uczniów. Podsekretarz Stanu Paulina Piechna-Więckiewicz, Pełnomocnik Ministra Edukacji ds. zdrowia psychicznego uczniów, podkreśliła, że dla MEN zdrowie dzieci i młodzieży — ze szczególnym uwzględnieniem zdrowia mózgu — jest kluczowe; mózg stanowi fundament efektywnego uczenia się, rozwoju dziecka oraz udziału w życiu szkolnym i społecznym.

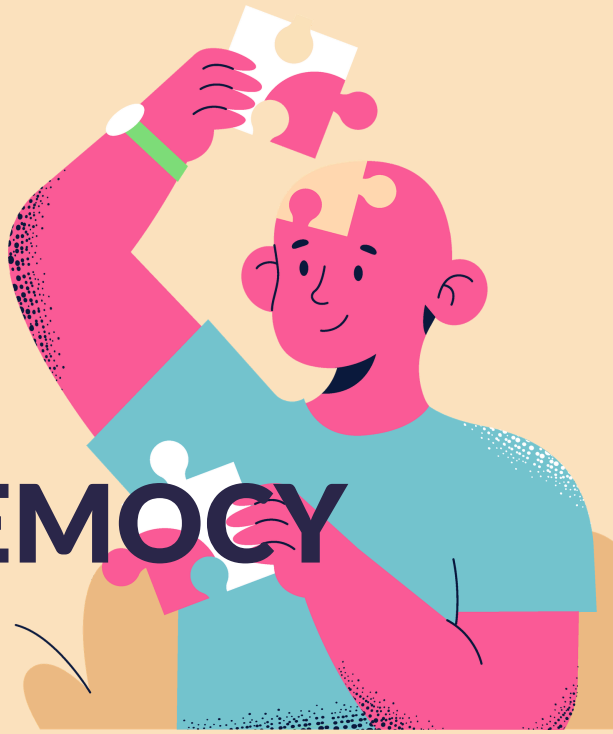
Konieczne jest połączenie wysiłków międzyresortowych w zakresie systemu zdrowia, oświaty, nauki, sportu, cyfryzacji i pomocy społecznej – tak, aby działać interdyscyplinarnie.

Zeskanuj kod QR, a dowiesz się więcej o wydarzeniu

KODEKS WRAŻLIWOŚCI

Fundacja Zdrowego Postępu opracowała **Kodeks Wrażliwości w mediach społecznościowych**. Ten dokument pokazuje, jak reagować i jak nie reagować na objawy kryzysu psychicznego.

Zapoznaj się z Kodeksem Wrażliwości, skanując kod QR, który widzisz u góry tej strony.



ZAPOBIEC PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ

Od 29 września do 3 października 2025 roku Ministerstwo Edukacji Narodowej zorganizowało ogólnopolską inicjatywę pn. **„Tydzień o Budowaniu Relacji”** i **„Tydzień o Przeciwdziałaniu Przemocy Rówieśniczej”**. W ramach akcji udostępniliśmy szkołom i przedszkolom materiały edukacyjne na temat wsparcia dzieci i młodzieży w sytuacjach trudnych. Pakiety ze ścieżkami pomocy dla szkół i placówek oświatowych, w tym także uczniów, uczennic i ich rodziców, opracowaliśmy wspólnie z Instytutem Badań Edukacyjnych oraz Ośrodkiem Rozwoju Edukacji.

Kod QR, który widzisz po prawej stronie, przeniesie Cię do relacji z tego wydarzenia.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

JEŚLI PRZEŻYWASZ TRUDNOŚCI I MYŚLISZ O ODEBRANIU SOBIE ŻYCIA ALBO CHCESZ POMÓC OSOBIE ZAGROŻONEJ SAMOBÓJSTWEM, PAMIĘTAJ, ŻE MOŻESZ SKORZYSTAĆ Z BEZPŁATNYCH NUMERÓW POMOCOWYCH:

800 70 2222	CAŁODOBOWY Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym
800 12 12 12	CAŁODOBOWY Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka
116 111	CAŁODOBOWY Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży
116 123	CAŁODOBOWY Telefon Wsparcia Emocjonalnego dla Dorosłych
112	CAŁODOBOWY Numer alarmowy w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia

Inne numery telefonów pomocowych znajdziesz na stronach:
www.zapobiegajmysamobojstwom.pl
www.zwjr.pl/bezplatne-numery-pomocowe
www.pokonackryzys.pl

Ministerstwo Zdrowia
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
INSTYTUT PSYCHIATRII I NEUROLOGII

STANDARDY POSTĘPOWANIA Z OSOBAMI W KRYZYSIE SAMOBÓJCZYM

W 2024 i 2025 roku Ministerstwo Edukacji Narodowej przekazało do wszystkich jednostek systemu oświaty **Standardy postępowania dla nauczycieli i nauczycieli specjalistów dotyczące kontaktu z osobami w kryzysie samobójczym, po próbie samobójczej i w żałobie po śmierci samobójczej**.

Materiały autorstwa Lucyny Kicińskiej i Małgorzaty Łuby — ekspertek z Biura ds. Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym Zakładu Zdrowia Publicznego w Instytucie Psychiatrii i Neurologii — powstały na zlecenie Ministerstwa Zdrowia i Ministerstwa Edukacji Narodowej.

Możesz zapoznać się ze Standardami postępowania, skanując poniższy kod QR.

STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH

STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH ZOSTAŁY WPROWADZONE DO PRZEDSZKOLI, SZKÓŁ I PLACÓWEK 15 SIERPNIA 2024 ROKU

Standardy określają m.in. procedury interwencji, jeśli istnieje podejrzenie, że dziecku dzieje się krzywda. Możesz przeczytać szczegółowe wytyczne Standardów ochrony dzieci. Przekieruje Cię do nich kod QR, który widzisz niżej.

PAMIĘTAJ!

Jeśli podejrzewasz, że czyjeś życie albo zdrowie jest zagrożone, poinformuj odpowiednie służby tak szybko, jak to możliwe.

DIAGNOZA MŁODZIEŻY 2026

Polskie Towarzystwo Polityki Społecznej opracowało „Diagnozę Młodzieży”. Raport przedstawia trendy, które kształtują tożsamość osób młodych i wskazuje kluczowe wyzwania rozwojowe i społeczne w 8 obszarach.

Obszary te dotyczą: rodziny i środowiska wychowawczego, tożsamości i relacji, dobrostanu i zdrowia psychicznego, środowiska cyfrowego, edukacji i rozwoju, zaangażowania obywatelskiego i środowiska informacyjnego, pracy oraz samodzielności mieszkaniowej.

Możesz zapoznać się z diagnozą skanując kod QR.

LAWENDOWE DNI

„Lawendowe dni 2026” to wydarzenie, które pomaga poszerzać świadomość społeczeństwa na temat epilepsji i solidarności z osobami żyjącymi z padaczką. Organizatorem Lawendowych dni 2026 jest Fundacja EPI-BOHATER.

GALA WRĘCZENIA CERTYFIKATÓW „SZKOŁA I PRZEDSZKOLE PROMUJĄCE ZDROWIE”

19 i 20 marca 2026 r. w Ministerstwie Edukacji Narodowej odbyły się uroczystości wręczenia Krajowych Certyfikatów „Szkoła i Przedszkole Promujące Zdrowie”.

Minister Edukacji Barbara Nowacka wyróżniła łącznie 41 szkół i przedszkoli z województw: lubuskiego, łódzkiego, małopolskiego, mazowieckiego, opolskiego i podkarpackiego, kujawsko-pomorskiego, śląskiego, warmińsko-mazurskiego, wielkopolskiego i zachodniopomorskiego.

Każda szkoła i przedszkole promujące zdrowie regularnie przeprowadza diagnozę potrzeb zdrowotnych oraz samopoczucia całej społeczności szkolnej i przedszkolnej, tj. uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych. Na podstawie analizy wyników formułowane są priorytetowe problemy oraz planowane konkretne działania. Krajowy Certyfikat przyznawany jest na okres pięciu lat, po czym placówka może ubiegać się o jego odnowienie.

Zeskanuj kod QR, który przeniesie Cię do relacji z tego wydarzenia.

Placówki, które otrzymały Certyfikaty:

1. Szkoła Podstawowa im. pilota Ryszarda Witkowskiego w Młyńcu Pierwszym
2. Szkoła Podstawowa im. Mikołaja z Ryńska w Ryńsku
3. Przedszkole Miejskie nr 23 im. Małego Tygryska Pietrka w Gorzowie Wielkopolskim
4. Przedszkole Miejskie „Bajka” w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Witnicy
5. Miejskie Przedszkole nr 13 im. "Bajkowe Przedszkole" w Zgierzu
6. Przedszkole Miejskie nr 105 w Łodzi
7. Publiczna Szkoła Podstawowa nr 2 im. Tadeusza Kościuszki w Radomsku
8. Szkoła Podstawowa nr 14 im. Orła Białego w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 6 w Tomaszowie Mazowieckim
9. Szkoła Podstawowa w Słupi
10. Publiczna Szkoła Podstawowa im. Adama Mickiewicza w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Czyżówce
11. Szkoła Podstawowa nr 2 im. Królowej Jadwigi w Zespole Szkolno-Przedszkolnym
12. w Ptaszkowej
12. Niepubliczne Przedszkole Prozdrowotne Ram Tam Tam w Zgorzale
13. Szkoła Podstawowa nr 12 im. Kornela Makuszyńskiego w Siedlcach
14. Szkoła Podstawowa im. Szarych Szeregów w Łęgu Probostwie
15. Szkoła Podstawowa nr 143 im. Stefana Starzyńskiego w Warszawie
16. Publiczna Szkoła Podstawowa im. mjra Henryka Sucharskiego w Jelonkach
17. Publiczne Przedszkole nr 21 w Kędzierzynie –Koźlu
18. Publiczna Szkoła Podstawowa nr 14 im. Adama Mickiewicza w Opolu
19. Przedszkole nr 4 w Stalowej Woli
20. Miejskie Przedszkole nr 9 im. Jana Brzechwy w Jarosławiu
21. Przedszkole Publiczne nr 35 w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 5 w Rzeszowie
22. Zespół Szkół Zawodowych im. Króla Jana III Sobieskiego w Przeworsku
23. Przedszkole Miejskie nr 5 im. Króla Maciusia Pierwszego w Będzinie
24. Przedszkole Miejskie nr 28 w Sosnowcu
25. Przedszkole Miejskie nr 10 w Jaworznie
26. Szkoła Podstawowa nr 48 im. Juliusza Ligonia w Katowicach
27. Zespół Szkół Mistrzostwa Sportowego w Chorzowie
28. Szkoła Podstawowa nr 3 im. Tadeusza Kościuszki w Siemianowicach Śląskich
29. Szkoła Podstawowa nr 1 im. Ludwika Holesza w Świerklanach
30. Zespół Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego im. 1000-lecia Państwa Polskiego w Nakle Śląskim
31. Szkoła Podstawowa nr 1 z Oddziałami Dwujęzycznymi i Integracyjnymi im. Adama Mickiewicza w Marklowicach
32. Przedszkole Miejskie nr 5 w Olsztynie
33. Przedszkole Miejskie nr 1 w Olsztynie
34. Szkoła Podstawowa im. Zawiszy Czarnego w Waśniewie-Grabowie
35. Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Zespole Przedszkolno-Szkolnym w Tyrowie
36. Szkoła Podstawowa im. 11 Listopada w Rusi
37. Zespół Placówek Edukacyjnych w Olsztynie
38. Szkoła Podstawowa nr 4 im. Papieża Jana Pawła II w Piszu
39. Szkoła Podstawowa nr 4 im. prof. Adama Wodziczki w Luboniu
40. Szkoła Podstawowa im. Józefa Mehoffera w Chlebowie
41. Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi im. Kawalerów Orderu Uśmiechu w Mrzeżynie