

Załącznik do
Uchwały Nr
z dnia... .. r.

MIEJSKI PROGRAM PROFILAKTYKI I PROMOCJI ZDROWIA NA LATA 2026-2030

WSTĘP

Gmina Miasto Sochaczew realizuje zadania własne w zakresie zapewnienia równego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej. Obejmują one w szczególności: promocję zdrowia i profilaktykę, mającą na celu tworzenie warunków sprzyjających zdrowiu, wdrażanie programów zdrowotnych wynikających z rozpoznanych potrzeb zdrowotnych i stanu zdrowia mieszkańców miasta oraz edukację zdrowotną zmierzającą do zaznajomienia mieszkańców z czynnikami szkodliwymi dla zdrowia i ich skutkami. Akty prawne regulujące powyższe zadania to:

- Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych,

- Ustawa z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym,

Głównym celem Miejskiego Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia jest poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia mieszkańców miasta Sochaczew, kształtowanie prozdrowotnego stylu życia społeczeństwa oraz aktywizowanie jednostek samorządu terytorialnego i innych podmiotów do działań na rzecz poprawy zdrowia.

Do szczegółowych celów Miejskiego Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia na lata 2026-2030 należą:

- Zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu chorób układu krążenia,

- Zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu nowotworów,

- Zmniejszenie częstości urazów powstałych w wyniku wypadków i upowszechnianie wiedzy dotyczącej udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej,

- Zmniejszenie zachorowalności i ograniczenie negatywnych skutków choroby cywilizacyjnej jaką jest cukrzyca,
- Promocja zdrowego stylu życia i odżywiania oraz profilaktyka nadwagi i otyłości mieszkańców,
- Tworzenie warunków do zdrowego i aktywnego życia osób starszych,
- Tworzenie warunków do zdrowego i aktywnego życia osób niepełnosprawnych
- Zwiększenie działań na potrzeby promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.
- Edukacja wspierająca kobiety w ciąży oraz rozwój dziecka do 1 roku życia.

Miejski Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia oparty jest na zasadzie integracji działań na rzecz poprawy i utrzymania zdrowia społeczności lokalnej. Promocja zdrowia może być zatem realizowana przez różne podmioty, począwszy od zakładów opieki zdrowotnej poprzez szkoły, organizacje pozarządowe i społeczność lokalną. Działania na rzecz promocji i pozyskania zdrowia mają większe szanse powodzenia im więcej w nich uczestniczy jednostek, grup społecznych i sektorów życia społecznego oraz gospodarczego.

Prezentowany Program stanowi próbę nadania pojedynczym działaniom zintegrowanego wymiaru całościowego. Jednocześnie jest zestawem priorytetów, które należy wziąć pod uwagę przy realizacji zadań związanych z ochroną zdrowia.

Głównymi adresatami przedsięwzięć i inicjatyw zmierzających do poprawy stanu zdrowia są wszyscy mieszkańcy miasta Sochaczew. Gmina Miasto Sochaczew promować będzie realizację przedsięwzięć programów zdrowotnych poprzez rozpowszechnianie informacji wśród mieszkańców miasta w formie plakatów, ulotek, zamieszczanie informacji na stronie internetowej Urzędu Miasta Sochaczew oraz przekazywanie informacji do lokalnych mediów. Zgodnie z ustawą z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz. U. z 2020 r. 1398, z późn. zm.) do zadań zleconych Gminy Miasto Sochaczew należy wydawanie decyzji w sprawach świadczeniobiorców innych niż ubezpieczeni, potwierdzając ich prawo do korzystania ze świadczeń opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych. Decyzje, na podstawie upoważnienia wydaje Centrum Usług Społecznych w Sochaczewie po wcześniejszym przeprowadzeniu postępowania administracyjnego.

Koordinację Programu Profilaktyki i Programu Zdrowia prowadzi będzie Wydział Polityki Społecznej i Ochrony Zdrowia Urzędu Miasta Sochaczew.

Wydatki związane z realizacją Miejskiego Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia finansowane będą ze środków budżetu Gminy Miasto Sochaczew.

PRIORYTET I

Profilaktyka i wczesne wykrywanie chorób u dzieci w wieku od 9 miesiąca życia do 6 lat.

Opis problemu:

Dbłość o odpowiednią profilaktykę zachorowań w każdym okresie życia jest bardzo istotna, a szczególnie w dzieciństwie. Z jednej strony jest to możliwe dzięki systematycznie wykonywanym badaniom fizykalnym u dzieci zdrowych, a z drugiej strony poprzez zwiększenie świadomości rodziców na temat najczęściej występujących chorób u dzieci.

W porównaniu z innymi krajami, w Polsce choroby u dzieci wciąż wykrywane są zbyt późno. Szczególnie niebezpieczne są nowotwory. Niestety choroby nowotworowe u dzieci często rozwijają się podstępnie i bezobjawowo, dlatego właśnie tak ważna jest wczesna profilaktyka. Wcześniej wykryty nowotwór daje szansę 100% wyleczenia. W Polsce na choroby nowotworowe zapada blisko 1200 dzieci rocznie, a ponieważ większość z nich została zbyt późno zdiagnozowana, zmniejszyło to ich szansę na szybki powrót do zdrowia.

Gmina Miasto Sochaczew na przestrzeni 8 lat w ramach programu przebadala około 800 dzieci i corocznie wśród 30% przebadanych są różne nieprawidłowości w stanie zdrowia. Dzieci z wykrytymi schorzeniami kierowane są do dalszej diagnostyki oraz leczenia specjalistycznego.

Cele:

- zwiększenie dostępności do specjalistycznych badań ultrasonograficznych dla dzieci w wieku od 9 miesiąca do 6 roku życia (USG jamy brzusznej, tarczycy, węzłów chłonnych, nerek, a u chłopców dodatkowo moszny oraz konsultacje z lekarzem specjalistą),
- obniżenie wskaźnika zachorowalności i umieralności na choroby nowotworowe wśród dzieci,
- zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług medycznych w ramach realizowanego programu,
- poprawa świadomości społecznej w zakresie profilaktyki występowania chorób u dzieci.

PRIORYTET II

Profilaktyka chorób układu krążenia.

Opis problemu:

Choroby układu krążenia stanowią główną przyczynę zgonów w Polsce i na świecie. Najczęstszą chorobą układu krążenia, która dotyka 1/3 Polaków, jest nadciśnienie tętnicze. O nadciśnieniu mówimy wówczas, gdy podwyższone wartości ciśnienia tętniczego utrzymują się przez dłuższy czas. Choroba nadciśnieniowa rozwija się stopniowo, często bezobjawowo i jest przyczyną groźnych powikłań. Serce to mięsień, który jak każdy inny potrzebuje regularnego treningu. Umiarkowana aktywność fizyczna usprawnia pracę serca, poprawia przepływ krwi w naczyniach, reguluje ciśnienie, zapobiega otyłości. Wybór formy i intensywność ćwiczeń powinny być dostosowane do możliwości organizmu. Wysiłek fizyczny pomaga także rozładować stres – kolejny czynnik ryzyka chorób układu krążenia. Zjawisko to stanowi istotny problem zdrowotny, społeczny i ekonomiczny. Celem zadania jest poprawa zdrowia mieszkańców poprzez promocję zdrowego stylu życia, edukację oraz działania profilaktyczne.

Cele:

- obniżenie zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia populacji objętej programem poprzez wczesne wykrywanie, redukcję występowania i natężenia czynników ryzyka,
- zwiększenie wykrywalności i skuteczności leczenia chorób układu krążenia, wczesna identyfikacja osób z podwyższonym ryzykiem chorób układu krążenia,
- promocja zdrowego stylu życia.

PRIORYTET III

Wczesne wykrywanie i profilaktyka raka piersi

Opis problemu:

Nowotwór piersi jest jedną z najczęściej występujących chorób nowotworowych. W Polsce rak piersi rozpoznawany jest najczęściej u kobiet w wieku 50—69 lat. Rośnie jednak

liczba przypadków diagnozowanych u kobiet młodszych. U kobiet w wieku 20-49 lat zachorowalność na raka piersi wzrosła prawie 2-krotnie w ciągu ostatnich 30 lat. Oznacza to, że rak piersi coraz częściej dotyka kobiet w pełni aktywnych w życiu zawodowym, rodzinnym i społecznym.

Ze względu na rosnącą liczbę zachorowań oraz coraz młodszy wiek chorych, problem raka piersi staje się problemem społecznym wpływającym negatywnie na życie chorych i ich rodzin. Dlatego tak ważna jest identyfikacja kluczowych czynników determinujących skuteczność leczenia oraz dążenie do zapewnienia ich optymalnego wykorzystania poprawiającego jakość i długość życia kobiet chorych na raka piersi oraz zachowanie przez nie dotychczasowej aktywności społecznej i zawodowej.

Wykrycie raka piersi w jak najwcześniejszym stadium rozwoju znacznie zwiększa odsetek wyleczeń i wpływa na obniżenie o około 25% wskaźnika umieralności. Skuteczna walka z chorobą nowotworową opiera się zarówno na skutecznych środkach leczenia choroby (wyleczenie), jak i na działaniach zapobiegających wystąpieniu czy też umożliwiających wczesne jej wykrycie. Aby zmniejszyć ryzyko zachorowań na raka piersi, niezbędna jest odpowiednia profilaktyka, szczególnie regularna samokontrola piersi. W diagnostyce raka piersi wykonuje się szereg badań, z których najważniejsza jest mammografia.

Cele:

- zmniejszenie umieralności kobiet z powodu raka piersi,
- podniesienie poziomu wiedzy kobiet na temat profilaktyki raka piersi,
- zwiększenie odsetka nowotworów piersi wykrywanych w najwcześniejszym stadium zaawansowania klinicznego,
- organizowanie badań profilaktycznych (mammografia),
- organizowanie spotkań informacyjno-edukacyjnych dot. samobadania piersi.

PRIORYTET IV

Upowszechnianie umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej

Opis problemu:

Do najważniejszych stanów zagrażających życiu, w których podjęcie działań ratunkowych przez osoby postronne ma zasadnicze znaczenie dla przeżycia osoby poszkodowanej należą: utrata przytomności, nagłe zatrzymanie krążenia i urazy. Brak odpowiednich umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej może prowadzić do nie podjęcia stosownych działań ratunkowych, a w konsekwencji do przedwczesnego zgonu.

Tylko w jednym na pięć przypadków zdarzeń pozaszpitalnego, nagłego zatrzymania krążenia podejmowana jest resuscytacja oddechowo-krążeniowa. Problem bierności polskiego społeczeństwa w konieczności udzielenia pierwszej pomocy jest bardzo powszechny. Najczęstszą przyczyną takiej postawy jest strach. Strach przed tym, że osoba, która udziela pierwszej pomocy zostanie pociągnięta do odpowiedzialności karnej, jeśli u poszkodowanego wystąpią komplikacje oraz przekonanie, że z braku profesjonalnego przygotowania, zamiast pomóc można bardziej zaszkodzić.

W ramach realizacji założenia zostaną podjęte działania w formie szkoleń oraz spotkań edukacyjno-informacyjnych, mające na celu podniesienie poziomu wiedzy na temat udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, aktualizację zdobytej wiedzy i praktyczne doskonalenie umiejętności w ratowaniu życia.

Cele:

- nauka czynności ratunkowych polegających na udzielaniu pierwszej pomocy przedmedycznej,
- obniżenie wskaźnika umieralności w wyniku wypadków drogowych i w miejscach publicznych,
 - przełamanie oporu i strachu w podejmowaniu akcji udzielania pierwszej pomocy,
 - zapewnienie wysokiej jakości przeprowadzonych zajęć teoretycznych i praktycznych w zakresie udzielania pierwszej pomocy,
- poprawa świadomości społecznej w zakresie zasad udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

PRIORYTET V

Profilaktyka nadwagi i otyłości mieszkańców Miasta Sochaczew.

Opis problemu:

W ostatnich latach obserwuje się wzrost liczby mieszkańców z nadwagą i otyłością. Jedną z chorób cywilizacyjnych jest otyłość, która coraz częściej występuje wśród ludności. Zdefiniowana jest jako ogólnoustrojowa, przewlekła choroba metaboliczna, wynikająca z zaburzenia równowagi między poborem i wydatkowaniem energii (homeostazy energetycznej organizmu), objawiająca się zwiększeniem ilości tkanki tłuszczowej w organizmie. W miarę nasilania się tego procesu i wraz z upływem czasu pojawiają się patologie i dysfunkcje dotyczące wszystkich układów i narządów.

Założeniem do realizacji jest profilaktyka pierwotna otyłości przez edukację pacjentów, promocja aktywności fizycznej i zbilansowanej diety wśród mieszkańców miasta Sochaczew. Poprawa żywienia i aktywność fizyczna ma istotny wpływ na zdrowie, przekraczający korzyści wynikające ze zmniejszenia nadwagi i otyłości.

Cele:

- zwiększenie świadomości społecznej w zakresie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej,
- promowanie profilaktyki chorób układu krążenia,
- wspieranie aktywności fizycznej mieszkańców jako podstawy zdrowego stylu życia,
- zmiana nawyków żywieniowych poprzez działania edukacyjne i środowiskowe.

PRIORYTET VI

Krzewienie idei krwiodawstwa na terenie miasta Sochaczew.

Opis problemu:

Krew płynąca w żyłach i tętnicach jest źródłem sił życiowych u każdego człowieka już od momentu poczęcia. Pomimo ogromnego postępu medycyny, jak dotąd nie udało

się wytworzyć substancji, która w pełni zastąpiłaby ludzką krew. Krew jest niezbędna nie tylko ofiarom wypadków, ale także cierpiącym na szereg poważnych chorób.

Gmina Miasto Sochaczew od wielu lat w ramach priorytetu propaguje i popularyzuje ideę honorowego krwiodawstwa na terenie miasta Sochaczew poprzez organizowane we współpracy z Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa otwartej akcji krwiodawstwa oraz efektywnej edukacji zdrowotnej motywującej do zdrowego stylu życia i mającej na celu pozyskanie coraz większej liczby honorowych dawców krwi. Corocznie Gmina Miasto Sochaczew pozyskuje w ramach otwartej akcji krwiodawstwa ponad 331 200 ml krwi.

Cele:

- zorganizowanie zbiorowego i indywidualnego poboru krwi,
- organizowanie otwartych imprez dla honorowych dawców krwi, które przyczynią się do popularyzowania wiedzy na temat zdrowego stylu życia i pozyskiwania nowych honorowych dawców krwi,
- współpraca z Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa,
- rozpowszechnienie materiałów informacyjno-promocyjnych nt. honorowego krwiodawstwa oraz współpraca z lokalnymi mediami w tym zakresie.

PRIORYTET VII

Działania wspierające matkę i dziecko.

Opis problemu:

Działania profilaktyczno-edukacyjnym, których celem jest wspieranie zdrowia kobiet w okresie okołoporodowym oraz zapewnienie optymalnych warunków rozwoju dzieci od narodzin do 1 roku życia. Łączy działania medyczne, profilaktyczne, edukacyjne i psychologiczne, ukierunkowane na poprawę zdrowia fizycznego i psychicznego matki oraz dziecka, a także wzmocnienie kompetencji rodzicielskich. Rozwój do 1 roku życia jest to okres niezwykle dynamicznych zmian fizycznych, psychicznych i poznawczych. Niemowlę przechodzi od chaotycznych ruchów i odruchów noworodka do samodzielnego siadania, raczkowania, a pod koniec roku często stawiania pierwszych kroków. Kluczowe jest budowanie

bezpiecznej relacji, stymulacja poprzez rozmowę, czytanie i bezpieczną zabawę, a także zapewnianie dobrego odżywiania i stymulacji ruchowej dziecka. Działania wspierają jednocześnie zdrowie psychiczne i fizyczne matki, pamiętając o odpoczynku, prawidłowej diecie i wsparciu specjalistów w razie trudności laktacyjnych czy emocjonalnych.

Cele:

- wspieranie zdrowia i rozwoju dziecka od urodzenia do 1 roku życia,
- promowanie zdrowego stylu życia i karmienie piersią,
- zapobieganie chorobom zakaźnym i cywilizacyjnym,
- wczesne wykrywanie zaburzeń rozwoju psychoruchowego i emocjonalnego,
- wsparcie zdrowia fizycznego i psychicznego matki po porodzie.

PRIORYTET VIII

Promocja inicjatyw na rzecz osób niewidomych i słabowidzących

Opis problemu:

W Polsce liczba osób z uszkodzeniem wzroku przekracza 500 tysięcy. Według światowych danych szacuje się, że poważne zaburzenia widzenia występują u 1% populacji, a całkowita liczba osób niewidomych i słabowidzących ulega stałemu zwiększaniu. Wynika to z wielu powodów. Jednym z nich są starzejące się społeczeństwa i niepełnosprawność wzrokowa związana z wiekiem.

Najczęstszym problemem osób niewidomych jest brak akceptacji niepełnosprawności. Problem ten częściej dotyka osób, które straciły wzrok nagle i nie potrafią wyobrazić sobie życia i funkcjonowania w nowej sytuacji. Brak akceptacji własnej niepełnosprawności i wstyd prowadzą do tego, że osoba nie wykorzystuje efektywnie pomocy, ułatwiających jej bezpieczne i sprawne funkcjonowanie.

Brak lub poważne osłabienie wzroku ogranicza możliwość inicjowania kontaktów interpersonalnych. Powoduje również trudności w poszczególnych obszarach funkcjonowania, takich, jak: orientacja przestrzenna i poruszanie się, poznawanie rzeczywistości oraz zjawisk, rozumienie pojęć, wykonywanie czynności dnia codziennego, funkcjonowanie społeczne.

Jednym z głównych problemów, wynikających z braku wzroku, jest samodzielne poruszanie się oraz orientacja przestrzenna. Trudność ta występuje u osób niewidomych

niezależnie od wieku. Kłopot sprawia także samodzielne podróżowanie nowymi trasami, z koniecznością przesiadania się do różnych środków lokomocji. Często odnalezienie poszukiwanego miejsca, nawet niezbyt odległego może łączyć się z problemami, które wynikają z trudności w orientacji w przestrzeni, a także konieczności zapamiętywania wielu szczegółów w odpowiedniej kolejności.

Cele:

- organizacja spotkań informacyjno-edukacyjnych w zakresie samoobsługi, korzystania z komunikacji, przywracania zdolności do wykonywania podstawowych czynności oraz przygotowania do w miarę samodzielnego życia w społeczeństwie,
- pomoc w przyswojeniu zasad orientacji przestrzennej oraz umiejętności samodzielnego poruszania się,
- stworzenie warunków i możliwości do kontaktów ze środowiskiem społecznym poprzez wspieranie działań integrujących osoby niewidome z pozostałymi mieszkańcami miasta.

PRIORYTET IX

Profilaktyka zapobiegania chorobom cywilizacyjnym - cukrzyca

Opis problemu:

Cukrzyca to choroba, na którą cierpi prawie 400 mln osób na całym świecie. Według badań, około 10-20 procent osób chorych na cukrzycę to osoby, które posiadają cukrzycę typu pierwszego o charakterze autoimmunologicznym. Może być ona efektem przebytej infekcji wirusowej lub też wynikać z dziedziczenia. Natomiast 80-90 procent osób chorych cierpi na cukrzycę typu drugiego, której główną przyczyną jest nadwaga i otyłość oraz brak aktywności fizycznej, jak również zjawisko starzenia się społeczeństwa.

Aby uniknąć zachorowania na cukrzycę, ważna jest odpowiednia profilaktyka. Cukrzycy łatwiej jest uniknąć, niż ją leczyć. W ramach priorytetu prowadzona będzie edukacja zdrowotna połączona z nauką samokontroli poziomu cukru oraz samoobserwacji i profilaktyki powikłań cukrzycy.

Cele:

- zwiększenie świadomości i wiedzy na temat cukrzycy, jej czynników ryzyka oraz skutecznych strategii zapobiegania powikłaniom związanym z cukrzycą,
- motywowanie do aktywnego i zdrowego stylu życia w tym pracy zawodowej, ruchu, wypoczynku, umiejętnego radzenia sobie ze stresem,
- poprawa sprawności fizycznej oraz zapobieganie powikłaniom poprzez aktywny udział chorych na cukrzycę w zajęciach ruchowych, zapobieganie oraz wczesne wykrywanie cukrzycy wśród mieszkańców miasta.

PRIORYTET X**Seniorzy – choroby otępienne.****Opis problemu:**

Według prognoz epidemiologicznych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) liczba osób cierpiąca na choroby otępienne przekroczy w 2040 roku 80 milionów. Liczby te pokazują wagę problemu, z jakim mierzyć się będzie w kolejnych latach ochrona zdrowia na całym świecie. Jak prognozuje Główny Urząd Statystyczny, w 2035 roku 24,5% Polaków będzie miało powyżej 65 lat, zatem nastąpi wzrost zachorowalności na choroby otępienne. Połączenie badań przesiewowych związanych z chorobami układu krążenia z badaniami ukierunkowanym na wczesne wykrywanie symptomów mogących wskazywać na choroby otępienne wynika z faktu, iż najczęstszym otępieniem objawowym jest otępienie naczyniopochodne, które wynika z zaburzeń układu sercowo-naczyniowego. Bardzo istotne jest edukowanie społeczeństwa na temat konieczności monitorowania sprawności procesów poznawczych, ponieważ wczesne wykrycie problemów otępiennych daje szansę na wydłużenie okresu względnej sprawności poznawczej, emocjonalnej, społecznej czy zawodowej. W ramach przedsięwzięcia osoby w wieku 55+ będą objęte badaniem przesiewowym ukierunkowanym na wczesne wykrywanie otępienia (niezależnie od etiologii), po to aby możliwie najwcześniejszym czasie rozpoznać ubytki w sferze poznawczej, które wymagają dalszego monitorowania oraz pomocy, a także odpowiednim momencie zastosować terapię (farmakologiczną i psychologiczną), dzięki czemu osoby te dłużej będą mogły zachować sprawność i radość życia.

Cele:

- wczesne wykrywanie zaburzeń poznawczych,
- poprawa jakości życia,
- wsparcie emocjonalne i społeczne,
- wsparcie zdrowia fizycznego,
- profilaktyka i wczesne wykrywanie.

PRIORYTET X**Rak prostaty.****Opis problemu:**

Choroby układu moczowo-płciowego dotyczą wielu mężczyzn. Co raz częściej są to choroby nowotworowe. Aby zmniejszyć ryzyko ich wystąpienia, pamiętaj o regularnych badaniach profilaktycznych i samobadaniu. Nowotwór prostaty dotyczy głównie mężczyzn powyżej 50 roku życia. Obecnie większość nowotworów gruczołu krokowego wykrywana jest w stadium bezobjawowym. Chorzy są diagnozowani w związku ze stwierdzeniem podwyższenia stężenia PSA lub trafiają do urologa z powodu objawów łagodnego przerostu gruczołu krokowego. Wykrycie choroby w początkowej fazie rozwoju zwiększa szanse na wyleczenie. Może upłynąć kilka lat od momentu pojawienia się pierwszych komórek rakowych do wystąpienia objawów choroby. Dlatego niezwykle ważne w profilaktyce raka prostaty są regularne wizyty u urologa.

Cele:

- organizowanie badań profilaktycznych (badanie krwi PSA),
- zwiększanie świadomości zdrowotnej mężczyzn,
- promowanie zdrowych nawyków i stylu życia,
- wczesne wykrywanie raka prostaty.

PODSUMOWANIE

Przygotowany i przedstawiony Miejski Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia na lata 2026 — 2030 ma za zadanie zaprezentowanie problemów, które należy dostrzegać wokół siebie oraz listę celów, kierunków działania, które powinny być uwzględnione dla osiągnięcia poprawy stanu zdrowia mieszkańców miasta Sochaczew podczas podejmowania różnych działań prozdrowotnych.

W celu koordynacji wysiłków na rzecz czynienia wyborów sprzyjających zdrowiu, niezbędna jest ciągła praca w kierunku tworzenia autentycznego zainteresowania promocją zdrowia, uaktywnienia działań prozdrowotnych i włączenia się do współuczestnictwa w działaniach na rzecz promocji zdrowia całej lokalnej społeczności. Jedną z najważniejszych prac w tym zakresie jest propozycja całościowej koncepcji ochrony zdrowia poprzez działania promujące zdrowie i profilaktykę obejmującą mieszkańców miasta Sochaczew. Przedstawiając niniejszy program należy stwierdzić, że niektóre elementy są już realizowane. Szereg propozycji wybiega jednak w przyszłość, a ich realizacja musi być rozłożona w czasie. Odnosi się to do zamierzeń mających na celu zahamowanie wzrostu, a następnie obniżenie częstości występowania szkodliwych dla zdrowia czynników i chorób w konsekwencji zaś poprawę stanu zdrowia społeczności Sochaczewa.

Aby mogło dojść do tych zmian należy zainicjować wiele działań głównie dotyczących modyfikacji postaw wobec własnego zdrowia, a następnie zachowań i stylu życia tak, by stały się one zachowaniami sprzyjającymi zdrowiu. Reorientacja świadomości społeczeństwa w kierunku budowania odpowiedzialności za zdrowie własne należy z całą pewnością do procesów długofalowych. Właśnie ta odpowiedzialność jest motorem działań mających na celu pobudzenie inicjatyw i koncepcji prozdrowotnych oraz współuczestnictwo społeczeństwa.

Władze Gminy Miasta Sochaczew mając świadomość ciągłej potrzeby inicjowania i realizowania zadań upowszechniających działania prozdrowotne nie wykluczają możliwości realizowania oraz aktywnej partycypacji w innych przedsięwzięciach na rzecz promocji i profilaktyki zdrowia. Ponadto Gmina Miasto Sochaczew może przeznaczyć środki finansowe na rzecz Szpitala Powiatowego służące profilaktyce oraz poprawie sytuacji zdrowotnej.

