



MEDICOVER
ASOCIAȚIA

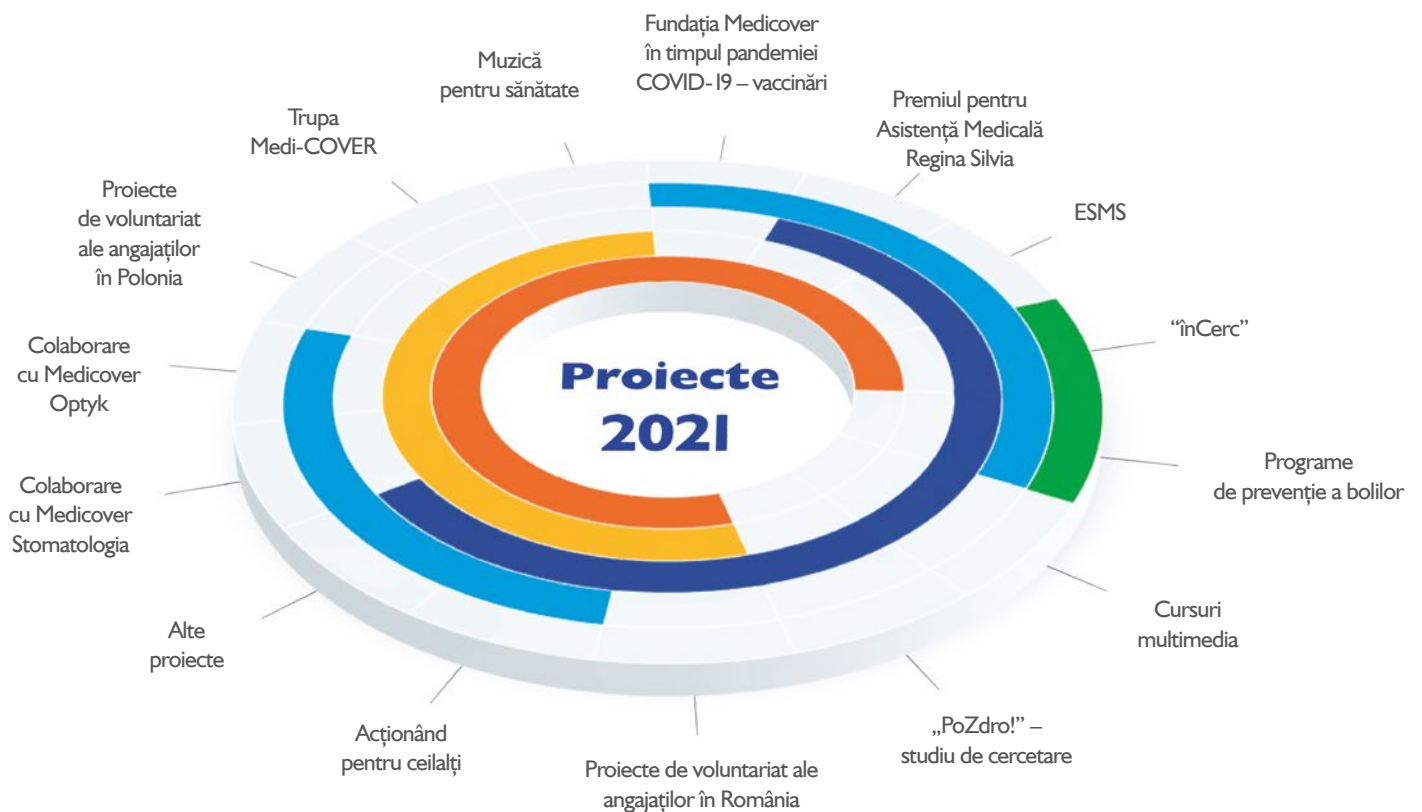
RAPORTUL **2021**
DE ACTIVITATE
AL FUNDATIEI
MEDICOVER



CUPRINS

Ariile de activitate ale Fundației	3
Despre Fundația Medicover	5
Vedeți ce este nou	6
<i>Prezența Fundației Medicover în social media și online</i>	
Premii și distincții	7
Fundația Medicover în timpul pandemiei de COVID-19 – vaccinări	8
Programe de screening, programe de asistență medicală și programe educaționale	9
ESMS	10
<i>Sistemul Electronic de Medicină Școlară</i>	
Programe de prevenție a bolilor	13
<i>Cooperarea cu autoritățile locale</i>	
Cursuri multimedia	16
<i>Educație modernă în materie de sănătate în școli</i>	
„PoZdro!” – studiu de cercetare	17
<i>Program național pentru Prevenția Diabetului și a Bolilor Civilizației în Polonia</i>	
“înCerc”	18
<i>Programul pentru Prevenția Diabetului și a Bolilor Civilizației în România</i>	
Premiul pentru Asistență Medicală al Reginei Silvia	24
<i>Premiul pentru Asistență Medicală Regina Silvia a Suediei</i>	
Aționând pentru ceilalți	28
<i>Proiecte originale în domeniul responsabilității sociale implementate de angajații Medicover</i>	
Colaborare cu Medicover Stomatologia	34
Colaborare cu Medicover Optyk	35
Proiecte de voluntariat ale angajaților în Polonia	36
Alte proiecte	37
Proiecte de voluntariat ale angajaților în România	39
Trupa Medi-COVER	43
Muzică pentru sănătate	44
<i>Terapie prin muzică</i>	
Echipa Fundației Medicover	45

ARIILE DE ACTIVITATE ALE FUNDAȚIEI MEDICOVER



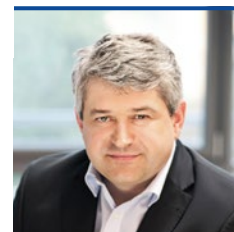


Fredrik Rågmark

Director Executiv,
Medicover



În ciuda provocării continue din cauza COVID-19 în 2021, Fundația Medicover a continuat să își dezvolte și să își implementeze proiectele. Un efort major a fost extinderea ESMS, (Sistemul Electronic de Medicină Școlară), un sistem software conceput de Fundație pentru a ajuta asistentele medicale școlare din Polonia să examineze elevii pentru a le monitoriza mai eficient starea de sănătate individuală a acestora și, de asemenea, pentru a furniza informații esențiale care să ajute la determinarea stării de sănătate a întregii populații școlare. În acest an, Premiul pentru Asistență Medicală Regina Silvia a fost reluat după o pauză de doi ani și a fost găzduit la Palatul Regal din Stockholm de Majestatea Sa Regina Silvia a Suediei, unde bursierii QSNA din 2019 și 2020 au fost premiați pentru dedicarea și munca lor asiduă. De asemenea, Premiul aduce un omagiu și onorează întreaga profesie de asistent medical pentru eforturile sale neobosite și munca de încredere, performând în mod constant peste așteptări, în special în aceste vremuri dificile ale COVID-19. Importanta activitate a Fundației nu ar fi fost posibilă fără ajutorul neobosit, generos și devotat al nenumăraților colegi de la Medicover. Vă mulțumesc fiecăruia dintre dumneavoastră pentru dedicarea continuă la diversele proiecte din acest an și din fiecare an și pentru tot timpul pe care îl acordați pentru a ajuta Fundația să-și îndeplinească misiunea. Vă mulțumim că sunteți alături de noi!



John Stubbington

Director Operațiuni,
Servicii Medicale, Medicover

Continui să fiu impresionat de angajamentul total al angajaților din cadrul Medicover, care sprijină cu entuziasm activitățile zilnice ale Fundației Medicover. Datorită disponibilității dumneavoastră de a coopera și dorinței de a vă oferi voluntar, Fundația a reușit să deruleze o gamă largă de programe și proiecte concomitent. Personalul nostru auxiliar împreună cu partenerii noștri de încredere din comunitate sunt întotdeauna dornici să contribuie cu timpul lor, să-și împărtășească competențele și să-și ofere abilitățile ori de câte ori un proiect are nevoie de ei. Atunci când ne unim forțele, putem schimba atât de multe în bine!



Staffan Ternström

Director Operațiuni, Servicii
de Diagnosticare, Medicover



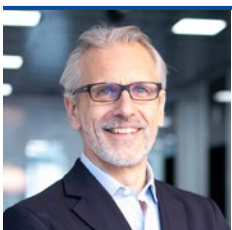
Medicover Diagnostic Services a fost un partener esențial în multe dintre activitățile Fundației Medicover, atât ca furnizor de servicii de diagnosticare, cât și ca sursă de voluntari devotați care au ajutat la o mare varietate de activități caritabile și proiecte comunitare. Printre multe astfel de activități, timp de mai bine de un deceniu am furnizat analize de sânge pentru copiii și adulții care participă la programe de prevenție a bolilor în Polonia și România. De asemenea, colaborăm îndeaproape cu Fundația pentru a sprijini copiii salvați de la Centrul de Preadopție (IOP) din Otwock, unde furnizăm evaluări complete de diagnostic de laborator pentru nou-născuții din unitate. În plus, furnizăm teste de diagnosticare gratuite unui Centru de Sănătate local pentru persoanele fără adăpost din Varșovia. Așteptăm cu nerăbdare să continuăm și să ne extindem colaborările pentru a sprijini persoanele și comunitățile aflate în nevoie.



Richard Sands

Consilier Strategie
de Grup, Medicover

Standardele de siguranță pe care le respectăm pentru pacienții Medicover au fost esențiale pentru menținerea neîntreruptă și de înaltă calitate a asistenței medicale în timpul pandemiei de COVID-19. Aceste standarde au permis, de asemenea, Fundației Medicover să își continue programele de prevenție a diabetului de tip 2 pe termen lung pentru copiii și adulții din Polonia și România. Programul românesc „ÎnCerc”, care se bazează pe programul polonez „PoZdro!” este un exemplu excelent în acest sens. Între timp, rezultatele obținute în urma programului finalizat „PoZdro!” au fost publicate în revista științifică recunoscută la nivel internațional „Nutrients”.



Marcin Radziwiłł

Președintele Consiliului
de Administrație
al Fundației Medicover



Sunt încântat să vă anunț că Fundația Medicover continuă să își extindă programele de prevenție a bolilor civilizației, atât pentru copii, cât și pentru adulți, care ne-au adus reputația de partener de încredere al autorităților locale, al instituțiilor și al altor organizații neguvernamentale, cu precădere în Polonia și România. Continuăm să construim și să ne bazăm pe competențele și inspirația multor și diverse companii Medicover, al căror personal își oferă cu generozitate ajutorul voluntar, și acesta este motivul pentru care suntem capabili să avem un impact atât de mare asupra multora. În fiecare proiect pe care îl întreprindem, putem conta întotdeauna pe o echipă de oameni dedicați, gata să ne ajute. Vă mulțumim! Sunteți pur și simplu cei mai buni!

DESPRE FUNDAȚIA MEDICOVER

Fundația Medcover a fost înființată de compania Medcover în anul 2007. Prin activitățile sale, Fundația îndeplinește misiunea socială a Medcover. Aceasta realizează o diagnoză aprofundată a nevoilor actuale ale comunităților vulnerabile, unindu-și apoi forțele cu partenerii săi pentru a iniția și implementa programe și proiecte ca răspuns la aceste nevoi. Soluțiile oferite de Fundație sunt cele mai bune din categoria lor, iar metodele cuprinzătoare pe care le utilizează contracarează problemele detectate atât în Polonia, cât și la nivel internațional.

Scopul Fundației Medcover este de a sprijini și promova servicii de asistență medicală de înaltă calitate, de a sensibiliza publicul cu privire la nevoia de servicii medicale profesionale și de a sprijini prevenția și eradicarea eficientă a bolilor. Fundația își îndeplinește obiectivele prin realizarea unor programe semnificative din punct de vedere social pentru diferite comunități în următoarele domenii: asistență socială și activități caritabile, protecția și promovarea sănătății, sprijin pentru promovarea și organizarea voluntariatului, inclusiv a voluntariatului angajaților.

FUNDAȚIA MEDICOVER

motivează, educă
și inspiră dezvoltarea
personală și formarea
unor atitudini
responsabile

ARIILE DE ACTIVITATE ALE FUNDAȚIEI MEDICOVER:



CUM AJUTĂM?

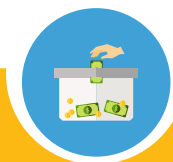
Știm că un ajutor eficient trebuie să fie complex.



Organizăm ateliere, prelegeri, seminare și webinare și distribuim materiale educaționale



Punem la dispoziție potențialul Medcover și Synevo



Organizăm acțiuni de strângere de fonduri



Organizăm proiecte de voluntariat

Activitățile Fundației Medcover în Polonia în anul 2021:

660 de ore

de muncă efectuate de voluntarii noștri

50 016

de beneficiari ai activităților noastre

29

de proiecte și evenimente conexe

150 de instituții, școli, organizații și fundații

cu care am colaborat la realizarea proiectelor noastre

PARTE A FUNDAȚIEI MEDICOVER ESTE ASOCIAȚIA MEDICOVER, organizația noastră caritabilă din România. Aceasta a fost înființată în anul 2016 în același spirit de responsabilitate socială ca și Fundația Medcover și se bazează pe experiența Fundației. Inițiativele întreprinse de Asociație reflectă și dezvoltă metodologia și standardele de implementare a proiectelor derulate de Fundația Medcover. Împreună, suntem o singură organizație care operează în Polonia și România, precum și în alte țări din Europa Centrală. Oferim angajaților Medcover oportunitatea de a se implica într-o varietate de proiecte caritabile.

VEZI CE E NOU

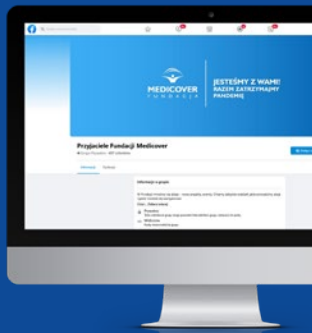


FACEBOOK

Dacă doriți să rămâneți în contact cu noi și sunteți curioși cu privire la activitățile recente ale Fundației, deveniți membru al grupului Fundației Medcover de pe Facebook. Pe pagina grupului veți găsi rapoarte foto și video din proiectele noastre, precum și informații despre evenimentele viitoare. Este suficient să tastați „Prietenii Fundației Medcover” în fila de căutare de pe Facebook și să faceți clic pe „Join”.

De asemenea, puteți vizita pagina noastră, [@FundacjaMedcover](#), unde publicăm informații actualizate despre inițiativele noastre actuale, vă invităm la webinare interesante cu experți și împărtășim cunoștințe și noutăți despre sănătate și asistență medicală. Pe profilul nostru veți cunoaște, de asemenea, echipa Fundației.

De asemenea, vă încurajăm să vizitați profilul [@QueenSilviaNursingAwardPoland](#) cu știri despre evenimentele legate de competiția Queen Silvia Nursing Award (QSNA).



INSTAGRAM

Ați văzut deja contul Fundației pe Instagram? Dacă nu, este timpul să vă puneți la curent! Accesați: [foundation_medcover](#).

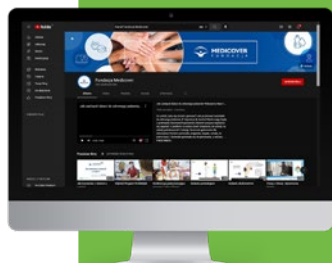
Pentru a vedea fluxul nostru de știri pentru Queen Silvia Nursing Award, accesați profilul [queen_silvia_nursing_award_pl](#) profile.



YOUTUBE

Canalul YT al **Fundației Medcover** oferă multe antrenamente interesante pentru întreaga familie, povești motivaționale de la participanții la programe și materiale despre proiectele Fundației pentru prevenția bolilor, promovarea sportului și a exercițiilor fizice și alte inițiative sociale. Secțiunea „Introducere în sănătate” a canalului prezintă animații amuzante și inspirate despre stiluri de viață sănătoase, care vor fi pe placul copiilor și al tinerilor.

Our second channel is about the **Queen Silvia Nursing Award** Poland and includes videos of the QSNA ceremony in Stockholm attended by Queen Silvia of Sweden and the announcement of the QSNA Scholars. We have also published amazing videos from the QSNA Finals, Jury members' opinions, and presentations from Scholars and Finalists of both current and past editions of the QSNA.



WEBSITE

Vizitați [www.fundacijamedcover.pl/en/](#) pentru mai multe informații despre Fundație și despre proiectele noastre, în special din domeniul asistenței medicale. Site-ul web cuprinde, de asemenea, secțiuni speciale dedicate Sistemului Electronic de Medicină Școlară (ESMS, o soluție IT inovatoare pentru asistenții medicali școlari) și programelor noastre de prevenție a supraponderiei și obezității pentru copii și adolescenți pe care le implementăm împreună cu administrațiile locale. Dacă doriți să vedeți ce am făcut în anii preceedenți – aruncați o privire la Rapoartele anterioare privind activitățile noastre. Site-ul web este, de asemenea, un mini-ghid de cunoștințe cu informații privind alimentația sănătoasă și exercițiile fizice.

Informații despre activitățile noastre pot fi găsite, de asemenea, pe [www.medcover.pl/en](#), secțiunea „Despre noi”.

De asemenea, vă invităm să vizitați [www.queensilvianursingaward.pl](#), unde veți găsi cele mai importante informații despre ediția poloneză a Premiului pentru Asistență Medicală Regina Silvia (QSNA).

ÎN NUMELE ECHIPEI FUNDAȚIEI MEDICOVER: PE CURÂND! RĂMÂNEȚI CU NOI ȘI FIȚI LA CURENT CU ACTIVITĂȚILE NOASTRE.

PREMII ȘI DISTINCȚII

PREMIUL CSR WHITE LEAF DIN PARTEA SĂPTĂMÂNALULUI „POLITYKA” ȘI PREMIUL SPECIAL PENTRU CELE MAI BUNE PRACTICI

Avem plăcerea de a vă anunța că Medicover a fost onorată cu clasarea în CSR White Leaf al revistei săptămânale „POLITYKA”. Săptămânalul a recunoscut, de asemenea, activitățile Fundației Medicover implementate în timpul pandemiei COVID-19.

Clasamentul CSR White Leaves a fost acordat companiilor pentru activitățile lor durabile în 2020. Clasamentul a fost însoțit de o analiză a bunelor practici în ceea ce privește punerea în aplicare a Obiectivelor de Dezvoltare Durabilă (ODD). Pe lângă CSR White Leaf pentru Medicover, care recunoaște activitățile de responsabilitate socială ale companiei, Fundația Medicover a primit un premiu special în cadrul acestei prestigioase competiții pentru proiectele sale aliniate la implementarea ODD-urilor.



AU FOST RECUNOSCUTE URMĂTOARELE ACTIVITĂȚI ALE FUNDAȚIEI

în categoria intitulată „inițiative care abordează impactul economic și social al pandemiei”



IMPLEMENTAREA DE WEBINARE ȘI PROIECTE DE EDUCAȚIE ONLINE

pentru asistenții medicali școlari și familii privind prevenirea excesului de greutate la copii



SUȘINEREA ASISTENȚILOR MEDICALI ȘCOLARI

în prevenția eficientă a bolilor prin aplicarea ESMS



PREMIUL GOLD PENTRU PROGRAMUL “InCerc”

„Într-o lume în care poți fi oricine, alege să fii bun”. Acesta este motto-ul pe care ne străduim să îl aplicăm în toate proiectele derulate de Asociația Medicover. Suntem mândri că Programul “InCerc” a primit premiul GOLD la categoria Nutriție/Wellbeing din cadrul clasamentului Community Index 2021 – pentru al doilea an consecutiv. Competiția este primul și singurul clasament al proiectelor sociale și al inițiativelor CSR/dezvoltare sustenabilă implementate de companiile din România. Premiul primit este un stimulent în plus pentru noi pentru a continua eforturile.

“InCerc” RECUNOSCUT ÎN CADRUL PREMIILOR CSR DIN ROMÂNIA

Fiecare activitate desfășurată în cadrul Programului “InCerc” împreună cu specialiști și familii din Ploiești și Cluj-Napoca ne umple de satisfacție. Fiecare sesiune de consiliere este încă o cărmidă adăugată la fundația pe care fiecare copil participant la Program își poate construi un stil de viață sănătos. Satisfacția noastră este și mai mare atunci când eforturile noastre sunt recunoscute – așa cum s-a întâmplat la gala de decernare a premiilor Romanian CSR Awards, unde Programul “InCerc” a fost una dintre inițiativele câștigătoare.



FUNDAȚIA MEDICOVER ÎN TIMPUL PANDEMIEI DE COVID-19 – VACCINĂRI

CLINICĂ DE VACCINARE DRIVE-THRU

Centrul Medical Damiana, împreună cu Fundația Medcover, a lansat una dintre primele clinici de vaccinare drive-thru din Polonia. Datorită clinicii noastre drive-thru am reușit să vaccinăm oamenii rapid și nu a fost nevoie să le cerem să își lase mașinile. Clinica de vaccinare a îndeplinit toate cerințele stabilite de Biroul Primului Ministru, Ministerul Sănătății, Fondul Național de Sănătate și Inspectoratul Sanitar Principal din Polonia. Am respectat reglementările precise privind amplasarea clinicii, personalul acesteia, căile de acces, precum și limita de vaccinări care trebuie efectuate într-o singură zi. Clinica noastră a fost amplasată în parcare a magazinului IKEA din Gdańsk și a fost împărțită în trei zone obligatorii: un cort de înregistrare, un loc de vaccinare și un loc de parcare. Pe parcursul întregii campanii, am vaccinat 8.616 persoane la clinica drive-thru.



Dorim să ne implicăm activ în lupta împotriva pandemiei COVID-19. Lansarea centrului nostru de vaccinare din Gdańsk a permis Centrului Medical Damiana să contribuie la accelerarea programului de vaccinare și la revenirea la normalitate.

Dominika Korczak

Director de Marketing și Comunicare,
Damiana Medical Center



VACCINURI ANTIGRIPALE GRATUITE PENTRU VOLUNTARIII FUNDAȚIEI DR. CLOWN

Datorită colaborării cu Medcover sp. z o.o. a fost posibilă livrarea de vaccinuri antigripale gratuite pentru voluntarii de la Fundația Dr. Clown.

Acest lucru este deosebit de important acum, deoarece voluntarii fundației vizitează zilnic spitalele și intră în contact cu copii a căror sănătate este deja compromisă de boli. După ce voluntarii Dr. Clown îi vizitează pe copii, motivația acestora de a lupta împotriva bolii este întărită, iar tensiunea și stresul cauzate de provocarea privind sănătatea pacientului sunt reduse.

SCREENING, PROGRAME DE ASISTENȚĂ MEDICALĂ ȘI PROGRAME EDUCAȚIONALE



esms
Elektroniczny System Medycyny Szkolnej

Fundația Medcover, urmând liniile directoare ale Organizației Mondiale a Sănătății, implementează proiecte de screening și de depistare precoce a riscurilor pentru sănătate, precum și programe de prevenție a bolilor și de educație pentru sănătate. În timpul pandemiei COVID-19 este deosebit de important să ne amintim de problema în continuă creștere a obezității și a diabetului de tip 2 la copiii și adolescenți.

Programele de sănătate de înaltă calitate puse în aplicare în copilăria timpurie, care încorporează asistența medicală și educația nutrițională, pot preveni sau întârzia apariția bolilor cronice la vârsta adultă (după cum au dovedit James Heckman* - laureat al premiului Nobel, precum și cercetările de la Universitatea din Chicago, University College London și Frank Porter Graham Child Development Institute de la Universitatea din Carolina de Nord).

Fundația Medcover a oferit asistență preventivă și terapeutică pentru aproape **3.000 de participanți** la trei programe municipale **de politici de sănătate** în 2021: în Gdynia și Lublin pentru elevii din școlile primare și familiile acestora, iar în Gdańsk pentru adulți.

Fundația Medcover a produs **10 videoclipuri educative** pentru copii și adolescenți și le-a pus la dispoziția publicului larg. Videoclipurile fac parte din cursurile noastre multimedia pentru a crește gradul de conștientizare privind sănătatea. În timpul pandemiei COVID-19, materialul video poate sprijini profesorii de educație fizică și inițiativele de educație pentru sănătate întreprinse în școli și în alte părți. În anul 2021, am ajuns la **29.938 beneficiaries** de beneficiari cu ajutorul videoclipurilor noastre educaționale.

Referințe:

* Early Childhood Investments Substantially Boost Adult Health, Frances Campbell, Gabriella Conti, James J. Heckman, Seong Hyeok Moon, Rodrigo Pinto, Elizabeth Pungello, Yi Pan, Science, 28 martie 2014, Vol 343, Issue 6178, pp. 1478-1485.

Gestionarea proiectului ESMS este atât de satisfăcătoare. În ciuda numeroaselor provocări cu care se confruntă medicina școlară în Polonia, am norocul să întâlnesc funcționari guvernamentali locali extraordinari, șefi ai departamentelor de sănătate și educație, asistenți medicali școlari minunați și manageri ai unităților de asistență medicală non-publice, precum și directori de școli. Dorința lor de a schimba lucrurile în bine, împreună cu angajamentul și determinarea lor, fac posibilă depășirea multora dintre dificultățile existente și schimbarea imaginii serviciilor de asistență medicală școlară din țara noastră. Sunt optimistă cu privire la anul viitor și la evoluțiile viitoare în ceea ce privește prevenirea bolilor la copii.



Karolina Kryszkiewicz
Coordonator Program de Sănătate,
Fundația Medcover



Atunci când ne dezvoltăm programele, scopul nostru nu este de a da peste cap viața pacienților noștri. În schimb, dorim să punem în aplicare schimbări într-un mod simplu, care poate aduce totuși beneficii pentru sănătate. Știm că fiecare persoană este diferită și are nevoi diferite, așa că specialiștii noștri îi sprijină pe drumul lor spre sănătate cu recomandări adaptate individual. Este important să începeți cât mai curând posibil, deoarece prevenția este mai bună decât vindecarea.



Agnieszka Skowrońska
Manager Programe de Prevenție
a Bolilor, Fundația Medcover

Lecțiile noastre multimedia prezintă multe exemple valoroase pe care elevii e pot urma, arătându-le cum să aibă grijă de sănătatea lor. Datorită materialelor fiabile și bazate pe dovezi, învățătorii dispun acum de un instrument gata de utilizare pentru a consolida mesajul din programa de bază a elevilor. Cu ajutorul acestui material, ei pot forma atitudini pozitive, iar asistenții medicali școlari pot îmbunătăți eficiența activităților de prevenție a bolilor într-un mod atractiv. Nu în ultimul rând, managerii și directorii de școli pot folosi materialul pentru a sprijini profesorii și părinții în vederea asigurării unei dezvoltări sănătoase a copiilor.



**Katarzyna
Walczak-Szepczyńska**
Specialist în Activități Plătite,
Fundația Medcover

Ne desfășurăm activitatea în conformitate cu motto-ul „Creșteți eficiența, maximizați beneficiile, minimizați riscurile” (OMS Europa)

Screeningul este un proces care vizează identificarea persoanelor cu risc crescut de a avea o problemă de sănătate și care permite luarea unor măsuri de remediere legitime. Anul 2021 a fost încă un an în care Fundația Medcover a implementat programe de screening:

- **Sistemul electronic de servicii medicale în școli** – screening de sănătate pentru copii și adolescenți,
- **Programul de prevenție a diabetului din Gdańsk** – teste de screening de laborator pentru adulți pentru a detecta factorii de risc pentru diabetul de tip 2.

Screening

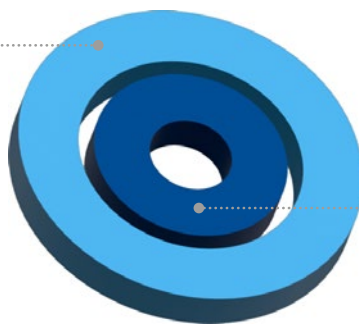
- Rezultat pozitiv
- Rezultat negativ



PREVENȚIA SISTEMICĂ A BOLILOR ÎN PROGRAMELE FUNDAȚIEI:

COMPETENȚELE NOASTRE

- respectarea recomandărilor clinice
- accesul la diagnosticile și facilitățile medicale ale Medicover și Synevo
- interdisciplinaritate: medicină comportamentală și medicină de reabilitare
- egalitatea de șanse în ceea ce privește accesul la asistență medicală de înaltă calitate



ABORDARE INDIVIDUALĂ A FIECĂRUI PARTICIPANT

- asistență pe termen lung în schimbarea stilului de viață
- predarea unor alegeri alimentare sănătoase
- promovarea exercițiilor fizice
- sprijin psihologic și psiho-dietetic support

CE ESTE ESMS?

Sistemul Electronic de Medicină Școlară (ESMS) este o soluție informatică creată de Fundația Medicover, conceput pentru a sprijini screeningul și examinarea stării de sănătate a elevilor din școlile primare, gimnaziale și licee.

Sistemul permite asistentei medicale școlare să introducă rezultatele măsurătorilor și apoi calculează automat centilele și evaluează parametrii de sănătate ai elevului. Cel mai important

avantaj al ESMS este faptul că asistenta medicală școlară poate selecta recomandări dintr-o listă și poate tipări Fișa de Sănătate Individuală cu rezultatele pentru elev și pentru părinții acestuia. Fișa de Sănătate are un design grafic modern și folosește culori pentru a arăta clar dacă elevul se dezvoltă corespunzător.

ESMS este un instrument modern care sprijină diagnosticarea copiilor și adolescenților, precum și detectarea anomaliilor de dezvoltare și a bolilor civilizației.

În anul 2021, am introdus multe modificări la Sistemul Electronic de Medicină Școlară. Anii anteriori ne-au învățat că fiecare instituție – fie că este o autoritate locală sau o școală – este diferită, iar implementarea ESMS se întâmplă adesea în mai multe instituții, astfel încât necesită o abordare flexibilă. La urma urmei, întregul proces are ca scop principal să se asigure că examinarea copiilor este efectuată în mod eficient pentru posibile anomalii și că părinții primesc nu doar feedback, ci și recomandări pentru pașii următori. Există multe anomalii (de exemplu, greutatea excesivă) care pot fi schimbate de elev și de familia acestuia, cu condiția ca aceștia să aibă recomandările și sprijinul potrivit din partea asistentelor medicale și a personalului școlar.

De asemenea, am început să implementăm ESMS în licee în anul 2021. Sistemul a fost adaptat la mediul liceal și, datorită angajamentului enorm al asistentelor medicale și al autorităților locale, am reușit să extindem screeningul pentru a include și adolescenții. Un beneficiu suplimentar este faptul că elevii din licee pot deja să își asume responsabilitatea pentru propria sănătate. ESMS și Fișele de Sănătate cu rezultatele screeningului sunt un instrument excelent pentru a crește gradul de conștientizare a sănătății în rândul adolescenților și al tinerilor adulți.

ESMS 2021 ÎN CIFRE



103 ȘCOLI PARTICIPANTE



8.653 DE BENEFICIARI AI PROIECTULUI



73 DE ASISTENȚI MEDICALI IMPLICAȚI ÎN PROIECT



12 INSTITUȚII COLABORATOARE (DE EXEMPLU, CENTRE DE SĂNĂTATE)



Anna Domańska-Piskorz

Director Adjunct al Centrului de Asistență Medicală non-publică Schola-Med, Varșovia

Considerăm că Sistemul Electronic de Medicină Școlară este o modalitate de a moderniza, simplifica și îmbunătăți calitatea activității asistenților medicali școlari care oferă servicii medicale în instituțiile de învățământ cu care avem o relație de lungă durată. ESMS este un instrument excelent și sigur pentru colectarea datelor elevilor și analiza parametrilor colectați de asistentul medical școlar pentru evaluările periodice ale stării de sănătate. Este important faptul că sistemul permite furnizarea de rapoarte de sănătate detaliate către părinți sub forma unor Fișe de Sănătate care prezintă rezultatele screeningului, inclusiv orice anomalii cu recomandări suplimentare. Am primit un feedback foarte pozitiv cu privire la ESMS din partea conducerii școlii, a părinților și, mai presus de toate, a personalului nostru. Asistentele medicale au învățat foarte repede sistemul și folosesc în mod activ funcționalitățile acestuia în activitatea lor zilnică. Fundația Medicover ne-a sprijinit în mod cuprinzător în fiecare etapă de implementare a sistemului. Vă mulțumim că ați recunoscut nevoia de sprijin IT pentru asistenții medicali școlari care merită o soluție de ultimă generație în activitatea lor.



Danuta Staszewska-Kryślak
Șefa Centrului Medical de Asistență Medicală Școlară CHILDMED din Poznań

ESMS este un instrument extraordinar pentru modernizarea activității asistenților medicali școlari. De asemenea, va fi foarte important la angajarea de personal nou sau la efectuarea de stagii pentru studenți. Datorită procesului modern de examinare a stării de sănătate și a accesului la documente bine concepute și atractive, este mai probabil ca munca asistentei medicale să fie apreciată și recunoscută de părinți, profesori, Fondul Național de Sănătate sau autoritățile locale.

Sistemul facilitează evaluarea profesională a problemelor de sănătate, precum și prezentarea și comunicarea acestora către părinții copilului într-un format clar și transparent. Acest lucru subliniază importanța rolului asistentului medical profesionist în mediul educațional și de învățare. Lucrul cu ESMS oferă un element de noutate și face ca procesul de screening să fie mai atractiv pentru toate părțile implicate.

Mă bucur că Poznań s-a alăturat orașelor implicate în punerea în aplicare a ESMS. Sper că acest lucru va duce la o cooperare pe termen lung și la furnizarea echipamentelor necesare pentru cabinetele asistenților medicali școlari, inclusiv computere și dispozitive multifuncționale pentru scanare și imprimare care îmbunătățesc comunicarea asistentului medical cu părinții.



Beata Stopczyńska-Waszak
Președintele Școlii de Asistență Medicală și Centrului Medical SPECMED din Poznań



Am decis să implementez ESMS în centrul nostru deoarece am vrut să extindem diagnosticarea preventivă, care este atât de necesară în rândul elevilor. Apreciez în mod deosebit posibilitatea de a efectua o examinare podoscopică a piciorului la copii pentru a diagnostica cu exactitate platfusul, deoarece acesta a fost întotdeauna un subiect controversat. Desigur, examinarea podoscopică este de departe cea mai bună metodă de diagnosticare a afecțiunilor picioarelor la copii. De asemenea, este important de remarcat faptul că copiii au acceptat această examinare și o percep pozitiv – ei apreciază oportunitatea de a se supune testului și de a efectua o autoevaluare a picioarelor lor. În plus, așa fi bucuros să extind procedura de diagnosticare pentru a include o testare a compoziției corporale și testului de efort. Acesta din urmă este deosebit de important, deoarece, în general, condiția fizică a copiilor este redusă, lucru pe care îl putem observa la orele de educație fizică.

În prezent, computerele și accesul la internet sunt instrumente esențiale pentru asistenții medicali școlari. Noi folosim PC-uri de câțiva ani și avem propria noastră bază de date cu pacienți. De asemenea, ne pregătim să lansăm un dosar electronic de sănătate mai amplu. Sprijinul coordonatorului Fundației Medicover la începutul implementării Sistemului Electronic de Medicină Școlară este foarte important. Aprecieri, de asemenea, posibilitatea de a închiria echipamente de diagnosticare (podoscopul și scoliometrul), deoarece achiziționarea unor astfel de dispozitive depășește bugetul nostru.

Anul 2021 a fost un alt an în care ne-am luptat pentru a depăși limitările cauzate de pandemia COVID-19. Fundația Medicover a continuat cu succes să sprijine asistența medicală preventivă. Întrucât nu am putut să ne întâlnim personal cu participanții la programele noastre de prevenție a bolilor, ne-am sprijinit beneficiarii de la distanță printr-o serie de webinare pentru copii, familii, adulți, precum și pentru asistenți medicali. Atunci când organizăm întâlniri online, mă simt încrezător că, în ciuda situației epidemiologice actuale, suntem capabili să sprijinim asistența medicală pe scară largă. Lucrând de la distanță, avem posibilitatea de a ne extinde cunoștințele în locuri în care organizarea unui eveniment educațional ar putea să nu fie posibilă. Mă bucur că în anul 2021 am reușit să diseminăm cunoștințele într-un mod sigur, fără a le cere beneficiarilor noștri să își părăsească locuințele. Ne dezvoltăm în mod constant capacitatea de formare la distanță pentru a ajunge la și mai multe persoane cu proiectele noastre de educație pentru sănătate.



Aurelia Grzywacz
Responsabil Proiect în domeniul Sănătății, Moderator Webinar, Fundația Medicover



Krzysztof Rymuza
Starostele Pruszków

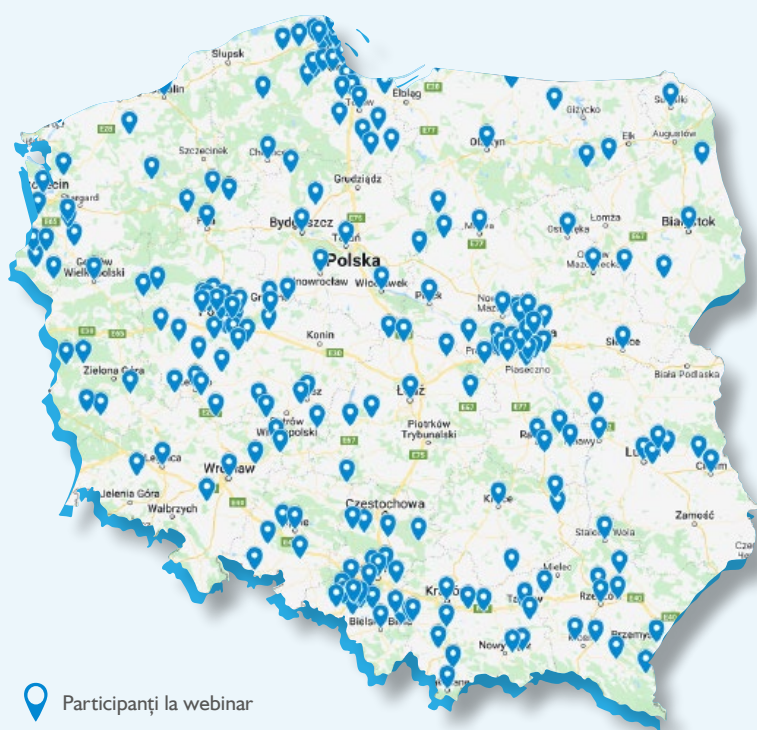
Promovarea unui stil de viață sănătos, detectarea timpurie a posibilelor tulburări de sănătate și identificarea factorilor negativi care influențează sănătatea unei persoane au fost principalele motive care au determinat autoritățile locale din Pruszków să implementeze Sistemul Electronic de Medicină Școlară. Am reușit să furnizăm fiecărui liceu din Powiat echipamentul suplimentar pentru efectuarea de examinări specializate, precum și un computer și o imprimantă. Ca parte a ESMS, în liceele noastre sunt verificați următorii parametri: înălțimea, greutatea și compoziția corporală, tensiunea arterială și capacitatea cardiorespiratorie în timpul efortului. De asemenea, efectuăm evaluarea picioarelor cu ajutorul unui podoscop computerizat.

Pentru a răspunde așteptărilor școlilor și părinților, Consiliul de Administrație din Powiat a decis să angajeze asistente medicale care vor lucra cu normă întreagă, cinci zile pe săptămână – începând cu ianuarie 2022. Acest lucru va îmbunătăți standardul de îngrijire a sănătății pentru elevi și profesori, și va permite școlilor care aplică ESMS să-și dezvolte cele mai bune practici.

ESMS produce beneficii concrete și măsurabile pentru elevi. Este o metodă foarte bună pentru a detecta timpurie a problemelor de sănătate la adolescenți. După examinare, părinții primesc un raport detaliat cu recomandări. Raportul include recomandări cu privire la modul în care să aibă un stil de viață sănătos, să reducă factorii de risc și să pună în aplicare remedii în situațiile în care sunt necesare măsuri corective. Școala utilizează informațiile obținute în urma screeningului pentru a-și planifica strategia de promovare a sănătății.

Personalul Fundației Medicover este foarte profesionist. Vă mulțumim că ne-ați încurajat să participăm la acest proiect.

WEBINARE PENTRU ASISTENȚII MEDICALI ȘCOLARI



Participanți la webinar



DE LA ÎNCEPUTUL
PANDEMIEI
DE COVID-19

	2021	DE LA ÎNCEPUTUL PANDEMIEI DE COVID-19
Numărul de asistenți medicali care au participat la webinarele noastre	838	8.283
Numărul de webinare pentru asistenții medicali școlari	4	23
De câte ori au fost vizualizate webinarele	1.001	4.550

WEBINARELE NOASTRE DIN 2021 ÎN CIFRE:

140 DE WEBINARE | **10.550** DE SPECTATORI

BENEFICIARIII:



familii cu copii care frecventează școli



adulți



asistenți medicali școlari care oferă îngrijire copiilor și adolescenților

DOMENIUL TEMATIC AL WEBINARELOR NOASTRE:

- › Educație pentru sănătate
- › Dezvoltarea unor obiceiuri alimentare sănătoase
- › Tulburări emoționale la școlari
- › Tulburări de alimentație
- › Defectele de postură corporală și depistarea lor în screening
- › Dietoterapia în anumite boli:
 - boli ale tiroidei
 - ADHD și tulburări din spectrul autist
 - tulburări ale metabolismului glucidic
- › Impactul microbiotei intestinale asupra sănătății
- › Suplimente alimentare

Opinii despre webinarele noastre

Am urmărit o prelegere foarte interesantă care mi-a oferit multe informații suplimentare despre tulburările de alimentație în rândul copiilor și adolescenților.

Małgorzata,

asistentă medicală școlară, participantă la webinarul „Tulburări de alimentație la copiii și adolescenți”

Ceea ce mi s-a părut cu adevărat interesant a fost prezentarea în care se discuta despre defectele posturale, cauzele care stau la baza acestora, prevenirea și corectarea lor.

Grażyna,

asistentă medicală școlară, participantă la webinarul „Defectele posturale în screeningul preventiv”

A fost o prelegere foarte interesantă și utilă, iar ceea ce am învățat îmi va fi cu siguranță util în activitatea mea zilnică.

Barbara,

asistentă medicală școlară, participantă la webinarul „Screeningul medical preventiv în timpul pandemiei”

PROGRAM DE PREVENȚIE A BOLILOR



Jolanta Karwat, MD

Coordonator de Proiect,
Fundația Medicover



„Mănâncă inteligent” – un Program de politici de sănătate care promovează o alimentație sănătoasă, prevenirea bolilor civilizației și educația nutrițională.

Perioada de implementare:

octombrie 2019 – decembrie 2021

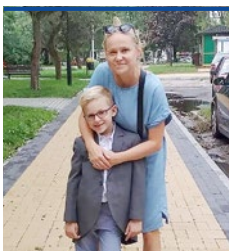
Participanți la program:

Programul se adresează elevilor din clasele 1-3 care frecventează școlile primare din Lublin, precum și tutorilor, părinților, profesorilor acestora, personalului de catering din școli și directorilor de școli.

Scopul programului:

Scopul Programului este de a îmbunătăți sănătatea elevilor din clasele 1-3, de a consolida alegerile sănătoase ale copiilor și de a consolida atitudinile de promovare a sănătății în rândul părinților și al îngrijitorilor.

4.575 DE ELEVII



**Magdalena
Hryniewicz-Żebura**

Învățătoare la Școala Primară
Nr. 30 din Lublin



Mă bucur să văd programe precum „Mănâncă inteligent”. Cred că există o mare nevoie ca cei mici să fie sensibilizați cu privire la obiceiurile alimentare corecte, mai ales în timpul pandemiei, când stilul lor de viață s-a schimbat atât de mult. Deși cursurile din cadrul Programului au fost oferite recent doar online, elevii noștri au fost dornici să participe. Caserolele de prânz se umplu cu gustări sănătoase, iar copiii se monitorizează unii pe alții pentru a se asigura că nu aduc dulciuri la școală. Într-adevăr, un număr tot mai mare de elevi încep acum să mănânce inteligent!

Componentele Programului



SCREENING

Scanarea
masei și
a compoziției
corporale

Verificarea
tensiunii
arteriale

Testul de
recuperare
a pulsului Kash
(test de efort)

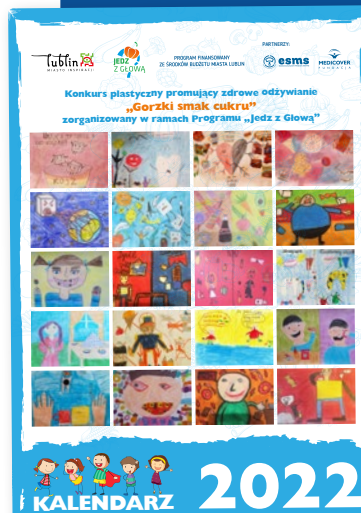
PROIECTE EDUCAȚIONALE

Ateliere
și webinare
pentru copii
(3.639 de participanți)

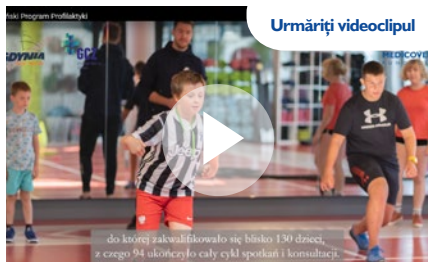
Webinare pentru
părinți
(4.496 de participanți)

Cursuri de
formare pentru
conducerea școlii
și personalul de
catering din școli
(41 de participanți)

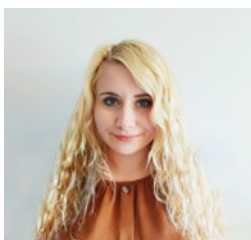
Concurs de artă
pentru elevi
(765 de participanți)



Calendar creat
în cadrul programului
„Gustul Amar
al Zahărului”



Urmăriți videoclipul



Kinga Knap

Coordonator de Proiect,
Fundatia Medicover

„Program de politici de sănătate pentru prevenirea și tratarea supraponderalității și obezității în rândul tinerilor din Municipiul Gdynia. Continuarea programului pentru 2020–2021”

Perioada de implementare:
decembrie 2020 – decembrie 2021

COMPONENTELE PROGRAMULUI:

Îngrijire Individuală
Completă

612
programări



Ateliere
educaționale

149
de participanți

Cursuri
de sport

348
de participanți



Aventura mea cu Fundația Medicover a început în decembrie 2020. Am aflat despre Program de pe pagina de Facebook a școlii mele, iar mama mea a trimis o aplicație. La început, nu am vrut să particip la Program, deoarece mă temeam că voi ajunge să mănânc doar salată. Urmasem deja mai multe diete și toate eșuaseră lamentabil. Îmi lipsea motivația și voința, eram adesea distras și cedam tentațiilor precum dulciurile, mâncarea de tip fast-food și așa mai departe.

De îndată ce m-am alăturat Programului, m-am simțit instantaneu un pic mai bine. Cred că acest lucru s-a datorat atmosferei plăcute a locului – avea un vibe special care m-a făcut să mă simt bine. Screeningul și controalele medicale prin care am trecut din decembrie 2020 până în noiembrie 2021 au fost foarte profesioniste. Ca să fiu sincer, controalele periodice au fost cele pe care le așteptam întotdeauna cu cel mai mare interes, deoarece eram curios de rezultate.

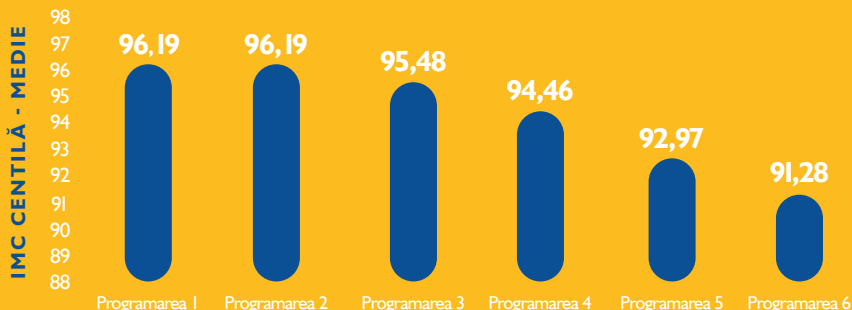
Ceva timp mai târziu, după controalele la sediu, au urmat întâlnirile online cu un psiholog, un specialist de activitate fizică și un nutriționist, unde mi s-au stabilit noi obiective. Cu psihologul am convenit asupra așa-numitelor „zile dulci” în care puteam mânca dulciuri. Cu timpul (mai exact după două săptămâni) am renunțat complet la „zilele dulci”, din proprie inițiativă. În timpul discuției cu antrenorul, am identificat exercițiile pe care le fac în continuare în fiecare zi. Împreună cu dieteticianul am discutat despre regularitatea meselor mele și am decis să elimin anumite produse din meniul meu actual și să le înlocuiesc cu alternative sănătoase. Din când în când, au avut loc și sesiuni de exerciții online cu specialistul de activitate fizică și webinarii. Întreaga mea familie a participat întotdeauna în mod activ și am învățat din ce în ce mai multe lucruri noi. În cadrul Programului au existat, de asemenea, diverse concursuri de promovare a unei alimentații sănătoase, iar eu am participat la unul dintre ele. A fost un concurs de concepere a unui fel de mâncare de Paște bazat pe produse sănătoase: sarcina mea a fost să compun un fel de mâncare, să fac o fotografie și să trimit rețeta. M-am clasat pe locul al doilea în acel concurs. De asemenea, am avut ocazia să facem exerciții fizice și să ne antrenăm în parcul de trambuline JUMPCITY și am participat la un eveniment în aer liber cu alți participanți și familiile lor. Am petrecut timp de calitate împreună într-o atmosferă relaxată.

Programul s-a încheiat cu o ședință foto pentru participanți și familiile acestora. Per total, Programul a fost o idee excelentă și am fost foarte bucuroși să participăm. Datorită Programului, am început să descoperim alimente pe care nu le mai mâncasem înainte și care au devenit acum alimente de bază în dieta noastră. Întotdeauna am preferat apa în locul băuturilor răcoroase, dar în timpul Programului mi-am dublat consumul zilnic de apă. Familia mea m-a sprijinit foarte mult, iar faptul că cei dragi au putut fi alături de mine a însemnat foarte mult pentru mine. În cele din urmă, aș dori să adaug că, datorită Programului, am primit multe cadouri interesante și utile. Schimbările pozitive din viața mea s-au datorat Programului, motiv pentru care voi avea întotdeauna amintiri foarte plăcute despre acesta.

Jakub

absolvent al celei de-a doua ediții a Programului

REZULTATELE PROGRAMULUI



PROGRAMĂRI

FUNDAȚIA MEDICOVER 2021



Izabela Poleć
Coordonator Local,
Fundatia Medicover

PROGRAMUL DE PREVENȚIE A DIABETULUI DIN GDAŃSK

Programul de Prevenție a Diabetului din Gdańsk este un program privind politica de sănătate pentru prevenția diabetului de tip 2 în rândul populației de vârstă activă din orașul Gdańsk și din municipiul Stegna.

Proiectul se concentrează asupra prediabetului. Dacă nu este tratat, prediabetul duce la apariția diabetului, care afectează aproximativ 2,73 milioane de persoane în Polonia, iar acest număr este în creștere. Nu mai puțin de 26% dintre persoanele cu diabet nu știu că suferă de această afecțiune, deoarece diabetul poate trece neobservat pentru o perioadă lungă de timp. Programul se adresează locuitorilor activi din punct de vedere profesional din Gdańsk și Stegna, care prezintă un risc ridicat de diabet, în special persoanelor cu vârsta de peste 18 ani.

ENTITATE DE
IMPLEMENTARE



Scopul proiectului este de a reduce incidența diabetului de tip 2 în rândul populației locale

- » **identificarea timpurie a persoanelor cu prediabet și a celor cu diabet asimptomatic prin:** finalizarea testului **FINDRISK** și screeningul,
- » **creșterea gradului de conștientizare** a sănătății și a sentimentului de responsabilitate pentru sănătatea proprie și a altor persoane,
- » **reducerea factorilor de risc** pentru dezvoltarea diabetului de tip 2,
- » **creșterea gradului de conștientizare a importanței modificărilor** stilului de viață pentru menținerea și îmbunătățirea sănătății (inclusiv prevenția diabetului),
- » **creșterea nivelului de exerciții fizice.**



Kornelia Ochel
Coordonator Local,
Fundatia Medicover

Opinia unuia dintre participanții la Program

De unde am început acum un an? Cântăream 109 kg, aveam o circumferință a taliei de 117 cm și un IMC de 30. Participarea mea la Programul de Prevenire a Diabetului din Gdańsk, care durează un an, a fost o decizie foarte bună. Mai presus de toate, întâlnirile cu experții din cadrul Programului m-au motivat să introduc schimbări în viața mea. Ce s-a schimbat? În primul rând, am implementat echilibrul între viața profesională și cea privată (WLB). De asemenea, mi-am dat seama că viața nu se rezumă doar la muncă și că trebuie să am grijă de mine, de sănătatea mea și să găsesc mai mult timp liber.

Apoi, am început să introduc mai multe exerciții fizice. Mi-am cumpărat o bicicletă și am început să fac naveta cu ea, în loc să fac naveta cu mașina. Ciclismul a devenit hobby-ul meu și aștept cu nerăbdare primăvara pentru a „învârti roțile” și a pedala din nou. Mi-am schimbat și obiceiurile alimentare. Am schimbat pâinea albă cu pâinea integrală. WLB mi-a permis să am mai multă regularitate în ceea ce privește mesele mele. Pe cât am putut, am limitat, de asemenea, consumul de dulciuri și alcool și încep fiecare zi de lucru cu un bol de fulgi de ovăz.

Cum s-a încheiat Programul pentru mine? „Încheiat” nu este poate cuvântul potrivit, mai degrabă ar trebui să întreb: în ce stadiu mă aflu acum? Greutatea mea este de 95,6 kg, circumferința taliei este de 96 cm, iar IMC-ul meu este de 26,3. Dacă aș fi fost mai sânguinos (și dacă aș fi pedalat 4.000 de kilometri în loc de 1.800 de kilometri, și dacă aș fi pus în aplicare toate schimbările alimentare recomandate de experți), aceste rezultate ar fi fost cu siguranță și mai bune. Cu toate acestea, sunt foarte mulțumit de rezultatele pe care le-am obținut. În primul rând, mă simt mai sănătos, și simt mai bine, mi-am îmbunătățit condiția fizică generală. În același timp, știu că lucrurile se pot îmbunătăți întotdeauna în continuare, așa că nu am de gând să mă odihnesc pe lauri.

Îi încurajez pe toți cei care se gândesc să se alăture Programului de Prevenție a Diabetului din Gdańsk pur și simplu să o facă: pentru voi înșivă, pentru cei dragi, pentru sănătatea voastră. Veți fi în grija experților care vă vor analiza progresul și vor planifica acțiuni de îmbunătățire a sănătății dumneavoastră pentru a elimina sau cel puțin a minimiza riscul de a dezvolta diabet de tip 2. Le doresc tuturor participanților la Program, și mie însumi, perseverență, precum și o îmbunătățire continuă a rezultatelor și a parametrilor de sănătate.

Slawek

Date de implementare:

ianuarie 2020 – iunie 2023

PROGRAMUL DE PREVENȚIE A DIABETULUI DIN GDAŃSK

2021 implementare

Numărul de chestionare
FINDRISK completate

5.601

Teste pre și post
diagnosticare

1.279

844

Ședințe individuale
de consultații de nutriție
și de fizioterapie

385

Numărul
de participanți la webinar

Asistență educațională
și medicală pentru pacienți

1.126

Programări medicale
și pre și post asistență
medicală

380

23

Numărul de webinare
livrate (formare inițială
și finală)

CURSORILE MULTIMEDIA – O MODALITATE FASCINANTĂ DE A SPORI CUNOȘTINȚELE DESPRE SĂNĂTATE ALE ȘCOLARILOR

Introducere în asistența medicală în școli

Părinții doresc pentru copiii lor ca aceștia să se dezvolte frumos și să crească și să devină adulți sănătoși și fericiți. Pietrele de temelie ale bunăstării celor mici sunt un stil de viață activ și o alimentație echilibrată. Însă mai este și altceva: este, de asemenea, foarte important ca toate persoanele din jurul copilului să se concentreze asupra îngrijirii sănătății, inclusiv personalul școlii, profesorii, asistentele medicale școlare, precum și colegii copilului. Ce se poate face pentru a ne asigura că mesajele care ajung la copil sunt clare și convingătoare și că, în consecință, copilul face alegeri bune?

Un ajutor care poate fi util este educația **multimedia despre sănătate și stiluri de viață sănătoase**. Fundația Medcover împărtășește gratuit o astfel de educație cu școlile colaboratoare începând din anul 2015.

Regulile nu trebuie să fie plictisitoare!

Videoclipurile educative și distractive ale Fundației și materialele atractive pentru lucrul în grup și individual în timpul orelor de științe sau al lecțiilor de educație fizică reprezintă principalul canal pentru a facilita învățarea. Elementul distractiv, apreciat de elevi, sunt personajele de desene animate Grażynka și Janusz, care explorează lumea fascinantă a sănătății și a nutriției și beneficiile exercițiilor fizice zilnice. Cele două personaje explică:

cum pot alimentele sănătoase să construiască țesut muscular

ce este un ceas biologic și de ce fiecare dintre noi are unul

de ce bacteriile creează culturi care ne protejează sistemul imunitar

Componentele cursului ONLINE ȘI ÎN MAGAZIN

- ✓ animații și exerciții captivante
- ✓ planuri de lecție clare pentru profesori
- ✓ chestionare și teste pentru ca elevii să își verifice progresul în învățare

Urmăriți videoclipul

Cursurile noastre multimedia:



oferă sprijin părinților pentru a se îngriji eficient de sănătatea copiilor lor



prezintă cunoștințe cheie legate de sănătate într-un mod plăcut



oferă învățătorilor și asistenților medicali școlari acces la materiale de educație pentru sănătate gata pregătite și ușor de utilizat



Comentarii de pe internet

👏 Felicitări!
Ai dus învățarea la următorul nivel PoZdro!

👏 Nu există un mod mai bun de a explica acest lucru decât cel pe care l-ai oferit!

👏 Wow! Acest videoclip este foarte tare!

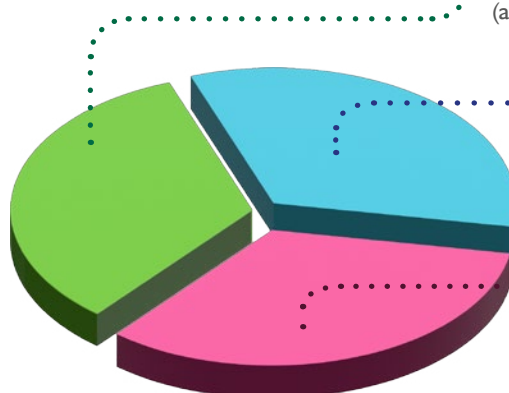


PREVENȚIA MODERNĂ A BOLILOR

• **SCREENINGUL PREVENTIV ESMS**
arată cu ce fel de probleme de sănătate se confruntă școlarii (asistentele medicale școlare)

• **PROGRAMELE DE PREVENȚIE A BOLILOR**
oferă asistență medicală și sprijin de specialitate elevilor cu deficiențe de sănătate (autorităților locale)

• **CURSORILE MULTIMEDIA**
imprimă în mintea copiilor importanța unui stil de viață sănătos (profesori, asistenți medicali școlari)



STUDIU DE CERCETARE „POZDRO!”



PRIORITATE PENTRU CERCETARE – REZUMATUL PROIECTULUI

În anul 2018, am finalizat screeningul din Polonia, pe care Fundația Medicover îl realiza încă din anul școlar 2013/2014. Am examinat 24.156 de copii din Lublin, Varșovia, Gdynia, Wrocław și municipii mai mici. Un total de 3.426 de participanți s-au calificat pentru programul de intervenție. Fiecare participant calificat și familia sa au primit sprijin specializat din partea medicilor, dieteticienilor, antrenorilor sportivi și psihologilor.

Faza de intervenție a „PoZdro!”, Programul Național de Prevenție a Diabetului și a Bolilor Civilizației, care implică elevii de liceu, s-a încheiat în anul 2019, dar echipa de proiect lucrează în continuare. În acest moment, accentul se pune pe analiza și elaborarea datelor pe care le-am colectat în timpul Programului. A fost colectată o bază de date uriașă cu informații despre starea de sănătate și factorii de risc în rândul unei populații de câteva mii de adolescenți cu vârste cuprinse între 12 și 14 ani, precum și despre factorii legați de familie, comportamente și stiluri de viață, inclusiv despre situația socială a participanților.

Cu o asemenea cantitate de date semnificative, este extrem de important să se tragă concluzii susținute de o analiză științifică solidă și să le publicăm într-o revistă recunoscută la nivel internațional. Am finalizat acum prima lucrare privind epidemiologia excesului de greutate și a obezității, precum și a altor parametri de sănătate, pe baza unui eșantion de aproape 20.000 de elevi de liceu. Principalele rezultate (prezentate în infografic), care tocmai au fost publicate în lucrarea noastră de prezentare generală I, arată o variație semnificativă în funcție de sex. Următoarea publicație este în curs de elaborare și se va concentra pe factorii care determină dorința participanților de a se alătura Programului, precum și pe riscul de abandon în etapele timpurii și ulterioare. Concluziile rezultate în urma implementării noastre vor fi extrem de importante pentru planificarea corectă a măsurilor de prevenție a bolilor, inclusiv pentru necesitatea de a aplica abordări adaptate în funcție de sex, atitudini psihologice și probleme de sănătate principale, care pot fi mai grave decât simplul exces de greutate. Următoarea lucrare va oferi un rezumat științific amplu al eficacității programului „PoZdro!” în ceea ce privește îmbunătățirea excesului de greutate și a altor parametri de sănătate la populația pe care am investigat-o.



Piotr Soszyński
MD, PhD

Director Serviciu de Consultanță Medicală Strategică Medicover; Președintele Consiliului Științific al Fundației Medicover



CITIȚI
ARTICOLUL ÎN
Revista
„NUTRIENTS”

EXPERT AL CONSILIULUI ȘTIINȚIFIC



Dr. Alina Rodriguez

Profesor invitat, Departamentul de Epidemiologie și Biostatistică, Școala de Sănătate Publică, Imperial College London, Marea Britanie; Profesor onorific, Wolfson Institute of Population Health, Queen Mary University of London, Marea Britanie

CONSILIUL ȘTIINȚIFIC

Professor Per-Olof Berggren

Institutul Karolinska din Stockholm, Suedia

Profesor Leszek Czupryniak

Universitatea de Medicină din Varșovia

Profesor Małgorzata Myśliwiec

Universitatea de Medicină din Gdańsk

Profesor Michał Brzeziński

Universitatea de Medicină din Gdańsk

Marcin Radziwiłł

Fundația Medicover

Prof. Dr. Piotr Soszyński,

Fundația Medicover (Președinte)

Referință:

¹Condiție fizică, alimente și biomarkeri: Caracterizarea compoziției corporale la 19.634 de copii aflați la începutul adolescenței. Alina Rodriguez, Katarzyna Korzeniowska, Kamila Szarejko, Hubert Borowski, Michał Brzeziński, Małgorzata Myśliwiec, Leszek Czupryniak, Per-Olof Berggren, Marcin Radziwiłł, Piotr Soszyński. Nutrients 2022, 14, 1369

REZULTATE LA 19.634 DE ADOLESCENȚI CU VÂRSTE CUPRINSE ÎNTRE 12 ȘI 14¹ ANI

SUPRAPONDERALITATE OR OBESITY

24,7%
băieți

18,6%
fete

IMC ≥ PERCENTILA 90

2.886
persoane

SUPRAPONDERABILITATE/OBEZITATE ȘI VÂRSTĂ

BĂIEȚI

17,8%
12 ani

26,2%
14 ani

FETE

17,2%
12 ani

17,6%
14 ani

CAPACITATE SCĂZUTĂ ȘI
FOARTE SCĂZUTĂ LA EFORT

41,7%
dintre băieți

35,4%
dintre fete

PROCENTUL DE ELEVII CARE FAC
EXERCIȚII ÎN MOD REGULAT

(> ore pe săptămână)

26,2%
dintre băieți

23,7%
dintre fete

“ÎnCerc”



George Istrate

Director General
Asociația Medicover

5 ani de existență a Asociației Medicover. 5 ani de când suntem alături de comunitățile din România și în care am reușit să ajutăm, prin intermediul a mai mult de 150 de acțiuni, aproape 10.000 de beneficiari de la nivelul întregii țări.

Al cincilea an de activitate, 2021, a fost anul în care am făcut primii pași către o colaborare frumoasă cu prietenii noștri de la Synevo din Republica Moldova și organizația Copil Comunitate Familie Moldova, reușind astfel să aducem o bucurie foarte mare copiilor de la Centrul Maternal din Anenii Noi prin construirea unui loc de joacă foarte colorat și de care era atât de multă nevoie. Un proiect reușit și care deschide calea altor acțiuni ce se vor contura în 2022. Acest eveniment nu ar fi fost posibil fără Concertul Caritabil susținut de Medi-Cover Band prin intermediul căruia am reușit să strângem fondurile necesare implementării proiectului de lângă Chișinău.

Sunt aproape 5 ani de când prevenția înseamnă mai mult decât definiția simplă din dicționar. Aproape 5 ani de când, weekend de weekend, susținem numeroase familii din Cluj-Napoca și Ploiești cu sprijin și sfaturi. Aproape 5 ani de când suntem alături de beneficiarii Programului “ÎnCerc” de Prevenție a Diabetului Zaharat de Tip 2 și a Bolilor Civilizației, iar numerele pe care le veți regăsi în infograficul alăturat spun multe despre determinarea și pasiunea tuturor celor implicați direct și indirect în implementarea acestuia.

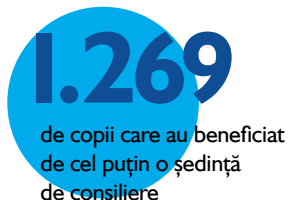
2021, un an în care pandemia a continuat să-și spună cuvântul, a fost și un an în care am reușit să ne adaptăm și mai mult strategia și să facem tot posibilul pentru a ajunge cât mai aproape de beneficiarii noștri. A fost anul în care activitățile online au continuat într-un procent semnificativ, a fost cel în care am învățat cum să fim alături de familiile din “ÎnCerc” și de diverse comunități prin workshop-urile de nutriție ce s-au desfășurat online și printr-un inedit atelier online de gătit. Sărbătorim succesele înregistrate de copii și ne bucurăm că un procent foarte mare din cei 300 de finaliști au înregistrat îmbunătățiri semnificative în ceea ce privește indicii de masă corporală și și-au însușit foarte multe cunoștințe privind un stil de viață echilibrat, care să-i ducă spre o sănătate bună pe termen lung.

Sunt mulți oameni care se implică în activitățile noastre și cărora trebuie să le mulțumim. Sunt oameni valoroși care pun suflet în ceea ce fac, oameni ce își dedică timpul pentru a-i ajuta pe ceilalți, oameni frumoși care aduc un strop de mai bine pentru cei care au nevoie. Specialiștii noștri din Programul “ÎnCerc”, specialiști care ghidează mici „pacienți” și familiile lor către un stil de viață sănătos, colegii noștri care întâmpină familiile în clinicile din Ploiești și din Cluj-Napoca și care stau în contact cu acestea, cele două coordonatoare locale care fac minuni prin activitatea lor (Ana-Maria și Irina - vă mulțumesc!), coordonatorul nostru de comunicare și voluntari care reușește să găsească soluțiile potrivite pentru comunități din toate regiunile țării și care aduce sufletul aproape prin toate mesajele noastre (Alina – îți mulțumesc!), colegii noastre care ne ajută ca datele beneficiarilor noștri să fie protejate (Marcela - îți mulțumesc!).

Nu în ultimul rând, gândul meu se îndreaptă către voluntarii ce sunt alături de noi, către toți cei care își donează cei 3,5% din impozitul pe salariu către Asociația Medicover și care ne ajută astfel să ajungem la atât de multe organizații și să sprijinim mulți copii și seniori.

Tuturor vă mulțumim și apreciem cu adevărat că ne sunteți aproape!

“ÎnCerc” ÎN CIFRE



Rezultatele Programului “ÎnCerc”

**LA SFÂRȘITUL
ANULUI 2021**



69,93%
au înregistrat
scădere a indicelui
de masă corporală

64,19%
au înregistrat
scădere a ratei
talie/șolduri

60,47%
au reușit să-și
crească masa
musculară

“InCerc” PLOIEȘTI

Anul 2021 a fost unul plin de provocări cărora am reușit să le facem față și să găsim mereu cele mai bune soluții pentru elevii din Program și pentru familiile acestora, soluții adaptate lor, cât și contextului mai dificil prin care trecem.

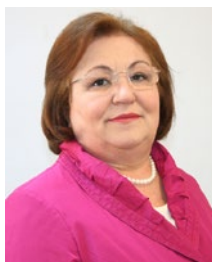


Ana Maria Cireșanu

Coordonator Local,
Programul “InCerc”, Ploiești

Programul “InCerc” înregistrează un succes continuu, pentru care suntem recunoscători și cu care ne mândrim! Știm că un ajutor eficient trebuie să fie complex, așadar avem în echipă specialiști, oameni dedicați, care își arată permanent angajamentul față de calitate și consistență, virtuți cheie atât de importante în lucrul nostru cu copiii și familiile lor. În ciuda restricțiilor impuse de pandemie, transformările semnificative pe care le observăm nu doar la copii, ci la familia extinsă, ne oferă doza necesară de optimism și ne stimulează să continuăm cu drag eforturile pentru protejarea sănătății viitoarelor generații, conform obiectivului nostru. Zâmbetele copiilor la fiecare întâlnire sunt rezultatul nostru vizibil.

2021 rămâne pentru noi anul în care am continuat, respectând mereu restricțiile pandemice în vigoare, etapa de consiliere (numită și de Asistență Individuală Integrată) atât în clinică, dar și online. Asta pentru că ne-am dorit ca specialiștii să rămână mereu în contact cu copiii și să-i sprijine în tot parcursul lor către un stil de viață sănătos. În fiecare zi de sâmbătă, echipa de specialiști din Ploiești a fost alături de cei aflați în etapa de consiliere, cât și de cei care au reușit să ducă la bun sfârșit Programul “InCerc”. De-a lungul anului, numărul finaliștilor a devenit tot mai mare, iar rezultatele muncii lor reflectă beneficiile pe termen lung ale schimbărilor pozitive privind alimentația, activitatea fizică și nu numai. Ne bucurăm că le-am fost alături în tot acest timp și că suntem parte din povestea lor.



Prof. Univ. Dr. Maria Moța

Membru al Consiliului Științific al Programului “InCerc”, membru în conducerea „European Association for Study of Diabetes – EASD” (2015-2018), președinte al Societății Române de Diabet, Nutriție și Boli Metabolice (2012-2015)

Era COVID-19 este marcată de stres, anxietate sau chiar depresie, iar perioadele de carantină au favorizat un stil de viață nesănătos; măsurile de distanțare socială, izolarea, carantina limitează interacțiunile umane și pot avea consecințe asupra greutății, atât prin aportul crescut de energie (alimentație nesănătoasă cantitativ și calitativ), cât și din cauza scăderii activității fizice. De aceea, educația pentru un stil de viață sănătos se impune mai mult ca oricând, la nivelul întregii populații, inclusiv la copii.



Laurentiu Luca

Director General
Synevo România

Rolul Programului “InCerc” de Prevenție a Diabetului Zaharat de Tip 2 și a Bolilor Civilizației s-a dovedit foarte important în ultimii doi ani, în care au predominat modificări ale stilului de viață și obiceiurilor alimentare, cu efect direct asupra sănătății. Implicarea Synevo a contribuit la creionarea unei imagini corecte asupra fenomenului schimbării stilului de viață, care a devenit mai sedentar, punând bazele unor acțiuni medicale specifice și definirii unei alimentații echilibrate, combinate cu un plus de activitate fizică. Educația pentru prevenție și un stil de viață sănătos începe de la vârste fragede și suntem conștienți că prin astfel de programe societatea va avea de câștigat în următorii ani, iar copiii noștri vor deveni adulți sănătoși și cu un stil de viață echilibrat.

PRIMUL ATELIER ONLINE DE GĂTIT DIN CADRUL PROGRAMULUI “InCerc”

Una dintre noutățile anului 2021 a fost pentru noi, echipa Programului “InCerc”, primul atelier de gătit desfășurat online. Restricțiile specifice pandemiei, cât și grija față de sănătatea elevilor, ne-au făcut să gândim un altfel de atelier de gătit, unul online, dar la fel de interactiv și cu preparate la fel de sănătoase și de delicioase.

Ne-am bucurat și mai mult că, încă o dată, platformele online ne-au dat posibilitatea ca la ceas de seară să ne întâlnim cu finaliști din Program, atât din Ploiești, cât și din Cluj-Napoca, și să pregătim împreună preparate special gândite pentru ei, unele care se gătesc ușor și pe care le pot face pe viitor și singuri. Recunoaștem că fiecare reușită a finaliștilor este și o reușită a noastră, a întregii echipe, și ne bucurăm că am putut să le fim alături pe întregul parcurs al Programului.



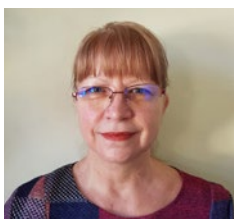


Daniela Popa

Nutriționist Dietetician,
Programul "InCerc" Ploiești

📖 Anul care s-a încheiat a fost cel în care aripile mele s-au deschis și au zburat spre culmi ce credeam că sunt imposibil de atins. Familia Medicover a fost un felinar atunci când era totul întunecat, pelerină când ploaia răzbea soarele. Curaj atunci când drumul era prea lung, iar pașii mei prea mici. Am cules amintiri ce vor rămâne mereu vii. Și nu pentru că au fost pline de emoții, ci pentru că le-am împărțit aici, cu voi. Primul zâmbet al unui om mulțumit, prima lacrimă, după ce și-a primit speranța acolo unde totul părea confuz.

Am învățat la începutul anului că noi, singuri, suntem stingheri, prea plăpânzi în marea asta de neputințe. Iar la sfârșitul lui am învățat că împreună reușim să construim o generație conștientă de puterea ei, de hrană, de posibilitatea prevenției. Îmi doresc să facem din anul ce a trecut un prag - care acum să ne fie pasul de pornire, iar de la el să creștem cât mai mult.



Elena Florica Ionescu

Psiholog,
Programul "InCerc", Ploiești

Anul 2021 a fost unul presărat cu zile în care am reușit să parcurgem într-un mod relaxat ședințele de consiliere psihologică în cabinet, dar și perioade în care copiii și familiile lor s-au simțit mai în siguranță comunicând cu noi online. Ambele variante au avut un factor comun important, anume dorința tuturor de a face ceva pentru a putea schimba acele comportamente alimentare disfuncționale. Efortul constant de a menține noile achiziții rămâne în continuare calea potrivită de a dobândi un stil de viață sănătos, stil care contribuie major la creșterea calității vieții. Am în vedere să merg mai departe în acest proiect și să-i susțin pe copiii din Program prin intermediul metodelor și tehnicilor psihologice pe care le utilizez pentru a facilita procesul de schimbare.



Gheorghe Botică

Medic,
Programul "InCerc", Ploiești

Anul 2021: provocări și eforturi, încununate cu rezultate bune în activitatea medicală, desfășurată în cadrul Programului "InCerc". Datorită situației pandemice prelungite ne-am asumat riscuri, ne-am pregătit în fața noilor provocări, am aplicat măsuri de protecție și astfel am reușit să ne desfășurăm pe parcursul întregului an activitatea medicală pentru micii noștri pacienți și familiile lor, obținând rezultate remarcabile.



Hanellore Elena Cina

Birou Recepție,
Programul "InCerc", Ploiești

Am intrat în program întâmplător, dar cu fiecare săptămână care a trecut am acumulat pe lângă o altfel de experiență și foarte multe informații în ceea ce privește stilul de viață al copiilor. Este esențial să înțelegem că avem nevoie de educație pentru a le reda un stil de viață sănătos. Îmi place să întâlnesc atât de mulți părinți implicați și dornici de schimbare. Iar rezultatele frumoase nu întârzie să apară.

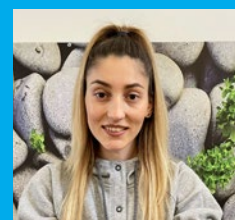
2021 a fost un an greu, dar poate mai bun decât 2020. Chiar dacă a fost un an complicat pentru toată lumea, consider că cei mici au fost mai afectați de repercurșiunile pandemiei, majoritatea fiind obișnuiți să se joace și să interacționeze în diferite grupuri, la școală, precum și în contextul participării la diferite sporturi. Totodată, învățământul online i-a împiedicat pe cei mai mulți să se întâlnească, fapt care a condus inevitabil la o slabă relaționare între ei. Noi, familia "InCerc", împreună cu familiile copiilor, am încercat să găsim cele mai bune variante pentru elevi și consider că împotriva tuturor provocărilor pe care le-am avut ei s-au descurcat foarte bine, iar cel puțin pe mine m-au binedispus de fiecare dată când ne-am întâlnit.



Cosmin Sirbu

Specialist în activitate fizică,
Programul "InCerc", Ploiești

Anul 2021 a fost un an plin. Împreună cu ceilalți specialiști am muncit și ne-am străduit mai mult pentru a face față provocărilor apărute în tot acest timp. Totodată, cred cu tărie că toată familia "InCerc" a făcut față acestui an și am ajuns la rezultate bune, ajutând mulți copii să atingă un stil de viață sănătos, atât prin fapte, cât și prin sfaturi pe care majoritatea le-au primit cu brațele deschise. Eu vreau să le mulțumesc copiilor că au spus <<da>> provocării programului nostru, dar și celorlalți specialiști pentru devotamentul lor. Înainte să închei, așa cum fac la fiecare sesiune din program, ridic din nou provocarea de a face mișcare cel puțin 20 de minute pe zi pentru a avea un an 2022 mai productiv și cu rezultate mai bune.



Denisa Curcă

Specialist în activitate fizică,
Programul "InCerc", Ploiești

PROGRAMUL “înCerc” IN CLUJ-NAPOCA

Cel de-al patrulea an de activitate al Programului “înCerc” a însemnat un număr și mai mare de elevi ce au reușit să finalizeze etapele de consiliere, cât și de găsim a celor mai bune soluții pentru aceștia și familiile lor, totul pentru un stil de viață sănătos.

Consilierile din clinică, atunci când situația pandemică a permis acest lucru, cele online și prima generație de finaliști ai Programului “înCerc” sunt reperatele importante ale anului 2021.

Întreaga echipă clujeană de specialiști a menținut pe tot parcursul anului legătura cu copiii din Program, a adaptat îndrumările la nevoile lor, cât și la situația pandemică, totul pentru a le fi alături pas cu pas în parcursul spre un stil de viață cât mai sănătos. În timp ce unii dintre copii au început primele etape de consiliere și descoperă tot ceea ce prevenția și o alimentație echilibrată presupun, alții au reușit să parcurgă toate etapele acestuia cu brio și să facă, alături de familie și uneori chiar și de prieteni, schimbări în bine pentru un viitor cu cât mai puține probleme de sănătate.



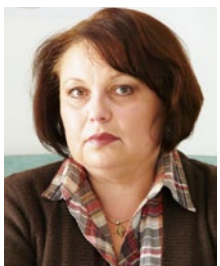
Dr. Florinela-Adina Cirstina

Președinte al Consiliului Director al Asociației Medcover, Director General al Medcover România

Ne-am așteptat ca 2021 să fie un an al revenirii către normalitate. Cu toate acestea, lupta noastră împotriva pandemiei a continuat cu eforturi și mai mari decât în 2020. Le mulțumesc colegilor din Medcover România pentru implicarea cu care au dus mai departe misiunea programului “înCerc” și pentru dedicarea de care au dat dovadă în susținerea tuturor acțiunilor Asociației Medcover. Pandemia ne-a arătat că persoanele cu diabet zaharat sunt mai vulnerabile în fața Coronavirus și, în această perioadă, a crescut riscul obezității, cel mai important factor în dezvoltarea diabetului de tip 2. Suntem mândri că, în ciuda unui an pandemic, programul “înCerc” și-a continuat misiunea și a ajutat mulți copii și familiile lor. În perioade incerte așa cum este cea pe care o traversăm, tinerii și familiile lor din Ploiești și Cluj-Napoca au nevoie de mai multă îndrumare și susținere în fața provocărilor de zi cu zi. Ne măsurăm succesul acțiunilor noastre prin impactul pe care îl avem asupra vieților celor din jurul nostru. Doar evaluând din timp riscul de diabet, reușim să prevenim apariția unor complicații mai grave și încurajăm dezvoltarea armonioasă a copiilor. Prin acțiunile Asociației Medcover avem drept scop reducerea incidenței diabetului zaharat tip 2 în rândul copiilor și adolescenților, cu implicații majore pe termen lung, atât pentru individ, cât și pentru societate și sistemul de sănătate publică.

Programul “înCerc” promovează importanța prevenției diabetului zaharat de tip 2 (DZ2), cu un specific complex în România, în focus fiind copiii la risc de dezvoltare DZ2. Odată cu adoptarea legii de prevenție a diabetului în țara noastră putem avea o viziune de implementare mai extinsă, pentru reducerea impactului devastator al diabetului zaharat la nivel populațional. Prevenția, prin toate pârghiile pe care le are la dispoziție, poate contribui activ la reducerea prevalenței diabetului și a complicațiilor sale.

Programul “înCerc” promovează importanța prevenției diabetului zaharat de tip 2 (DZ2), cu un specific complex în România, în focus fiind copiii la risc de dezvoltare DZ2. Odată cu adoptarea legii de prevenție a diabetului în țara noastră putem avea o viziune de implementare mai extinsă, pentru reducerea impactului devastator al diabetului zaharat la nivel populațional. Prevenția, prin toate pârghiile pe care le are la dispoziție, poate contribui activ la reducerea prevalenței diabetului și a complicațiilor sale.



Prof. Gabriela Roman

Președintele Federației Române de Diabet, Nutriție și Boli Metabolice, membru în Consiliul Științific al Programului “înCerc”



Irina Șandor

Coordonator Local, Programul “înCerc”, Cluj-Napoca

Împreună cu echipa Programului “înCerc” din Cluj-Napoca am reușit să trecem cu brio și peste cel de-al doilea an de pandemie. Pot spune că sunt extrem de bucurată și mândră să văd că ambiția și pasiunea tuturor celor implicați în program și-au spus cuvântul în ciuda restricțiilor și schimbărilor apărute și în 2021. Chiar dacă a fost un an dificil, am continuat să găsim soluții și să ne adaptăm noii realități. Am continuat sesiunile de consiliere online și am reușit să implementăm pentru prima dată Atelierul de gătit în format online, care s-a dovedit a fi un mod excelent de a dezvolta aptitudinile și dorința copiilor de a găti preparate simple și sănătoase alături de familiile lor. Sunt plăcut surprinsă să descopăr că familiile și copiii participanți nu au renunțat să lupte pentru a-și îmbunătăți stilul de viață și au rămas motivați și determinați să pună în practică recomandările specialiștilor. Vreau să închei prin a le mulțumi colegilor noștri! Merg în continuare cu încredere pe acest drum alături de ei și sunt convinsă că împreună vom reuși să obținem rezultatele pe care ni le-am propus.



“înCerc” PREZENT ÎN CADRUL SĂPTĂMÂNII DIABETULUI

Programul “înCerc”, singurul program de prevenție a diabetului zaharat de tip 2 de o asemenea complexitate din România, prin intermediul dnei. Profesor Maria Moța și a dlui. George Istrate, a fost prezent în cadrul evenimentului organizat de Federația Română de Diabet, Nutriție și Boli Metabolice – Săptămâna Diabetului. Suntem mândri și onorați să fim alături de specialiști de renume din domeniu și sperăm să rămânem un reper important în prevenția diabetului zaharat de tip 2 în rândul copiilor din România!

☞ Dincolo de faptul că acest an a fost unul al incertitudinii, al suspiciunii și al restricțiilor, am reușit să ne întâlnim, să muncim, să facem progrese. În ciuda limitelor impuse, ne-am străduit în cele mai ingenioase moduri să facem mișcare, ea fiind unul dintre factorii fundamentali ai sănătății. Sperăm ca efortul întregii echipe să se fi concretizat în rezultate bune obținute pe parcurs de către elevii participanți în Programul "inCerc", iar anul 2022 să fie unul al continuității exercițiului fizic în toate formele sale, de la explorarea naturii până la joc sau sport organizat.



Sergiu Gut

Specialist activitate fizică,
Programul "inCerc", Cluj-Napoca



Dana Pop

Psiholog,
Programul "inCerc",
Cluj-Napoca

Schimbarea este singura constantă și cred că anii pandemiei au făcut acest lucru destul de evident. 2021 a fost anul adaptării și flexibilității. Fiecare am avut propriile provocări și am făcut tot ce am putut mai bine cu ce am avut. Flexibilitatea gândirii, abilitatea de a rezolva probleme și capacitatea de a ne adapta au fost puse la încercare des și în acest an. De asemenea, cred că pentru toți a fost o provocare ajustarea și menținerea obiceiurilor și rutinelor printre atâtea schimbări. Cu determinare și consecvență, în pași mici și specifici, vom reuși să construim tot mai mult din gândirea și comportamentele ce ne folosesc pe termen lung. Vă mulțumesc că mi-ați permis să fiu parte din călătoria voastră. Să ne vedem sănătoși!

Rezultatele Programului "inCerc"



69,93%

au înregistrat scădere
a indicelui de masă corporală



Elisabeta Tuross

Medic, Programul "inCerc",
Cluj-Napoca

Anul 2021 a fost un an cu mari provocări, care ne-a testat pe toți la capitolul perseverență și inventivitate. Un lucru îmbucurător este faptul că Programul "inCerc" a reușit să se adapteze condițiilor impuse de prelungirea pandemiei, dar și mai îmbucurător este când vedem copiii împreună cu familiile lor că aplică cu perseverență cele învățate privind adoptarea unui stil de viață sănătos. În urma consilierii a sute de copii pot să afirm că a trăi sănătos sau nu este doar o chestiune de decizie, dar care trebuie luată de întreaga familie, ținând cont că părinții sunt primii care modelează comportamentul copilului. Alimentația sănătoasă, mișcarea și gestionarea emoțiilor sunt cele trei arii de importanță egală când vorbim de prevenirea obezității.



Monica Pintican

Medic, Programul "inCerc",
Cluj-Napoca

Deși pandemia ne-a restrâns activitatea în Programul "inCerc", întâlnirile față în față fiind înlocuite de ședințe de consiliere și webinarii în mediul online pentru o perioadă de timp, am reușit să continuăm munca în echipă, noi, specialiștii "inCerc", împreună cu copiii și familiile acestora. Personal, la începutul pandemiei am fost mai puțin optimistă având în vedere restricțiile ce reduceau foarte mult activitatea fizică, crescând în schimb tentația de a mânca mai mult și mai des, însă copiii au dat dovadă de consecvență și determinare, astfel încât majoritatea au reușit să-și reducă și chiar să ajungă la greutatea normală pentru vârsta lor. Aceste reușite îmbucurătoare nu sunt decât un impuls pentru a continua ce am început, cu pași mici, dar siguri, către un stil de viață sănătos!



2021 a fost un an SPECIAL din toate punctele de vedere. Am învățat cu toții să ne adaptăm la noua noastră viață și am acceptat mult mai ușor schimbările de moment. Împreună cu echipa "inCerc" am reușit să ne adaptăm de fiecare dată la nevoile familiilor și, în special, la cele ale copiilor participanți. Am văzut membrii familiilor plecând de la ședințele noastre mai încrezători, mai liniștiți și mai determinați să facă schimbări cu privire la stilul lor de viață, lucru care mă bucură enorm. Copilăria este perioada în care se absorb informațiile din mediul înconjurător, iar adolescența este momentul în care suntem deja suficient de dezvoltati și putem să punem în aplicare tot ceea ce am învățat. În ambele etape suntem într-un proces continuu de învățare, iar cei din jurul nostru, implicit și părinții, sunt lângă noi pentru a ne ajuta și a ne susține în momentele dificile. Același lucru l-am văzut și la familiile din programul nostru. Mă bucură enorm faptul că există acest program, dar și posibilitatea de a face schimbări, alături de specialiști ce sunt și colegii mei.



Larisa Rusu

Nutriționist Dietetician
Programul "inCerc", Cluj-Napoca



Un loc unde te simți în siguranță, unde te poți baza pe specialiști și unde relația cu aceștia este una de prietenie sunt doar câteva dintre lucrurile care îmi vin în minte când mă gândesc la Programul “înCerc”. După doar două vizite pot să spun că simt că s-a format o legătură între mine și specialiștii din program, iar acest lucru contează foarte mult având în vedere tot parcursul către un stil de viață sănătos. Programul “înCerc” este unul unde adolescenții au de câștigat.

Lascu Andreea

Beneficiar, Programul “înCerc”, Ploiești

Programul “înCerc” m-a învățat să înțeleg că o alimentație sănătoasă mă ajută să cresc armonios. De asemenea, stilul de viață sănătos pe care încerc să-l aplic cu ajutorul specialiștilor înseamnă și prevenirea multor posibile probleme de sănătate. Nu în ultimul rând sportul este foarte important pentru dezvoltarea mea fizică. În urma acestui program pot spune că relația cu familia și cu prietenii s-a îmbunătățit. Am o comunicare mai bună cu mama mea, iar asta mă bucură mult. Mulțumesc tuturor specialiștilor pentru ceea ce fac pentru noi, dar și celor care au organizat acest program atât de benefic.

Simionescu Ștefan Antonio

Beneficiar, Programul “înCerc”, Ploiești

În timpurile de astăzi când tehnologia și stilul de viață îndeamnă la sedentarism, Programul “înCerc” este un colac de salvare, atât pentru copii, cât și pentru părinți. Echipa de specialiști, adevărați profesioniști, ne-a învățat să ne organizăm timpul într-un mod mult mai eficient și să alocăm din el pentru exerciții fizice, plimbări. Mișcarea are un rol esențial în dezvoltarea unui corp armonios și al unui mental sănătos, vorba latinului – “Mens sana in corpore sano!”. O bună și reală îndrumare a venit din partea nutriționiștilor, cu privire la alimentele sănătoase, modul în care ne hrănim și cum ne alimentăm cel mai eficient fără a face excese, dar a ne putea bucura și de o diversitate de produse. Sfaturile date de psihologi au fost binevenite chiar dacă abordarea este de lungă durată, aici fiind doar începutul drumului. Mulțumim întregii echipe pentru șansa de a participa la acest program și pentru implicare!

Dan Ștefania Karina Christiana

Beneficiar, Programul “înCerc”, Cluj-Napoca

Îmi pare foarte bine că am descoperit acest program. Tot ce el presupune a adus numeroase beneficii pentru mine, cât și pentru familia mea. Mi-au plăcut și mi-a prins tare bine tot ajutorul, suportul și indicațiile date, la fiecare vizită în parte, de către echipa de specialiști “înCerc”. De fiecare dată am aflat lucruri foarte utile, de ce sunt importante pentru mine și sănătatea mea, dar și cum pot să le pun în practică. Toate aceste schimbări învățate de-a lungul timpului m-au ajutat foarte mult în drumul meu spre sănătate. Iar pentru asta le sunt recunoscător tuturor celor implicați în acest program. Mi-am propus să fac în continuare alegeri cât mai bune pentru mine.

Calini Elias Ionuț

Beneficiar, Programul “înCerc”, Cluj-Napoca



Bogdan Spiridon

Beneficiar, Programul “înCerc”, Ploiești

Îmi place Programul “înCerc” de Prevenție a Diabetului Zaharat de tip 2 și a Bolilor Civilizației pentru că mă învață cum să mănânc și cum anume să îmi organizez mesele principale din zi și gustările pentru a avea un stil de viață cât mai sănătos. Un alt beneficiu al programului pe care l-am descoperit recent este că mă ajută să îmi îmbunătățesc comportamentul zi de zi, iar asta se vede din multe puncte de vedere. Am ajutoare pe drumul spre un stil de viață sănătos, primesc sfaturile cât mai adaptate, iar acest lucru ușurează mult.

În cadrul Programului “înCerc” am învățat foarte multe lucruri utile și care o să mă ajute mult timp de acum înainte. Sunt bucuros și că am reușit cu ajutorul specialiștilor și familiei să slăbesc, lucru care a adus multe beneficii. Am învățat să nu mai mănânc atât de mult, să mă organizez mai bine cu mesele din timpul zilei. În urma vizitelor la nutriționiști am învățat cum să combin alimentele, ce trebuie să conțină o farfurie sănătoasă, cum să mănânc în continuare alimentele preferate, dar gătite cât mai sănătos. Am și mai multă energie acum și îmi propun să fac cât mai des mișcare, cu prietenii, cu familia, cu colegii de la școala unde învăț.

Sas-Boca Darian

Beneficiar, Programul “înCerc”, Cluj-Napoca



Întreaga echipă a Programului „înCerc” ne-a fost și ne este alături pe parcursul călătoriei deloc ușoare către scopul nostru: sănătatea lui Andrei. Doamna coordonatoare este foarte drăguță, ne-a explicat toți pașii de la început, ne-a răspuns la întrebări și întotdeauna încearcă să-l programeze pe Andrei în funcție de programul nostru, al lui, nu ne simțim presați, participăm cu drag. Specialiștii ne ghidează astfel încât să găsim cele mai bune soluții, ne sunt alături în cazul în care greutatea stagnează pentru că ne-au explicat că nu acesta este scopul programului, doar pierderea în greutate, ci acela de a-l învăța pe Andrei beneficiile unui stil de viață sănătos, atât din punct de vedere al alimentației, cât și al mișcării, precum și al stării de bine. Suntem recunoscători pentru posibilitatea de a fi consiliați de medici cu diferite specializări și de a avea acces la diverse analize. Andrei spune de fiecare dată că sunt primii doctori la care nu merge speriat și se bucură că învață ce trebuie să facă pentru a fi sănătos.

Andrei Achim

Beneficiar, Programul “înCerc”, Ploiești

Queen Silvia Nursing Award



Fotografie realizată de Swedish Care International

Premiul pentru Asistență Medicală Regina Silvia (QSNA) este o bursă unică pentru asistente medicale și studenți la Asistență Medicală, care atrage cele mai strălucite minți și cele mai creative idei ale acestora pentru a spori prestigiul profesiei de asistent medical și pentru a crea condițiile pentru o schimbare pozitivă și durabilă în domeniul asistenței medicale. Concursul este susținut de Majestatea Sa Regina Silvia a Suediei. Fundația Medicover este responsabilă de organizarea concursului în Polonia.

Anul 2021 a fost declarat de Organizația Mondială a Sănătății (OMS) drept Anul Lucrătorilor din Domeniul Sănătății, în semn de recunoaștere a angajamentului acestora de a oferi îngrijiri în timpul adversităților provocate de pandemia COVID-19, care reprezintă o provocare majoră pentru sistemele de sănătate din întreaga lume. Pandemia a afectat foarte mult persoanele în vârstă, multe dintre acestea fiind izolate pentru o perioadă foarte lungă de timp. Pentru mulți vârstnici, izolarea a devenit mai periculoasă decât coronavirusul în sine. Prin urmare, în anul 2021, QSNA a revenit la tema îmbunătățirii îngrijirii pacienților, cu un accent special pe ideile creative care pot aduce beneficii pentru persoanele în vârstă și pacienții cu demență.

Scopul concursului este de a promova profesia de asistent medical și de a încuraja dezvoltarea talentelor angajate în domeniul asistenței medicale.

Bursierii QSNA primesc:



o diplomă din partea Majestății Sale Regina Silvia a Suediei



oportunitatea de a beneficia de o rețea internațională de contacte



premiu în bani



oportunități de dezvoltare a cunoștințelor adaptate individual



invitație la Marea Ceremonie de Premiere a QSNA de la Stockholm

Competiția se desfășoară la nivel internațional, edițiile naționale desfășurându-se în același timp în Suedia, Finlanda, Polonia, Germania, Lituania, Universitatea Washington din S.U.A. și Statul Sao Paulo din Brazilia.



SWEDEN



FINLAND



POLAND



GERMANY



LITHUANIA



USA



BRAZIL



Sophie Lu-Axelsson

Director Executiv, Swedish Care International

Misiunea Premiului pentru Asistență Medicală Regina Silvia este de a evidenția nevoia enormă de idei noi și inovații în îngrijirea persoanelor în vârstă și a celor care suferă de demență. Considerăm că asistentele medicale sunt inovatorii originali din domeniul sănătății și cei care rezolvă probleme în cadrul comunităților globale. Ambiția noastră este de a motiva asistentele medicale și studenții la Asistență Medicală să își prezinte propunerile revoluționare pentru a îmbunătăți îngrijirea acestor grupuri vulnerabile de pacienți; și de a le fi cultivate vocile cu posibilități de învățare și de creare de conexiuni care nu sunt de obicei rezervate profesiei de asistent medical.

Bursierul QSNA al celei de-a 6-a ediții a concursului din Polonia

Julia Osiecka este studentă la Asistență Medicală la Universitatea de Medicină din Varșovia. Ideea ei câștigătoare, **„O călătorie printre amintiri”**, propune utilizarea tehnologiei VR (realitate virtuală) pentru a permite persoanelor în vârstă să experimenteze activități pe care obișnuiau să le facă atunci când erau mai tineri. Julia sugerează să introducem persoanele în vârstă în lumea realității virtuale și să le observăm comportamentul. Planul bursierului este de a afla cum afectează utilizarea VR starea psihomotorie a pacienților și cum poate îmbunătăți calitatea stării lor de sănătate. Dar, mai presus de toate, Julia își dorește ca proiectul ei să aducă bucurie persoanelor în vârstă și pacienților cu demență – și sentimentul că societatea nu i-a lăsat în urmă.

Ideea mea s-a născut din observarea lumii și din propriile mele experiențe. Când am trimis cererea de înscriere la QSNA, am vrut să propun ceva nou și inovator. Înainte de „O călătorie printre amintiri”, am avut multe alte idei, dar niciuna dintre ele nu avea acea „gură de aer proaspăt”. Cred că viitorul medicinei este tehnologia modernă, așa că am decis să dezvolt un proiect care să folosească realitatea virtuală (VR). Prin propriile mele observații și după ce am citit multe cărți și lucrări de cercetare despre problemele vârstnicilor, am ajuns la concluzia că ideea VR era cea pe care doream să o diseminez, spune Julia Osiecka, bursieră QSNA 2021.



Julia Osiecka

Bursier QSNA 2021

Premii suplimentare de la partenerii noștri



Monika Wiśniewska

Premiul special din partea Essity

La ediția din 2021, ca și în anii precedenți, partenerii noștri din Polonia au acordat și ei premii speciale.

Consiliul Principal al Asistenților Medicali și Moașelor a acordat o distincție Diane Maniak-Brzezińska, asistentă medicală la Spitalul Provincial de Specialitate pentru Copii și lector al Departamentului de Asistență Medicală al Universității Warmia și Mazury din Olsztyn, care a prezentat o idee intitulată **„Un ajutor farmaceutic pentru persoanele în vârstă – un organizator de pastile pentru pacienții vârstnici”**.

„Am apreciat ideea prezentată de Diana Maniak-Brzezińska, deoarece, după implementare, acest proiect va avea un impact real asupra utilizării în siguranță a medicamentelor de către persoanele în vârstă și de către persoanele care suferă de demență”, a declarat Mariola Łodzińska, președinte al Consiliului Principal al Asistenților Medicali și Moașelor.

Essity, cel mai mare producător de materiale absorbante din lume, a acordat o distincție și un premiu de 3.000 PLN lui Monika Wiśniewska, asistentă medicală de la Departamentul de Medicină Internă și Hematologie al Institutului Medical Militar din Varșovia și studentă în anul al doilea de masterat la Universitatea de Medicină din Varșovia. Ideea ei de proiect a fost intitulată **„Primii pași: îngrijire medicală pentru începători”**.

Ideea Monikăi răspunde provocărilor semnificative și actuale ale îngrijirii profesionale a persoanelor cu incontinență urinară. Atât pacienții, cât și personalul medical din Polonia nu au încă suficiente cunoștințe despre modul în care ar trebui să fie asigurată îngrijirea pacienților cu această afecțiune. În plus, ideea este bine aliniată cu educația continuă a pacienților și a personalului medical de la Essity în ceea ce privește NTM și este viabilă pentru implementare”, spune Patryk Sucharda, Public Affairs and Regulatory Manager la Essity Poland Sp. z o.o.



Diana Maniak-Brzezińska

Finalist QSNA 2021, premiu special din partea Consiliului Principal al Asistenților Medicali și Moașelor

Premiul pentru Asistență Medicală Regina Silvia 2021 din Polonia s-a desfășurat sub patronajul onorific al Ministrului Sănătății și al Consiliului Principal al Asistenților Medicali și Moașelor.

Marea ceremonie de premiere de la Stockholm

Bursierii Premiului pentru Asistență Medicală Regina Silvia își primesc premiile de la Regină în cadrul unui eveniment de gală la Stockholm. În timpul evenimentului, câștigătorii din toate țările QSNA țin, de asemenea, scurte discursuri despre ideile lor.



Fotografie realizată de Yanan Li

În septembrie 2021, mult așteptata ceremonie de decernare a Premiului pentru Asistență Medicală Regina Silvia a avut loc la Biblioteca Bernadotte din Palatul Regal din Stockholm. Acesta a fost un eveniment unic și o ocazie de a o întâlni pe Majestatea Sa Regina Silvia a Suediei. Bursierii din 2019 și 2020, Agnieszka Napieralska și Radosław Romanek, însoțiți de președintele Fundației Medicover, de reprezentanți ai Medicover AB și de coordonatorul concursului QSNA din Polonia, au avut onoarea de a participa la gală. Ceremonia a început cu un discurs de bun venit și o alocuțiune a Majestății Sale Regina Silvia a Suediei. Apoi, Agnieszka Napieralska, bursiera din 2019, a fost invitată pe scenă pentru a primi flori și felicitări din partea Reginei. Apoi au venit câștigătorii din 2020, printre care Radosław Romanek, care a primit felicitări și o diplomă din

partea Reginei. După discursuri online extrem de captivante din partea reprezentanților Universității Washington din SUA (care nu au putut veni personal la Palat din cauza pandemiei) și un discurs ținut de Bursierii din Lituania și Germania, Radosław Romanek a fost invitat pe scenă. Acesta a ținut un discurs foarte interesant și inspirat, care a fost completat de un videoclip care arată punerea în aplicare a ideii sale câștigătoare. Prezentarea lui Radosław a fost urmată de discursuri ale bursierilor QSNA din Finlanda și Suedia. Punctul culminant al ceremoniei a fost un discurs al Reginei Silvia a Suediei, care le-a mulțumit participanților pentru că au venit la Stockholm și pentru eforturile lor ca ambascadori ai QSNA în țările lor, care contribuie la o schimbare pozitivă în domeniul asistenței medicale.

După ceremonie, bursierii QSNA polonezi Agnieszka Napieralska și Radosław Romanek, împreună cu omologii lor din celelalte țări QSNA, au avut posibilitatea de a discuta în mod informal cu Majestatea Sa Regina Silvia a Suediei.



Urmăriți videoclipul



Fotografie realizată de Yanan Li



Urmăriți videoclipul



Anna Jonarska

Coordonator Proiect,
Fundația Medicover

Participarea la ceremonia de decernare a Premiului pentru Asistență Medicală Regina Silvia 2019 și 2020 a fost o experiență minunată și de neuitat. Coordonarea concursului QSNA în Polonia este o onoare și o sursă de mare satisfacție. Am fost cu toții foarte fericiți că, după o pauză de un an cauzată de pandemia COVID-19, Swedish Care International (organizatorul concursului) a putut organiza ceremonia. Prin intermediul QSNA, încurajăm asistentele medicale și studenții la Asistență Medicală din Polonia să caute idei inovatoare care pot contribui la rezolvarea celor mai presante probleme de sănătate ale societății noastre. Îi încurajez cu tărie pe toți să participe la concurs; este o experiență extraordinară și extrem de valoroasă. Fiecare idee nouă contează.



Fotografie realizată de Yanan Li

Activitățile celei de-a V-a ediție a Burselor QSNA

IMPLEMENTAREA IDEII

A sosit momentul să lansăm un proiect unic: „Vaccinează-te! Să oprim pandemia împreună!”. „Acesta este un eveniment unic pentru mine. În aprilie, în timpul celui de-al treilea val al pandemiei de coronavirus din Polonia, lucram la Spitalul Temporar de la Aeroportul Pyrzowice, o unitate înființată exclusiv pentru pacienții cu COVID-19. A fost o lună grea pentru mine. În plus, virusul nu mi-a cruțat familia. Unchiul meu, care contractase virusul cu câteva zile înainte de vaccinare, a murit. Această perioadă dificilă m-a făcut să realizez cât de importantă este vaccinarea pentru societatea noastră. Este crucială pentru a reduce riscul de apariție a cazurilor grave de COVID-19. În plus, am început să fiu atent la numeroasele mituri care apar în contextul vaccinării. De aceea, am început un proiect educațional prin care am invitat persoane de excepție să vorbească despre acest subiect”, spune Radosław Romanek, bursier QSNA 2020. Radek a decis să acționeze în calitate de ambasador al vaccinării, deoarece a dorit să încurajeze cât mai multe persoane să se vaccineze. La sfârșitul lunii iunie, el a vizitat



Festivalul de Film din Sandomierz, unde a vorbit despre vaccinare și a împărțit pliante. Acesta a fost momentul perfect pentru a anunța lansarea campaniei „Vaccinați-vă! Să oprim pandemia împreună!”. Apoi, câștigătorul celei de-a 5-a ediții a QSNA din Polonia a colaborat cu Fundația Medicover pentru a realiza o serie de 8 interviuri care prezintă diferite experiențe și perspective privind vaccinarea COVID-19. Scopul videoclipurilor a fost de a risipi miturile și îndoielele

legate de vaccinarea COVID-19 și de a încuraja persoanele nehotărâte să se vaccineze. Radek a vorbit cu experți medicali (vaccinologul Dr. Tomasz Sobierajski, virusologul Dr. Tomasz Dzieciatkowski, asistenta medicală Medicover Katarzyna Suchenek, M.D., și medicul pediatru Medicover Dr. Katarzyna Korzeniowska), studenți universitari, elevi, precum și cu campioana la înot Otylia Jędrzejczak. Vă rugăm să urmăriți toate interviurile pe canalul YouTube al QSNA polonez: „Vaccinați-vă! Să oprim pandemia împreună!”.

ÎNTÂLNIREA CU BURSIERII INTERNAȚIONALI

În anul 2021, Swedish Care International a organizat întâlniri de creare de conexiuni QSNA la distanță pentru bursierii din țările în care este prezentă competiția, organizate de Swedish Care International. Întâlnirea din iunie a fost găzduită de o echipă din Polonia, inclusiv partenerii noștri de la Medicover, Care Experts, Fundația Medicover și Radosław Romanek, bursierul QSNA 2020 din Polonia. Radosław le-a povestit participanților la întâlnire despre activitatea asistenților medicali din Polonia și despre experiența sa de lucru la Spitalul Temporar din Pyrzowice, înființat la aeroport pentru a deservi pacienții cu COVID-19. Prezentarea a fost foarte interesantă pentru toți partenerii QSNA. Evenimentul a facilitat un schimb de cunoștințe, experiențe și conversații interesante.



Vă rugăm să vizionați toate interviurile pe canalul de Youtube al ediției poloneze a Burselor QSNA: „Vaccinează-te! Împreună putem să oprim pandemia!”



ÎNTÂLNIRI CU PARTENERII

Radosław Romanek este asistent medical și lucrează la Departamentul de Cardiologie al Centrului Medical din Silezia Superioară din Katowice-Ochojec. Din cauza pandemiei COVID-19 în curs de desfășurare, bursierul QSNA 2020 s-a întâlnit de la distanță cu reprezentanți ai Ambasadei Suediei în Polonia și a primit felicitări din partea acestora. Când situația pandemiei din Polonia s-a îmbunătățit, Radosław a vizitat Varșovia de mai multe ori pentru a se întâlni cu partenerii proiectului QSNA. Câștigătorul celei de-a cincea ediții a concursului a făcut o vizită la Camera Principală a Asistenților Medicali și Moașelor, unde a aflat despre funcționarea Camerei și a participat activ la discuția despre asistența medicală modernă în Polonia. La Medicover, a aflat despre soluțiile inovatoare care au fost implementate pentru a sprijini independența profesională a asistenților medicali și a făcut un tur al Centrului Medicover. Radosław a vizitat, de asemenea, Spitalul Medicover unde a aflat despre managementul personalului și despre întreaga unitate. Cu o altă ocazie, laureatul QSNA din 2020 a făcut o vizită la Institutul Național de Geriatrie, Reumatologie și Reabilitare, unde s-a întâlnit cu consultantul național pentru asistență medicală geriatrică și cu directorul Institutului, și a vizitat azilul Józefina din Józefów, lângă Varșovia. De asemenea, a participat la ateliere și la cursuri de exerciții pentru persoanele în vârstă cu demență și boala Alzheimer. De asemenea, Radek s-a întâlnit de la distanță cu un reprezentant al Essity pentru a afla mai multe despre această companie și despre gama sa inovatoare de produse.

FORMAREA ABILITĂȚILOR DE AUTOPREZENTARE



Urmăriți videoclipul

Înainte de ceremonia de la Stockholm, bursierul QSNA din Polonia a fost instruit de Grzegorz Nawrocki în ceea ce privește abilitățile de autoprezentare. Puteți vedea cum au arătat pregătirile lui Radek aici: **Radosław Romanek, Bursier QSNA din Polonia se pregătește, pentru discursul său la Palatul Regal din Stockholm. – YouTube**

ACȚIONÂND PENTRU CEILALȚI

CURĂȚENIE DE TOAMNĂ LA CENTRUL DE INTERVENȚIE TIMPURIE DIN OTWOCK

Fundația Medicover sprijină de mai mulți ani Centrul de Intervenție Timpurie și Preadopție din Otwock. În anul 2021, am organizat din nou un grup de voluntari pentru a lucra în grădina din fața Centrului. Echipa a pregătit plantele pentru iarnă și a construit două magazii de depozitare care vor găzdui cărucioare pentru copii. Voluntarii noștri au efectuat, de asemenea, o serie de mici lucrări de curățenie. Fiecare voluntar a lăsat o parte din inima și din sufletul său în grădina Centrului, în timp ce copiii și îngrijitorii au putut profita din plin de vremea frumoasă de toamnă și s-au bucurat de aer liber.



FORMARE PENTRU PERSONAL ȘI ÎNGRIJITORI

La inițiativa personalului medical și de asistență medicală de la Centrul Medicover Tarasy Grabiszyski, a fost posibil să se organizeze și să se desfășoare un curs de formare privind îngrijirea adecvată a pacienților pentru personalul și îngrijitorii de la Hospice of St. John of God din Wrocław. Sub atenta supraveghere a unui voluntar al Fundației Medicover, asistenta epidemiologică Edyta Podpora, participanții la formare și-au îmbunătățit abilitățile practice în activitățile de îngrijire de bază. Evenimentul a oferit multe sfaturi valoroase despre modul în care să dezinfecteze corect zonele sensibile din unitățile medicale – deosebit de utile în timpul pandemiei. Datorită sprijinului acordat de Fundația Medicover și de partenerii săi, a fost posibilă achiziționarea unor cantități mari de materiale de îngrijire, echipamente de protecție personală și dezinfectanți pe care ospiciul trebuie să le folosească în fiecare zi.

CONTROALE MEDICALE LA ADĂPOSTUL CARITAS

La adăpostul pentru persoane fără adăpost administrat de Caritas din cartierul Wola din Varșovia, doi voluntari de la laboratorul Synevo (Kasia Madej și Michał Onufrowicz) au organizat o zi de controale de sănătate pentru rezidenții instituției. La standurile special amenajate, au fost oferite examinări de bază (de exemplu, glicemia sau tensiunea arterială). Rezidenților le-a fost evaluată starea de sănătate și li s-au schimbat pansamentele rănilor. După diagnosticul inițial, pacienții au fost îndrumați pentru consultații suplimentare către ambulatoriul pentru persoanele fără adăpost condus de Asociația Doctorii Speranței. Datorită sprijinului acordat de Fundația Medicover, a fost posibilă achiziționarea de materiale specializate pentru pansamente și dezinfecție, pe care adăpostul le va folosi pentru a-i ajuta pe cei aflați în nevoie și pe termen lung.



Deoarece compania mea sprijină acest loc de muncă, sunt întotdeauna foarte dornică să mă implic în evenimentele sociale organizate aici. Toată lumea poate să ajute cumva și să ofere ceva celor care au nevoie. Este chiar atât de simplu!

Katarzyna Madej

Analist Laborator, Synevo

LUCRĂRI DE ZUGRĂVIT LA CASA DE COPII NR. 16 DIN VARȘOVIA

În septembrie 2021, datorită sprijinului voluntarilor și partenerilor Fundației Medicover, am reușit să renovăm mai multe camere de la Casa de Copii nr. 16 din Varșovia. Copiii sunt plasați în această instituție din diverse motive, printre care: conflicte între părinți, dependențe, violență și abuz sau ineficiență educațională. Copiii au toate nevoile materiale și emoționale asigurate datorită angajamentului personalului calificat al Casei.



În numele meu și al conducerii Complexului Școlar nr. 2 din Varșovia, precum și al tuturor tinerilor noștri elevi, aș dori să vă mulțumesc pentru sprijinul pe care l-ați acordat instituției noastre. Datorită angajamentului Fundației Medicover și a voluntarilor săi minunați, am reușit să renovăm și să dăm rapid în folosință o nouă sală pentru a-i găzdui pe cei mai mici dintre copiii noștri. Cu noile spații de joacă și de relaxare, pline de culoare, am creat o atmosferă caldă și prietenoasă și am adus zâmbete pe multe fețe. Vă mulțumim foarte mult!

Anna Kowalczyk
Pedagog Principal și Coordinator



RENOVAREA SPAȚIILOR UNUI CENTRU DE ÎNGRIJIRE DIN VARȘOVIA

În preajma Crăciunului, Departamentul Central de Achiziții Medicover a avut o inițiativă nobilă de a sprijini activitățile Fundației Medicover. Unii dintre membrii echipei au renovat sediul unuia dintre Centrele de Îngrijire a Copiilor din Varșovia, astfel încât cei 18 copii mici care locuiesc în această unitate să poată petrece Ajunul Crăciunului în condiții mai plăcute. În același timp, cealaltă parte a echipei a ținut locul colegilor voluntari la locul de muncă.



Întotdeauna sunt foarte dornic să mă implic în inițiativele Fundației Medicover, iar aceasta a fost una specială pentru noi. Echipa noastră de voluntari de la Departamentul de Achiziții a livrat ceva bun pentru copii – am reușit să-i facem fericiți chiar înainte de Crăciun. Perioada sărbătorilor este un moment special în care ar trebui să ne gândim și la ceilalți, așa că mă bucur că echipa noastră a realizat acest proiect.

Paulina Skiba
Specialist Achiziții Active Imobilizate

LUCRĂRI DE ZUGRĂVIT LA ȘCOALA „STEP BY STEP”



În timpul vacanței de vară, un grup de voluntari ai Fundației Medicover a revopsit sălile de clasă și coridoarele de la Școala Primară Specială E. Bojanowski din Varșovia (Școală „Step by Step”), ca răspuns la o cerere din partea conducerii școlii. Școala este o unitate unică care se ocupă de copiii cu autism avansat care necesită condiții și metode speciale de predare, precum și programe de predare individuale. Datorită muncii voluntarilor noștri, copiii pot acum să învețe în condiții mai confortabile, ceea ce îmbunătățește eficiența lecțiilor.



CURS DE PRIM AJUTOR PENTRU CERCETAȘI

Dominika Dąbrowska-Hojnor, managerul Centrului Medical din Kraków-Ruczaj, a condus o serie de sesiuni de formare în domeniul primului ajutor pentru cercetașii din Grupul de Cercetași din Kraków-Nowa Huta. Atât instructorii, cât și cercetașii au învățat cum să reacționeze în situații care pun viața în pericol, cum să apeleze corect la ajutor de urgență și cum să efectueze resuscitarea cardio-pulmonară. Datorită truselor de prim ajutor donate de Fundația Medcover, tinerii cercetași vor putea oferi asistență de urgență la diversele evenimente pe care le organizează sau la care participă în cadrul activităților lor zilnice.



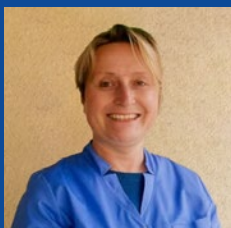
FORMARE DE PRIM AJUTOR LA ȘCOALA PRIMARĂ DIN KOSAKOWO



De ani de zile, Fundația Medcover este implicată în inițiative de promovare a prevenirii sănătății și în proiecte de îmbunătățire a sănătății și siguranței. De aceea, în colaborare cu Medcover Rescue Academy, am organizat încă un atelier de prim ajutor pentru copii. De data aceasta, am împărtășit cunoștințe practice cu copiii preșcolari de la școala primară din Kosakowo. Datorită angajamentului instructorilor, cei mai mici elevi au învățat regulile de bază ale salvării de urgență în situații care pun în pericol viața sau sănătatea. La instruire au participat 25 de copii.

LUCRĂRI DE ZUGRĂVIT ÎN AMBULATORIU PENTRU PERSOANELE FĂRĂ ADĂPOST

În luna august, un grup de voluntari a dus la îndeplinire dificila sarcină de a reînprospăta ambulatoriul pentru persoanele fără adăpost, condus de Asociația „Doctorii Speranței”. Clinica este un loc unic în care medici și asistente medicale se oferă voluntar pentru a oferi sprijin medical persoanelor aflate în nevoie, atât în Polonia, cât și în străinătate.



Agnieszka Fill

Șefa Clinicii Ambulatorii Maria Zoll-Czarnecka pentru persoanele fără adăpost, administrată de Asociația „Doctorii Speranței”



Aș dori să mulțumesc Fundației Medcover și voluntarilor săi pentru implicarea lor profesională în renovarea ambulatoriului nostru Maria Zoll-Czarnecka pentru persoanele fără adăpost, administrat de Asociația „Doctorii Speranței” (Filiala Varșovia). Lucrările s-au desfășurat într-o atmosferă veselă și distractivă, iar datorită lucrărilor de zugrăvit, unitatea arată acum mult mai bine. Multe mulțumiri!

Pentru mine, participarea la acest proiect a fost incredibil de îmbucurătoare și plină de satisfacții. Încă mă emoționez când îmi amintesc cât de fericiti și recunoscători au fost angajații centrului când au văzut rezultatele muncii noastre – și, la urma urmei, noi doar am vopsit pereții! Încurajez pe toată lumea să ia parte la cel puțin un proiect de voluntariat – este un sentiment extraordinar!

Maria Łankowska

Specialist în Dezvoltarea Proceselor și Instrumentelor de Resurse Umane, Medcover

FORMARE PENTRU ÎNGRIJITORII DE COPII DE LA FUNDAȚIA SEDEKA

În septembrie, Medicover Rescue Academy a organizat un atelier de formare la Centrul de Rehabilitare CEMICUS pentru îngrijitorii care lucrează cu copiii aflați în grija Fundației Sedeka. Inițiativa a coincis cu sărbătorirea Zilei Mondiale a Primului Ajutor. În timpul evenimentului, salvatorii certificați AHA (American Heart Association – Asociația Americană de Cardiologie) au împărtășit o multitudine de cunoștințe valoroase și sfaturi practice. Sub privirea lor atentă, participanții au învățat teorie și au dobândit abilități practice care pot ajuta la salvarea de vieți în multe situații de urgență. Printre abilitățile exersate în timpul instruirii s-au numărat resuscitarea cardiopulmonară (CPR), precum și reacții corecte în caz de pierdere a conștiinței, sufocare sau apnee la adulți, copii și nou-născuți.



Sunt încântat că Rescue Academy a noastră a putut sprijini o astfel de inițiativă. În calitate de lucrători pe ambulanță, ne confruntăm zilnic cu o varietate de cazuri diferite și suntem pe deplin conștienți de importanța acordării corecte a primului ajutor. Viața umană, care este valoarea supremă, depinde foarte des de o reacție rapidă și corectă. Sper că vor urma și alte proiecte de acest gen în viitor.

Mirosław Dubielecki

Coordonator de formare medicală de urgență

FORMARE DE PRIM AJUTOR ÎN PRUSZCZ GDAŃSKI

Trei instructori de la Medicover Rescue Academy – medici, asistente medicale și paramedici – au organizat un curs de prim ajutor de două zile pentru copiii preșcolari și educatorii acestora. Evenimentul a avut loc într-una dintre grădinițele din Pruszcz Gdański. Împărțiți în 10 grupe, aproape 200 de preșcolari au luat parte la eveniment. Aceștia au învățat principiile de bază ale primului ajutor, iar ulterior au putut testa cunoștințele nou dobândite prin exerciții practice. O astfel de formare și abilitățile rezultate sunt neprețuite și ar trebui să fie organizată în mod regulat pentru școlari, începând de la o vârstă fragedă.

FORMARE DE PRIM AJUTOR ÎN WADOWICE

În septembrie 2021, voluntarii experimentați ai Fundației din Kraków au organizat cursuri de prim ajutor pentru personalul Centrului Comunitar de Autoajutorare Sfânta Tereza de Calcutta din Wadowice. La instruire au participat 25 de persoane.

SPRIJIN PENTRU FUNDAȚIA DR CLOWN



La inițiativa angajaților Medcover din Poznań și datorită colaborării noastre cu tipografia Destinatam (care furnizează formulare de rețete și publicații medicale tipărite pentru clinicile Medcover), am reușit să proiectăm și să donăm o cantitate semnificativă de materiale tipografice Fundației Dr. Clown. Voluntarii din această organizație unică distribuie copiilor din spitale „Rețete pentru un zâmbet” originale, ceea ce îi face pe micii pacienți să uite de boală și de durere – chiar dacă numai pentru o clipă.



Suntem foarte bucuroși că, datorită colaborării noastre cu Fundația Medcover, am reușit să tipărim 46.000 de rețete speciale și semne de carte, materiale importante pentru Dr. Clowns în timpul vizitelor lor în spital. Restricțiile impuse din cauza pandemiei fac ca voluntarii să nu poată intra în spitale, așa că aduc bucurie micilor pacienți prin spectacole sub ferestrele camerelor de spital. „Rețetele pentru un zâmbet” și semnele de carte colorate sunt transmise personalului medical și, mai târziu, copiilor care ne privesc performând de la ferestrele lor.

Dobrochna Buda

Manager Strângere de Fonduri,
Dr. Clown Foundation

SERVICIILE DE PRIM AJUTOR ȘI SERVICIILE MEDICALE PENTRU ALERGĂTORI ÎN SPYTKOWICE

În cadrul Festivalului Recoltei din comuna Spytkowice, în iulie 2021, a avut loc o altă Cursă a Festivalului Recoltei. Evenimentul a atras atât alergători, cât și practicanți ai mersului nordic din Spytkowice și din afara comunei, care s-au întrecut pe un traseu de 5 km. Alergarea și plimbarea s-au desfășurat sub patronajul onorific al autorităților locale. Voluntarii de la Fundația Medcover s-au ocupat de acordarea primului ajutor și de serviciile medicale în timpul evenimentului. La Sărbătoarea Recoltei au participat 350 de persoane, iar la alergare au luat parte aproximativ 80 de persoane.

ACTIVITĂȚI DE GĂTIT PENTRU COPII ÎN KŚIAŹKI

În decembrie 2021, Małgorzata Machaj de la Spitalul Medcover a organizat și a ținut cursuri de gătit pentru zece copii dintr-un centru de îngrijire din satul Książki. Tinerii rezidenți ai unității au avut sarcina de a pregăti o masă sănătoasă, punând accentul pe utilizarea fructelor și legumelor într-un mod inspirat. Atelierul a fost, de asemenea, o oportunitate de a extinde cunoștințele copiilor cu privire la principiile unei alimentații sănătoase, la pregătirea eficientă a mesei, precum și la tipurile de vitamine și la conținutul acestora în diverse alimente. De asemenea, au învățat despre diferența dintre suplimentele de vitamine și alimentele proaspete care conțin vitamine naturale.

Datorită aparatelor electrocasnice donate centrului de îngrijire din Książki de către Fundația Medcover, cursurile de gătit au fost și mai interesante și au putut fi frecventate de mai mulți copii.



Apreciam foarte mult această inițiativă și dorința Fundației de a împărtăși și sprijini copiii. Timpul petrecut la cursul de gătit a fost foarte fructuos: copiii au lucrat împreună cu moderatorii și s-au bucurat de fiecare moment al muncii în echipă, învățând în același timp noi abilități culinare valoroase. Proiectele de acest gen îi sensibilizează pe copii cu privire la importanța unui stil de viață sănătos și a îngrijirii propriei alimentații.

Ne bucurăm că Fundația Medcover vine în întâmpinarea așteptărilor copiilor oferind astfel de activități și donează în mod voluntar aparatură profesională de bucătărie unor unități ca a noastră.

Katarzyna Paluszkiewicz

Director al Centrului de Îngrijire și Educație din Książki

SPRIJIN PENTRU FUNDAȚIA REDEMPTORIS

Anna Hamielec-Machaczka, managerul medical al Centrului Medical Medicover Ruczaj din Cracovia, a elaborat un pachet cu materiale de formare privind prelevarea de sânge și îngrijirea rănilor în condiții de siguranță.

Acest pachet, împreună cu materialele medicale, a fost înmănat voluntarilor și misionarilor de la Fundația Redemptoris Missio care organizează misiuni cu personal medical, inclusiv medici, asistente medicale, moașe și paramedici. Voluntarii Fundației diagnostichează și tratează pacienți în locuri unde nu există acces la servicii medicale moderne. De asemenea, Fundația Redemptoris Missio furnizează echipamente medicale și pansamente pentru răni în ambulatoriile și spitalele din Africa, iar voluntarii instruesc personalul din centrele de sănătate din țările vizate.



PREVENIREA SINUCIDERII ÎN RÂNDUL ELEVILOR

Din cauza pandemiei și a creșterii semnificative a numărului de tentative de suicid și de sinucideri în rândul tinerilor, precum și a incidenței bolilor psihice, la care se adaugă accesul dificil la medici specialiști, un grup de voluntari ai Fundației Medicover a organizat o serie de webinare și a elaborat materiale didactice pentru profesori și părinți. Programat să se desfășoare timp de mai multe luni, proiectul a început în noiembrie 2021 și, în prima sa fază, s-a axat pe identificarea tulburărilor psihice la copii și pe răspunsul adecvat la riscurile emergente. Proiectul a ajuns la câteva sute de beneficiari: profesori, asistenți medicali școlari și părinți.

ATELIER EDUCAȚIONAL PENTRU ASOCIAȚIA „CUCERITORII DE VISE”



În perioada mai-septembrie 2021, au fost organizate ateliere de motricitate fină și grosieră pentru copiii de la Asociația „Cuceritorii de Vise” din Lublin.

Participanții au fost tineri cu certificat de handicap care frecventează o școală specială, loc unde merg la ore pentru a învăța aptitudini necesare în viața de zi cu zi. Atelierul a fost condus de specialiști de la Școala Specială și Centrul Educațional pentru Copii și Tineri cu Dizabilități din Lublin. Fundația Medicover a achiziționat materiale artistice, de papetărie și de creație care au fost folosite în timpul atelierului. Datorită sprijinului nostru, copiii din Asociația „Cuceritorii de Vise” au învățat noțiunile de bază pentru realizarea colajelor, precum și alte tehnici artistice creative. Implementarea proiectului a fost un excelent antrenament al creativității și, mai presus de toate, o modalitate de a doborî barierele provenite din dizabilitățile tinerilor participanți la proiect. Evenimentul de la Lublin a inclus și un atelier la distanță cu un dietetician privind un regim alimentar sănătos pentru copiii cu dizabilități, la care au participat profesori, personalul Centrului și părinți.

Proiectul i-a introdus pe copii în lumea magică a lucrului manual, ceea ce a avut ca rezultat nu numai lucrări frumoase și creative, ci și noi abilități care pot fi dezvoltate în viitor. Acest tip de activitate pentru tinerii cu dizabilități nu are doar o valoare educațională, ci mai ales terapeutică, motiv pentru care întregul proiect – implementarea acestuia și colaborarea noastră cu echipa Fundației Medicover – a fost o mare aventură nu doar pentru tineri, ci și pentru facilitatorii atelierului.

UNIREA FORȚELOR PENTRU ZÂMBETE SĂNĂTOASE



Colaborarea cu diferite companii Medicover este o soluție naturală la provocările legate de susținerea și promovarea serviciilor medicale de înaltă calitate.

La sfârșitul anului, ca răspuns la cererea de sprijin primită din partea Centrului de Îngrijire și Educație din Peçhery, Medicover Dentistry și Fundația Medicover și-au asumat provocarea majoră de a oferi tratament stomatologic pentru mai mult de 12 copii din cadrul Centrului. Atât personalul medical, cât și cel administrativ din mai multe clinici stomatologice Medicover au răspuns cu mare entuziasm apelului de ajutor și au organizat primele programări pentru copii în cel mai scurt timp. Din cauza complexității problemelor dentare ale copiilor din centrul din Peçhery și a numărului de pacienți tineri, proiectul a fost solicitant din punct de vedere logistic.



În ciuda provocărilor, tratamentul a fost efectuat, iar proiectul a avut un succes de 100%. Datorită angajamentului și empatiei întregului personal al clinicilor, toți copiii, chiar și cei care anterior se temeau de stomatologi, au părăsit clinicile Medicover Dentistry cu zâmbete frumoase și, cel mai important, sănătoase.

Suntem foarte recunoscători că ai noștri copiii au beneficiat de îngrijire dentară completă. Acest lucru a avut un impact semnificativ asupra sănătății și bunăstării lor. În numele tuturor micilor pacienți din Centrul nostru, dorim să mulțumim persoanelor implicate în acest proiect. Îngrijirea profesională și empatică oferită de personalul clinicii Medicover le-a arătat copiilor cât de important este să îngrijească dinții pentru a-i menține sănătoși și a avea un zâmbet frumos. Sperăm ca a noastră colaborare cu Fundația să continue și în viitor.



Aneta Piliszek

Directorul Centrului Administrativ al Unităților de Îngrijire și Educație din Peçhery



Suntem foarte interesați să ne asigurăm că noul concept de stomatologie prietenoasă cu pacientul este inclusiv și ajunge la un public cât mai larg. De aceea, atunci când am fost contactați pe rețelele de socializare cu o solicitare de a sprijini tratamentul stomatologic al copiilor din Peçhery, ne-am unit forțele cu Fundația pentru a organiza o echipă dedicată și am acceptat provocarea de a oferi asistență stomatologică completă copiilor din această unitate.



Wioletta Januszczyk

Director General Serviciu Stomatologic, Medicover

De îndată ce mi s-a oferit ocazia de a participa la proiectul de Crăciun, am decis să implic întreaga noastră echipă. Medicii au acceptat cu plăcere să trateze copiii. A fost o experiență extraordinară pe care cu siguranță o vom repeta. În numele meu și în numele clinicilor vă mulțumesc pentru încrederea acordată.



Magdalena Milewska

Șef Stomatologie la DentaCare Varșovia-Praga

TESTAREA GRATUITĂ A VEDERII LA COPII



La cea de-a 30-a Mare Finală a Fundației Caritabile Marea Orchestră de Crăciun, cu tema principală „asigurarea celor mai înalte standarde pentru diagnosticarea și tratamentul pentru vederea copiilor”, Medicover Optyk, Fundația Medicover și Centrul Medical Klimczaka au organizat o testare oftalmologică gratuită pentru 20 de copii. Evenimentul a făcut parte din campania noastră „Przejrzyj na Oczy” („Din nou o vedere clară”).

În cadrul acestei inițiative, copiii din mai multe centre de îngrijire din Varșovia și din suburbiile sale au primit:



**examen oftalmologic
efectuat de către
un oftalmolog**



**corecția vederii
realizată de către
un optometrist**



**ochelari de vedere cu lentile
de cea mai bună calitate**

Copiii care au primit recomandare de ochelari în timpul examinării oftalmologice au primit, de asemenea, lentile și rame donate de Belutti (rame) și Essilor Polonia (lentile) – ambii parteneri ai Medicover Optyk. În acest fel, organizatorii proiectului au dorit să își arate sprijinul pentru activitățile Fundației Caritabile „Marea Orchestră de Crăciun”, care susține de zeci de ani serviciile medicale din Polonia. Asigurarea celor mai înalte standarde de diagnosticare și tratament pentru vederea copiilor este foarte importantă, deoarece problemele oftalmologice afectează dezvoltarea generală a copiilor și modul în care aceștia învață despre lume. Numai un diagnostic precis și la timp, precum și un tratament adecvat pot facilita acest lucru.



Albert Schweitzer a spus: „Fericirea este singurul lucru care se înmulțește dacă îl împărtășești”. Acest gând mă ghidează ori de câte ori fac ceva bun pentru alții și chiar funcționează! Chiar dacă am cea mai proastă zi, un mic zâmbet din partea persoanei pe care o ajut mă face să mă simt optimist. Să-i ajuți pe ceilalți este un act foarte nobil, dar și unul care devine din ce în ce mai rar în zilele noastre... Așa că haideți să o facem, haideți să îi ajutăm pe ceilalți! Haideți să le aducem zâmbete pe chipurile lor și să ne amintim că a acționa altruist poate fi adesea o sursă de mare satisfacție care ne va face și pe noi mai fericiți.



Anna Mierzejewska

Specialist Lansare Magazin Nou,
Medicover Optyk



Suntem foarte recunoscători pentru sprijinul primit de Casa de Copii Nr. 2. Testările, sprijinul profesional și ramele, precum și lentilele primite de copiii noștri le-au permis acestora să-și îmbunătățească vederea. Într-un interval scurt de timp, cinci dintre copiii noștri au primit un ajutor complet și profesionist, care în mod normal ar fi necesitat foarte mult timp pentru a fi organizat și oferit.

Barbara Młodziejewska

Director al Administrației pentru Complexul
de Instituții de Îngrijire și Educație Nr. 2 din Varșovia

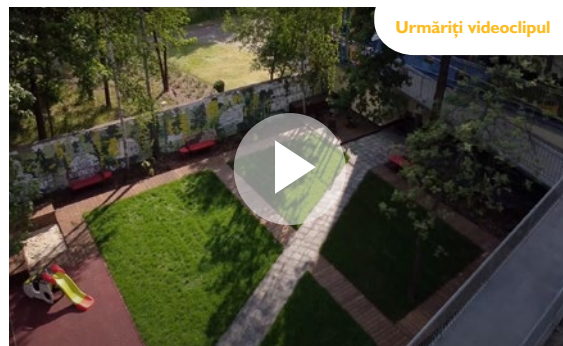
Adesea, un copil nu va spune că vederea sa este neclară, deoarece nu știe cum este să vadă clar. Dificultăți de învățare? Dureri de cap persistente? Acestea sunt doar câteva dintre simptomele care pot indica un defect de vedere nedignificat. După părerea mea, toate campaniile de depistare a deficiențelor de vedere și de control al vederii la copii fac posibilă îmbunătățirea și uneori chiar salvarea vederii la cei mai mici copii. În cazul nostru, s-a dovedit că mai mult de jumătate dintre copiii care au participat la proiect aveau un defect de vedere nedignificat și, prin urmare, necorectat, iar unele dintre aceste defecte erau semnificative. Unii dintre copiii pe care i-am examinat prezentau, de asemenea, probleme de vedere care necesită diagnosticare suplimentară. Voi fi bucuroasă să mă alătur următorului proiect similar de acest gen care vizează protejerea sănătății oculare a copiilor.



Marta Szaflik

Oftalmolog

PROIECTE DE VOLUNTARIAT ALE ANGAJAȚILOR ÎN POLONIA



Urmăriți videoclipul

Având în vedere pandemia persistentă și restricțiile pe care le provoacă, asigurarea unui spațiu sigur și primitor în afara Centrului a devenit una dintre prioritățile noastre. Continuăm să fim impresionați de grădina minunată construită într-un timp atât de scurt. Aș dori să le mulțumesc voluntarilor de la Fundația Medicover și tuturor partenerilor, precum și persoanelor implicate în acest proiect pentru efortul deosebit pe care l-au depus pentru crearea acestui loc. Datorită sprijinului dumneavoastră, munca noastră este mai ușoară și mai puțin stresantă, pentru că știm că avem prieteni adevărați pe care ne putem baza întotdeauna.



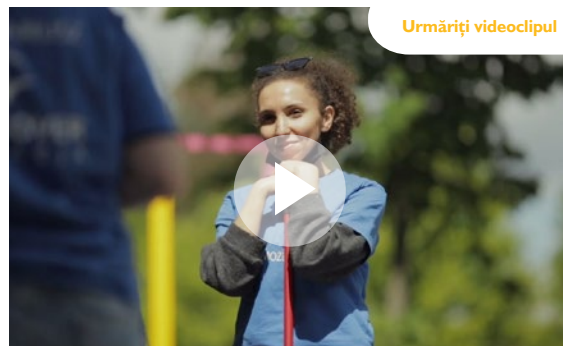
Dorota Polańska
Director al Centrului
de Intervenție Timpurie
și Preadopție din Otwock

Lucrul ca voluntar în cadrul proiectului de renovare a terasei și a grădinii pentru Centrul de Intervenție Timpurie și Preadopție a fost o experiență unică pentru noi toți cei de la NatWest. Atmosfera a fost minunată și am lucrat cu toții împreună pentru a face ceva bun. Voluntariatul este o combinație strălucită între a face o muncă fizică și a petrece timp împreună pentru o cauză bună. În plus, chiar dacă am lucrat în aer liber, am putut să vedem puțin din modul în care funcționează Centrul și să le povestim celorlalți voluntari despre acesta sau să zâmbim și să discutăm cu membrii personalului. Una peste alta, o experiență de neuitat! Să sperăm că vor mai exista astfel de inițiative comune în viitor!



Karolina Peđich
Manager Livrare Lanț de Aprovizionare,
NatWest Group

În lunile mai și iunie, Fundația Medicover a renovat terasa și grădina de la Centrul de Intervenție Timpurie și Preadopție din Otwock. Datorită angajamentului multor companii și a unui număr mare de voluntari, a fost posibil să se creeze un loc sigur și prietenos pentru copiii din Centru și pentru îngrijitorii acestora. Din cauza pandemiei, a fost esențial să se asigure un spațiu în care bebelușii și nou-născuții să poată fi îngrijiți în caz de urgență, atunci când nu beneficiază temporar sau permanent de îngrijirea părinților. Acest spațiu le va permite să experimenteze noi stimuli de dezvoltare și să învețe despre lumea exterioară, în ciuda absenței părinților lor.



Urmăriți videoclipul

Simt nevoia de a face bine și de a-i ajuta pe cei care au nevoie. Pot să le ofer puterea și timpul meu. Oportunitatea de a participa la proiectele organizate de Fundația Medicover îmi permite să acționez pentru ceilalți și mă umple de multă bucurie. Datorită unor astfel de proiecte, lumea este un loc mai sigur, iar eu sunt un om mai bun.



Maciej Schafer
Responsabil Superior Finanțe
și Contabilitate Medicover

ALTE PROIECTE

COOPERAREA CU ECHIPA *Wellbeing Team*

În timpul sărbătorilor de iarnă, Echipa Wellbeing a organizat un proiect numit „Ferie z Medicover” („Sărbători de iarnă cu Medicover”) pentru copiii angajaților Medicover. Voluntarii și partenerii noștri au fost bucuroși să se implice în această inițiativă și au pregătit diverse activități tematice pentru cei mai mici. Materialele care au însoțit activitățile au fost puse la dispoziție online, iar copiii participanți au scăpat cu ușurință de riscul plictiselii în timpul vacanței școlare.

La sfârșitul anului, am colectat haine și articole de igienă pentru persoanele nevoiașe ca parte a campaniei noastre „Mai puțină risipă”. Mulțumită angajaților companiilor Medicover, care și-au deschis inimile și s-au alăturat inițiativei cu multă implicare, am umplut două dube cu cadouri care au fost ulterior livrate rezidenților Adăpostului pentru persoane fără adăpost administrat de Caritas în cartierul Wola din Varșovia.



SPRIJIN PENTRU PROIECTUL „CAMERUN”



În iunie, Daria Mejnartowicz a zburat din nou în Africa pentru a ajuta femeile din Camerun. De data aceasta, Daria a condus un atelier de educație privind cancerul de sân și a predat tehnica corectă de autoexaminare a sânilor. Cancerul de sân este în prezent o problemă foarte mare în țările în curs de dezvoltare, iar timpul este esențial atunci când vine vorba de diagnosticarea acestei boli. Datorită sprijinului personalului medical și de asistență medicală de la Spitalul Medicover, Daria a beneficiat de o pregătire profesională în domeniul tehnicilor de examinare a sânilor pe sâni artificiali, iar apoi a putut să transmită aceste cunoștințe femeilor africane, contribuind la creșterea conștientizării cu privire la cancerul de sân. Iar în noiembrie, tot în Camerun, Daria a ținut prelegeri și ateliere pentru femei, inclusiv pentru cele din grupul Asociației de Reciclare.

DONAȚIE DE 1% DIN IMPOZIT ȘI VOUCHERE SMYK

La sfârșitul anului 2021, Fundația Medcover a făcut o altă donație pentru a sprijini copiii mici din Centrul de Intervenție Timpurie și Preadopție din Otwock și Centrul de Îngrijire „Cu încredere în mileniul al treilea” din Cześćochowa. Ca urmare a colectării a 1% din impozitul pe venit în scopuri caritabile, am strâns **13.616 PLN** pentru cele două centre. Și datorită cooperării noastre cu Medcover Benefits, angajații companiilor Medcover au putut achiziționa și dona vouchere de cumpărături pentru magazinul de jucării Smyk pentru a patra oară. Datorită generozității lor, cadouri în valoare record de **11.250 PLN** au fost trimise copiilor din cele două centre.



COLECȚIE DE JOCURI DE SOCIETATE ȘI PUZZLE-URI PENTRU COPII DE SFÂNTUL NICOLAE



În timpul campaniei din noiembrie, au fost colectate 314 cutii cu jocuri de societate și puzzle-uri pentru copiii aflați în grija Fundației Sedeka și care locuiesc în diferite instituții de învățământ și de îngrijire. Beneficiarii au fost copii de vârstă preșcolară și din școala primară care au nevoie zilnic de sprijin terapeutic și de dezvoltare din partea experților fundației.

☞ *Suntem încântați de faptul că strângerea de cadouri de sărbători s-a bucurat de un răspuns atât de pozitiv. Datorită sprijinului acordat de Fundația Medcover, am reușit să aducem multe zâmbete pe fețele copiilor aflați în grija noastră și să îi facem fericiți.*

Monika Dąbrowska

Specialist Servicii Subconturi de Caritate,
Fundația Sedeka

ZIUA DE SFÂNTUL NICOLAE PENTRU COPIII DE LA CENTRUL DE REABILITARE AMICUS

Ca în fiecare din ultimii ani, pe 6 decembrie, voluntarii Fundației Medcover au organizat o petrecere de Moș Nicolae pentru copiii de la Centrul de Rehabilitare AMICUS. Copiii au dizabilități profunde și multiple și au nevoie de terapie continuă, asigurată de specialiștii Centrului. Datorită ingeniozității voluntarilor noștri, copiii au reușit să își creeze propriile decorațiuni pentru bradul de Crăciun și turtă dulce gustoasă. O surpriză suplimentară în timpul petrecerii a fost sosirea lui Moș Nicolae, care a împărțit cadouri tuturor micilor pacienți.



PROIECTE DE VOLUNTARIAT ALE ANGAJAȚILOR ÎN ROMÂNIA



Plin de provocări, de acțiuni de bine, de parteneriate noi, de și mai mulți beneficiari alături de care am reușit să fim... cam așa a arătat pentru noi, Asociația Medicover, anul 2021. Acesta a fost și anul în care am început proiecte noi, special gândite și creionate astfel încât să fie cât mai mult în beneficiul celor cu nevoi.

Webminarile online cu tematică „Alimentație sănătoasă” desfășurate în mai multe școli din țară, din mai multe județe, cât și cele realizate periodic pentru grupuri de tineri cu diferite probleme de sănătate sunt acțiunile care ne bucură și ne dau sentimentul că suntem parte din schimbarea în bine de care avem cu toții nevoie. În paralel cu acestea, pe tot parcursul anului am sprijinit, de multe ori de la depărtare, respectând restricțiile pandemice, zeci de comunități unde și cele mai simple nevoi au fost greu de acoperit. Mulțumim fiecărui coleg ce a fost alături de noi în toate acțiunile de BINE, fiecărui nou partener prin intermediul căruia am reușit să cunoaștem și să ajungem în cât mai multe comunități defavorizate. Știm că faptele bune se fac pas cu pas, iar asta ne propunem să facem mult timp de acum încolo.



Alina Corneanu

Coordonator Comunicare și Voluntariat,
Asociația Medicover

☞ Pentru mine anul 2021 rămâne cel în care am făcut cât am putut de multe acțiuni de bine, respectând toate regulile specifice pandemiei, dar și cel în care am reușit cu ajutorul colegilor să mutăm BINELE dincolo de granițele țării, la Anenii Noi, Republica Moldova. Iar de acest lucru sunt în egală măsură mândră, cât și bucuroasă. De fapte bune este nevoie oriunde, de aceea și noi, Asociația Medicover, am încercat de-a lungul întregului an să ajungem în și mai multe județe ale țării, în și mai multe comunități unde există nevoi greu de acoperit, unde sunt probleme de sănătate apăsătoare și unde am reușit să le facilităm persoanelor accesul la terapie. Anul 2021 a adus cu sine și acțiuni noi de sprijin, cu și despre oameni, cu la fel de multe beneficii pentru cei din jur. Webminarile din școli, cu tematica Alimentație Sănătoasă, cât și cele realizate online pentru anumite categorii de tineri, cu diferite probleme de sănătate, reprezintă un MARE plus, iar asta ne dă și mai multă energie să continuăm pe acest drum. Sperăm ca multe dintre faptele noastre să reprezinte doar un început în ceea ce privește sprijinul, să-i inspire și pe cei din jur care au posibilitatea și să facem astfel posibile multe dintre schimbările necesare.

Asociația Medicover România: 2021 proiecte în cifre:

35

de proiecte

aproape

10.000

de produse donate
comunităților aflate în dificultate

peste

3.000

de beneficiari

sprijin în

16

județe ale țării

SPRIJIN PENTRU ASOCIAȚIA NEURO MOVE CMT

Ne bucurăm că am început anul 2021 cu forțe proaspete și că am reușit, chiar dacă de la distanță, să ajungem într-un alt colț de țară, tocmai la Baia Mare. Am putut astfel să le fim alături prietenilor de la Asociația Neuro Move CMT și să le mai reducem din multele nevoi pe care le au beneficiarii lor. Orice ajutor e binevenit, cu atât mai mult când la mijloc sunt probleme de sănătate. Mulțumim kolegei noastre Valerica Ciocoi că ne-a făcut cunoscută cauza și că astfel am putut să facem încă un BINE împreună.

ALĂTURI DE ELEVII DE LA ȘCOALA DOR MĂRUNT

Ne dorim să îi știm mereu în siguranță pe copii, așa că încercăm să le venim în ajutor pentru ca revenirea zi de zi la școală să se facă în și mai multă siguranță. De această dată am reușit să le fim alături prietenilor de suflot de la Școala Dor Mărunt, județul Călărași, prin donarea de echipamente de protecție necesare în perioada dificilă pe care o traversăm. Sperăm ca ei să se bucure de revederea cu kolegii, cu dascălii și să facă din acest an școlar unul cu multe cunoștințe și amintiri frumoase.



AJUTOR PENTRU ASOCIAȚIA SINDROM DOWN PLOIEȘTI

I-am cunoscut în urmă cu ceva timp și am rămas impresionată de cât de puternici sunt copiii din Asociația Sindrom Down Ploiești. Ca și atunci, ei ne oferă în continuare lecții ce reprezintă adevărate surse de energie pentru clipele în care considerăm că lucrurile sunt tot mai dificile. Ne bucurăm că am reușit și acum să le fim alături, chiar dacă de la distanță, și să acoperim măcar o parte din lista de nevoi ce a devenit tot mai lungă pentru ei și familiile lor pe perioada pandemiei.

ÎNCĂLȚĂMINTE PENTRU BENEFICIARII DE LA ASOCIAȚIA CASA BUNĂ

Știm că ne-am făcut treaba bine atunci când un copil din jurul nostru are măcar o grijă în minus. Iar lucrul acesta ne bucură și ne dă putere să o luăm de la capăt de fiecare dată și să mai punem umărul și la realizarea de alte astfel de fapte bune. De data aceasta bucuria copiilor aflați în grija Asociației Casa Bună este și bucuria noastră. Am avut ocazia să îi cunoaștem și să le fim alături prin oferirea de încălțăminte pentru primăvară.



LÂNGĂ COPIII DE LA CENTRUL DIN ROȘIORII DE VEDE

Ne bucurăm că în 2021 am reușit să trimitem mai devreme darurile lepurășului de Paște la cei peste 50 de copii aflați în Centrul de Protecție de Tip Familiar din Roșiorii de Vede. Bucuria lor este și bucuria noastră, iar astfel de acțiuni reprezintă dovada că lucrurile mici, dar simple, pot să transforme o zi încărcată, cu obstacole, într-una mai bună. Așa cum cu toții avem nevoie din când în când. Împreună pentru mai mult bine!

ALIMENTE PENTRU FAMILIILE DIN ASOCIAȚIA COPII PENTRU VIITOR

Lunile de iarnă sunt întotdeauna mai dificile pentru familiile nevoiașe din mediul rural. Lipsa unui loc de muncă stabil, lipsa lemnului pentru foc, dar și a alimentelor sunt grijile ce împovărează zeci de familii. Ne bucurăm că am reușit să ajungem în mai multe sate din județul Ialomița cu ajutorul Asociației Copii pentru Viitor și să sprijinim familiile cu alimente. Știm că fiecare faptă de acest fel înseamnă lipsuri mai puține, dar și speranță că binele poate să vină atunci când nevoile zilnice sunt prea greu de dus.

IGIENIZARE PENTRU COPIII DE LA FUNDAȚIA SFÂNTUL DIMITRIE

De câțiva ani din lista de prieteni nu lipsesc cei de la Fundația „Sf. Dimitrie” din București. Alături de ei suntem la fiecare început de toamnă, atunci când devenim cei ce se ocupă de igienizarea Centrului, loc ce este o a doua casă pentru copiii ce provin din familiile defavorizate.

Dacă în anii trecuți mergeam împreună pentru a face din Centru un loc mai curat, mai primitiv, acum ajutorul oferit este de la distanță, tocmai din grija pentru sănătatea copiilor și a personalul ce îi sprijină zi de zi.



Andrei Sevcenco
Director General
Synevo Moldova

Orice provocare acceptată este capabilă să genereze realizări mărețe. Pentru Synevo Moldova, anul 2021 a cuprins o acțiune de voluntariat deosebit de frumoasă. În care am reușit să îndreptăm puterea inimilor mărețe a voluntarilor din cadrul Synevo Moldova și ale celor din Asociația Medcover pentru renovarea și amenajarea terenului de joacă a Centrului Maternal din Anenii Noi, astfel reușind să aducem zâmbete și bucurii în sufletele copiilor, din familii defavorizate. În continuare, ne-am convins că faptele bune aduc o imensă satisfacție sufletească și ne-am propus să purtăm tradiția voluntariatului mai departe, cu noi realizări!

FRUCTE ȘI CĂRȚI PENTRU COPIII DIN VĂLENII DE MUNTE

Știm că sfârșitul de an școlar, chiar și când e vorba de unul atipic, este un moment special pentru copiii de toate vârstele. Suntem bucuroși că am avut ocazia să facem și noi parte din acest moment încărcat de emoții alături de copiii ce sunt în grija prietenilor de la Fundația „SOS pentru burtică” din Vălenii de Munte, Prahova. Am reușit să-i sprijinim pe copiii din satele din zonă cu cărți de povești, fructe și produse de igienă.



LOC DE JOACĂ PENTRU CENTRUL MATERNAL ANENII NOI

Împreună am reușit din nou să realizăm o acțiune de suflet de care suntem mândri și care, vă garantăm, a adus multă bucurie. Alături de colegii de la Synevo din Republica Moldova am reușit să transformăm

un teren nefolosit într-un loc de joacă plin de culoare, așa cum fiecare copil merită să aibă în copilărie. Grădina Centrului Maternal din Anenii Noi, aflat în grija organizației Copil Comunitate Familie Chișinău, a devenit astfel locul mult așteptat de copiii ce locuiesc acolo alături de mamele lor. Veselia copiilor, bucuria de pe chipurile lor, energia momentului sunt cele care ne-au ajuns la suflet și pentru care fiecare dintre noi, Asociația Medcover, Synevo, Medcover România și Synevo Moldova, este „vinovat” într-o mai mică sau mai mare măsură.



Urmăriți videoclipul

So... this means that we are good people



Tatiana Codreanu
Coordonator Fundraising Copil
Comunitate Familie,
Republica Moldova

Când dezvoltăm servicii sociale de sprijin pentru familiile vulnerabile, prin care reușim să prevenim abandonul copiilor, nu doar că prevenim o traumă, dar schimbăm total și viața copiilor pe care îi avem în grijă. Îi ajutăm să se dezvolte într-un mediu prielnic și armonios. Pentru copiii care sunt găzduiți împreună cu mamele lor la Centrul Maternal din Anenii Noi, Republica Moldova, 2021 a adus cu sine cea mai mare surpriză a anului. Grație acțiunilor de responsabilitate socială a Asociației Medcover și Synevo Moldova, copii dispun de un spațiu de joacă în aer liber. Tot ce reușim să construim prin parteneriate reprezintă un pas important pentru dezvoltarea, protecția și grija față de copii, față de viitor.

PRODUSE DE IGIENĂ PENTRU ASOCIAȚIA SPRIJIN FĂRĂ FRONTIERE

Încercăm să ajungem, prin acțiunile noastre, în comunități unde nevoile familiilor sunt multe și greu de acoperit, situație deseori agravată de contextul actual. Una dintre aceste zone este și județul Tulcea, acolo unde numeroase familii nu pot să facă față nevoilor zilnice. Ne bucurăm că am ajuns cu ajutorul Asociației Sprijin Fără Frontiere în multe dintre satele tulcene și am reușit să le fim alături copiilor și familiilor lor cu produse de curățenie și de igienă. Fiecare ajutor în parte înseamnă o grijă în minus, lucru pentru care suntem recunoscători.

MATERIALE EDUCAȚIONALE PENTRU ȘCOALA NICOLAE BĂLCESCU

Știm cu toții că de regulă în mediul rural nevoile sunt mai multe, iar grijile pe măsură. Tocmai de aceea multe dintre acțiunile noastre se îndreaptă către astfel de comunități, fapte ce ne sunt aproape de suflet. Din lista noastră de prieteni fac de acum parte atât elevii, cât și cadrele didactice de la Școala Nicolae Balcescu din Călărași. Sperăm ca noul an școlar să fie pentru ei unul cu mai puține nevoi, cu mai multe descoperiri și amintiri frumoase.

ASOCIAȚIA DOWN PLUS, PRINTRE PARTENERII NOI

Ne bucurăm de fiecare dată când lista noastră de parteneri devine tot mai mare. Astfel reușim să ajungem în cât mai multe locuri, să cunoaștem cât mai multe persoane și să le întindem mâna de ajutor de care au atât de multă nevoie. Zilele trecute am reușit să fim alături de prietenii de la Asociația Down Plus București, tineri ce pot preda cu ușurință lecții de viață multora dintre noi. Sperăm ca ajutorul nostru să facă o mică diferență, una spre mai bine.

ALĂTURI DE COPIII DIN URLAȚI DE LA ASOCIAȚIA ANA ȘI COPIII

Ne dorim ca perioada pandemiei cu tot ce ea presupune să nu fie pe deplin resimțită de către copii. De aceea încercăm să le fim alături, să le mai reducem din nevoi și să facem ca normalitatea să continue pentru ei. De această dată am reușit să facem un strop de bine copiilor aflați în grija prietenilor de la Asociația Ana și Copiii, de la Centrul din Urlați (Prahova), loc unde ei beneficiază zilnic de o masă caldă și de numeroase activități educative.

ÎMPREUNĂ PENTRU COPIII CU NEVOI SPECIALE DE LA AUTISM24H



Începutul lunii septembrie este despre ei, despre colegii ce și-au depășit limitele la ultramaratonul AUTISM24H, ce a avut loc la Mamaia, și au arătat astfel că pentru o cauză de suflet poți să muți munții din loc. Cele patru echipe de alergători au reușit să adune împreună 2.600 de km în cadrul evenimentului caritabil, iar pentru asta îi felicităm și le dorim putere să facă tot mai multe astfel de fapte bune. Împreună putem face mai mult!

ALIMENTE PENTRU COPIII DE LA ASOCIAȚIA DIN SUFLET CU DRAGOSTE DE COPII

În perioada pandemiei, nevoia de alimente a fost tot mai prezentă în rândul partenerilor noștri, indiferent că este vorba de cei noi sau cei cărora le trecem pragul de câțiva ani. De aceea, procurarea de alimente a fost și rămâne o prioritate. Ne bucurăm că am putut să facem și noi parte din proiectul „Hrănește un copil” realizat de Asociația Din Suflet cu Dragoste de Copii din județul Prahova. Am reușit astfel să acoperim această nevoie în rândul familiilor care cu greu fac față problemelor zilnice.

ÎMBRĂCĂMINTE DE IARNĂ PENTRU ASOCIAȚIA DRAGOSTE DESCULȚĂ

O zi bună este o zi în care reușești să faci ceva din suflet, ceva care să producă o schimbare în bine, oricât e ea de mică. Recunoaștem că avem deseori astfel de zile bune, zile în care reușim să ajungem acolo unde nevoia e tare mare. E al doilea an când ne alăturăm prietenilor de la Asociația Dragoste Desculță și când readucem zămbetul pe buze mai multor copii din satele vasluiene. Să fie pentru ei o iarnă cu mai puține griji și nevoi, cu mică bucurii și oameni buni alături.

SPRIJIN PENTRU TERAPIA COPIILOR DE LA ASOCIAȚIA ATIPIC

Știm cât de importantă este terapia în cazul copiilor cu diferite probleme de sănătate, de aceea punem umărul ori de câte ori apare o astfel de nevoie. Ne-am început săptămâna în forță alături de prietenii de la Asociația Atipic din București, iar asta ne dă energia de care avem nevoie. Sperăm ca materialele dăruite să fie de folos celor ce sunt în grija asociației și să faciliteze cât mai multe ore de terapie, atât de necesare copiilor cu tulburare de spectru autist.

ALIMENTE PENTRU FAMILIILE DIN ASOCIAȚIA BUCURIE ÎN DAR

Nu degeaba se spune că acolo unde sunt mulți puterea crește. Cu ajutorul partenerilor noștri reușim și noi de fiecare dată să descoperim cât mai multe comunități unde inclusiv mâncarea pentru a doua zi reprezintă o grijă în plus. Și astfel reușim să le fim alături, așa cum s-a întâmplat zilele trecute cu prietenii de la Asociația Bucurie în Dar. Sperăm ca alimentele să fie de ajutor numeroaselor familii din comunități defavorizate și să mai reducă din multele probleme pe care le întâmpină zi de zi.

SPRIJIN PENTRU TERAPIA COPIILOR DE LA HOSPICE CASA SPERANȚEI

Pe prietenii de la HOSPICE Casa Speranței îi știm de mult timp și, alături de ei, am reușit să facem acțiuni de suflet, toate pentru binele copiilor pe care îi au în grijă. Le batem la ușă an de an și încercăm să acoperim cât mai multe dintre nevoile existente. Ne bucurăm că am putut să îi sprijinim și de această dată și să le fim alături cu produse destinate terapiei copiilor, parte importantă din lupta pe care o duc zi de zi cu problemele lor de sănătate.

LÂNGĂ TINERII DIN ASOCIAȚIA SINDROM DOWN VALEA JIULUI

Mai mult ca oricând, săptămâna Crăciunului înseamnă, pe lângă goana după cadouri și pregătirea mâncărilor tradiționale, bunătațe, grijă pentru cei din jur și o mână întinsă acolo unde nevoia e prea mare. Ne bucurăm că pentru al doilea an la rând am reușit să ajungem în zona Valea Jiului și să sprijinim comunitățile de acolo. Am reușit să fim alături de o parte dintre elevii de la Școala Gimnazială Nr. 4 Vulcan, cât și de beneficiarii de la Asociația Down Valea Jiului.

ALĂTURI DE VÂRSTNICII CU DIZABILITĂȚI DE LA CENTRUL DIN PETRILA

Cum ar fi dacă am încheia cu toții anul cu o faptă bună? Vă provocăm și pe voi să încercați, iar între timp vă spunem că noi la fel ne-am propus și am reușit. Ca și anul trecut, finalul lunii decembrie ne-a prins în zona Valea Jiului, acolo unde zeci de comunități trec prin situații nu tocmai ușoare. Ne bucurăm că am putut să-i sprijinim pe vârstnicii a căror casă este Centrul de Îngrijire și Asistență pentru Persoane Adulte cu Dizabilități Nr. 1 din Petrila (Hunedoara) și să le acoperim măcar o mică parte din multele nevoi existente.

DIN GRIJĂ PENTRU BENEFICIARII ASOCIAȚIEI UNITED KIDS

Una dintre constantele prezente în acțiunile noastre sunt partenerii dragi, alături de care am reușit să croim lucruri bune de-a lungul timpului. Către mulți dintre partenerii revenim anual sau chiar mai des, tocmai pentru a putea scrie alte câteva rânduri și povestea frumoasă ce o avem împreună să continue. De această dată am reușit să facem acest lucru cu prietenii de la Asociația United Kids, ce au în grijă copiii cu nevoi speciale. Sperăm ca sprijinul oferit să aducă o rază de speranță în rândul beneficiarilor și să mai reducă din multele nevoi existente.

CONCERTUL MEDI-COVER BAND



Au trecut deja 5 ani de când cântăm împreună și sute de ore petrecute la repetițiile de seară, iar entuziasmul și energia care emană de la membrii trupei rămân neschimbate. Sunt încântat să fac parte din acest proiect, conducându-l împreună cu un grup atât de unic de oameni – colegii mei muzicieni din Trupa Medi-COVER Band. Munca noastră, care este de fapt o pasiune și plăcere pură, aduce un ajutor tangibil beneficiarilor Fundației Medcover – ceea ce reprezintă încă un motiv în plus pentru noi de a fi mândri și de a continua să îi ajutăm pe alții.

Łukasz Krawczyk

Șef Servicii IT, Medcover



Din cauza pandemiei de coronavirus, un alt concert al Trupei Medi-COVER a trebuit să aibă loc online. De Ziua Copilului în Polonia și pe 22 iulie în România, muzicienii s-au reunit într-un club rock gol și au cântat șapte melodii. În timpul celor două concerte au fost transmise și mesaje din partea invitaților din Medcover Polonia, precum și din Medcover și Synevo România și Moldova. Peste 500 de persoane au urmărit evenimentul live și, ca de obicei, a existat un obiectiv caritabil: fondurile strânse în timpul concertului au făcut posibilă susținerea a două centre de îngrijire. Bani au fost folosiți pentru amenajarea unei săli de terapie la Instituția de Îngrijire și Educație nr. 16 din Varșovia și a unui loc de joacă pentru copiii de la Centrul Maternal din Anenii Noi, Republica Moldova.

În a doua jumătate a anului, când pandemia a încetinit un pic și am văzut o scădere a numărului de infecții, trupa Medi-COVER a susținut un alt concert. De data aceasta, evenimentul a fost special, deoarece a fost pentru prima dată după mai bine de doi ani când trupa a cântat live. Muzicienii din trupă au cântat în timpul conferinței naționale de stomatologie Medcover din Varșovia. Chiar dacă concertul a fost disponibil doar pentru publicul limitat al delegaților, a fost totuși extrem de emoționant.

Întrucât publicul fusese obișnuit cu restricțiile și limitările de atunci, concertul – cu un contact sigur, dar direct cu publicul – a oferit o doză extraordinară de energie și i-a ajutat pe delegați să uite, fie și numai pentru o clipă, de preocupările și provocările asociate cu pandemia. Scopul caritabil al concertului a fost acela de a relua cursurile de muzică pentru copiii din centrele de îngrijire și educație.



Aș dori să mulțumesc din toată inima întregului personal dedicat de la Synevo Moldova și CCF Moldova și oamenilor care au strâns jucării pentru copiii noștri. De asemenea, suntem foarte recunoscători pentru transformarea remarcabilă a grădinii noastre.

Anastasia Caraman

Directorul Centrului Maternal din Anenii Noi

MUZICĂ PENTRU SĂNĂTATE

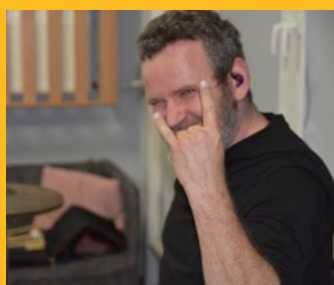


Akademia Rocka (Academia de Rock), în colaborare cu Fundația Medcover, a organizat o serie de ateliere de muzică pentru copiii de la Orfelinatul Nr. 16 din Varșovia. Primele sesiuni au fost conduse de Michał Żardecki, un profesor de percuție, și au încercat să cânte la tobe adevărate. Următoarele cursuri au fost ținute de Agnieszka Szewczyk, profesoară de canto. În timpul acestor lecții, copiii au cântat și au dansat, dar au învățat și modalități de a se calma și de a-și îmbunătăți concentrarea.

Scopul principal al cursurilor a fost acela de a le arăta copiilor lumea muzicii. Am vrut ca ei să se bucure de sunete, cel puțin pentru o vreme, și să uite de problemele lor de sănătate. Din fericire, muzica este un mediu extrem de atractiv, iar tinerii participanți au fost dornici să se implice în activități. Acest lucru a permis realizarea obiectivului general și, în același timp, copiii au reușit să învețe un vocabular muzical. O toabă, un solfegiu sau un acord sunt acum termeni pe care îi înțeleg. Profesorii au fost foarte bucuroși să organizeze sesiunile – a fost de mare însemnătate pentru ei să construiască ceva bun făcând ceea ce știu cel mai bine.



Am privit cu mare bucurie cum copiii zâmbitori cântau melodii lor preferate. Aceste zâmbete au fost cu atât mai valoroase cu cât au apărut într-un moment atât de dificil pentru copiii care au participat la cursul meu. Muzica a ajutat o mulțime de oameni să treacă prin momente dificile. Sper că, într-un fel, va fi benefică și pentru copiii de la Orfelinatul Nr. 16. Vă mulțumesc foarte mult pentru oportunitatea de a lua parte la această inițiativă unică.



Maciek Michniewicz
Akademia Rocka



Monika Hetmańska

Specialist Principal Promovare și Evenimente, Medcover

În calitate de organizator de evenimente și conferințe am avut plăcerea de a lucra cu Trupa Medi-COVER – de fapt, într-un dublu rol! Deoarece provin dintr-o familie de muzicieni și muzica a avut întotdeauna un loc în inima mea, am fost foarte bucuroasă să cânt alături de trupă la conferința din acest an. Ringul de dans a fost încins, iar entuziasmul a fost la cote maxime! În calitate de organizator al evenimentului am fost foarte fericită să văd că trupă transmite un mesaj atât de pozitiv. Pot spune fără nicio îndoială: oamenii iubesc Trupa Medi-COVER! Și când adaugi la asta și lucrurile pozitive pe care le fac prin spectacolele lor... este pur și simplu ceva uimitor!

ECHIPA FUNDAȚIEI MEDICOVER



Anul 2021 a fost declarat de către Organizația Mondială a Sănătății (OMS) Anul lucrătorilor din domeniul sănătății și al asistenței medicale – ca recunoaștere a angajamentului acestora de a oferi asistență medicală în timpul și în ciuda pandemiei COVID-19, care a pus la încercare sistemele de sănătate din întreaga lume.

Anul 2021 a fost, de asemenea, anul speranței că vom învinge pandemia datorită vaccinurilor COVID-19 disponibile publicului. Centrul Medical Damiana, împreună cu Fundația Medcover, a lansat una dintre primele clinici de vaccinare drive-thru din Polonia. Radosław Romanek, bursierul din Polonia al Premiului pentru Asistență Medicală Regina Silvia, a devenit ambasador al vaccinării COVID-19 în cadrul proiectului său QSNA. Ideea sa, „Vaccinează-te! Să oprim pandemia împreună!”, a constat în interviuarea unor celebrități din lumea medicinei și a sportului, precum și a unor reprezentanți ai tinerei generații. Rezultatul a fost o serie de interviuri care prezintă opinii bazate pe dovezi privind vaccinarea.

Dorim să mulțumim Partenerilor noștri, autorităților locale și școlilor pentru cooperarea lor continuă și pentru încrederea pe care ne-au acordat-o. Inițiativele pe care le-am implementat în anul 2021 au demonstrat încă o dată că Fundația Medcover este un brand puternic pe care Partenerii noștri se pot baza. Știm că anul viitor va aduce noi proiecte la care vă invităm deja să luați parte!

Vă mulțumim, PRIETENI AI FUNDAȚIEI MEDICOVER, pentru că sunteți alături de noi și vă dedicați timpul liber și energia pentru a ne susține activitățile. În cadrul proiectelor noastre, ne concentrăm asupra ideii de a ne asigura că ajutorul nu este unul punctual. Oferim instrumente, educăm și, ori de câte ori este posibil, creăm spațiu pentru ca cei care au nevoie să funcționeze și să se dezvolte în mod independent.

Vă mulțumim, VOLUNTARI AI FUNDAȚIEI MEDICOVER. Datorită muncii voastre, PUTEAM REALIZA MAI MULT ÎMPREUNĂ!

PUNCTELE NOASTRE FORTE



ANGAJAMENT ȘI SPRIJIN DIRECT. Anul 2021 a fost, de asemenea, un moment în care ne-am extins cooperarea cu autoritățile locale. Mai multe autorități locale, ambulatorii private și școli s-au alăturat familiei ESMS. Pe parcursul anului, i-am ajutat în mod activ să implementeze sistemul în cabinetele de asistență medicală școlară, împărțind toată experiența noastră. Fundația și-a sprijinit în permanență beneficiarii (atât copii, cât și adulți) care au participat la programele de prevenție a bolilor, punând un accent deosebit pe obținerea rezultatelor concrete preconizate în materie de sănătate. Este demn de remarcat faptul că toate aceste activități au fost puse în aplicare în condițiile dificile ale pandemiei COVID-19.

CALITATE. Pentru al doilea an consecutiv, Fundația a câștigat un concurs pentru furnizorii de cele mai bune soluții de prevenire a supraponderalității și obezității în rândul copiilor din Gdynia – ceea ce reprezintă un semn clar de recunoaștere a realizărilor Fundației în domeniul asistenței medicale preventive. Meritele Fundației în domeniul prevenției bolilor au fost apoi pecetluite de o distincție pe care am primit-o în cadrul concursului Leaves CSR ale săptămânalului „Polityka” pentru proiectele realizate de echipele noastre pentru Programe de Sănătate și Prevenție.

RELAȚII. În ciuda constrângerilor impuse de pandemie, coordonatorii noștri locali au construit relații durabile și motivante cu participanții la programele noastre de politici de sănătate. Membrii echipelor noastre au sprijinit beneficiarii în atingerea obiectivelor, adesea dificile, pe drumul lor către un stil de viață sănătos, organizând ateliere educaționale interesante sau cursuri de formare online pentru familiile întregi, facilitare de experții fundației.

EMPATIE. Echipa de proiecte de voluntariat a Fundației a făcut tot ce i-a stat în putință pentru a oferi un sprijin atent conceput instituțiilor, fundațiilor sau asociațiilor cu care colaborăm. În anul 2021, am continuat cu succes colaborarea cu centrele de intervenție timpurie și de preadopție. Rodul acestei cooperări a fost implementarea mai multor inițiative de anvergură susținute activ de partenerii Fundației.

OAMENI. Toate activitățile noastre au fost posibile datorită creativității și pasiunii pentru acțiune a ECHIPEI de OAMENI care lucrează în cadrul Fundației Medcover, precum și datorită angajamentului voluntarilor noștri și a deschiderii organizațiilor și instituțiilor cu care colaborăm pentru realizarea proiectelor noastre.

Parte a Fundației Medcover este Asociația Medcover; organizația noastră caritabilă din România. Atât Fundația Medcover, cât și **Asociația Medcover** se concentrează pe sprijinirea și educarea comunităților locale și a unor profesii specifice, inclusiv a școlilor și a asistenților medicali, precum și pe derularea unor programe inovatoare de prevenție a bolilor civilizației la nivelul întregii populații.





MEDICOVER

A S O C I A Ţ I A

<https://www.medicover.ro/despre-noi/asociatia-medicover/>

Dorim să vă informăm că fotografiile folosite în Raportul Fundației Medicover 2021 au fost realizate în timpul pandemiei COVID-19. Personalul și Partenerii Fundației au respectat pe deplin toate recomandările sanitare și antiepidemice în ceea ce privește distanțarea socială și utilizarea echipamentelor de protecție personală.