

# RAPORTUL 2016 DE ACTIVITATE AL FUNDATIEI MEDICOVER



**MEDICOVER**  
FOUNDATION



**MEDICOVER**  
ASOCIAȚIA



## Introducere

Fredrik Ragmark	3
Marcin Radziwiłł	3

## Despre Fundație

Fundația Medicover	4
--------------------	---

## Asociația Medicover în România

Activități pe piața românească	6
--------------------------------	---

## Programul „PoZdro!”

Programul Național de Prevenție a Diabetului Zaharat și a Bolilor Civilizației „poZdro!”	8
--	---

## Proiecte de sport

Al treilea sezon Medicover Runners	15
Echipa de fotbal	15
Cursa de biciclete „Împreună împotriva diabetului zaharat de tip 2”	16

## Acțiuni de Voluntariat

Voluntariat la centrul „Ufnośc”	18
Acțiune de voluntariat în Radom	18
Acțiune de voluntariat la Centrul Oncologic	19

## Acționez pentru alții

### ACȚIUNI DE PREVENȚIE

Săptămâna Albă în Siedlce	20
V Novita Semimaratonul din Zielona Góra	20
Crosul 4rest run în Niepolomice	20

### CURSURI DE PRIM AJUTOR

Sprrijin pentru grădinițele cu copii cu autism	21
Cursul de formare din Klikuszowa	21

### SPRIJIN PENTRU PERSOANE ȘI INSTITUȚII

Donatii materiale pentru persoanele afectate în incendiu - familia din Milanówek	22
Sărbătoarea Sf.Nicolae la Centrul AMICUS	22
Elefantul Speranței – donatii materiale pentru spitalul din Lublin	22
Sărbătoarea de Crăciun cu Fundația One Day pentru copiii de la casele de copii	22
Pachetul pentru o cauză nobilă	23
Cursa pe Lacul Zegrz	23
Testul Cooper pentru toți	23

## Alte proiecte

Proiectul „Să înțelegem boala Alzheimer”	24
Concursul culinar Bucătarul perfect	25
Acțiunea stomatologică la casele de copii	25
Campania Europeană „Siguri la start, sănătoși la meci”	26
Cupa Ușile Deschise	26
Sărbătoarea de Crăciun la Casa de Copii Korczak	27
Sprrijin pentru Școala cu copii cu autism	27
Medi-COVER Band	28
Muzică pentru sănătate	29

## Queen Silvia Nursing Award

Premiul Reginei Silvia pentru Asistentele Medicale	30
--	----

## Premiile Fundației Medicover

Fundația Medicover și Programul „PoZdro!”	
Liderul de Argint în Protecția Sănătății 2016	32
Statueta de aur pentru Fundația Medicover - The International CSR Excellence Awards 2016	32

## Evaluare

Mulțumiri	33
-----------	----




FREDRIK RAGMARK  
Președinte al Consiliului de Administrație al Grupului Medicover

## Dragi Prieteni ai Fundației Medicover!

Unul dintre cele mai fericite evenimente ale anului este pentru mine privilegiul de a scrie aceste câteva cuvinte de introducere din raportul de activitate al Fundației Medicover. Deoarece rolul Fundației exprimă valorile promovate de noi, atât individual, cât și ca organizație: implicare, asistență și colaborare.

Raportul conține toate inițiativaș și activitășile pe care le-am susținut pe parcursul acestui an, în cadrul Fundației. La fel ca și în anii trecuș, cel mai important dintre proiectele noastre este Programul „PoZdro!”, care include testele de depistare și promovare a stilului de viașă sănătos printre minori. În anul 2016 am examinat 7654 elevi, iar peste 1100 de elevi împreună cu părinșii lor s-au încadrat în programul de doi ani privind educașia de sănătate. Succesul continuu al proiectului „PoZdro!” mă face să fiu deosebit de mândru.

În a doua jumătate a anului 2016 am avut bucuria să obșinem fonduri de la acșionarul nostru majoritar, Fundașia Jonas și Cristina af Jochnick, destinate realizării proiectului similar în România. Sperăm că și în România, în următorii 5 ani, să fim capabili să ajutăm un număr similar de elevi,

ca și în Polonia, pentru a preveni aparișia diabetului zaharat de tip 2.

Un alt proiect unic a fost prima edișie nașională a Concursului Reginei Silvia (QSNA), pentru decernarea Premiului pentru Asistenșă Medicală susținută și sponsorizată de către Fundașia Medicover. QSNA este un concurs anual destinat cursanșilor școlii de asistente și asistenșii medicali, care își prezintă ideile personale pentru îmbunătășirea asistenșii persoanelor vârstnice. Premiul a fost lansat cu patru ani în urmă în Suedia, iar Medicover se află în grupul de contribușitori ai acestuia. Polonia este a treia țară, după Finlanda, unde este acordată această distincșie. Majestatea Sa Regina Silvia a Suediei a înmănat personal Premiul câștigătoarei din Polonia în timpul ceremoniei organizate la ambasada Suediei din Varșovia, în martie 2017. Acest proiect accentuează contribușia Medicover în acșunile de educașie și inovare.

Aș dori să închei prin cuvinte de mulțumire și recunoaștere pentru echipa Fundașiei Medicover, sub conducerea Dlui Marcin Radziwiłł, pentru entuziasmul fantastic și energia fără de care un proiect de acest tip, ar fi fost imposibil de întreprins.

La fiecare 5 ani ar trebui să schimbăm ceva în viașă proprie pentru a avea sentimentul de creștere și de dezvoltare. În cazul nostru se poate spune, organizașia crește și se modifică. Acest lucru se întâmplă datorită oamenilor care propun, în mod sistematic, proiecte și acșuni noi, pe o scară tot mai mare. În același timp, aceste inișiative sunt încorporate pe fundamentele solide a 9 ani de experienșă. Anul 2016 a fost un an care a arătat din nou puterea și unicitatea oamenilor, aceștia influenșând organizașiiile din care fac parte, Grupul Medicover și Synevo. Acest raport este dedicat voluntarilor - angajașilor. Datorită lor, munca noastră are nu numai sens, ci și un caracter excepșional, deoarece fiecare persoană implicată are o carisma și o personalitate unică. Datorită unui grup de 600 voluntari am ajutat peste 44 000 de persoane în cadrul a 44 de proiecte. Un astfel de sprrijin eficient este posibil doar datorită persoanelor inspirașionale și creative, care evaluează necesitășile beneficiarilor precum și datorita posibilitășilor Fundașiei, care constituie o structură adecvată pentru sprrijinul îndelungat, organizat și unic. Acest sprrijin este

posibil, de asemenea, datorită faptului că acești oameni își pun la dispozișie timpul pentru a evalua proiectele și activitășile. Anul 2016 este, de asemenea, și o certificare a încrederii în ceea ce facem. A avut încredere în noi și Majestatea Sa Regina Silvia a Suediei, cu organizarea Concursului care îi poartă numele. De nepreșuit este, de asemenea, sprrijinul continuu al familiei af Jochnick, prin intermediul Fundașiei Jonas & Christina af Jochnick, care ne sustine cu o bursă pentru Programul „InCerc”, fiind continuarea celui mai mare Program al nostru, „PoZdro!” din Polonia. Sănătatea este cea mai importantă valoare. Fiind sănătoși, putem muta munșii. Când apare boala, aceasta devine centrul lumii noastre – chiar dacă vrem sau nu. Noi încercăm să „infecșăm” în bine apetitul pentru sănătate și viașă plină de energie (și avem dovezi de succes). Pășim în al 10-lea an de activitate a Fundașiei Medicover. Vom face totul pentru ca și acest an să fie fructuos ca și cel anterior.




MARCIN RADZIWIŁŁ  
Președintele Fundașiei Medicover



## Misiunea Fundației



Anul 2016 a fost încă un an în care Fundația, prin activitatea sa, inițiază misiunea socială a Grupului Medicover. Susține și realizează programe și proiecte, ca urmare a unei evaluări complete a necesităților existente în grupul social dat. De fiecare dată propune cele mai bune și complexe metode de prevenție a problemelor - atât la nivel național, cât și la nivel internațional - în domeniul protecției sănătății.



Fundația își direcționează activitățile către copii, tineri, familiile acestora, școli și persoane vârstnice. Ajunge la mediile specifice prin programele internaționale de prevenție, educație și voluntariat, respectate pe scară europeană și ajută, de asemenea, centrele și grupurile care au nevoie de un sprijin orientat. Fundația Medicover motivează, educă și integrează.



Fundația Medicover a fost creată pentru a schimba lumea în una mai bună și mai sănătoasă. Prin inițiativa inovatoare, aceasta sporește conștientizarea sănătății societății, promovând cunoștințele și motivând grija pentru condiția fizică și psihică potrivită. Realizează, în special, proiectele care susțin încrederea în sine, mobilizează participanții pentru a întreprinde și a persevera în acțiuni, inspiră dezvoltarea personală și modelează atitudinea de responsabilitate pentru sănătatea proprie. Fundația își desfășoară activitatea pe dezvoltarea potențialului și pe mulți ani de experiență a Grupului Medicover în domeniul sănătății, utilizând structura sa medicală.



Când privesc la tot ce am reușit să realizăm pe parcursul anului trecut, mă simt încă o dată puternic impresionat. Este minunat să lucrezi cu oamenii, care prin curaj, entuziasm și plăcere doresc să schimbe lumea. Pentru care nimic nu este imposibil și care fără nici un interes propriu se străduiesc să-i ajute pe alții în cadrul acțiunilor de voluntariat ale Grupului Medicover. Cred că prin participarea la acțiunile Fundației noastre, fiecare dintre noi va dobândi, de asemenea, o părere mai clară despre ceea ce este important în viață.

Vă mulțumesc pentru implicarea uimitoare și pentru faptul că datorită vouă pot fi mândru de ceea ce facem și cum influențăm viața altora.

**John Stubbington**  
Director Operațional  
al Grupului Medicover



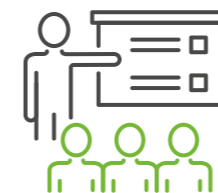
## DESPRE FUNDAȚIE DOMENIILE DE ACTIVITATE ALE FUNDAȚIEI MEDICOVER



## CUM AJUTĂM?

### FILOSOFIA NOASTRĂ DE AJUTOR...

Acționăm în mod complex, ajutând în diferite domenii, pe diferite zone și în diferite moduri. Stim că ajutorul eficient trebuie să fie complex.



**EDUCĂM,**  
organizând ateliere, prelegeri, discuții



**PUNEM LA DISPOZIȚIE  
POTENTIALUL  
MEDICOVER ȘI SYNEVO**  
prin testări complexe și examinări  
medicale gratuite



**ORGANIZĂM ACȚIUNI  
DE STRĂNGERE DE FONDURI**



**ORGANIZĂM ACTIVITĂȚI  
DE VOLUNTARIAT**

Munca în echipă, luarea deciziilor, credibilitatea, antreprenoriatul și pasiunea pentru calitate: acestea sunt valorile Medicover care indică direcțiile comune prin care ne identificăm și pe care le transferăm în comportamentele noastre de zi cu zi și în muncă. Acesta este indicatorul nostru: punctul nostru de referință în timpul realizării sarcinilor noastre. Succesul îl datorăm angajaților și colaboratorilor care își realizează sarcinile cu pasiune și implicare, creând o cultură organizațională unică. Sunt mândră că angajații noștri se implică atât de activ în acțiuni sociale și datorită Fundației Medicover care acționează și îi ajută pe alții prin activitățile dezvoltate.

**Catherine Crevesy**  
Director Resurse Umane  
al Grupului Medicover



## Fundația Medicover în cifre

**44**  
de proiecte

**500**  
de instituții

peste  
**600**  
voluntari

aproape  
**44 000**  
de beneficiari

# ASOCIAȚIA MEDICOVER DIN ROMÂNIA

## Activități pe piața românească

Fundația Medicover acționează activ și organizează acțiuni caritabile și de sănătate, atât în Polonia, cât și peste hotare. Parte integrantă a Fundației este Asociația Medicover care recent și-a început activitatea în România. Una din misiunile Asociației este implementarea primului

Program de Prevenție a Diabetului Zaharat de Tip 2 și a bolilor civilizației, în România. Această inițiativă va fi îndreptată către copiii de vârstă școlară, precum și părinților și profesorilor acestora, și va influența unirea colaboratorilor din societățile Grupului Medicover care acționează în această țară.



Scopul Asociației Medicover este în primul rând convingerea copiilor, tinerilor și adulților să efectueze alegeri corespunzătoare zi de zi și astfel să obțină beneficii pentru sănătatea fizică și psihică. Această misiune va fi realizată prin activități diverse în cadrul evenimentelor de voluntariat, concentrate în special pe aspecte de educație medicală și stil de viață sănătos. Voluntarii și angajații Asociației au încredere în puterea prevenției medicale, care poate proteja împotriva consecințelor obiceiurilor mai puțin sănătoase. Datorită sprijinului Fundației Familiei Jonas și Christina af Jochnick, Asociația Medicover va implementa în România Programul de Prevenție a Diabetului Zaharat de Tip 2 și altor boli ale civilizației, destinat elevilor clasei a V-a de gimnaziu și părinților acestora, precum și profesorilor lor. Programul va fi lansat în anul 2017 în

prima localitate, iar în anul 2018 va adera următoarea localitate. Această inițiativă va fi implementată prin examinarea a 12.000 de copii, incluzând 2.100 de copii și părinții acestora în programul de consiliere de sănătate. Proiectul va purta denumirea „în-Cerc” („în interiorul cercului”). Cu alte cuvinte suntem toți parte a societății și facem totul pentru a ne ajuta și susține reciproc. „înCerc” („a încerca”), înseamnă că ne străduim zilnic să ne îmbunătățim sănătatea și stilul de viață. Ambele sensuri conduc la experiențe minunate, deoarece cu toții trăim într-o societate care depune toate eforturile pentru a-și îmbunătăți starea de sănătate. În anul 2016 ne-am concentrat pe dezvoltarea Programului „înCerc” și, de asemenea, am lansat programul de voluntariat care permite angajaților să ofere ajutor altor persoane. Am organizat prima acțiune de

succes la sfârșitul lunii noiembrie, când am sprijinit un Centru de Servicii Sociale care prin activitatea internă și externă are grijă de 60 de copii și am echipat copiii pentru perioada de iarnă, dându-le încălțăminte și rucsacuri pentru școală. Voluntariatul este una dintre cele mai importante direcții ale activităților noastre în anul 2017. Ne va ajuta să obținem experiență și va asigura un scop social pentru mulți dintre colegii noștri.

**George Istrate**  
Director General  
Asociația Medicover



## Programul va acoperi:

**12 000**  
de copii –  
etapa de bază

**2100**  
de copii din grupul  
de risc – etapa de  
specialiști

Min.  
**2100**  
de persoane –  
atelier de educație

**2**  
orașe din  
România

**5**  
ani

Deși Asociația Medicover este la începutul activității sale în România, sunt convins că echipa va efectua o muncă excelentă în domeniul implementării proiectelor sale. Am avut ocazia să particip doar la o mică parte a activităților acestora, însă a fost fantastic să descopăr, ce energie s-a creat între voluntari și cât de minunat au reușit să apropie oamenii. Asociația Medicover este o asociație dedicată oamenilor și ne învață cum să oferim ceea ce primim și, de asemenea, cum să împărtășim mereu în jurul nostru bunătate. Sunt extrem de mândru de echipă și de voluntari și mă bucur că ideile lor au fost bine primite de către copiii care întotdeauna arată bucurie la ceea ce este pregătit pentru ei. Acest fel de legătură, pe care o crează Asociația, a fost necesară pentru noi la a 20-a aniversare a prezenței noastre în România.

**Adrian Peake**  
Director General  
Medicover România



Mă bucur că Fundația Medicover își începe activitatea în România, unind angajații Medicover și Synevo pentru a face bine celor nevoiași. Pentru noi este foarte important să promovăm activități de prevenție și educație pentru sănătate, iar Synevo sprijină cu entuziasm Programul de Prevenție a Diabetului Zaharat de tip 2 care va fi implementat de Asociația Medicover începând din 2017.

**Laurentiu Luca**  
Director General  
Synevo România



Sunt mândră că am participat alături de echipa din România la primele activități locale. Dăruind fiecare câte puțin din timpul nostru comunității în care trăim, putem contribui la mici schimbări în bine, pas cu pas. Sentimentul de a lupta pentru o cauză nobilă îi uneste pe colegii la nivel uman. Funcțiile dispar, noi prietenii se leagă. Nu voi uita zâmbetul copiilor care au participat la evenimente sau faptul că am realizat că atât ei cât și noi avem ceva deosebit. Imi doresc să se alătore Asociației Medicover tot mai mulți colegi, pentru a vedea cu ochii lor bucuria pe care o avem datorită acestor experiențe!

**Sabina Pometcu Ursu**  
Head of Marketing and Communication  
Medicover România



# PROGRAMUL „PoZdro!”

## CÂȚIVA PAȘI SPRE SĂNĂTATE



### Programul Național de Prevenție a Diabetului Zaharat de tip 2 și a Bolilor Civilizației „PoZdro!” este cel mai mare Program de acest tip din Europa.

Organizația Mondială a Sănătății vorbește despre două boli netransmisibile care au caracteristicile unei epidemii - diabetul zaharat de tip 2 și obezitatea. Încadrându-se în necesitatea de a crește gradul de conștientizare a pericolului, Fundația Medicover a introdus în urmă cu trei ani Programul „PoZdro!”, menit să prevină fenomenul excesului de greutate și a obezității în rândul tinerilor din Polonia. Încă de la începutul apariției Programului, am examinat 17.411 elevi din primul an gimnazial în patru orașe din Polonia, oferindu-le părinților lor imaginea sănătății copiilor lor. Examinările arată că 22% dintre copiii evaluați suferă de obezitate sau de exces de greutate, peste 80% au defect de postură și mai mult de 60% obolesc la testul de efort. Din grupul examinat 2.611 persoane sunt cu risc de boli ale civilizației. Pentru a îi ajuta am creat Programul gratuit de 2 ani „PoZdro!”, care permite modificarea stilului de viață în 9 pași. Ajutăm (după cum se vede din exemplul lui Jās

ilustrat în paginile următoare) familiile să-și schimbe obiceiurile alimentare și de sport. Prin intermediul celor mai bune practici, sfaturile specialiștilor și experiența dobândită, luptăm tot mai eficient cu epidemia de obezitate. Introducem diferite forme de activare a participanților, prin sprijin și mobilizarea acestora pentru schimbare. Ceea ce face ca fiecare persoană implicată în Program să acționeze cu pasiune este, printre altele, reprezentată de exemplele inspiraționale ale absolvenților noștri. Tinerii vin în Program plini de speranță, dar, de asemenea, și de îngrijorare, deoarece „schimbarea” pare dificil de făcut. La momentul la care finalizează Programul, aceștia însă sunt mai puternici, mai încrezători în sine, au scopuri mai clar definite, și de multe ori dorința de a fi „molipsi” pe alții cu un stil de viață sănătos. Familiile își găsesc bucuria petrecerii timpului împreună, copiii primesc un sprijin enorm din partea celor dragi și datorită acestui fapt se construiește o calitate complet nouă a relațiilor de familie. Încheiem anul 2016 cu obținerea unei sponsorizări pentru extinderea acțiunilor noastre în România unde vom continua la luptam pentru a construi o generație sănătoasă.

**Kamila Szarejko**  
Manager al Programului „PoZdro!”

## PASUL I

FUNDAȚIA MEDICOVER ÎMPREUNĂ CU AUTORITĂȚILE MUNICIPIULUI DECID SĂ IMPLEMENTEZE PROGRAMUL DE PREVENȚIE A OBEZITĂȚII ȘI SĂ PROTEJEZE COPIII DE DEZVOLTAREA BOLILOR CIVILIZAȚIEI.



Bolile civilizației, cum ar fi obezitatea și diabetul zaharat de tip 2, afectează un grup tot mai mare de tineri. Activitățile Programului „PoZdro!” al Fundației Medicover din localitatea noastră arată că, datorită colaborării eficiente a autorităților teritoriale, școlilor, părinților și Fundației, pot fi obținute rezultate vizibile. De asemenea, în mod clar aceste activități indică direcția în care trebuie să mergem pentru a obține succes în viitor. În prezent, în Lublin are loc a III-a ediție a Programului, care se bucură de un mare interes. Prin acțiunile de prevenție și educație și, de asemenea, încurajarea pentru petrecerea activă a timpului liber, avem grijă de viitorul sănătos al copiilor noștri.

**Krzysztof Żuk**  
Primarul Municipiului Lublin



Una dintre cele mai importante sarcini cu care se confruntă, printre altele, autoritățile teritoriale, este formarea obiceiurilor corespunzătoare de alimentație în rândurile celor mai tineri locuitori ai municipiului Gdynia. Baza este dată în mare măsură de creșterea gradului de conștientizare a principiilor unei alimentații și a unui stil de viață sănătos. Șansele de succes în punerea în aplicare a acestor scopuri sunt asigurate prin realizarea sarcinii complexe de implicare atât a copiilor, cât și a părinților. Vă recomand cu caldură Programul „PoZdro!” care a fost deja implementat în Gdynia de ceva timp. Este una din acele inițiative prețioase care prin ipoteză și practică implică întreaga familie în diverse tipuri de activități. Participanții la proiect nu au numai posibilitatea de a dobândi cunoștințe pe tema alimentației sănătoase și de a lucra asupra formării obiceiurilor corecte, dar se și pot întâlni cu psihologii care susțin realizarea programului și pot lucra în vederea creșterii nivelului de activitate fizică. Fără îndoială, realizarea anterioară a Programului „PoZdro!” în Gdynia a avut un efect vizibil asupra calității vieții pentru mulți dintre tinerii locuitori ai orașului nostru, ajutându-i să fie mult mai sănătoși și, drept rezultat, mai fericiți.

**Bartosz Bartoszewicz**  
Viceprimarul Municipiului Gdynia pentru Educație și Sănătate



Realizăm și sprijinim un șir de acțiuni de prevenție, inclusiv în domeniul promovării unui stil de viață activ. Programul „PoZdro!” al Fundației Medicover se încadrează perfect în politica de sănătate a municipiului Wrocław. Componentele programului, care includ atât activități în cadrul mediului școlar și a familiei copilului, aduc un profit social real sub forma reducerii numărului tinerilor amenințați de bolile civilizației. Misiunea noastră comună este de a crește nivelul de conștientizare pe tema sănătății și, de asemenea, de a lupta direct cu obezitatea și excesul de greutate – o epidemie în creștere în rândurile tinerilor.

**Rafał Dutkiewicz**  
Primarul Municipiului Wrocław



Decizia de colaborare în realizarea Programului „PoZdro!” în districtul nostru a fost pentru noi naturală. Din momentul lansării acestei inițiative valoroase în Varșovia și fiind conștienți de provocare și de nevoile existente, am sprijinit activitățile Fundației Medicover care vizează îmbunătățirea sănătății și activității fizice a locuitorilor. Astăzi, după 3 ani de funcționare a Programului în districtul Praga-Południe și având deja, beneficii vizibile pentru participanții la Program și pentru societate în general, pot recomanda participarea la acest Program - atât familiilor, cât și altor autorități teritoriale.

**Jarosław Karcz**  
Primarul Adjunct al Districtului Praga-Południe

# PASUL 2

FUNDAȚIA MEDICOVER ÎMPREUNĂ CU AUTORITĂȚILE ȘCOLARE PREZINTĂ ACEST PROGRAM PĂRINȚILOR, CARE OFERĂ ACORDUL PENTRU EXAMINARE. COORDONATORII LOCALI ACTIVEAZĂ DIN ANUL 2014 ÎN PATRU ORAȘE.



**Agnieszka Skowrońska**  
Coordonatorul local al Programului „PoZdro!”, Lublin

În anul 2016, în timpul ediției a II-a a Programului „PoZdro!” în Lublin, am inclus în examinarea gratuită 32 de gimnazii. Am verificat starea de sănătate a 1.695 de elevi, iar pentru etapa de Asistență Individuală Integrată am invitat 278 de familii să se alăture. Peste 16% din elevii examinați au fost identificați cu risc de dezvoltare a bolilor civilizației, inclusiv diabetul zaharat de tip 2. În septembrie 2016, am început a III-a ediție a Programului în Lublin. Este ultimul an de desfășurare a examinărilor medicale și ultima șansă pentru participare în cadrul Programului „PoZdro!”.

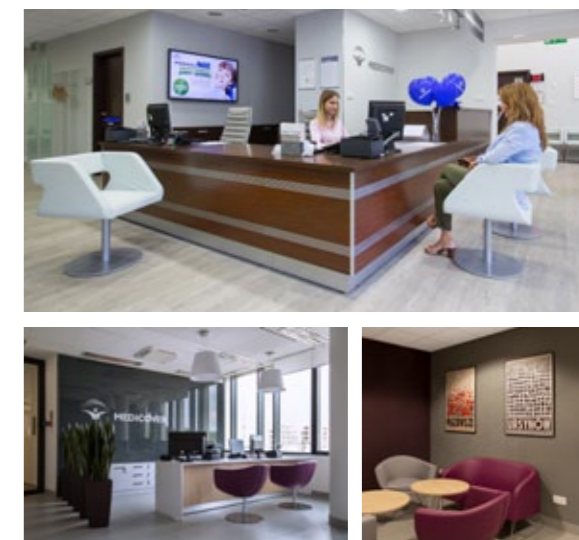
# PASUL 4

PĂRINȚII AU PRIMIT FIȘA DE SĂNĂTATE A COPILULUI S-A DOVEDIT CĂ JANEK KOWALSKI SE AFLĂ LA 90 PERCENTILE IMC, AUTOMAT ÎNCADRÂNDU-SE ÎN GRUPUL DE RISC. PĂRINȚII NU AU CONȘTIENTIZAT CĂ ACEST FAPT ÎI AMENINȚĂ VIITORUL.



**Marta Związek**  
Recepționar al Programului „PoZdro!” în Wrocław  
Coordonator al Serviciului Clienți Globis, Wrocław

La primul contact cu o familie participantă în Programul „PoZdro!”, le prezentăm membrilor familiei elementele Programului, care includ detaliile despre specialiștii (medicul, nutritionistul, trainerul, psihologul) care îi vor consilia, de asemenea, îi invităm la atelierele de educație și la competițiile sportive care sunt organizate periodic, în medie o dată la două luni.



**Katarzyna Kostuch**  
Coordonator local al Programului „PoZdro!”, Wrocław

În anul 2016, pe durata Analizei Complexe de Sănătate din Wrocław, am examinat 2.812 copii, din care 424 au fost identificați în grupul de risc. În momentul de față, Programul „PoZdro!” acoperă peste 240 de familii în Wrocław. La Programul „PoZdro!” din Wrocław în anul 2016 au aderat toate cele 39 de școli gimnaziale.



**Kamila Kaniowska**  
Coordonator local al Programului „PoZdro!”, Varșovia

În Varșovia este deja în desfășurare ediția a III-a și totodată ultima a Programului „PoZdro!”. Peste 50 de școli au fost implicate în proiectul din Varșovia, 5.862 de elevi au fost examinați, peste 7.000 de consultații individuale a specialiștilor și aproape 100 de ore de ateliere de educație în domeniul stilului sănătos de viață au fost furnizate.



**Anna Filipiak**  
Coordonator Senior al Programului „PoZdro!”, Gdynia

În iunie 2016, am finalizat a III-a ediție a Programului „PoZdro!” din Gdynia. Am examinat 69% din populația targetată a elevilor din gimnaziu, nu doar din municipiu, dar de asemenea, și din comunitatea vecină Kosakowo. La întâlnirile individuale de specialitate, în cadrul Asistenței Individuale Integrate, au fost invitate 229 de familii.



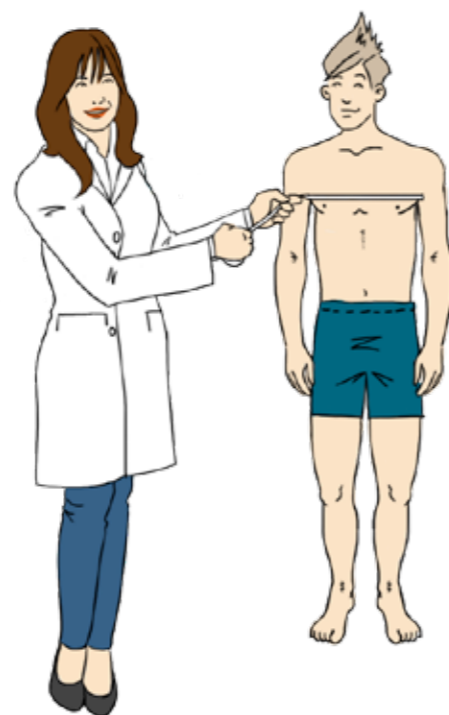
# PASUL 3

ECHIPA FUNDAȚIEI MEDICOVER EFECTUEAZĂ ANALIZA COMPLEXĂ DE SĂNĂTATE ÎN ȘCOLI.



**Renata Sidor**  
Asistenta medicală a Programului „PoZdro!”, Lublin

Cu acordul părinților, cuprindem în cadrul testării gratuite elevii din primul an de gimnaziu. Prima etapă a Programului „PoZdro!” este Analiza Complexă de Sănătate și include măsurarea tensiunii arteriale, testarea acuității vizuale și examinarea posturii corporale extinse cu examinarea tălpii piciorului folosind podoscopul computerizat. De asemenea, efectuăm și testări de efort cardio-pulmonar. În cazul în care la copilul Dumneavoastră vor fi detectați factorii de risc a dezvoltării bolilor civilizației, acesta va fi calificat pentru participarea în etapa ulterioară a Programului.



# PASUL 5

JANEK ȘI PĂRINȚII SĂI AU FOST INVITAȚI SĂ PARTICIPE LA PROGRAMUL GRATUIT DE 2 ANI „POZDRO!”. ÎN CADRUL PARTICIPĂRII, VOR BENEFICIA DE 32 DE VIZITE DE EDUCAȚIE, ACTIVITĂȚI SPORTIVE, TESTE DE LABORATOR.



**Dr. Renata Pusiarska**  
Medic în Programul „PoZdro!”, Lublin

În cabinetul medicului, evaluăm starea de sănătate a copiilor pe baza unei examinări fizice, a istoricului medical și a rezultatelor testelor de laborator. La fiecare vizită examinăm masa corporală, indicele de masă corporală și compoziția corpului, utilizând în acest scop cântarul specializat Tanita. Acest aspect ne permite să evaluăm compoziția procentuală și proporțiile relative de grăsime, mușchi și apă din organism. Trebuie să accentuăm că de multe ori decizia de a schimba obiceiurile existente către un stil de viață sănătos este prima decizie majoră a participantului și o decizie către o viață independentă, care va avea multe efecte pozitive de sănătate pentru întreaga viață. Suntem fericiți să îi vedem cât de mândri sunt de rezultatele lor.

# PASUL 6

ÎN CADRUL FIECĂREI VIZITE, JAȘ ÎMPREUNĂ CU MAMA ȘI TATĂL SĂU VOR VEDEA PATRU SPECIALIȘTI: UN MEDIC, UN NUTRITIONIST, UN SPECIALIST DE ACTIVITATE FIZICĂ ȘI UN PSIHOLOG.



În Programul „PoZdro!”, în cabinetul specialistului de activitate fizică lucrăm la corectarea eficienței, puterii grupului superior de mușchi și elasticității. Dorim ca participanții să cunoască pe ce se bazează modul sănătos de viață și prin voința proprie să iasă din casă, pentru a se plimba cu bicicleta, cu rolele, patinele, sau pentru a înota, și în același timp să facă cu plăcere toate acestea

Pe parcursul desfășurării programului, am avut ocazia să observ multe succese ale participanților, care și-au îmbunătățit rezultatele semnificativ. Testările au indicat o creștere de 2-3 ori a puterii musculare a brațelor, elasticității sau metabolismului. Unii participanți ai Programului au început să se ocupe în mod profesionist de sport (de ex. baschet sau volei). Este un mare succes al Programului „PoZdro!”, care ne permite să privim cu optimism spre viitor.

**Marcin Waśkiewicz**  
Specialist pentru Activitatea Fizică a Programului „PoZdro!”, Varșovia



Rolul psihologului în Programul „PoZdro!”, este, printre altele, menținerea tonusului și motivării pe parcursul întregului Program, deoarece, ca orice schimbare, schimbarea stilului de viață nu este ușoară. Psihologul arată și accentuează faptul că întregul colectiv al Programului „PoZdro!” constituie un „indicator al traseului”, pe care Participantul trebuie să-l parcurgă, pentru a obține scopurile setate, accentuează succesele mici și mari, astfel muncind asupra consolidării sentimentului de eficacitate și auto-evaluare a Participantilor Programului și Familiilor acestora.

**Edyta Dutkiewicz**  
Psiholog al Programului „PoZdro!”, Gdynia



În cabinetul medicului nutriționist, descoperim împreună obiceiurile alimentare și le înlocuim treptat – determinăm schema de alimentare, și datorită acestui fapt, reglăm rezultatele testelor de laborator. Dulciurile și băuturile dulci le înlocuim cu legume și fructe, însă în așa fel, încât să nu „doară”, ci să fie gustoase. Vizita la cabinetul medicului nutriționist este momentul în care potrivim „farfuria” la modul de viață. Îl determinăm astfel încât să trateze excesul de greutate și obezitatea, iar în plus, să corecteze funcționarea organismului. Schimbăm aspectul dietei, care nu este o austeritate, ci un premiu. Efectele pot fi observate, deja, după 5-6 vizite.

**Katarzyna Gołabek**  
Medic nutriționist al Programului „PoZdro!”, Wrocław

## PASUL 7

TIMP DE 2 ANI, JASIO VA AVEA 8 ASTFEL DE VIZITE. SCHIMBĂRILE ÎN FAMILIE AU LOC DESEORI LA ÎNCEPUT, DAR NU ÎNTOTDEAUNA. UNII PARTICIPANȚI NEAGĂ SCHIMBAREA ȘI ACEASTA ARE LOC ABIA MAI TÂRZIU. DUPĂ PRIMA VIZITĂ AM AUZIT CĂ JASIO NU VA RENUNȚA LA KETCHUP.

## PASUL 8

JASIO, ÎNSĂ A RENUNȚAT LA KETCHUP. A ÎNLOCUIT BĂUTURILE DULCI CU APA ȘI A ÎNTRODUS 5 MESE PE ZI. DUPĂ TREI VIZITE S-A DOVEDIT, CĂ A SLĂBIT 8 KG DEJA, 8 KG MAI PUȚIN.

## PASUL 9

DUPĂ ȘASE VIZITE JASIO A DECIS SĂ SE ÎNSCRIE ÎN ECHIPA DE BASCHET, DEȘI ÎNAINTE NU-I PLĂCEA SPORTUL.

DEJA  
8 KG  
MAI  
PUȚIN



## EXPERTII CONSILIULUI ȘTIINȚIFIC

### PREȘEDINTELE CONSILIULUI ȘTIINȚIFIC

**Dr. în Științe Medicale Piotr Soszyński**  
Director Probleme de Medicină Membru al Consiliului de Administrație Medicover Polonia

### Profesor dr. în Științe Medicale

**Małgorzata Myśliwiec**  
Președintele Catedrei și Clinicii de Pediatrie, Diabetologie și Endocrinologie  
Universitatea de Medicină din Gdańsk

### Dr. în Științe Medicale, Profesor

**Asociaz Leszek Czupryniak**  
Președintele Clinicii de Diabetologie și Boli Interne a Spitalului Clinic Public Central Independent din Varșovia

**Dr. în Științe Medicale Tomasz Anyszek**  
Director General Synevo

**Prof. Per-Olof Berggren**  
Profesor de Endocrinologie Experimentală în cadrul Karolinska Institute

### SECRETARUL CONSILIULUI ȘTIINȚIFIC

**Dr. în Științe medicale Michał Brzeziński**  
Vicepreședinte al Asociației Programelor de Sănătate Poloneze



# „PoZdro!” PRIN OCHII PARTICIPANȚILOR ȘI PĂRINȚILOR



Participarea la Programul „PoZdro!” a adus ficei și familiei mele doar beneficii. În primul rând ne-a adus la cunoștință cât de importantă pentru sănătate și bunăstare este alimentația responsabilă și activitatea fizică. Ne-a arătat, de asemenea, că modificările în stilul de viață sunt posibile, însă acestea trebuie să fie implementate cu pași mici și consecvent. În fiecare etapă a Programului am putut să contăm pe sprijinul profesioniștilor. Acestea au fost sfaturi specifice, explicații în cazul îndoielilor și ajutor în greutățile apărute. Specialiștii au monitorizat progresul ficei mele, fapt care a dat încredere că schimbările conduc într-o direcție bună și au sens. Acum știm, deja, ce este alimentarea conștientă, și în timpul cumpărăturilor întotdeauna verificăm compoziția produsului ales. Acasă, Kasia întrebă deseori, dacă am pregătit mesele în mod sănătos. Ea mă motivează să gătesc sănătos pentru întreaga familie. Datorită participării la Programul „PoZdro!” Kasia a prins, de asemenea, gustul sportului.

**ANNA LIPSKA**  
Mama Kasei, absolventa Programului „PoZdro!” în Lublin



Datorită participării la Programul „PoZdro!” am pierdut destul de multă grăsime, datorită acestui fapt mi s-a îmbunătățit rezistența, săriturile și viteza pe terenul de sport. La începutul participării mele la Program în 30 de secunde am făcut 7-8 flotări, iar în timpul ultimei vizite, a opta, am făcut, deja 30 și fără un efort mare. Această schimbare a fost foarte semnificativă și m-a motivat mult. Când joc baschet sau volei, văd că pot sări într-adevăr mult mai sus, decât cu un an în urmă. A fost extrem de important pentru mine faptul că în toate aceste modificări m-a sprijinit „PoZdro!” împreună cu specialiștii și familia. Foarte importantă este implicarea părinților și faptul că aceștia pot participa la întâlnirile și activitățile sportive. Desigur, acest lucru nu scutește pe nimeni de obligația de a căuta și de a construi motivații pentru sine. Este importantă participarea în Programul „PoZdro!”, pentru a primi o mare parte din informațiile utile, a inspira prin exemplu și a fi o bază pentru alți participanți, pentru a se convinge că Programul acționează și aduce rezultate! Aceasta oferă o satisfacție mare, energie și motivare pentru munca de mai departe.

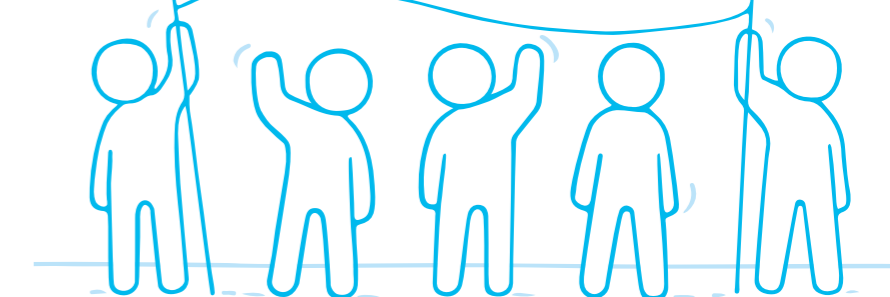
**TOMEK KOWALSKI**  
16 ani, absolvent al Programului „PoZdro!” din Varșovia



Programul „PoZdro!” a contribuit foarte mult la îmbunătățirea rezultatelor mele școlare. Aproape că nu am reușit să trec în clasa a VI a de gimnaziu. Atunci abia începeam participarea la Program. Acum, de aproape un an, îmi este mai ușor să învăț și mă simt cu mult mai bine. Notele mele s-au îmbunătățit, deoarece mi-am îmbunătățit concentrarea în urma dietei urmate. M-au ajutat, în primul rând, numeroasele întâlniri cu specialiștii „PoZdro!”, unde am aflat cum trebuie să mă alimentez corect, cum să mă organizez și să mă motivez mai bine pentru schimbări, precum și să lucrez cu mine.

**JAKUB CHĘTNIK**  
14 ani, participant „PoZdro!” în Wrocław, după 6 vizite în Program

MUȚUMIM



Fiul meu a fost obez întotdeauna. Suplimentar, medicamentele pe care le consuma, îi creșteau apetitul, deci se ducea foarte des la frigider, mânca chipsuri și dulciuri. La începutul Programului „PoZdro!” copiii au fost examinați cu atenție, pentru a determina, dacă obezitatea nu este provocată, de ex., de o boală. După examinare am obținut recomandarea pentru consultarea endocrinologului și s-a dovedit că fiul meu are probleme cu glanda tiroidă. Programul „PoZdro!” a introdus în viața noastră numeroase schimbări pozitive, în special, în alimentație, și a făcut să ne reorganizăm complet modul de alcătuire a meselor. Efectele sub formă de reducere a greutății corporale a fiului meu au fost vizibile deja de la început – la două luni după aderarea la Program, nivelul grăsimii s-a redus de la 21 la 18 %. Permanent putem conta pe recomandările psihologului și a altor specialiști „PoZdro!”. Datorită lor, fiul meu a lăsat chipsurile și dulciurile, dar pot spune, că, la fiecare nivel al vieții există ceva pozitiv, pe care îl datorăm acestui Program.

**AGNIESZKA JANIK**  
Mama lui Krzysztof, participant la Programul „PoZdro!”



CAMPANIA SOCIALĂ „POZDRO!”

## ZIUA MONDIALĂ A DIABETULUI ZAHARAT

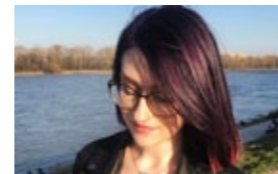


Cu ocazia a XXV-a editii a Zilei Mondiale a Diabetului Zaharat din anul 2016 (14 Noiembrie) Fundația Medicover a realizat o campanie socială de 2 săptămâni integrată Programului „PoZdro!”. Ideea acțiunii a fost sloganul „Atenție la diabet: acționăm astăzi pentru a schimba viitorul.” Acest slogan a fost realizat prin inițiativele publicitare complementare a patru orașe participante în Programul „PoZdro!”. În cadrul festivităților Zilei Mondiale a Diabetului Zaharat, Fundația Medicover s-a implicat în iluminarea în culoare albastră a clădirilor și o campanie de spoturi și afișe în mijloacele de transport urbane. Au fost invitați și câțiva influențatori YouTube. Unică, în campania amintită, a fost implicarea vloggeritei Vroobelka, -Billie Sparrow-, filmul despre cum a luptat ea însăși cu excesul de greutate, a fost vizionat de aproape 200 mii de persoane. Următoarea



etapă a acțiunii a fost campania de spoturi și postere în spațiile urbane. În Varșovia, filme de 15 secunde, cu mesaj clar referitor la diabet au apărut în tramvaie, metrou și în hotelurile Hilton și Novotel. În troleibuzele din Gdynia oamenii au fost informați prin postere referitoare la Ziua Mondială a Diabetului Zaharat.

**Katarzyna Walczak-Szepczyńska**  
Specialist pentru Comunicare a Fundației Medicover



**Weronika Szymańska**  
„Vroobelek”

Studenta Universității din Varșovia, care deține propriul canal pe YouTube, unde găsim conținuturi legate de cultură și societate. Weronika are experiență în participarea la campaniile sociale, unde informează internauții despre pericolul consumului excesiv al zahărului. Aceste campanii s-au încheiat cu un mare succes, datorită implicării acesteia și atragerii altor youtube-ri.

[www.youtube.com/vroobelekbillie](http://www.youtube.com/vroobelekbillie)



# SEZONUL III MEDICOVER RUNNERS



Medicover Runners este o inițiativă a angajaților Grupului Medicover, care doresc să fie alergători activi, în mod regulat și bine gândit. De aici a luat nașterea ideea de a crea o echipă care se întâlnește în mod regulat la traininguri comune și participă la cele mai mari concursuri de masă pentru alergători din Polonia, reprezentând culorile alb-albastru. Pentru o parte din alergătorii Medicover Runners este o întoarcere la activitatea de alergare după mulți ani, iar deseori este prima dată după lecțiile de

educație fizică din timpul școlii. Participarea la această inițiativă excepțională este promovarea activă a modului sănătos de viață, integrarea în echipă, competiția sănătoasă și mai mult, inspirarea altora cu pasiunea sportivă. Pe parcursul celor 3 sezoane deja, peste 100 de persoane au participat la proiect, la care, pe lângă traininguri și starturi comune, se adaugă și recomandările profesioniste și consilierea de alergare și, de asemenea, planurile de training care pregătesc alergătorii pentru diferite provocări sportive.



## Medicover Runners - sezonul 2016 în cifre

### 10

starturi în cele mai mari evenimente de alergare din Polonia

### 75

angajați, care participă activ la Program

### 87

recorduri personale stabilite de către membrii echipei pe diferite distanțe

### 27 500

kilometri acoperiți în total, de către alergătorii Medicover Runners



Stadionul „Arena din Lublin” îndeplinește nu doar rolul obiectului care satisface necesitățile locuitorilor orașului în domeniul organizării evenimentelor sportive și culturale mari, dar este și un loc cu misiune. Aderarea la Programul „PoZdro!” al Fundației Medicover prin iluminarea pereților stadionului în culoare albastră, pentru a arăta solidaritate cu persoanele bolnave de diabet zaharat și pentru a sprijini acțiunile petrecute în întreaga lume care au ca scop lupta cu această boală, pentru noi a fost ceva complet natural. Ne privesc nu doar locuitorii orașului Lublin, dar și întreaga Europă, deoarece organizăm atât evenimente de rang național, cât și internațional. Arena Lublin din 14 noiembrie 2014 este iluminată pentru a sprijini Programul „PoZdro!” în lumina albastră, și acest lucru îl vom face permanent. În caz că, datorită inițiativei noastre, cel puțin o persoană va începe să aibă mai multă grijă de sănătatea sa, înseamnă că a meritat!

**Maciej Wątróbka**  
Manager al Arenei Lublin



Ne bucurăm, că am avut ocazia să fim o parte a campaniei Fundației Medicover. După părerea noastră, creșterea conștientizării privind creșterea pericolului diabetului zaharat joacă un rol important în lupta cu boala. Diabetul, din păcate, constituie un pericol în creștere pentru tineret – deoarece primele simptome ale bolii sunt greu de observat. Cu credința că „mai bine să prevenim, decât să tratăm”, cu plăcere ne-am alăturat și noi acestei acțiuni sub formă de promovare a ideii pe suporturile Infoscreen din metrou. Polonia a fost „albastră”, datorită implicării entuziaștilor într-o luptă eficientă cu obezitatea, excesul de greutate și, cel mai important, cu diabetul zaharat. Vă mulțumim pentru aceasta!

**Marta Grodner**  
Marketing Manager  
Stroer Polska sp. z o.o. (SRL)



### ILUMINAREA ALBASTRĂ

Ca urmare a inițiativei Fundației, 7 clădiri au fost iluminate în culoare albastră. În Varșovia au strălucit: Stadionul Național (cercul albastru – simbolul Federației Internaționale a Diabetului zaharat pe fațadă, inițiativa Asociației de Diabet Poloneze) și Hotelul Intercontinental (în interior). În Gdynia: InfoBox Observatorul de Modificări a Primăriei Municipiului Gdynia și Stadionul Municipal. În Lublin: Centrul de Întâlniri Culturale și Stadionul Arena Lublin. La rândul său, una dintre principalele intersecții ale Wrocław, a fost iluminată de clădirea de birouri Green Towers.



Fiecare poate să alerge. Această formă de activitate fizică de bază este pentru noi cea mai naturală. Este suficient să ieși din casă. Mă pregătesc să alerg de un timp îndelungat, însă abia din luna iunie 2016 am început să alerg „serios” cu Medicover Runners și datorită acestei echipe, motivarea mea este în creștere continuă. Îmi repet: „Alergă Magda, alergă!” și înving, depășindu-mi slăbiciunile. Scopul meu cel mai apropiat este de a reuși să alerg un semi-maraton.

**Magda Lason**  
Medicover Runners, Asistentă medicală, Centrul Medicover Al. Jerozolimskie



Cu cât alerg și antrenez alți alergători, cu atât îmi place tot mai mult. Fiecare sezon nou Medicover Runners este pentru mine o aventură minunată și o provocare. Permanent vin participanți noi – candidați pentru alergare. Deseori se întâlnesc printre ei diamante neșlefuite și simt o plăcere enormă de la colaborarea cu ei. O mulțime de satisfacții îmi oferă observarea noilor recruți și cum înfloresc și se extinde întregul proiect Medicover Runners.

**Jacek Wichowski**  
Trainerul Medicover Runners,  
Specialist pentru Organizarea Evenimentelor Sportive,  
Fundația Medicover



## Echipa de fotbal

De la începutul lunii octombrie, echipa de fotbal, compusă din angajații grupului Medicover, participă la Liga Praga, organizată de către Primăria Districtului Praga-Północ (Praga-Nord), a municipiului Varșovia. Turneele sunt desfașurate în sistemul meci-revanșă și chiar la jumătatea turneelor, echipa noastră rămâne în luptă pentru podium. După cum a menționat capitanul echipei Sylwester Maicki: „Echipa este în formare continuă, iar momentan, turneele ne servesc pentru formarea nucleului central și alinierea noilor jucători cu restul echipei. Pentru victorie vom juca în ediția de primăvară a turneelor”.





# ÎMPREUNĂ ÎMPOTRIVA DIABETULUI ZAHARAT DE TIP 2!



## Echipa internațională în lupta cu bolile civilizației



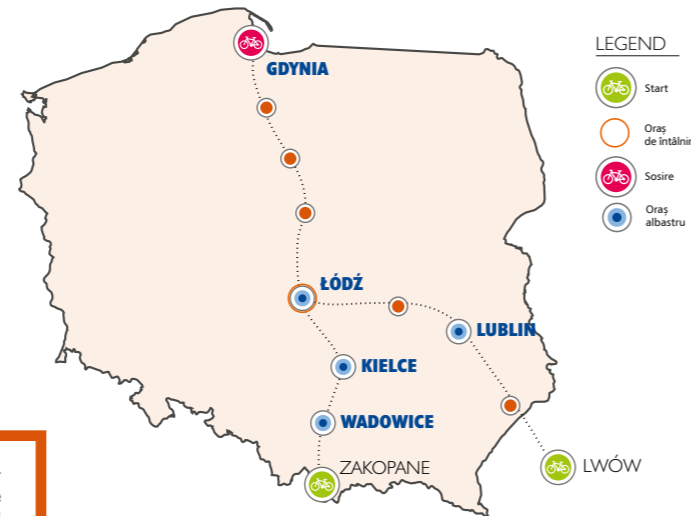
Raliul este o idee perfectă pentru promovarea stilului de viață sănătos. Merită să te rupi de la calculator și să ai grijă de sănătatea ta. Am concurat pe ultima porțiune, aprox. 70 km, care a fost recordul meu! Ritmul deplasării a fost rapid, deci, sunt tare obosit. Participarea la competiție m-a încurajat să mă deplasez la muncă cu bicicleta, deci, scopul acțiunii a fost atins.

**Mirosław Suszek**  
Vicepreședinte al Consiliului de Administrație,  
Director Operațional și Medical Medicover



Cea de-a IV ediție a Raliului Caritabil de Biciclete al Fundației Medicover „Împreună împotriva diabetului zaharat de tip 2”, al cărui scop este promovarea conștientizării stilului sănătos de viață și importanța activității fizice în lupta cu epidemia secolului XXI - diabetul zaharat de tip 2, a avut loc la nivel internațional. La raliu, pentru prima dată, au participat bicicliștii din Ucraina, Germania și România, pentru a manifesta solidaritate în lupta cu bolile civilizației.

Bicicliștii au pornit pe data de 5 iunie din Zakopane și din Lvov, apoi și-au unit forțele în ziua de 8 iunie în Łódź și în comun s-au deplasat spre Gdynia, unde în ziua de 12 iunie a avut loc marele final. 20 de voluntari au călătorit pe traseul de peste 1000 km într-o săptămână. Pe traseu au fost organizate Orașele Albastre, unde fiecare a avut posibilitatea să-și controleze starea de sănătate și să apeleze la recomandările specialistului. În cadrul Orașelor Albastre, s-au ținut exerciții sportive cu specialiștii pentru activitatea fizică a Programului „PoZdro!” și ateliere culinare.



Orașul Łódź s-a găsit din nou pe traseul echipei de bicicliști Medicover. În orașul nostru s-au întâlnit două echipe de bicicliști, care se deplasau din Zakopane și Lvov. Punctul de întâlnire a fost Orașul Albastru din centrul orașului Łódź - de pe str. Piotrkowska. De o popularitate enormă a locuitorilor Łódź s-a bucurat Diabetobus-ul, în care s-a examinat nivelul colesterolului și glucozei. Doritorii au avut posibilitatea, de asemenea, să beneficieze de analiza masei corporale cu cântarul Tanita și de consultațiile pe tema alimentației sănătoase. Servicii de relaxare au fost asigurate de către fizioterapeuții de la CM Pomorska.

**Małgorzata Ślimińska**  
Conducătorul Centrului Medicover, Łódź Piłsudskiego



## Orașele Albastre pe traseul Raliului de Biciclete 2016



Pe traseul Raliului de biciclete „Împreună împotriva diabetului zaharat de tip 2”, care în anul 2016 a fost organizat a patra oară de către Fundația Medicover, au apărut tradiționalele Orașele Albastre unde fiecare a avut posibilitatea să-și verifice starea de sănătate și să apeleze la recomandările specialistului. În ediția a IV a Raliului au apărut 6 Orașele Albastre - în Lvov și în Wadowice, Lublin, Kielce, Łódź și Gdynia. Orașul Albastru din Lvov a fost prima acțiune de prevenție, organizată de către Fundația Medicover în Ucraina.

### DATA/ORAȘUL

- 4 iunie - Lvov
- 5 iunie - Wadowice
- 6 iunie - Lublin
- 7 iunie - Kielce
- 8 iunie - Łódź
- 12 iunie - Gdynia

### EXAMINĂRILE MEDICALE EFECTUATE

- măsurarea nivelului glucozei în sânge
- măsurarea tensiunii arteriale
- măsurarea nivelului de colesterol
- verificarea compoziției corpului
- recomandări de nutriție



Cuvintele Raliului de Biciclete „Împreună împotriva diabetului zaharat de tip 2”, îmi pun un zâmbet pe față. Organizarea întregii acțiuni a avut o impresie enormă asupra mea. Acesta este un proiect care acționează foarte pozitiv în multe aspecte - nu e suficient să promovezi profilaxia sănătății în Polonia, dar și, de asemenea, oferă voluntarilor-bicicliștilor, posibilitatea să-și verifice abilitățile pentru învingerea slăbiciunilor proprii. Echipa oferă o motivație pentru deplasarea permanentă cu bicicleta. În timpul raliului ne sprijinim reciproc, luptăm cu rezultatele slabe și petrecem timpul într-un mod plăcut. Pentru mine, aceasta a fost și este o aventură a vieții.

**Agnieszka Matusik**  
Specialist pentru Documentația Corporativă  
Departamentul juridic Medicover



## Statisticile Raliului de Biciclete 2016

**2000**

de persoane examinate

**19 800**

de kilometri parcurși

**27**

de participanți



# SELECȚIE DIN EVENIMENTELE FUNDAȚIEI MEDICOVER



## Voluntariat la Centrul „Ufność”

### SCOPUL PROIECTULUI

De patru ani Fundația Medicover furnizează sprijin Asociației de Asistență și Îngrijire „Ufność” din Czeștochow. Ajutorul pentru acest centru a inclus acțiunea de colectare a scutecelor, construcția așa numitei, Grădini a Speranței pentru copii, transmiterea fondurilor financiare colectate în cadrul acțiunii 1% din impozit și, de asemenea, efectuarea de către voluntarii Fundației Medicover a lucrărilor de renovare-curațenie în cadrul Centrului. În luna mai 2016, Fundația Medicover a organizat următoarea acțiune în Centrul „Ufność” din Czeștochow.

Acțiunea a constat în lucrări de curățare a grădinii din jurul Centrului. Voluntarii au greblat și au strans iarba, au curățat și au vopsit gardul, au curățat gunoiul adunat, au sădit copaci și au efectuat alte lucrări de curățare. Doamna Magdalena Szymczyńska, Președintele Centrului, cu emoții enorme, a mulțumit voluntarilor pentru lucrul efectuat și ajutorul acordat, iar la sfârșit a înmănat diplome tuturor celor implicați în acțiune. Inițiativele anuale ale voluntarilor Fundației Medicover în Centrul „Ufność” din Czeștochow arată că prin puteri comune se poate face într-adevăr mult.

### BENEFICIARI:

Nou-născuții lipsiți de suport parental care așteaptă să fie adoptați



## Acțiunea de voluntariat de la Centrul de Oncologie



Oferirea de ajutor altor oameni îmi dă multă bucurie, deoarece știu, că datorită acestui fapt schimbăm lumea în una mai bună, iar fiecare acțiune bună este o picătură mică în crearea unei realități mai bune și noi. În același timp trebuie să reținem, că nimic nu este dat nimănui în mod egal – unii au foarte mult, iar alții mai puțin sau foarte puțin. Prin aceasta mă refer la sănătate, dragoste, prieteni, mijloace pentru viață. La Fundația Medicover în fiecare zi mă conving că ceea ce este imposibil de îndeplinit individual se poate realiza în echipă. Inițiativele noastre bazate pe caritate rezultă din necesitatea de a construi dreptate socială și, de asemenea, din faptul că dorim să arătăm cât de valoroși suntem. Credem că în viață contează ceva mai mult decât doar supraviețuirea, dobândirea permanentă și consumul. Există multe motive pentru ajutor. Care este al Tău?

**Žaneta Sapryk-Rutkowska**  
Manager pentru Proiecte de Investiții Medicover



### SCOPUL PROIECTULUI:

În ziua de 10 decembrie 2016, în districtul Ursynow din Varșovia, a avut loc un eveniment special. Fundația Medicover împreună cu compania Dulux a organizat o acțiune de reparație și renovare a coridoarelor Centrului Oncologic. La acțiune au participat voluntarii Fundației Medicover. Neobișnuit este faptul că s-a găsit un grup atât de mare de oameni

care după o săptămână grea de muncă, s-au trezit într-o dimineață ploioasă de sâmbătă și fără interes propriu au sprijinit acțiunea cu munca și implicare, oferind ajutor altora.

### BENEFICIARI:

Pacienții Centrului Oncologic din Varșovia.



Vopsirea Centrului Oncologic este o acțiune la care dorința și energia voluntarilor au depășit așteptările organizatorilor. Timpul de lucru era limitat doar de timpul de uscare a vopselei și numărul de pensule disponibile. Deoarece au rămas încă multe de realizat, contăm pe următoarea ediție a acestei acțiuni – dorința cu siguranță nu va lipsi, iar zâmbetele personalului și co-interesarea tot mai mare a pacienților, ne-au confirmat convingerea că această acțiune este necesară.

**Paulina Lasocka-Wysoczańska**  
Head Legal Counsel Medicover Division



Ca Divizie Financiară, dorim să ne implicăm în ceea ce este apropiat valorilor Medicover, anume să-i ajutăm pe alții. S-au implicat 20 de participanți fantastici, care doresc să-și dedice timpul altor persoane a căror viață este în dificultate. Sperăm că am reușit să ajutăm copiii îngrijiiți la Centrul din Radom și că datorită ajutorului nostru au simțit că cineva are grijă de ei și nu sunt lăsați singuri în soarta lor grea. Pentru voluntari o zi petrecută în Centru a fost ca un duș rece. Într-o clipă, toate problemele noastre zilnice s-au făcut atât de mici în comparație cu ceea ce am văzut acolo. Am văzut lumea pe care nu o dorim să o vedem în fiecare zi. Aceasta ne-a confirmat convingerea că trebuie să-i ajutăm pe alții.

**Piotr Wojciechowski**  
Director Financiar al Diviziei Medicover, Membru al Consiliului de Administrație



## Acțiunea de voluntariat din Radom

### SCOPUL PROIECTULUI:

În ziua de 15.10.2016 voluntarii Fundației Medicover au vizitat Centrul Special Școlar-Educativ pentru Copii Nevăzători și cu Vedere Slabă Preot Primat Stefan Kardinal Wyszyński în Radom. Acțiunea a constat în înfrumusețarea coridorului școlii și a sălii de muzică cu picturi artistice, realizate de către voluntari și petrecerea timpului cu copiii Centrului. Zâmbetele de pe fețele copiilor au fost cea mai buna recompensă pentru cei implicați în această inițiativă și dovadă a numeroase experiențe pline de bucurie și de momente de neuitat.

### BENEFICIARI:

Copiii Centrului Special Școlar-Educativ pentru Copii Nevăzători și cu Vedere Slabă preot Primat Stefan Kardinal Wyszyński din Radom.



În luna octombrie 2016 am fost vizitați de un grup de oameni deosebiți de la Fundația Medicover, care au înfrumusețat coridorul școlii și sala de muzică cu picturile realizate cu mâinile lor. În același timp, animatorii minunați au petrecut timp cu copii, oferindu-le multe amintiri fericite și de neuitat. În numele copiilor și angajaților, doresc să exprim mulțumiri din inimă tuturor persoanelor care s-au aflat ca voluntari la Centrul nostru. Vă mulțumim nu doar pentru realizarea lucrărilor și timpul alocat dar și pentru inimile minunate, empatia și multa energie pozitivă pe care ați lăsat-o în Centrul nostru.

**mgr Tomasz Łachut**  
Vicedirector pentru probleme Didactice a CSSE din Radom



# ACTIUNI DE PREVENȚIE



## Săptămâna Albă în Siedlce

### SCOPUL PROIECTULUI:

În anul 2016, asistentele medicale Medicover împreună cu grupul de voluntari din inițiativa „Învingem Împreună” au realizat în Siedlce un șir de examinări medicale de prevenție gratuite sub sloganul Săptămâna Albă. Toate cheltuielile medicale au fost acoperite de Fundația Medicover.



### EFFECTUAREA EXAMINĂRII MEDICALE:

- consultații: nutriționist, cardiolog, internist
- măsurarea nivelului de colesterol,
- măsurarea nivelului de glucoză,
- măsurarea tensiunii arteriale,
- măsurarea IMC,
- examinarea ECG (împreună cu interpretarea specialistului cardiolog).

### BENEFICIARI:

Locuitorii comunei Siedlce.

## A V-a editie a Novita Semimaraton din Zielona Góra

### SCOPUL PROIECTULUI:

În ziua de 2 septembrie 2016, rețeaua de laboratoare medicale Synevo în colaborare cu Fundația Medicover pentru a doua oară s-au angajat activ în organizarea ediției a V-a Novita Semimaraton din Zielona Góra. A fost realizată o acțiune de examinare preventivă de două zile, atât printre alergători, cât și printre cei prezenți la meci, precum și a fanilor. Datorită cooperării cu Fundația Europeană Clinica Diabetului Zaharat a fost pus la dispoziție autobuzul specializat - Diabetobus. Aici a fost efectuată



măsurarea concentrației glucozei în sânge și nivelului tensiunii arteriale. Pe parcursul acțiunii au fost oferite recomandări medicale în domeniul pregătirii organismului pentru efortul fizic, iar teste de laborator și prevenție a bolilor civilizației au fost oferite de către Directorul Medical Synevo și personalul Punctului de Recoltare Synevo din Zielona Góra. Examinările medicale au cuprins 300 de persoane.

### BENEFICIARI:

Participanții și fanii ediției a V-a Novita Semimaraton din Zielona Góra

Combinarea examinărilor de prevenție, de activitate fizică și munca de echipă justifică direcția acțiunilor Synevo în ultimul timp. În timpul ediției a V-a Novita Semimaratonul din Zielona Góra am efectuat examinări de prevenție la mai mult de 300 de persoane, în fiecare din cele 1500 de pachete de start sportive au găsit bonuri promoționale pentru examinările medicale de laborator ScanActive, dedicate persoanelor active fizic, iar pe traseul de alergare se puteau întâlni sportivi ai echipei Synevo – Examinăm pentru sport. Scopul au fost nu doar medalii – scopul nostru a fost grija față de sănătate. Întreaga inițiativă a fost posibilă datorită spiritului sportiv al angajaților implicați ai Synevo și Medicover. Suntem o echipă nu doar la competiții. Fiecare kilometru comun de alergare întărește corpul și căleşte mintea, dar de asemenea cimentează prietenia.

**Małgorzata Łukasik**  
Reprezentant Medical pentru  
Histopatologie, Synevo



## Alergarea 4Rest Run în Niepołomice

### SCOPUL PROIECTULUI:

În septembrie 2016, în Puszcza Niepołomice, a avut loc maratonul echipelor sub denumirea 4Rest Run. Organizatorul acestei inițiative sportive a fost grupul de alergători concentrați în jurul Asociației „Niepołomice Aleargă”. Fundația Medicover, s-a încadrat în această acțiune, acoperind cheltuielile asigurării medicale a maratonului. Voluntarii medicali au examinat nivelul de zahăr și

tensiunea arterială a alergătorilor înainte de alergare. Au fost examinate în total 150 de persoane.

### BENEFICIARI:

Participanții și persoanele însoțitoare ale participanților maratonului 4Rest Run care a avut loc în luna septembrie 2016 în Puszcza Niepołomice.



# CURSURI DE FORMARE ÎN DOMENIUL PRIMULUI AJUTOR



## Sprijin pentru grădinițele cu copii cu autism

### SCOPUL PROIECTULUI:

În anul 2016, Fundația Medicover s-a ocupat de susținerea grădiniței Vitația din Wolomin – centrul pentru copiii cu autism, care combină asistența specializată a grădiniței cu ajutorul

profesional al clinicii psiho-pedagogice. Susținerea s-a bazat pe organizarea a două cursuri de prim ajutor – pentru copiii de la grădiniță, dar și pentru părinții lor. Acțiunea a cuprins, de asemenea, examinarea dinților copiilor de la grădiniță.

### BENEFICIARI:

Copiii cu autism – copiii de la grădinița Vitația din Wolomin, precum și părinții lor.



Proiectul de susținere a grădiniței Vitația a ajuns la Fundația Medicover din inițiativa mea. Consider că problema autismului este prea puțin mediatizată, cu toate că atinge tot mai mulți copii. Grădinița din Wolomin mă susține zilnic în lupta cu boala copilului meu, de asemenea atins de autism. Pentru mine și alți părinți ai copiilor cu autism este foarte importantă o astfel de susținere. Cursul de prim ajutor și recomandările cum să procedăm în situații periculoase pentru viață sunt pentru noi deosebit de valoroase. O parte din copii suferă nu doar de autism, dar, de asemenea, și de alte boli, de ex. epilepsie. De la voluntarii Ambulanței Medicover am aflat că ne putem ajuta copiii și în același timp să nu le

dăunăm. Cursul a fost, de asemenea, dedicat copiilor de la grădiniță. Din câte am văzut copiii au fost încântați. Mulțumesc Fundației Medicover că a fost de acord să ajute cu Programul „Acționez pentru alții” acest minunat centru. Eficiența cu care au fost desfășurate cursurile de prim ajutor demonstrează profesionalismul vostru și sinceritatea față de necesitățile altora, ceea ce arată că sunteți o organizație care merita încredere.

**Agnieszka Zacheja**  
Asistentă Șefă la Departamentul de Registratură  
Medicală Medicover

## Cursul de formare din Klikuszowa

### SCOPUL PROIECTULUI:

6 decembrie 2016. Fundația Medicover a organizat cursul de prim ajutor pentru elevii școlii primare și gimnaziale din Klikuszowa. În cadrul acțiunii, voluntarii Medicover au instruit 250 de persoane. Participanții la curs au aflat cum să cheme salvarea și regulile de funcționare a dispeceratului ambulanței.

### BENEFICIARI:

Elevii școlii primare și gimnaziale din Klikuszowa.



Copiii și tineretul necesită atenția noastră deosebită, astfel a apărut ideea ca Fundația Medicover să-și înceapă activitatea în domeniul primului ajutor. Frecvența, cointeressarea și implicarea participanților care au participat la cursurile anterioare, au depășit cele mai îndrăznețe așteptări.

**Mirosław Dubielecki**  
Coordinator pentru Cursuri de Prim Ajutor  
Medicover



Fundația deține ateliere corespunzătoare, cunoștințe și experiență, însă ca acțiunile sale să fie eficiente sunt necesari oameni implicați și doritori pentru cooperare și ajutor. Astfel de voluntari nu lipsesc în Grupul Medicover. Inimile mari și calificarea angajaților Grupului Medicover permit îndeplinirea misiunii Fundației. Credem că împreună putem face mai mult și că astfel se perpetuează ajutorul.

**Dagmara Iwaniak**  
Coordonator Proiecte  
Fundația Medicover



# SUSTINEREA PERSOANELOR ȘI CENTRELOR



## Colectarea de bunuri pentru persoanele afectate în incendiu – familiile din Milanówek

### SCOPUL PROIECTULUI:

În anul 2016, Fundația Medcover a organizat o colectare de bunuri pentru familiile din Milanówek care și-au pierdut locuințele în incendiul care a avut loc în luna martie 2016. Datorită implicării angajaților și voluntarilor Fundației

Medcover au fost colectate îmbrăcăminte și produse alimentare pentru victime.

### BENEFICIARI:

Familiile din Milanówek care și-au pierdut locuințele în incendiul din luna martie 2016.

## Sf. Nicolae la Centrul AMICUS

### SCOPUL PROIECTULUI:

În decembrie 2016, voluntarii Fundației Medcover au organizat pentru a patra oară acțiunea de voluntariat de Sf. Nicolae în Centrul de Reabilitare AMICUS. Acțiunea a fost însoțită de o colectare a jucăriilor de plus sub denumirea „Cumpără o jucărie de plus pentru un copil”. Jucăriile colectate au ajuns la copiii de la Centrul AMICUS



în timpul festivității. Acțiunea a avut loc pe data de 2 decembrie 2016 și a fost însoțită de o atmosferă caldă, prietenoasă și familiară.

### BENEFICIARI:

Copii de la Centrul de Reabilitare AMICUS



## Elefantul Speranței - colectarea pentru spitalul din Lublin

### SCOPUL PROIECTULUI:

Fundația Medcover în anul 2016 a aderat la acțiunea „Elefantul Speranței” și a organizat colectarea de bunuri pentru secția de copii a spitalului din Lublin. Colectările au fost organizate la Centrul Servicii Clienti Medcover din Kielce și Centrul Medcover din Lublin. La acțiune s-au implicat trei Centre Medcover din Lublin, Cracovia și Kielce. Au fost colectate borcanele cu mâncare pentru bebeluși, lenjerie de pat, agenți chimici și de asemenea, scaune și un cuptor cu microunde. Acțiunea „Elefantul Speranței” este realizată de 10 ani. Participanții la acțiune

întreprind diverse inițiative, de exemplu ajută copiii care nu pot fi tratați să-și îndeplinească visurile și susțin secțiile din spitalele pentru copii prin achiziționarea de echipamente, articole de igienă etc.

### BENEFICIARI:

Copiii bolnavi care nu pot fi tratați, aflați în secțiile din spitalele pentru copii.

## Sărbătoarea de Crăciun cu Fundația One Day pentru copiii de la Casele de Copii

### SCOPUL PROIECTULUI:

În ziua de 18 decembrie 2016, la Endorfina din Varșovia a avut loc întâlnirea Sărbătorii de Crăciun pentru un grup de aprox. 600 de copii de la Casele de Copii din întreaga țară. Cu puțin mai înainte acești copii au avut ocazia să viziteze Varșovia. Au fost cadouri (peste 800 de pachete!), Moș Crăciun, mâncare gustoasă și muzică excelentă. Toate acestea au făcut ca pe fețele copiilor să apară zâmbetele și poate pentru un moment au putut să uite de preocupările zilnice. Secția de Urgență Medcover a asigurat partea medicală a acestui eveniment.

### BENEFICIARI:

Aprox. 600 de copii – copiii de la Casele de Copii din întreaga țară.



## Pachetul pentru o cauză nobilă

### SCOPUL PROIECTULUI:

În anul 2016, Fundația Medcover s-a implicat din nou în acțiunea „Pachetul pentru o cauză nobilă” la nivel național. În cadrul acestei inițiative au fost colectate sute de cadouri care au ajuns la familiile selectate din întreaga Polonie. Voluntarii acțiunii „Pachetul pentru o cauză nobilă” ne-au informat că membrii familiilor destinate au primit cadourile colectate în timpul acțiunii cu lacrimi de fericire și emoții.

### BENEFICIARI:

Familiile aflate în situație materială grea.

Este al doilea an de când Farmaciile Medcover au aderat la Fundația Medcover, sprijinind acțiunea „Pachetul pentru o cauză nobilă”. Acțiunea a fost întâmpinată cu entuziasm în cadrul întregii echipe; angajații Farmaciilor și Drogeriilor Medcover au participat cu plăcere la colectarea organizată pentru nevoiași. Deosebit și în același timp foarte emoționant este modul cum astfel de inițiative unesc oamenii. Mă bucur că am avut ocazia să fiu un participant activ și martor.

**Paweł Mazur**  
Head of Pharma Retail Division



Centrul Medcover Anders din Poznań a participat pentru a doua oară la acțiunea „Pachetul pentru o cauză nobilă”. Așa cum îi stă bine unui centru medical, banii au fost colectați într-un... recipient pentru deșeurile (suficient de mare și reutilizabil). Colectivul „Andersilor”, împreună cu departamentul de vânzări, a luptat pentru fonduri pentru „Familia Noastră”. Familia ne-a mulțumit pentru ajutorul acordat și pentru cadoul sub formă de pachet care a ajuns la ea pe data de 17 decembrie 2016. Participarea la colectare în cadrul acțiunii „Pachetul pentru o cauză nobilă” a arătat că avem inimă nu doar pentru pomparea sângelui.

**Lila Michalak-Pytlak**  
Conducătorul Centrului Medcover Poznań Andersa



## Testul Cooper pentru Toți

În anul 2016, Fundația Medcover a finanțat asistența medicală pentru participanții competițiilor sub denumirea de „Testul Cooper pentru Toți” care s-a petrecut în Varșovia. Regulile au fost foarte simple – sarcina participanților a fost atingerea unei distanțe cât mai mari în 12 minute. Participanții au putut să mășăluască,

să alerge și să sară – important fiind ca timp de 12 minute să se deplaseze pe jos. La eveniment au participat 561 de persoane, fiind a fost organizat în cadrul aniversării a 100 de ani de la aderarea districtului Targówek la activitatea AZS (Asociația Academică a Navigatorilor) din Varșovia.

## Croaziera pe Lacul Zegrzyński

### SCOPUL PROIECTULUI:

În ziua de 21.09.2016, un grup de copii de la secția After school de Mediu-Integrare din Piaśtów a Centrului de Socioterapie pentru Tineret nr 8 din Radość și Asociația pentru Copii și Persoane cu Handicap „Szlakiem Tęczy”, împreună cu îngrijitorii au participat la organizarea de către Fundația Medcover, în colaborare cu AZS Varșovia și Fundația LOTTO Million Marzeń, a croazierei pe Lacul Zegrzyński. Participanții la croazieră au fost împărțiți în patru grupuri și fiecare din aceste grupuri au primit o barcă cu pânze și timonier. Pacienții centrului, deși au participat prima dată la croazieră, s-au dovedit a fi niște marinari adevărați.

### BENEFICIARI:

Copii – pacienții centrelor de specialitate din Piaśtów, Radość și Kajetan precum și îngrijitorii lor.



Organizarea croazierei pe Lacul Zegrzyński mi-a oferit multe bucurii și sunt foarte fericit că am avut ocazia să implic în această acțiune un grup atât de mare de voluntari, care au arătat că întotdeauna putem conta pe ei. Copiii au fost încântați, iar efectele au depășit cele mai îndrăznește așteptări ale noastre. Cu siguranță aceasta nu va fi ultima mea acțiune alături de Fundația Medcover.

**Jakub Budzeń**  
Consilier pentru Cooperare cu Partenerii Medcover



# ALTE PROIECTE ALE FUNDAȚIEI MEDICOVER

## Proiectul „Să înțelegem boala Alzheimer”

Proiectul „Să înțelegem boala Alzheimer” – program de educație socială și susținere a îngrijitorilor persoanelor bolnave, a fost desfășurat de Fundația Medicover, din luna martie până în luna decembrie 2016 și a rulat în două moduri.

Pe de o parte au fost organizate vizionările filmului „Să înțelegem boala Alzheimer” împreună cu discuțiile pe tema naturii bolii. Filmul – un experiment specific – a fost filmat pentru a indica în ce mod persoana bolnavă poate percepe lumea. Special pentru necesitățile filmului au fost creați ochelari de apropiere pentru perceperea lumii de către persoanele cu boala Alzheimer și căști cu sunet care imită zgomotele în urechi. Datorită acestor accesorii persoana sănătoasă poate simți limitări similare cu cele cu care se confruntă

persoanele bolnave de boala Alzheimer. Pe de altă parte au fost desfășurate ateliere pentru îngrijitorii persoanelor care suferă din cauza demenței. Acestea au constituit o ocazie bună pentru a adresa multe întrebări de către persoanele care zilnic se confruntă cu boala și a fost un spațiu pentru a se împărtăși cunoștințele pe această temă; cum să facă față comportamentelor (atipice ale persoanei bolnave). În cadrul proiectului, au primit ajutor 165 de persoane, au fost 4 ecranizări ale filmului „Să înțelegem boala Alzheimer” și 9 ateliere pentru îngrijitorii persoanelor bolnave. A fost ecranizat filmul „Să înțelegem boala Alzheimer” și s-a publicat lucrarea cu același titlu, care a rezumat informațiile discuțiilor de la întâlniri.



Mulți îngrijitori se străduie să lămurească bolnavul în legătură cu ceea ce nu trebuie să facă sau îi spun: „ți-am spus de zece ori ce trebuie să faci”. Aceste acțiuni se dovedesc a fi fără folos, însă aduc frustrare, neputință și depresie. Scopul acțiunilor noastre este de a arăta îngrijitorilor că, comportamentul neobișnuit al pacientului lor, dificultățile de a se găsi în această situație, neliniștea sau neînțelegerea comenzilor nu sunt o manifestare a lenii, ci rezultat din tulburările de percepție a realității bolnavului.

**Karolina Jurga**  
Psiholog pentru Persoane Vârstnice  
și Coordonatorul Programului

Cunoștințele de pe internet nu sunt similare cu cele pe care le-am aflat la ateliere. Aceasta se referă la fiecare aspect al bolii Alzheimer, anume, în ce mod bonavii văd, aud și percep realitatea din jurul lor. Înainte de participarea la ateliere m-am gândit, că știu multe despre această boală, însă după cum s-a dovedit am știut foarte puțin.

Comentariul unei participante la ateliere



**ASOS 2014-2020**

Programul guvernamental pentru promovarea activităților sociale pentru persoanele în vârstă 2014-2020

Ministerul familiei, muncii și politicii sociale



## Concursul culinar „Bucătarul Perfect”

În anul 2016, Fundația Medicover a susținut Asociația Ușilor Deschise în organizarea Ediției a X-a a Concursului Abilităților Culinare din Varșovia pentru Persoanele cu Handicap Intellectual „Bucătarul Perfect”. Ajutorul Fundației s-a bazat pe organizarea atelierelor de nutriție și pe ajutorul financiar al concursului.

În timpul concursului, Katarzyna Jan-kowiak, medicul nutriționist Medicover, a susținut atelierelor pe tema alimentării sănătoase la care au participat aprox. 30 de persoane. Distincții speciale, sub formă de premii în cărți, au primit de asemenea instructorii, răspunzătorii pentru pregătirea echipelor pentru participarea la concurs.



## Acțiunea stomatologică la casele de copii



În decembrie 2016 voluntarii Diviziei Stomatologice Medicover, medicii Dentacare din Poznań și angajații Fundației Medicover, și-au unit puterile și în comun au decis să ajute copiii de la câteva case de copii să „păcălească” problemele dentare. Efectul acestei cooperări excepționale au fost 4 acțiuni stomatologice desfășurate de Sf. Nicolae și 80 de fețe zămbitoare de copii, de asemenea și dispoziția de sărbătoare care a reușit să fie introdusă în viața micuților de la casele de copii. Acțiunea s-a bazat pe examinări stomatologice și,

de asemenea, organizarea activităților cu medicul, care i-a lămurit cum trebuie să îngrijim corect dinții ca aceștia să rămână sănătoși un timp cât mai îndelungat. Copiii care au participat la acțiune au primit cadouri ca amintire. Bucuria și emoțiile au fost nesfârșite și acesta este doar începutul. În anul 2017 planificăm să continuăm această inițiativă și să vizităm din nou copiii acestor centre.

**CENTRELE VIZITATE ÎN TIMPUL ACȚIUNII STOMATOLOGICE DIN DECEMBRIE 2016**

- Casa de Copii „Curcubeul” din Katowice,
- Casa pentru Copii Mici din Krzydlna Mała de lângă Wrocław,
- Casa de Copii din Gliwice,
- Casa de Copii din Dębinki (districtul Wyszaków).



Acțiunea o evaluăm ca foarte pozitivă. Am reușit nu doar să aducem zămbete pe fețele copiilor de la casele de copii, dar și să deschidem inimile dentiștilor noștri, care s-au implicat cu plăcere în această inițiativă. Acțiunea a arătat că un efort foarte mic poate obține mult, iar împărtășirea cu alții ajută atât beneficiarilor, cât și celor care dăruiesc.

**Wioletta Januszczuk**  
Managing Director  
Dental & Vision Services





## Campania Europeană „Siguri la start, sănătoși la final”



### SCOPUL PROIECTULUI:

Medicover este partenerul oficial al Campaniei cu denumirea „Loc de muncă sănătos și sigur” coordonat de Agenția Europeană pentru Securitate și Sănătate în Muncă (EU-OSHA). Scopul campaniei „Siguri la start, sănătoși la final” pentru 2016-2017 este promovarea muncii echilibrate încă de la începutul vieții profesionale și îmbătrânirea sănătoasă, cu accent pe prevenție pe parcursul întregii vieți profesionale. În cadrul campaniei, în anul 2016, a fost realizat atelierul „Biroul Sănătos”,



dedicat angajaților serviciului administrativ care lucrează zilnic la calculator, care doresc să-și îmbunătățească locul de muncă de la birou cu unul mai „sănătos”. În timpul atelierelor, participanții au făcut cunoștință cu conceptul de ergonomie, cu tendințele noi în materie de birou și cele mai frecvente boli profesionale. Experții Medicover i-au învățat pe participanți cum, într-un mod simplu și rapid, poate fi evaluată poziția de muncă din punct de vedere a pericolelor și au prezentat cele mai simple exerciții, care pot fi efectuate la locul de muncă. Au adus la cunoștință participanților la ateliere impactul mediului de lucru (de ex: zgomotul, iluminatul, temperatura și umiditatea) asupra sănătății.

În anul 2016 s-a desfășurat Campionatul de Servicii Medicale de Urgență „Compania sigură”, organizat de Medicover. Scopul principal este promovarea ideii de salvare a vieții umane în orice condiții. La Campionatul „Compania sigură” au participat salvatorii-amatori din 28 de companii, iar concursurile au fost o ocazie excelentă pentru a pune în practică abilitățile instruite, în condiții reale și



sub ochiul atent al experților. În timpul campionatului au fost înscenate accidente (de ex: explozii, incendii, accidente rutiere și multe altele) cu participarea actorilor profesioniști. Aceasta a permis organizatorilor să ilustreze situațiile de pericol pentru sănătate și viață, cât mai realist posibil.

### BENEFICIARI:

Angajații serviciului administrativ și de birou, care lucrează la calculator.



## „CUPA UȘILOR DESCHISE”

### SCOPUL PROIECTULUI:

În cadrul turneului s-au alăturat 6 echipe a câte 10 persoane selectate dintre centrele de reabilitare și educație pentru persoanele cu handicap intelectual din Varșovia. În total, la turneu au participat aprox. 100 de persoane. Organizatorul evenimentului a fost Asociația Ușile Deschise în colaborare cu Centrul Sportiv și de Recreare a Districtului Praga-Pólnoc. Turneul de fotbal „Cupa Ușilor Deschise” este un răspuns la modalitățile de rutină de realizare a formelor tradiționale de reabilitare. Evenimentul are ca scop crearea

condițiilor creative pentru integrare, alinierea șanselor și contracararea excluderii sociale a persoanelor cu handicap intelectual. Acest turneu este ceva mai mult decât o luptă pentru cupă – acesta îndeplinește, de asemenea, un rol terapeutic. Aceasta este, în primul rând, o lecție de inventivitate, de a fi parte a unui grup, de competitivitate nobilă și de asemenea consolidarea auto-evaluării și a simțului valorii proprii.

### BENEFICIARI:

Persoanele cu handicap intelectual, pacienții centrelor de reabilitare și educație din Varșovia.



## Sărbătoarea de Crăciun la Casa de Copii Janusz Korczak



### SCOPUL PROIECTULUI:

Înainte de sărbătorile de Crăciun, pe 21 decembrie 2016, la Casa de Copii Korczak din Varșovia, reprezentanții Fundației Medicover au fost oaspeți la sărbătoarea Ajunului Crăciunului, organizată în acest centru. Copiii au pregătit un aranjament artistic al evenimentului – au pregătit scenete din Nașterea Domnului într-un aranjament modern. După prezentare a avut loc cina de gală pentru copii, îngrijitori, conducerea centrului și oaspeții invitați. De peste 20 de ani, Fundația Medicover acordă asistență medicală copiilor de la Casa de Copii Korczak. Voluntarii Fundației Medicover au înmănat copiilor

Mă implic în acțiunea de ajutor pentru Casa de Copii Janusz Korczak, deoarece îmi oferă o bucurie enormă să vad copiii fericiți. În fiecare an suntem invitați la cina din Ajunul Crăciunului organizată la acest Centru și întotdeauna acest fapt ne oferă emoții enorme. Ajutorul, chiar și cel mai mic, sub forma cadourilor de Crăciun, întotdeauna este primit cu căldură și bucurie. Vederea copiilor fericiți acordă o satisfacție enormă. Copiii se bucură, de obicei de cadouri simple și modeste. Aceasta ne face să respectăm ceea ce este mai important și esențial în viață.

**Edyta Olszewska**  
Specialist pentru Marketing, Medicover



cadouri pregătite de toți angajații companiei Medicover, dăruindu-le o bucurie enormă. Întâlnirea de dinainte de Sărbători a furnizat emoții deosebite tuturor participanților.

### BENEFICIARI:

Copiii de la Casa de Copii nr. 3 Janusz Korczak din Varșovia.



## Susținerea Școlii pentru Copiii cu Autism



### SCOPUL PROIECTULUI:

Din anul 2015, Fundația Medicover susține Școala Specială Primară Privată „Pas cu Pas” Edmund Bojanowski din districtul Wilanów, Varșovia, asigurând asistență medicală îngrijitorilor școlii. „Pas cu Pas” este un centru specializat, pregătit să primească copii cu tulburări de dezvoltare care au un comportament dificil (de ex: lipsa subordonării, distrugerea proprietății, atacuri de răutate, comportament agresiv și autoagresiv) și de asemenea copii care nu dețin abilități de comunicare eficientă.

### BENEFICIARI:

Învățătorii copiilor cu autism – elevii Școlii Speciale Primare Private „Pas cu Pas” Edmund Bojanowski din Varșovia.





## Medi-COVER Band

Medi-COVER Band este o inițiativă a Fundației Medicover. Trupa a fost creată din angajații diferitelor departamente ale Grupului Medicover. Combinarea talentului, pasiunii, profesionalismului muzical și contactului fantastic cu publicul a făcut ca acest proiect să se dovedească a fi un succes enorm. Toate fondurile colectate în cadrul proiectului și în timpul concertelor trupei au fost folosite în scopuri caritabile, iar proiectul însuși a fost realizat sub sloganul „Cu muzică pentru sănătate”. Această inițiativă a apărut la începutul anului 2016.



Până la acest moment trupa a avut 3 concerte care s-au bucurat de un mare interes:

- mai 2016 - Clubul Rock (150 de persoane)
- septembrie 2016 - Clubul 70 (300 de persoane),
- noiembrie 2016 - Hotelul Ossa (concert închis).



### COMPONENȚA TRUPEI:

- **Agata Kwapińska**, Asistentă a CEO Divizia Medicover (percuție)
- **Elżbieta Tomaszewska**, Hot-Line Medicover (vocal),
- **Dominika Forbot**, Optometrist MediVision (vocal),
- **Bartłomiej Banaś**, medic stomatolog, Centrul Medical Stomatologia Atrium (vocal),
- **Robert Kakietek**, Specialist în Suport Informatic Centrul Medical Damiana (chitară),
- **Ireneusz Urbanke**, Președinte Ambulanță și Hot-Line Medicover (chitară),
- **Grzegorz Wiśniewski**, Director IT, Invimed (bas),
- **Michał Jasiński**, medic stomatolog, Centrul medical Atrium Stomatologie (percuție)

Ne-am întâlnit în anul 2016 și foarte repede s-a dovedit că suntem pe aceeași lungime de undă. Ne unește nu doar pasiunea față de muzică, ci mult mai mult. Ne implicăm prin timpul nostru, ne dezvoltăm, pregătim piesele pentru concertele noastre pentru a fi cât mai atractive. Întreaga noastră trupă este cointerată de faptul că pe lângă superjocul, provocarea și plăcerea enormă, concertele Medi-COVER Band să aibă un accent puternic de caritate. Ne străduim să arătăm că, alăturându-te proiectelor Fundației Medicover, îți poți urmări visele și îi poți ajuta și pe ceilalți în același timp.

**Grzegorz Wiśniewski**  
Director IT, Invimed



**Agnieszka Dzedzic-Pasik**  
Director Administrativ, Membru al Consiliului de Administrație Centrul Medical Damiana

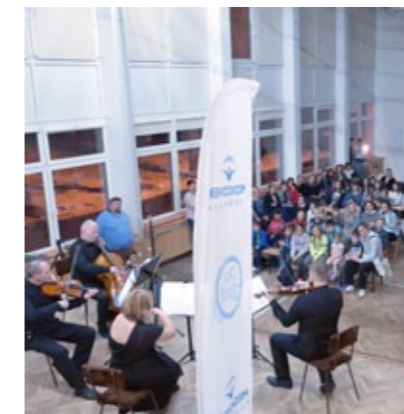
**Piotr Lach**  
Director Financiar, Membru al Consiliului de Administrație Centrul Medical Damiana

## Primul ciclu de concerte în cadrul proiectului „Cu muzică pentru sănătate”

În zilele de 6, 13 și 20 decembrie 2016, au avut loc concertele sub denumirea „Cu un cvartet de coarde în lume”, organizate de Fundația Medicover în cadrul proiectului „Cu muzică pentru sănătate”. Scopul proiectului este susținerea procesului de tratare a pacienților, care se găsesc în secțiile spitalelor, prin ascultarea de muzică live. Muzicienii

cvartetului de coarde Quattro au interpretat piese de muzică clasică și de film. Pacienții au avut posibilitatea de a asculta cele mai faimoase opere ale lui Mozart, Vivaldi, Brahms și Dvorak, intercalate cu tangouri din Argentina și Uruguay, precum și hit-uri muzicale renumite din întreaga lume. Fiecare concert a fost încununat de o colindă, care introduce

ascultătorii într-o dispoziție de sărbătoare. Toate concertele din luna decembrie au putut avea loc datorită fondurilor colectate în timpul concertelor trupei Medi-COVER Band. Putem schimba lumea în una mai bună grație talentului, pasiunii și angajamentului întregii echipe și tuturor angajaților Medicover, participanți la concerte.



### CENTRUL ORTOPEDIC ȘI DE REABILITARE PENTRU COPII ȘI TINERET STOCER DIN KONSTANCIN-JEZIORNA:

Pacienții Centrului Ortopedic și de Rehabilitare pentru Copii și Tineret Stocer din Konstancin-Jeziorna au reacționat neașteptat la muzică. Concertul a avut loc într-o sală mare de gimnastică, neîncăpătoare pentru tinerii ascultători. Capurile se înclinau în ritmul muzicii, mâinile și picioarele copiilor și îngrijitorilor lor se mișcau la unison pe acorduri. Pe parcursul concertului au putut să ghicească titlurile pieselor, precum și să atingă viorile. La finalul concertului, pe lângă aplauzele furtunoase, pacienții au înmănat muzicienilor cadouri de Crăciun.



### SECȚIA DE GERIATRIE A SPITALULUI WOLA DIN VARȘOVIA:

Pentru pacienții Secției de Geriatrie a Spitalului Wola din Varșovia concertul a avut o dimensiune complet diferită. Pe seniorii și personalul secției, muzica i-a îndemnat la visare și le-a adus zâmbete. Datorită muzicii, aceștia s-au transferat într-o lume complet diferită. În timpul concertului, pacienții au uitat de bolile lor, au visat și s-au relaxat. Unii nu au putut să vină la concert, dar au ascultat sunetele care decurgeau din coridorul spitalului prin ușile deschise ale sălilor lor. Când am întrebat dacă le-a plăcut concertul, un domn într-o stare foarte gravă, a spus cu dificultate că i-a plăcut foarte mult și că nu se aștepta la o astfel de experiență, iar apoi a zămbit.



### CASA DE ÎNGRIJIRE DIN JÓZEFÓW:

Pentru pacienții Casei de Îngrijire Józefina din Józefów, concertul nostru a fost un eveniment mare. Au fost foarte mulți oameni în sală, o parte din pacienți au fost aduși cu cărucioarele. În timpul concertului, unii ascultători se mișcau în ritmul muzicii, iar pe alții piesele cântate îi introduceau într-o stare de vis și fericire. Atmosfera din timpul concertului a fost magică. Când cvartetul a început să cânte colinde, toți pacienții casei de îngrijire au început să cânte. După concert, toți și-au făcut fotografiile. Unul dintre pacienți, încântat de concert, s-a apropiat de noi și a spus că nu s-a așteptat să mai audă o muzică atât de frumoasă în viața sa - și că niciodată nu a mai fost atât de emoționat și atins de muzică.



Primele concerte ale noului proiect al Fundației Medicover sub denumirea „Cu muzică pentru sănătate” au avut loc deja. Mă bucură foarte mult acest fapt și abia le aștept pe următoarele. Am fost martorul transformărilor remarcabile care se petreceau în pacienți datorită muzicii. Muzica noastră provoacă zâmbet, relaxare și adaugă energie. Mă bucur că pot participa activ în realizarea proiectelor Fundației Medicover și cu pași mici să schimbăm lumea în una mai bună.

**Anna Jonarska**  
Coordonator pentru Proiecte, Fundația Medicover



# QUEEN SILVIA NURSING AWARD



Finalistele Concursului: din stânga, în prim plan: Wioleta Bogusz; Zuzanna Łubiarz; Natalia Duszeńska; Agnieszka Rucińska; Michał Stolarczyk, Coordonator Proiecte Fundația Medicover; Comisia de Concurs împreună cu Președintele Dr. Małgorzata Kiljańska (din dreapta).

La sfârșitul lunii ianuarie 2017, s-a încheiat ediția poloneză a Concursului pentru Premiul Reginei Silvia pentru Asistență Medicală, cunoscut în Suedia și Finlanda drept Queen Silvia Nursing Award (QSNA). În cadrul acestui concurs, studenții unităților de învățământ pentru asistente și asistenți medicali au avut ca sarcină să-și prezinte ideile privind îmbunătățirea îngrijirii pentru persoanele în vârstă. Pentru organizarea inițiativei în Polonia

a fost responsabilă Fundația Medicover. Premiul Reginei Silvia pentru Asistență Medicală este o bursă și o posibilitate de a efectua un stagiu de către persoana care va prezenta cea mai interesantă soluție ce are ca scop acordarea asistenței persoanelor vârstnice. Premiul a apărut ca o mulțumire a Majestății Sale, Regina Silvia a Suediei, pentru toate stăruințele sale în domeniul asistenței pentru seniori și bolnavi de demență, aspect pe care îl susține fervent



Organizarea primei ediții a Concursului pentru Premiul Reginei Silvia pentru Asistență Medicală QSNA a fost o plăcere incredibilă și în același timp o provocare enormă. Timpul disponibil pentru organizarea tuturor părților tehnice (ex.: crearea infrastructurii portalului) a fost foarte scurt. Suplimentar, la sfârșitul lunii noiembrie și începutul lunii decembrie 2016, mai exact în perioada în care participanții își declarau ideile, am promovat QSNA prin întâlniri directe cu studenții la unitățile de învățământ în domeniul asistenței medicale. A fost o perioadă foarte intensă, dar munca în cadrul acestui proiect oferă o satisfacție mare. Studenții au ridicat ștacheta foarte sus și sper că ediția următoare va fi la fel de fructuoasă.

**Michał Stolarczyk**  
Coordonator Proiecte, Fundația Medicover

de mai mulți ani. Polonia este a treia țară după Suedia și Finlanda în care are loc concursul. Acesta este condus prin intermediul platformei de internet [www.queensilvianursingaward.pl](http://www.queensilvianursingaward.pl), care permite împărtășirea de idei care au ca scop acordarea de asistență seniorilor, precum și gândurile și speranțele legate de viitorul asistenței medicale ca profesie. Premiul are ca scop nu doar promovarea ideilor valoroase, dar și sporirea conștientizării contribuției asistenței medicale și de îngrijire în societate. Prima ediție a concursului s-a bucurat de un interes enorm din partea studenților din

Participarea mea la concurs s-a datorat mai multor factori. Pe lângă ideea minunată care ghidează concursul, a fost de asemenea dorința de dezvoltare a geriatriei, precum și a carierei mele. Câștigarea acestui concurs îmi oferă șanse de dezvoltare, lărgirea de orizonturi, iar întâlnirea cu Majestatea Sa a fost fără îndoială experiența vieții mele. Ideea de organizare a concursului este foarte potrivită, deoarece trebuie să fie sprijinită dezvoltarea asistenței geriatrice în Polonia și în întreaga Europă. Premiul principal este motivant și deschide posibilități enorme. În plus, cred că participarea studenților unităților de învățământ pentru asistente și asistenți medicali la concursul organizat doar pentru ei este deosebit de constructiv și arată ce rol important îl joacă tinerii.

**Natalia Duszeńska**  
Laureată Queen Silvia Nursing Award



Comisia de Concurs, din stânga: Stanisław Maćkowiak, Președintele Federației Pacienților din Polonia; Med. Mariusz Saganowski, Coordonatorul Secției de Geriatrie a Spitalului Wola; M.Sc. Zofia Małas, Președinte al Consiliului Suprem al Asistentelor Medicale și Moașelor; dr. în științe medicale Ewa Kałdalska, Profesor la Clinica și Policlinicade Geriatrie NI GRiR; Med. Małgorzata Kiljańska, Director pentru Dezvoltarea Operațională Medicover.



Majestatea Sa Silvia Regina Suediei cu Natalia Duszeńska, Laureata Primei ediții a QSNA.

Polonia. În timpul primei etape, care a durat două luni, au fost înregistrate peste 200 de idei pentru îmbunătățirea asistenței persoanelor în vârstă. Concursul s-a bazat pe un model social la care ideile înregistrate de către participanți au fost evaluate de către alți

Premiul Reginei Silvia pentru Asistență Medicală este o inițiativă excelentă, care într-un mod interesant atrage atenția asupra necesităților oamenilor. Formula concursului îi încurajează să se gândească la seniori atât pe autorii ideilor, cât și pe o mare parte a societății care pe pagina de internet evaluează proiectele înregistrate, precum și pe toți aceia care vor afla despre această inițiativă din alte surse. Mă bucur că Premiul se adresează studenților instituțiilor de învățământ pentru Asistență Medicală deoarece asistentele și asistenții medicali sunt mai aproape de pacienții care au nevoie de ajutorul și îngrijirea medicală permanentă. Este important să se comunice despre rolul asistenței medicale în îmbunătățirea calității de îngrijire, mai exact adepților tineri ai acestei profesii.

**Małgorzata Kiljańska**  
Director Dezvoltarea Operațională Medicover



participanți. 40 de idei au trecut în etapa a doua, unde au fost supuse evaluării de către Comisia de Concurs, compusă din reprezentanții mediului medical și reprezentantul organizației care reprezintă pacienții. Pentru etapa a treia au fost selectate 6 cele mai bune idei, creatorii acestora având ca sarcină să le prezinte în fața Comisiei de Concurs, care a selectat învingătorul ediției din acest an. Laureată a devenit Natalia Duszeńska de la Universitatea de Medicină din Varșovia pentru proiectul „Pentru a visa, niciodată nu este prea târziu”, care prezintă un șir de idei pentru implicarea fundațiilor non-guvernamentale, centrelor de ajutor social și autorităților locale în sensul oferirii de bucurie seniorilor prin îndeplinirea visurilor acestora. „Bazele de visuri”, înregistrate de către asistenți și apropiați, conform ipotezelor, trebuie să fie disponibile pentru vizualizarea publică, unde fiecare interesat ar putea să își declare disponibilitatea și dorința pentru realizarea dorinței selectate. Comisia de Concurs a acordat, de asemenea, o distincție pentru Zuzanna Łubiarz de la Academia de Educație Fizică din Varșovia pentru proiectul cu privire la securitatea seniorilor, „Lumina vieții”.

Câștigătoarea din acest an primește o bursă de 25000 zlotși și posibilitatea de efectuare a stagiului, care va fi adaptat la nivelul său de învățământ și la interesele profesionale.

În interesul comun și social este ca în Polonia să muncească personal medical calificat. Credem în faptul că viitorul profesiei de asistentă medicală este în mâinile noastre. Este de datoria reprezentanților profesiei de a oferi tinerilor studenți cunoștințe și experiență, precum și de a permite dezvoltarea creativității lor. Premiul Reginei Silvia pentru Asistență Medicală în geriatrie. Camera Supremă a Asistentelor Medicale și Moașelor a patronat această inițiativă cu o mândrie enormă, deoarece dorim să promovăm bunele practici în asistența medicală. Primirea bursei și stagiului va fi pentru câștigătoare un start excelent al carierei profesionale.

**Zofia Małas**  
Președinte al Consiliului Suprem al Asistentelor Medicale și Moașe



Înmânarea festivă a Premiului a avut loc pe data de 1 martie 2017 la Ambasada Suediei din Varșovia. La eveniment a participat Majestatea Sa Silvia Regina Suediei, în fața căreia laureata ediției din acest an a concursului și-a prezentat proiectul.



Zuzanna Łubiarz de la Academia de Educație Fizică, distinsă în ediția din acest an a concursului QSNA pentru proiectul „Lumina vieții”.





## Fundația Medicover și Programul „PoZdro!” Liderul de Argint al Prevenției Sănătății 2016

Fundația Medicover și activitățile sale în cadrul Programului „PoZdro!” au fost premiate de către Juriul ediției a 10-a a Concursului Liderilor Protecției Sănătății cu statueta de Lider al Protecției Sănătății 2016 pentru ideea și realizarea Programului Național de Prevenție a Diabetului Zaharat de tip 2 și a Bolilor Civilizației „PoZdro!”

Fundația Medicover a fost premiată pentru activitățile de promovare a stilului de viață sănătos către tineret și creșterea conștientizării pe tema bolilor civilizației, anume a diabetului zaharat de tip 2 și complicațiilor legate de acesta în cadrul Programului „PoZdro!”. Juriul Concursului a apreciat Programul „PoZdro!” pentru scala sa, complexitatea și elaborarea meritorie. În justificarea acordării premiului, Juriul a subliniat unicitatea inițiativei și scopul acesteia – oprirea epidemiei de diabet zaharat. Fundația a primit premiul în cadrul categoriei „Promovarea Sănătății și Prevenție”. Organizatorul sondajului este revista „Sistemul Național de Protecție a Sănătății”. Juriul Concursului îl constituie experții eminenți din industria sănătății.



## STATUETA DE AUR PENTRU FUNDAȚIA MEDICOVER The International CSR Excellence Awards 2016



PRINTRE INIȚIATIVELE PREȚUITE ALE  
FUNDAȚIEI MEDICOVER S-AU GĂSIT:

### POLONIA:

- Programul Național de Prevenție a Diabetului Zaharat și Bolilor Civilizației „PoZdro!”
- raliul de caritate pe biciclete „Împreună împotriva diabetului zaharat de tip 2”
- sprijin pentru Clinica Budzik a Ewei Błaszczyk,
- organizarea cinei Ajunului de Crăciun la Casa de Copii Korczak din Varșovia,
- sprijin pentru Centrele de Preadopție din Otwock și Cześćochow,
- proiectul Medicover Runners.

### LUME:

- sprijin pentru cetățenii din Ucraina care au suferit în conflictul armat din țara lor,
- ajutor pentru spitalul din Republica Democrată Congo,
- activitatea editorială a Fundației Medicover

The International CSR Excellence Awards este un concurs internațional care distinge companiile și instituțiile responsabile social care se străduie să schimbe lumea spre bine.

Fundația Medicover a primit Statueta de Aur în concursul The International CSR Excellence Awards. Premiul a fost acordat pentru întreaga activitate de caritate a Fundației pentru promovarea stilului sănătos de viață și acțiunile de voluntariat ale angajaților.

# MULȚUMIM!



Lăsăm în urmă un alt an de activitate al Fundației Medicover - un an plin de noi provocări, idei și inițiative, dar și de continuarea proiectelor anterioare și de susținerea permanentă a unui șir mare de oameni și centre - atât în Polonia, cât și peste hotarele țării noastre. Scopul, de la începutul existenței Fundației Medicover, este neschimbat - de a ajuta oamenii care au nevoie și de a promova stilul de viață activ și sănătos. Raportul pe care

Dumneavoastră îl țineți în mâini este un rezumat al proiectelor realizate în anul 2016. Acest lucru a fost posibil datorită unui grup de oameni excelenți, cu inimi deschise și cu o multitudine de idei orientate către a face viața multor oameni mai bună, plăcută, precum și de a introduce cum și de a aduce cel puțin un pic de bucurie. Acești oameni minunați sunt voluntarii Fundației Medicover.



**Vă mulțumim pentru sprijin, muncă și angajament.  
Echipa Fundației Medicover**



**MEDICOVER**  
ASOCIAȚIA

[www.medicover.ro/asociatia](http://www.medicover.ro/asociatia)