

RAPORT 2018

Z DZIAŁALNOŚCI
FUNDACJI
MEDICOVER




MEDICOVER
FUNDACJA


MEDICOVER
ASOCIAȚIA

LET'S CARE
MORE!



esms
Elektroniczny System Medycyny Szkolnej



Słowo wstępu

Fredrik Rågmark	3
Marcin Radziwiłł	3

O Fundacji

Obszary działalności Fundacji Medicover	4
Jak pomagamy?	5

Program „PoZdro!”

KAZ i ZOI	6
Rada Naukowa, Zespół	7
Zajęcia grupowe	8
Klub Rodzica	9

Program „inCerc” w Rumunii

O Programie	10
Statystyki w Rumunii	11
Rada Naukowa	13

ESMS – Elektroniczny System Medycyny Szkolnej

Elektroniczny System Medycyny Szkolnej	14
Miejskie programy profilaktyczne	15

Eventy wolontariackie

Wyjątkowa grupa, wyjątkowe misie	16
Dzień Matki i Dziecka Włanów	16
Onkobieg	16
Wsparcie Stowarzyszenia Pielęgniarsko-Opiekuńczego „Z Ufnością w Trzecie Tysiąclecie”	17

Działam dla innych

„Zarazki Pójdą Precz!”	18
Dzień Profilaktyki – Łączany	18
Niepołomice Biegają	18
Dzień Dawcy Szpiku – Szytkowice	18
Szkolenie z pierwszej pomocy – Smolice	19
Szkolenie Niepołomice	19
Wigilia „One Day”	19
Zbiórka w Invimed	19
Szkolenie – Nawiady	19
Wsparcie ośrodka AMICUS	20
Wsparcie ośrodków medycznych w Afryce	20

Wellbeing Team

„Zacztyani w Medicover”	22
„Twoja krew – ważna sprawa”	23

Inne projekty

Akcja stomatologiczna – EIP	24
Kucharz Doskonały	24
Dom Dziecka im. Korczaka	24
Szkoła dla dzieci z autyzmem	25
Klub Myszy Norki	25
Szkolenia z pierwszej pomocy dla rodziców niepełnosprawnych dzieci	25
1% podatku dla Interwencyjnych Ośrodków Preadopcyjnych	25
Współpraca z Medicover Benefits	25



Akcje wolontariackie w Rumunii

Sadzenie drzew w Lipănești	26
Partnerstwo z ATCA	26
Współpraca z hospicjum Casa Speranței	26
Bieg dla autyzmu nad Morzem Czarnym	27
Współpraca z Fundacją św. Dymitra	27
Pomoc dla Bușteni	28
Wsparcie dla Stowarzyszenia Letca Noua	28
Impreza charytatywna w Stowarzyszeniu APCA Galați	28
Warsztaty z profilaktyki i higieny	28
Spotkanie dla dzieci – higiena i pierwsza pomoc	28
Wsparcie dla dzieci z Concordia Ploiești	28

Medicover Runners

Projekt Medicover Runners	29
---------------------------	----

Rajd Rowerowy

VI Rajd Rowerowy „Razem przeciwko cukrzycy typu 2”	30
Drużyna rowerzystów	30
Niebieskie Miasteczka w 8 miastach Polski	31
Znani sportowcy na trasie rajdu	31

Nagroda Pielęgniarska Królowej Sylwii

Trzecia polska edycja Konkursu o Nagrodę Pielęgniarską Królowej Sylwii – Queen Silvia Nursing Award	32
QSNA w liczbach	33
Międzynarodowy zasięg QSNA	35

Medi-COVER Band

Skład zespołu Medi-COVER Band w 2018 r.	36
Lista koncertów Medi-COVER Band w 2018 r.	37

Let's Care More

O projekcie Let's Care More	38
Let's Care More w liczbach	38

Podsumowanie

Podziękowania	39
---------------	----

Drodzy Przyjaciele Fundacji Medicover!

Podobnie jak w latach ubiegłych, z dumą przedstawiam podsumowanie działań i osiągnięć Fundacji Medicover w 2018 roku. Naszym podstawowym celem było i jest budowanie zdrowszego świata dla przyszłych pokoleń. W minionym roku poczyniliśmy znaczne postępy na drodze do realizacji tego celu. Z biegiem czasu obserwuję, jak pracownicy Medicover coraz bardziej interesują się wspieraniem naszych wysiłków.

Aby zachęcić ich do tworzenia nowych, kreatywnych pomysłów na kolejne projekty, uruchomiliśmy obejmujący całą firmę projekt Let's Care More. Inicjatywa pokazała ogromną energię i zaangażowanie płynące z niemal każdego zakątka organizacji. Dotychczas zgłoszono ponad sto pomysłów na nowe projekty, które mają na celu ochronę środowiska, wsparcie lokalnych społeczności oraz ludzi w potrzebie. Najlepsze pomysły zostaną wkrótce zrealizowane. Wierzę, że entuzjazm, jaki wzbudził ten program, będzie coraz większy i że będzie on towarzyszył nam wszystkim w dalszej pracy.

Nasz program profilaktyki cukrzycy typu 2 – wybitny przykład współdziałania ze społecznościami lokalnymi – rozszerzył znacznie swój zasięg i działa już w dwóch krajach. W ramach polskiego Programu „PoZdro!” zorganizowaliśmy do tej pory badania przesiewowe dla 25 000 dzieci. W 2019 r. zrealizujemy cele dla pierwszego etapu Programu w Warszawie i w Lublinie, a rok później we Wrocławiu. Będziemy wówczas gotowi na wdrożenie drugiego etapu Programu – ESMS, który wprowadziliśmy w Gdyni w 2018 r. ESMS stanowi rozwinięcie inicjatywy „PoZdro!” i zakłada usprawnienie procesu oceny stanu zdrowia uczniów w szkole oraz dostarczanie danych statystycznych dotyczących zdrowia. Staje się on w ten sposób punktem wyjścia dla dalszych działań interwencyjnych i fundamentem, na którym będzie można budować lokalne programy profilaktyczne. Program ten będzie również odgrywał rolę platformy komunikacyjnej dla pielęgniarek szkolnych i stanie się źródłem materiałów dydaktycznych oraz kluczowym elementem podnoszenia świadomości zdrowotnej

i popularyzacji zdrowego stylu życia. ESMS zapewni ponadto rodzicom aktualne informacje na temat stanu zdrowia ich dzieci oraz zachęci do działań prozdrowotnych i profilaktycznych.

Rumuński Program „inCerc”, obecnie z powodzeniem wdrażany w Ploiești i Klużu-Napoce, pokazał, że ponad 1/3 przebadanych dzieci ma otyłość lub nadwagę – podstawowe czynniki ryzyka zachorowania na cukrzycę typu 2. Te dane są szokujące, ale jednocześnie pokazują, jak ważny społecznie wpływ może wywrzeć Program „inCerc”. Kluczową rolę w naszym dążeniu do poprawy zdrowia przyszłych pokoleń odgrywają pielęgniarki. Ich wiedza i doświadczenie mogą w istotny sposób przekładać się na zachowania dzieci i rodziców. Aby zachęcić pielęgniarki do zgłaszania dobrych pomysłów, a także docenić i uhonorować ich pracę, ponownie zorganizowaliśmy w Polsce krajową edycję Konkursu o Nagrodę Pielęgniarską Królowej Sylwii (Queen Silvia Nursing Award, QSNA), do której dołączyły nagrody Naczelnej Izby Pielęgniarek i Położnych oraz szwedzkiej firmy Essity.

Kluczem do skuteczności naszych działań są ludzie – pracownicy firmy Medicover, którzy co roku poświęcają swój czas i pomagają Fundacji w realizacji jej celów. Niektóre z podejmowanych przez wolontariuszy Medicover działań mają szczególnie duży zasięg – np. Rajd Rowerowy przez całą Polskę, podczas którego organizowane są darmowe badania profilaktyczne. Równie ważne są inne projekty charytatywne angażujące wolontariuszy i wspierające tysiące beneficjentów w Polsce i Rumunii.

Cieszy też, że wciąż rośnie popularność naszego zespołu muzycznego, Medi-COVER Band, który z sukcesami występuje na coraz większej liczbie imprez charytatywnych. Zachęcam do lektury Raportu i odkrycia, w jaki sposób działania Fundacji Medicover wywierają realny wpływ na życie wielu ludzi. Należy z wielką mocą podkreślić znaczenie wysiłków Fundacji i efektów jej prac. Jestem wdzięczny Marcinowi Radziwiłłowi oraz jego wyjątkowemu zespołowi za ich zapał i energię wkładane nieustannie w rozwój kultury firmy Medicover.



FREDRIK RÅGMARK
CEO Medicover



MARCIN RADZIWIŁŁ
Dyrektor Zarządzający Fundacji Medicover

Trzymając Państwo w rękach szósty już raport z działalności Fundacji Medicover. Przedstawiam on przekrój wszystkich projektów, nad którymi pracujemy w ciągu roku. Jestem dumny z tego, że mogę zaprezentować to podsumowanie. Za nami rok 2018 – czas pełen ciekawych inicjatyw i nowych wyzwań, działań lokalnych i międzynarodowych, ale także czas satysfakcji, wzruszeń i pozytywnych emocji. Mam nadzieję, że raport ten przybliży naszą społeczną działalność.

Rozpoczynając budowanie Fundacji Medicover, wiedzieliśmy, że przed nami dużo ciężkiej pracy, a jednocześnie przygoda życia. Z wielką przyjemnością obserwuję rosnący zasięg działalności Fundacji oraz rozwój zespołu. Prowadzimy obecnie kilkadziesiąt projektów – zarówno w Polsce, jak i w Rumunii. Coraz częściej angażujemy się także w działania na innych zagranicznych rynkach. Ze swoimi działaniami docieramy do coraz większej grupy beneficjentów, z czego jestem szczególnie dumny.

Naszą działalność prowadzimy w oparciu o wieloletnią i międzynarodową wiedzę oraz doświadczenie z zakresu medycyny całej firmy

Medicover. Skupiamy się na edukowaniu oraz wspieraniu społeczności lokalnych poprzez tworzenie programów, które w sposób pośredni lub bezpośredni przyczyniają się do polepszania stanu zdrowia i świadomości społeczeństw. Wierzymy w siłę profilaktyki, która każdego z nas może ustrzec przed konsekwencjami złych nawyków. Jako Fundacja posiadamy odpowiednie zaplecze, wiedzę i doświadczenie, jednak aby nasze działania były efektywne, potrzebni są odpowiednio zaangażowani i chętni do współpracy i niesienia pomocy ludzi. W tym miejscu chciałbym bardzo serdecznie podziękować całemu zespołowi Fundacji Medicover: za ich pasję, zaangażowanie i wiarę w to, czym zajmują się w swojej codziennej pracy. Oczywiście swój sukces Fundacja Medicover zawdzięcza setkom osób. Drodzy Wolontariusze i Partnerzy Fundacji, bez Was nasze działania nie mogłyby być zrealizowane! Dziękuję, że już kolejny rok jesteście z nami! Serdecznie zapraszam do lektury!

Do zobaczenia przy kolejnych realizowanych inicjatywach!



Fundacji MEDICOVER



Fundacja Medicover została powołana przez spółkę Medicover w 2007 roku. Swoim działaniem Fundacja wypełnia społeczną misję spółki Medicover. Inicjuje i realizuje programy oraz projekty będące wynikiem wnikliwej diagnozy potrzeb w danej grupie społecznej. Każdorazowo proponuje najlepsze dostępne rozwiązania i kompleksowe metody przeciwdziałania problemom, na poziomie polskim i międzynarodowym.

Fundacja inicjuje i prowadzi międzynarodowe programy profilaktyczne oraz nowatorskie kampanie społeczne, które podejmują temat ważnych problemów zdrowotnych i medycznych, z jakimi boryka się polskie społeczeństwo. Aktywnie im przeciwdziałają, upowszechniając profilaktykę oraz najnowszą i praktyczną wiedzę. Oferuje swoim beneficjentom i podopiecznym bezpłatną pomoc, edukację, opiekę i wsparcie, ale również daje narzędzia i motywuje, by samodzielnie mogli stawiać czoła trudnościom.



Fundacja Medicover zrealizowała dotąd w Polsce:



Chciałbym bardzo serdecznie podziękować zespołowi Fundacji Medicover za ilość i różnorodność projektów społecznych, które zostały wdrożone w 2018 r. Dziękuję również wszystkim zaangażowanym Pracownikom i Partnerom za to, że potrafią dzielić się swoim czasem i kompetencjami, aby pomagać tym, którzy tego najbardziej potrzebują. Mam nadzieję, że ta społeczna działalność będzie dalej tak dynamicznie rozwijana w kolejnych latach.

John Stubbington
COO, Healthcare Services



Obszary działalności Fundacji Medicover



**Promowanie
zdrowego stylu
życia**



Edukacja



**Profilaktyka
zdrowia**



**Wolontariat
pracowniczy**

Fundacja Medcover w liczbach w 2018 r. w Polsce:

61

projektów

120

instytucji

850

wolontariuszy

prawie

10 000

beneficjentów naszych działań

Bardzo się cieszę, że pracownicy Diagnostic Services coraz chętniej angażują się w projekty Fundacji Medcover. Z roku na rok rozszerza się grono osób, które uczestniczą w projektach społecznych i podejmują nowe, ciekawe wyzwania. Wspólnie przyczyniamy się do budowania wizerunku firmy zaangażowanej społecznie. Ta działalność to też wspólna okazja do integracji naszych pracowników, z czego również jestem szczególnie dumny.

Benedikt von Braunmühl
COO, Diagnostic Services



Fundacja Medcover powstała, by zmieniać świat na lepszy i zdrowszy. Poprzez nowatorskie inicjatywy Fundacja podnosi świadomość zdrowotną społeczeństw, upowszechniając wiedzę na temat zdrowego i bezpiecznego trybu życia. Promuje profilaktykę i motywuje do dbania o kondycję fizyczną i psychiczną. Realizuje i wspiera szczególnie te projekty, które wymagają samodzielności, mobilizują uczestników do podjęcia działania i wytrwania w nim, inspirować rozwój osobisty i kształtować postawę odpowiedzialności za własne zdrowie. Fundacja prowadzi działalność w oparciu o potencjał oraz wieloletnie doświadczenie spółki Medcover w dziedzinie medycyny, korzystając z jej zaplecza medycznego.

Fundacja swoje działania kieruje szczególnie do dzieci, młodzieży, ich rodzin, szkół oraz seniorów. Dociera do konkretnych środowisk poprzez międzynarodowe programy profilaktyczne, edukacyjne i wolontariackie, dostrzegane w skali europejskiej. Pomaga także ośrodkom oraz grupom potrzebującym celowego wsparcia.

FUNDACJA MEDCOVER
motywuje, uczy, integruje.

Jak pomagamy?

NASZA FILOZOFIA...

Działamy całościowo, pomagając w różnych obszarach, na różnych polach i w różny sposób. Wiemy, że skuteczna pomoc musi być kompleksowa.



Edukujemy

organizując warsztaty, wykłady, prelekcje



Organizujemy akcje pozyskiwania funduszy



Udostępniamy potencjał Medcover i Synevo

np. poprzez kompleksowe i darmowe testy oraz badania medyczne



Organizujemy działania wolontariuszy



PROGRAM „PoZdro!”



Kompleksowa Analiza Zdrowotna

W 2018 roku w Polsce zakończyliśmy badania przesiewowe, które Fundacja Medicover prowadziła od roku szkolnego 2013/2014. Przebadanych zostało 24 156 dzieci w Lublinie, Warszawie, Gdyni i we Wrocławiu oraz w mniejszych gminach. Oto najważniejsze wyniki badań przesiewowych:

pomiar ciśnienia
tętniczego



22,6% dzieci
Z PODWYŻSZONYM CT

ocena masy
i składu ciała



23,2% dzieci
Z NADWAGĄ I OTYŁOŚCIĄ

oceny
postawy ciała



79,4% dzieci
Z NIEPRAWIDŁOWĄ
POSTAWĄ CIAŁA

ocena sprawności
kardiorespiracyjnej -
oddechowej



60% dzieci
Z NISKĄ WYDOLNOŚCIĄ
FIZYCZNĄ

Wyniki badań KAZ pokazują smutny obraz stanu zdrowia polskich nastolatków. Ponad 20% dzieci ma nadwagę i otyłość! Tak częste występowanie tego zaburzenia i choroby powinno niepokoić każdego pediatrę, lekarza, rodziców oraz odpowiedzialnego samorządowca. Ponad 30% badanych dzieci ma bardzo niską wydolność fizyczną, co niestety jeszcze dodatkowo obniża ich szanse na długie i zdrowe życie. Brak aktywności fizycznej i nieprawidłowe zachowania żywieniowe mogą przekładać się również na wiele konsekwencji zdrowotnych widocznych już w okresie adolescencji. Jedną z nich mogą być wady postawy, widoczne u ponad 70% przebadanych.

Dr n. med. Michał Brzeziński
Zakład Zdrowia Publicznego
i Medycyny Społecznej
Gdański Uniwersytet Medyczny



24 156 3426

przebadanych uczniów
szkół gimnazjalnych
i podstawowych

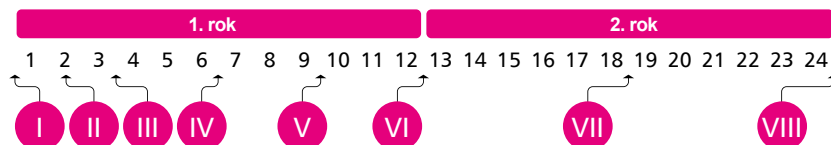
zakwalifikowanych do etapu II
– specjalistycznego

Zintegrowana Opieka Indywidualna

Program „PoZdro!” to wyjątkowe działanie skierowane do rodzin, których dzieci zmagają się z nadwagą lub otyłością. Przez dwa lata spotykamy się z uczestnikami i pomagamy im zmieniać nawyki żywieniowe i sportowe. Dzięki współpracy różnych specjalistów (koordynatorów, lekarzy, dietetyków, trenerów oraz psychologów), a także poprzez dodatkowe grupowe zajęcia sportowe, kulinarne czy psychologiczne ponad połowa naszych uczestników odnosi sukces i zmienia nawyki żywieniowe i sportowe, co skutkuje zmianą składu ciała i nowym spojrzeniem na życie, przyszłość i jakość wyznaczanych

celów. Zwiększona samoocena, poczucie sprawności i efektywności – takie cechy charakteryzują uczestników, którzy kończą Program „PoZdro!”. Natomiast pasja, zaangażowanie i chęć inspirowania innych to cechy, które determinują działania zespołu „PoZdro!”. Chociaż możemy mieć poczucie satysfakcji, tworząc Program i widząc zmieniające się dane, ostatecznie najważniejsze jest to, co o Programie myślą sami uczestnicy.

Kamila Szarejko
Kierownik Programu „PoZdro!”



O tym, że warto być w „PoZdro!”, świadczą liczne sukcesy jego uczestników

Trąfiłem do „PoZdro!” w 2016 roku, z wagą prawie 110 kg przy wzroście 172,5 cm. Krok po kroku udział w Programie „PoZdro!” pomógł mi zrozumieć i polubić zdrowe jedzenie. Szczepnie mówiąc, w moim życiu dzięki „PoZdro!” zmieniło się naprawdę wszystko! Dzięki wskazówkom trenera zacząłem ćwiczyć w domu na rowerze stacjonarnym. Polubiłem sport i czuję się dużo, dużo lepiej! Jestem aktywny, z chęcią wychodzę z domu, a rower stał się moją pasją! Odkąd zacząłem ćwiczyć, po pewnym czasie, gdy poprawiłem swoją kondycję fizyczną i sylwetkę – na lekcję WF-u nie mogę się doczekać! Udział w Programie „PoZdro!” pozwolił mi zgubić ponad 30 kg. W końcu zaakceptowałem, poznałem i polubiłem siebie. Dzięki „PoZdro!” jestem innym człowiekiem!



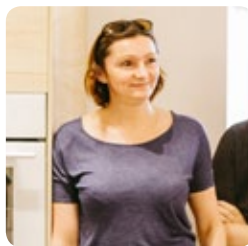
16-letni **Edwin Wawrzeńczyk** z Płiszczyna (woj. lubelskie), absolwent „PoZdro!”, uczeń I klasy technikum im. C.K. Norwida w Świdniku, klasy o profilu technologia żywności

Do „PoZdro!” trąfiłam przypadkowo – moja szkoła brała udział w tym Programie. Z biegiem czasu uważam to za cudowny zbieg okoliczności. W ciągu dwóch lat udało mi się schudnąć 15 kg, a po zakończeniu programu zrzuciłam jeszcze 3 kg. Od niemal roku jestem wegetarianką. Razem z „PoZdro!” nabrałam pewności, że znając zasady odpowiedniego odżywiania, mogę tak zmodyfikować swoją dietę, by nie zawierała mięsa i dostarczała mi wszystkie niezbędne składniki odżywcze. Moje schudnięcie to jednak „efekt uboczny”, podobnie jak w reklamach. Najważniejsze jest zdrowie. Łatwiej jest zapobiegać chorobom, na które znamy sposoby. Dzięki zmianom, które wprowadziłam w swoim życiu w związku z uczestnictwem w Programie „PoZdro!”, wyszłam z grupy ryzyka cukrzycy typu 2.



Natalia Tymczyszyn, 17-letnia uczennica III LO we Wrocławiu, absolwentka „PoZdro!”

Bardzo wysoko oceniam cały Program i wszystkich specjalistów „PoZdro!”. Szczególnie ważne były dla nas rozmowy z dietetykiem dotyczące zasad zdrowego odżywiania. Bardzo pomocny był także kontakt z psychologiem – tym razem to ekspert mówił o rzeczach, które ja próbowałam już wcześniej wpisać mojemu dziecku. Przykład specjalisty działał jednak zdecydowanie silniej i skłaniał syna do refleksji. O zmianach rozmawialiśmy w rodzinie bardzo dużo i często – nie tylko między sobą, ale również z babcią – „rodzinną” kucharką. Zmiana w sposobie gotowania dotyczyła bowiem w największym stopniu babci, która dzięki uczestnictwu w warsztatach edukacyjnych zrezygnowała z podbijania żurek śmietanką i polewania ziemniaków tłuszczem.



Marzena Kordaczuk-Wąs, mama Macieja Wąsa,
17-letniego absolwenta „PoZdro!” w Warszawie

Rada Naukowa Programu

Dla uzyskania najwyższych standardów organizacji oraz realizacji Programu „PoZdro!” Fundacja powołała Radę Naukową, w skład której wchodzi: przedstawiciele Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego, Instytutu Karolinska ze Szwecji, Polskiego Towarzystwa Programów Zdrowotnych. Udział przedstawicieli świata medycznego i naukowego, w połączeniu z doświadczeniem w realizacji programów zdrowotnych oraz ze znajomością realiów polskiego systemu ochrony zdrowia, gwarantuje najwyższą jakość realizacji Programu „PoZdro!”.

SKŁAD RADY NAUKOWEJ

Dr n. med. Piotr Soszyński
Członek Zarządu Medicover Polska,
Przewodniczący Rady Naukowej
Fundacji Medicover

Marcin Radziwiłł
Dyrektor Zarządzający Fundacji Medicover

Prof. Leszek Czupryński
Prezes Polskiego Towarzystwa
Diabetologicznego

Prof. Małgorzata Myśliwiec
Wiceprzewodnicząca Sekcji Pediatricznej PTD

Prof. Per-Olof Berggren
Instytut Karolinska ze Szwecji

Dr n. med. Michał Brzeziński
Zakład Zdrowia Publicznego i Medycyny
Społecznej Gdańskiego Uniwersytetu
Medycznego, Sekretarz Rady Naukowej

RADA KONSULTACYJNA

Dr n. med. Jacek Walewski
Diabetolog, Zastępca Regionalnego Dyrektora
CM ds. Medycznych

Dr n. med. Monika Lech
Pediatria, Diabetolog, Szpital Medicover

Dr n. o zdrowiu Marek Jankowski
Członek Rady Naukowej Polskiego Towarzystwa
Programów Zdrowotnych

Program „PoZdro!” dobrze rozwijał się w 2018 roku. W Gdyni zakończył się etap interwencyjny, a w pozostałych miastach wdrożone zostały ostatnie etapy. To ważny moment dla Rady Naukowej Programu, ponieważ będziemy zbierać i analizować dane z 4 lat, które pozwolą udowodnić skuteczność projektu „PoZdro!”. Już wstępne wyniki pokazują, że w grupie dzieci biorących udział w Programie znacznie zmniejszył się wskaźnik BMI (Body Mass Index – wskaźnik masy ciała).

Piotr Soszyński
Przewodniczący



Moja praca opiera się głównie na kontaktach z ludźmi – często jest to wyzwanie, ale i zastrzyk pozytywnej energii do działania. Na co dzień sprawiam, aby niemożliwe stało się możliwe – aby weekendowe grafiki były pełne po brzegi albo żeby 55 osób w niedzielny poranek robiło przewroty do tyłu na zajęciach sportowych. W Lublinie pracujemy z dwiema generacjami – 10-latkami i gimnazjalistami. Każda grupa jest zupełnie inna. Staramy się sprostać oczekiwaniom i potrzebom wszystkich naszych podopiecznych. Doświadczenie naszych lekarzy, dietetyków, trenerów i psychologów wspiera całe rodziny w niełatwym procesie zmiany.

Agnieszka Skowrońska
Koordynatorka Programu w Lublinie



Każda rodzina biorąca udział w „PoZdro!” do wyznaczonego celu dochodzi własną drogą. Naszą rolą jest przede wszystkim wskazywanie właściwego kierunku. Otwartość na drugiego człowieka, empatia, cierpliwość i danie uczestnikom Programu przestrzeni do nauki ułatwiają budowanie relacji i zaufania.

Anna Filipiak

Starsza Koordynatorka Operacyjna Programu



Zespół specjalistów „PoZdro!” to ważne ogniwo naszego programu. Wiemy, że sukces naszych pacjentów zależy od naszej wewnętrznej współpracy, wzajemnego zrozumienia i stworzenia integralnej grupy, która jest w stanie pomóc młodym ludziom i ich rodzinom przejść trudny proces zmiany stylu życia. Prowadzenie zespołu „PoZdro!” w Warszawie to prawdziwa przyjemność.

Karolina Kryszkiewicz

Koordynatorka Programu w Warszawie



We Wrocławiu, w ramach Programu „PoZdro!”, pracujemy z dwiema grupami wiekowymi: gimnazjalistami oraz uczniami szkół podstawowych. Każda z tych grup ma swój „styl”, którego nieustannie się uczymy. Podczas naszych spotkań pojawia się wiele emocji – zarówno pozytywnych, jak i trudnych, z którymi próbujemy się nawzajem oswajać. Uśmiech zadowolenia na twarzy zbuntowanego nastolatka czy zagubionego 5-klasisty to coś, co ośladza dzień zdecydowanie bardziej niż najzdrowsza czekolada.

Karolina Rowgało-Daniel

Koordynatorka Programu we Wrocławiu



ZAJĘCIA

grupowe



Zajęcia sportowe

Czasem zabawa jest tak dobra, że dbanie o formę odbywa się niejako niezauważalnie. Dziękujemy za zaproszenie do współpracy przy Programie „PoZdro!” i wspólne pokazanie, że gry wideo mogą zachęcać do aktywnego spędzania czasu. Fantastycznie, że zajęcia z grą Just Dance zostały przyjęte z takim entuzjazmem.

Ania Kubica

Brand Manager Ubisoft Polska



Przygodę ze sportami walki zaczynałem od brazylijskiego jiu-jitsu, a od jakiegoś czasu trenuję również MMA. 2 listopada zadebiutowałem w tej formule na gali MCF w Puławach. Z klatki wyszedłem z pierwszą wygraną. Sporty walki traktuję jako hobby i największą pasję. W Programie „PoZdro!” staram się zarażać uczestników pasją do sportu i wszelkiej aktywności fizycznej. W programie pracuję od samego początku, czyli już prawie od 4 lat. Cieszy mnie to, że przede wszystkim u naszych podopiecznych wzrosła świadomość potrzeby codziennej aktywności fizycznej i racjonalnego, zdrowego żywienia. Myślę, że to zasługa całego naszego zespołu, a mnie napawa dumą to, że mogłem do tego dołożyć swoją małą cegiełkę.

Paweł Bartuzi



Zajęcia kulinarne

Zajęcia kulinarne „PoZdro!” to spotkania, które pozwalają odkryć radość z gotowania i integrują uczestników Programu „PoZdro!”, a ponadto dają dzieciom szansę wypróbowania nowych, intrygujących składników, ziół, przypraw, receptur i smaków oraz samodzielnego przygotowania od podstaw zdrowych, pysznych dań, składających się na całodienne menu. Kulinarną ucztę dzieci przygotowują dla swoich rodziców i obecnych gości, w przestrzeni z profesjonalnym zapleczem kuchennym, u boku kulinarnych mistrzów – entuzjastów. Kilkogodzinne warsztaty podnoszą umiejętności i chęci dzieci do samodzielnego przygotowywania zdrowych potraw na co dzień, inspirowa do różnorodności w kuchni i pokazują, że gotowanie nie musi być nudne i żmudne!



Ze zdrowym odżywianiem jest jak ze sportem – wygrywa ten, kto popełni mniej błędów. Czy to łatwa sztuka? Zależy od tego, jak dużo trenujesz, jak bardzo się angażujesz i czy jesteś wytrwały w dążeniu do celu. Dlaczego kulinarne spotkania dostarczają tylu emocji? Każdy z naszych uczestników chce usłyszeć: możesz to zrobić, dasz radę, zobacz, spróbuj, czy pozwolisz, że ci pokażę? To słowa, które jak klucz otwierają dzieci i młodzież na nowe doświadczenia i budują relację opartą na zaufaniu, że się uda. A kiedy na koniec warsztatów okazuje się, że stworzyliśmy kilka dań, deserów i zup, nakrywamy do wielkiego stołu, zapraszamy rodziców i opiekunów i wówczas wszyscy są bardziej pewni i dumni z siebie, że się udało.

Agnieszka Danielewicz
Instytut Żywności i Rozwoju Eligo S.C.



Klub Rodzica



Od 2017 roku prowadzimy w Programie „PoZdro!” Klub Rodzica, który, z dala od czujnych oczu dzieci, ma być przestrzenią wyłącznie dla rodziców, w której poczuć się oni swobodnie i bezpiecznie i będą mogli opowiedzieć o tym, co w ich życiowej roli mamy i taty bywa najtrudniejsze. Pierwszy rok był czasem, w którym poznawaliśmy największe potrzeby naszych

uczestników. Po przeanalizowaniu ankiet i opinii psychologów zdecydowaliśmy się na wykorzystanie niektórych technik z komunikacji empatycznej, aby pomóc w nawiązywaniu lepszych, mocniejszych więzi z nastolatkami. W sierpniu 2018 roku grupa psychologów oraz koordynatorów przeszła szkolenie, które było dopasowane do tematyki, jaką zajmuje się „PoZdro!”.

Opinie z ankiet rodziców, których dzieci uczestniczą w Programie „PoZdro!”, po udziale w warsztacie:

„Mam lepsze zrozumienie mechanizmów rządzących zachowaniem dziecka – lepsze odczytywanie komunikatów i emocji”.

„Konkretne pomysły na reakcję w różnych trudnych sytuacjach domowych/rodzinnych”.

„Po warsztatach będę unikać oceny; raczej będę się starać definiować swoje uczucia”.

„Warsztaty zwróciły moją uwagę na łatwość, z jaką wpadamy w nurt natychmiastowej oceny, bez analizy uczuć drugiej strony – dziecka”.

Uwielbiam tak pracować! Uczestniczki były zaangażowane i chętne do eksplorowania zakamarków budowania kontaktu i relacji z innymi oraz między sobą. Spędziłyśmy razem trzy dni pełne radości i wyzwań w pięknym miejscu. Zobaczyłam ogrom dobra, który stoi za działaniami Programu „PoZdro!”, a także kobiety, które swoją pracę starają się wyjść naprzeciw potrzebom zdrowia swoich podopiecznych. Wśród tych potrzeb są m.in.: poczucie przynależności, akceptacji, bycia ważnym, widzianym, nie tracąc przy tym wolności wyboru, co przy ograniczeniach w diecie może być wielkim wyzwaniem.

Emilia Kulpa

Trenerka Komunikacji Empatycznej
NVClab.pl



W ramach Klubu Rodzica zgłębiamy tajniki empatycznej komunikacji w relacji rodzic – dziecko. Podczas spotkania rodzice dużo uwagi poświęcają na rozmowy o emocjach i potrzebach. Uczą się operować językiem faktów, a nie ocen, oraz formułować prośby, a nie żądania. Jak mówią, możemy dzięki takim zajęciom spojrzeć na swoje dziecko z innej perspektywy, której towarzyszy większa wyrozumiałość dla trudnych zachowań naszych pociech.

Paulina Staszczak-Janczarek
Psycholog Programu „PoZdro!”



Klub Rodzica jest miejscem, w którym rodzice mogą doświadczyć, czym jest język empatii, którego uczą się w ramach warsztatów opartych na modelu komunikacji empatycznej. Ma on uniwersalne zastosowanie, służy poprawie komunikacji między ludźmi, ale pomaga również spojrzeć na siebie, dziecko czy rodzinę z innej perspektywy. Pomaga zrozumieć siebie nawzajem, co dla Rodziców jest bardzo ważne. Jestem pod wrażeniem tego, jak chętnie uczestnicy warsztatów angażują się w proponowane ćwiczenia i jak dostrzegają potrzebę poprawy komunikacji w rodzinie.

Sylwia Płukis
Klub Rodzica



Przed szkoleniem bardzo zależało nam na tym, aby poznać potrzeby uczestniczek, sam Program, jego cele i założenia. Przygotowałyśmy ankietę, dzięki której dotarłyśmy do każdej osoby uczestniczącej w działaniach w ramach Programu. Poznałyśmy to, co działa, oraz to, co wymaga poprawy i wsparcia. Moją uwagę zwróciło przede wszystkim ogromne zaangażowanie, które pokazało mi, jak ważne dla uczestniczek są współpraca i efektywne działanie, a co najważniejsze – dzieci i młodzież uczestniczące w Programie. To postawiło we mnie dużo radości i nadziei na to, że osoby oraz całe rodziny, które mierzą się z trudnościami związanymi z otępieniem, mają wsparcie, że nie są same.

Paulina Orbitowska

Trenerka Komunikacji Empatycznej
Business & Life coach
Trenerka eduScrum



Program „inCerc” W RUMUNII



Program profilaktyki cukrzycy typu 2 i innych chorób cywilizacyjnych „inCerc” działa w Rumunii już drugi rok i obejmuje obecnie dwa duże miasta.

Program „inCerc”, ze względu na swoją kompleksowość i zasięg, stał się w Rumunii niezwykle ważną inicjatywą. Jest on skierowany do uczniów i uczennic z klas piątych na terenie dwóch dużych miast – Ploiești i Klużu-Napoki.

Program jest w całości finansowany przez Stowarzyszenie Medicover dzięki stałemu wsparciu ze strony Jonas & Christina af Jochnick Foundation. Partnerami inicjatywy w Rumunii są niezwykle ważne podmioty – Ministerstwo Zdrowia, Ministerstwo Edukacji Narodowej, Rumuńska Federacja Diabetologiczna, Żywnienia i Chorób Metabolicznych oraz Rumuńskie Stowarzyszenie na rzecz Badań nad Otyłością. Dzięki wsparciu partnerów lokalnych w Ploiești (urząd miasta Ploiești, inspektorat szkolny okręgu Prahova) oraz Klużu-Napoce (urząd miasta Kluż-Napoka, inspektorat szkolny w Klużu) jesteśmy w stanie dotrzeć do niemal wszystkich szkół na terenie obydwu miast, by przebadac uczennice i uczniów klas piątych. Celem Programu „inCerc” jest ocena stanu zdrowia uczniów, a następnie wsparcie osób szczególnie narażonych na cukrzycę typu 2 w ograniczaniu ryzyka zachorowania. Wdrażanie projektu na terenie Ploiești trwa już od ponad roku i cieszy się ogromnym wsparciem społeczności lokalnej. Ogółem w roku szkolnym 2017/2018 udało nam się poddać badaniom przesiewowym 1343 dzieci ze szkół na terenie Ploiești, co stanowi 84% wszystkich uczniów i uczennic klas piątych. Rezultaty badań uświadamiają nam, że ryzyko zachorowania na cukrzycę typu 2 wśród badanych dzieci jest istotne, a prowadzenie tego typu programów profilaktycznych – absolutnie konieczne.

Opierając się na ogromnym doświadczeniu naszych kolegów z Fundacji Medicover w Polsce, w 2017 roku uruchomiliśmy Program „inCerc” w pierwszym mieście w Rumunii, w Ploiești. Rok 2018 był bardzo ważny dla Stowarzyszenia Medicover w Rumunii, ponieważ pozwolił nam dobrze poznać sytuację, z którą mamy do czynienia w pierwszym mieście objętym tą inicjatywą. W 2018 r. zrobiliśmy kolejny krok, aby dotrzeć do większej liczby dzieci w Rumunii poprzez rozpoczęcie programu w drugim ważnym mieście: Klużu-Napoce. Dzięki badaniom przesiewowym, które w roku szkolnym 2017/2018 objęły ponad 84% dzieci z klas piątych w Ploiești, możemy stwierdzić, że nasze wcześniejsze obserwacje zostały potwierdzone: to już bez wątpienia czas na zdecydowane działania. Wyniki pokazały bowiem, że prawie 35% zbadanych dzieci ma problemy z utrzymaniem właściwej wagi, ponad 30% z nich jest zagrożonych cukrzycą typu 2, a duża grupa nie jest w stanie podjąć długotrwałego wysiłku fizycznego. Uważamy, że Program „inCerc” zaczął się w najlepszym możliwym momencie, ponieważ teraz możemy jeszcze wpłynąć na styl życia rodzin uczestniczących w naszym Programie i postarać się zapewnić dzieciom lepszą, zdrowszą przyszłość. Cukrzyca jest rzeczywiście jednym z największych współczesnych wyzwań i wymaga wiele uwagi. Jestem niezwykle dumny z tego, że Stowarzyszenie Medicover, wspierane przez swoich partnerów (władze centralne i lokalne, ważne rumuńskie organizacje działające na rzecz chorych na cukrzycę, a także Medicover i Synevo), podnosi poziom świadomości ryzyka zachorowania na cukrzycę typu 2 i inne choroby cywilizacyjne za pomocą kompleksowego Programu Profilaktycznego „inCerc”. W ciągu 5 lat zamierzamy poddać badaniom przesiewowym 12 000 dzieci w tych dwóch ważnych miastach i zapewnić coaching zdrowotny dla 3 000 dzieci i ich rodzin – i dlatego jesteśmy przekonani, że Program „inCerc” będzie miał istotny wpływ na poprawę stylu życia wielu ludzi. Stowarzyszenie Medicover stara się również wywołać uśmiech na twarzach wielu potrzebujących dzieci, angażując pracowników obu firm. Rok 2018 był wspaniałym okresem, ponieważ udało nam się nawiązać bliższą współpracę z organizacjami zajmującymi się opieką nad dziećmi, przy nadzwyczajnym wsparciu ze strony pracowników Medicover i Synevo z różnych zakątków Rumunii. Jak wszyscy dobrze wiecie, sukces jest możliwy tylko dzięki pracy zespołowej – a nasz mały zespół ciężko pracuje, aby wszystko się udawało. Georgiana, Ana-Maria i Irina dzięki swojej energii dokonują rzeczy niemal niemożliwych – należą się im ogromne podziękowania!

Dziękuję każdej ze wspaniałych osób, które pracują u naszego boku – zarówno za to, że Program „inCerc” okazał się wielkim sukcesem, jak i za zorganizowanie działań wolontariackich dla tak wielu dzieci.

Razem z pewnością możemy zdziałać jeszcze więcej!

George Istrate
Dyrektor Generalny
Stowarzyszenia Medicover



”

31 szkół

uczestniczących w Programie

ponad

1500 dzieci

ze zgodą rodziców na udział
w Programie na koniec 2018 roku

prawie

900 dzieci

poddanych badaniu do grudnia 2018 roku

W marcu 2018 roku ruszyliśmy w Ploiești z drugim etapem Programu, skierowanym do uczniów i uczennic przebadanych w roku szkolnym 2017/2018. Osoby z grupy ryzyka zaprosiliśmy do udziału w programie opieki indywidualnej (Zintegrowana Opieka Indywidualna), w ramach którego dzieci oraz ich rodziny otrzymują wsparcie ze strony dedykowanych zespołów specjalistów. Lekarze interniści, dietetycy, specjaliści aktywności fizycznej oraz psychologowie udzielają dzieciom porad podczas sześciu indywidualnych sesji organizowanych na przestrzeni 18 miesięcy, których celem jest zmniejszenie ryzyka rozwoju cukrzycy typu 2.

Poza wsparciem ze strony specjalistów, dzieci i ich rodziny uczestniczą również w warsztatach edukacyjnych, podczas których lekarze, specjaliści do spraw żywienia i psychologowie przekazują im wiedzę na temat zagrożeń, z jakimi muszą się mierzyć. Mówią także o korzyściach, jakie niesie ze sobą większa troska o zdrowie.

Dzieci z Ploiești uczestniczyły również w kilku zorganizowanych specjalnie dla nich imprezach sportowych, podczas których mogły przekonać się, że uprawianie sportu to świetna zabawa, a spędzanie czasu wspólnie z innymi dziećmi i rodziną ma same zalety.

W roku szkolnym 2018/2019 wspieramy w Ploiești wszystkie szkoły, w których są klasy piąte, i spodziewamy się dotrzeć do jeszcze większej niż w ubiegłym roku liczby dzieci.



Fot. Konferencja prasowa w Bukareszcie – 9 października 2018 roku. Od lewej: prof. Nicolae Oprea-Angelescu – Kierownik Inspektoratu Szkolnego w okręgu Prahova, prof. Daniela Călugăru – Inspektor w Ministerstwie Edukacji, Adrian Florin Dobre – Burmistrz Miasta Ploiești, prof. dr Maria Moța – Członkini Rady Naukowej Programu „inCerc”, George Istrate – Dyrektor Generalny Stowarzyszenia Medicover, dr Florinela-Adina Cîrstina – Prezes Rady Naukowej, dr Laurențiu Luca – Dyrektor Generalny Synevo Rumunia i Członek Rady Naukowej, Adrian Peake – Dyrektor Zarządzający Medicover Rumunia, Georgiana Apreutesei – Kierownik Projektu „inCerc” z ramienia Stowarzyszenia Medicover, Marcin Radziwiłł – Dyrektor Zarządzający Fundacji Medicover.

Chciałbym podziękować Stowarzyszeniu Medicover za wdrożenie Programu „inCerc” na terenie Ploiești. Rezultaty pierwszego roku działań dowodzą, że programy zapobiegania cukrzycy w szkołach są niezwykle ważne. Biorąc pod uwagę statystyki, rozważamy obecnie wdrożenie większej liczby projektów, które uświadomiłyby dzieciom znaczenie właściwej diety, sportu i zdrowego trybu życia, a tym samym obniżyły odsetek dzieci zagrożonych zachorowaniem na cukrzycę typu 2.

Adrian Florin Dobre
Burmistrz Ploiești



ROK SZKOLNY 2017/2018*

84%

uczniów i uczennic klas piątych
(1343 dzieci) poddanych badaniom

30,16%

dzieci narażonych na zachorowanie na cukrzycę typu 2

20,7%

dzieci z różnym
stopniem otyłości

13,9%

dzieci z nadwagą

26,3%

dzieci z podwyższonym ciśnieniem
tętnicznym w chwili badania

*kolejne statystyki zostaną opublikowane w przyszłości



Program „inCerc” w kolejnym mieście – Klużu-Napoce

Podobnie jak w Ploiești, także władze lokalne Klużu-Napoki z radością przyjęły informację o objęciu miasta programem i udzieliły nam znaczącego wsparcia we wdrażaniu Programu „inCerc”. Nasze działania na terenie miasta rozpoczęliśmy w roku szkolnym 2018/2019, a więc nieco później niż w Ploiești, ponieważ przed zorganizowaniem wizyt w szkołach musieliśmy wyszkolić zespoły pielęgniarek oraz asystentów i asystentek. Mimo rozpoczęcia działań w późniejszym terminie, do końca 2018 roku udało nam się przebadac 700 dzieci.



Fot. Konferencja prasowa w Klużu-Napoce. Od lewej: Emese Olah – Zastępca Burmistrza Klużu-Napoki, Georgiana Apreutesei – Kierownik Projektu „inCerc” z ramienia Stowarzyszenia Medcover, George Istrate – Dyrektor Generalny Stowarzyszenia Medcover, prof. dr Gabriela Roman – Członkini Rady Naukowej Programu „inCerc”, prof. Valentin Claudiu Cuibus – Kierownik Inspektoratu Szkolnego w okręgu Kluż.

45 szkół

uczestniczących w Programie

1600 dzieci

ze zgodą rodziców na udział
w Programie na koniec 2018 roku

700 dzieci

poddanych badaniu do grudnia 2018 roku

Dedykowany zespół „inCerc”



**Georgiana
Apreutesei**
Kierownik Projektu



**Ana-Maria
Ciresanu**
Koordynatorka Lokalna
na terenie Ploiești



**Irina
Sandor**
Koordynatorka Lokalna
na terenie Klużu-Napoki

RADA NAUKOWA

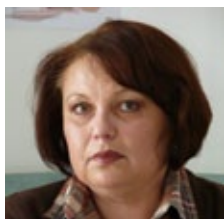
Aby zapewnić nadzór nad ogólnym wdrażaniem projektu, a także wsparcie oraz doradztwo naukowe i medyczne, powołaliśmy Radę Naukową Programu „inCerc”, w której skład wchodzi niezwykle ważne dla powodzenia projektu osoby:



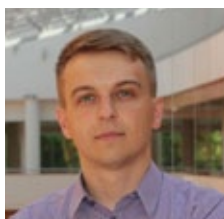
dr Florinela-Adina Cirstina
Prezes Rady Naukowej



prof. dr Maria Moța
lekarzka pierwszego kontaktu specjalizująca się w cukrzycy, żywieniu i chorobach metabolicznych, a także wysoko ceniona w Rumunii ekspertka w tej dziedzinie



prof. dr Gabriela Roman
lekarzka pierwszego kontaktu specjalizująca się w cukrzycy, żywieniu i chorobach metabolicznych, a także wysoko ceniona w Rumunii ekspertka



dr Michał Brzeziński
Sekretarz Rady Naukowej



dr Laurențiu Luca
Dyrektor Generalny, Synevo Rumunia

” Rok 2018 był pełen wyzwań. Dowiedzieliśmy się, że 30% dzieci w Ploiești jest zagrożonych cukrzycą typu 2 i uruchomiliśmy Program „inCerc” w Klużu, gdzie zbadanych zostanie 2800 dzieci. Chciałabym podziękować zespołowi, które przeprowadzały badania przesiewowe, i specjalistom, którzy wspierają nas na każdym kroku podczas realizacji Programu. Słowa podziękowania należą się też lokalnym koordynatorom,

” Obecnie w Rumunii sytuacja jest taka, że dzieci z nadwagą i otyłością znajdują się na prostej drodze do stania się dorosłymi z tymi samymi problemami. Możemy temu zapobiec pod warunkiem, że już teraz podejmiemy odpowiednie działania. Wyrażam uznanie i popieram inicjatywę pasjonatów ze Stowarzyszenia Medcover, którzy z powodzeniem realizują Program „inCerc”.

” Cieszę się, że mogę uczestniczyć w Programie „inCerc” i jego Radzie Naukowej. Ten program profilaktyczny, wzorowany na skutecznym i sprawdzonym przykładzie z Polski, już teraz przynosi pozytywne rezultaty w Rumunii. Fakt, że w pierwszym roku udało nam się zachęcić do udziału tak

” Program „inCerc” jest pionierską inicjatywą, której celem jest zmiana mentalności wobec profilaktyki chorób i która będzie miała długotrwały wpływ na społeczeństwo. Synevo jest dumne, że może przyczynić się do kształtowania lepszej przyszłości dla młodego pokolenia. Mamy nadzieję, że wyniki Programu staną się prawdziwym barometrem zdrowia nastolatków i będziemy w stanie wykorzystać wiedzę z nich płynącą do zmniejszenia częstości występowania cukrzycy

Ana-Marii oraz Irinie, które wszystko organizują, a także władzom lokalnym i wszystkim przedstawicielom szkół wspierającym Program „inCerc”. Dziękuję! Z niecierpliwością czekamy na kolejne wyzwania w 2019 roku.

Georgiana Apreutesei
Kierownik Projektu
Stowarzyszenie Medcover

Otyłość jest głównym czynnikiem ryzyka zachorowania na cukrzycę typu 2, dyslipidemię, nadciśnienie tętnicze, choroby układu krążenia, nerek itp.

prof. dr Maria Moța
Członkini Rady Naukowej Programu

wiele dzieci i ich rodzin pokazuje, że jesteśmy na dobrej drodze i że nasze przesłanie od samego początku trafiło na podatny grunt.

prof. dr Gabriela Roman
Członkini Rady Naukowej

typu 2 u młodzieży. Istotne jest, abyśmy zmienili sposób postrzegania profilaktyki oraz by coroczne badania laboratoryjne stały się czymś normalnym dla każdej rodziny.

dr Laurențiu Luca
Dyrektor Generalny Synevo Rumunia,
Członek Rady Naukowej Programu
„inCerc” Scientific Council

14 LISTOPADA 2018 – ŚWIATOWY DZIEŃ CUKRZYCY

W oparciu o doświadczenia z ubiegłego roku potraktowaliśmy Światowy Dzień Cukrzycy jako okazję do zaproszenia mieszkańców Ploiești i Klużu-Napoki na bezpłatne badania, które obejmowały pomiar wskaźnika masy ciała (BMI) przy pomocy profesjonalnego sprzętu medycznego. Dodatkowo uczestnicy i uczestniczki badań mieli możliwość konsultacji z lekarzem. Będziemy organizować podobne wydarzenia również w przyszłości, gdyż spotykają się one z niezwykle pozytywnym odzewem.

YOUNG DIAB I INNE KONFERENCJE POŚWIĘCONE TEMATYCE DIABETOLOGICZNEJ

Możemy poszczycić się tym, że znajdujemy się w centrum uwagi osób zainteresowanych problemem cukrzycy, czego wyrazem było zaproszenie nas do przedstawienia Programu „inCerc” jako przykładu inicjatywy na rzecz zapobiegania cukrzycy podczas konferencji Young DIAB w lipcu 2018 roku. Cieszy nas, że mogliśmy podzielić się naszym doświadczeniem z młodymi ekspertami w tej dziedzinie i przekonać się, jak wielką wagę przywiązują oni do kwestii zapobiegania cukrzycy.

Chcielibyśmy również podziękować prof. dr Marii Moța i prof. dr Gabrieli Roman za szerzenie wiedzy o Programie „inCerc” podczas najbardziej prestiżowych konferencji poświęconych tematyce diabetologicznej w Rumunii.

Jesteśmy niezwykle wdzięczni członkiniom i członkom Rady Naukowej za ich nieustające wsparcie, zaangażowanie i pasję. Powołanie Rady to prawdziwy krok milowy dla Programu „inCerc”.

CIVIL SOCIETY GALA – NAGRODA

W 2018 r. Stowarzyszenie Medcover otrzymało prestiżową nagrodę podczas Civil Society Gala w kategorii nowy projekt społeczny. Wyróżnienie Programu na samym jego początku jest powodem do niezwyklej dumy i pokazuje, że profilaktyka zdrowia jest ważna dla Rumunii.



ESMS

ELEKTRONICZNY SYSTEM MEDYCyny SZKOLNEJ

Elektroniczny System Medycyny Szkolnej (ESMS) to pomysł na wprowadzenie do gabinetów pielęgniarskich rozwiązania na miarę XXI w., które było wykorzystywane przez Fundację Medicover w Programie „PoZdro!”. Zgodnie z wolą fundatora af Jochnick Foundation chcemy, aby po naszych działaniach pozostała spuścizna, która będzie służyła kolejnym pokoleniom. W dobie digitalizacji szkoły konieczne jest, aby uczniowie – dzieci i młodzież – mogli korzystać z nowoczesnych rozwiązań, a ich rodzice otrzymywać przejrzystą informację o stanie zdrowia swoich dzieci. Szkoły są z informatyzowane, a rodzice korzystają z aplikacji i mają dostęp do danych i wykresów. To samo tyczy się dyrektorów szkół i nauczycieli. Dane statystyczne pozwalają lepiej zarządzać szkołą i zapewniać odpowiedni poziom nauczania. Tak samo powinno być w naszej ocenie w gabinetach pielęgniarek szkolnych. Papier i ołówek, choć merytorycznie się bronią, nie odpowiadają potrzebom XXI wieku. Gdynia – miasto innowacyjne i rozumiejące, jak ważna jest profilaktyka – zdecydowała się, jako pierwsza w Polsce, na wdrożenie Elektronicznego Systemu Medycyny Szkolnej dla pielęgniarek szkolnych. Rozwiązanie to pozwala monitorować stan zdrowia dzieci, buduje i wspiera relacje z pielęgniarkami szkolnymi, a także kształtuje wśród rodziców i w szkołach świadomość problemów niecierpiących zwłoki. Miasto może lepiej dopasowywać programy polityki zdrowotnej, sprawdzając, gdzie dany problem występuje najczęściej, i tym samym wydawać publiczne pieniądze w sposób przemyślany – odpowiednio do potrzeb.



Kamila Szarejko
 Kierownik Programu „PoZdro!”
 Fundacji Medicover



Najmłodszy mieszkańcy Gdyni są tak samo ważni jak i dorośli, stąd pomysł na podejmowanie licznych działań realizowanych przez gminę pod wspólną nazwą Gdyniński Zdrowy Uczeń. Ważnym elementem było wdrożenie ESMS, dzięki któremu jesteśmy w stanie ocenić stan zdrowia dzieci w sposób holistyczny. Dzięki raportom statystycznym możemy dostosowywać lokalną politykę zdrowotną i podejmować adekwatne decyzje profilaktyczno-lecznicze do zdiagnozowanych potrzeb zdrowotnych uczniów w danej placówce.

Anna Melki
 Dyrektor Gdynińskiego Centrum Zdrowia



Bartosz Bartoszewicz
 Wiceprezydent Gdyni ds. jakości życia

Gdynia, jako pierwsze miasto w Polsce, zdecydowała się na wdrożenie Elektronicznego Systemu Medycyny Szkolnej. We współpracy z Fundacją Medicover, Okręgową Izbą Pielęgniarek i Położnych, pielęgniarkami szkolnymi oraz przychodniami i szkołami badamy gdynińskich uczniów. To badania systemowe, dzięki którym wiemy, jaki jest stan zdrowia dzieci.

Obowiązkiem każdego z nas, którzy pełniimy różne role i obowiązki – moje, jako wiceprezydenta, samorządu Gdyni, ale także dyrektorów przychodni, lekarzy czy fundacji – jest dbanie o zdrowie wszystkich mieszkańców, szczególnie tych najmłodszych, których postawy dopiero są kształtowane. Im więcej mamy informacji na temat stanu zdrowia naszych mieszkańców, tym lepiej możemy dobrać odpowiednie działania.



WYNIKI ANKIETY EWALUACYJNEJ PRZEPROWADZONEJ WŚRÓD PIELEŃNIAREK KORZYSTAJĄCYCH Z ESMS

MOIM ZDANIEM ESMS TO:

- „System pomocny w pracy pielęgniarki”.
- „Dobra metoda na wykrywanie wad u dzieci, jednak dzieci z wykrytymi wadami powinny mieć większy dostęp do lekarzy specjalistów”.
- „Nowoczesny system profilaktyczny”.
- „Bardzo dobry pomysł”.
- „Świetne narzędzie, ułatwiające pracę i minimalizujące papierologię”.

100%

SYSTEM MEDYCZYNY SZKOLNEJ TO NARZĘDZIE, KTÓRE:

- powinno być w każdej szkole
- nie powinno być w szkołach, jest niepotrzebne

Największą innowacją jest to, że można wydrukować kartę po badaniu i wynik jest gotowy do przekazania rodzicom. My cały czas prowadzimy dokumentację papierową, więc nieustannie taki bilans musimy wpisać w odpowiednie dokumenty. System ESMS pozwala w rezultacie na szybsze zbadanie ucznia i wydrukowanie wyniku przeprowadzonego badania. Ważne jest także to, że karta wygląda bardzo przyjaźnie – jest kolorowa i zawiera więcej parametrów niż zwykły bilans zdrowia. Dla mnie osobiście istotne były zalecenia dla ucznia, które wybierałam z listy i które mogłam bezpośrednio, jednym kliknięciem, zamieścić w karcie i przekazać jako wskazówkę do dalszego postępowania dla rodziców. Zdecydowanie usprawnia to pracę. Jak najbardziej chciałabym z takiego systemu korzystać w przyszłości.

Maria Prochowicz

w zawodzie pielęgniarki pracuje 21 lat, w medycynie szkolnej od lat dwóch



Współpraca była bardzo dobra. Uważam, że mieliśmy rewelacyjną ambasadorkę, która znakomicie, w sposób bardzo otwarty i zrozumiały, przekazywała wiedzę i informacje. Ta pomoc na początku jest bardzo ważna. Największe obawy budził we mnie sam elektroniczny program, który trzeba było obsługiwać. Jednak, dzięki wsparciu opiekuna Programu, kilka dni praktyki wystarczyło, by go opanować. Sam sprzęt, waga do bioimpedancji i inne nowe przyrządy nie sprawiały mi trudności.

Barbara Wyrwas
pielęgniarka szkolna,
od 43 lat w zawodzie



MIEJSKIE PROGRAMY PROFILAKTYCZNE

Wyniki badań przesiewowych są czerwoną lampką, a jednocześnie diagnozą faktycznych potrzeb, kursorem do działania na kolejne lata dla władz samorządowych i szkół. Poprzez gminny Program wzmocnimy system ochrony zdrowia dzieci. I choć tylko część dzieci została do niego zakwalifikowana, to mam przekonanie, iż kształtowanie postaw i świadomości żywieniowej młodych ludzi, którzy po Programie pójdą z tym dalej w życie, oraz tworzenie środowiska sprzyjającego zdrowiu, odbędą się z korzyścią dla całej lokalnej społeczności.

Edwin Gortat
Wójt Gminy Wólka



KONFERENCJA

I Konferencję „Elektroniczny System Medycyny Szkolnej – programy profilaktyczne w dobie XXI w. skierowane do dzieci i młodzieży, rodziny – konferencja dla jednostek samorządu terytorialnego, departamentów zdrowia jednostek samorządu terytorialnego, pielęgniarek szkolnych, POZ”, Fundacja Medicover zorganizowała II maja 2018 roku, w Warszawie. Patronat nad nią objęła Naczelna Rada Pielęgniarek i Położnych.

Konferencja skierowana do samorządów dotyczyła roli pielęgniarki szkolnej w budowaniu dobrze dopasowanych programów zdrowia publicznego dla dzieci oraz wykorzystania między innymi takiego narzędzia, jakim jest ESMS.

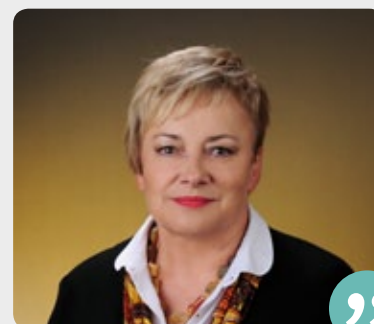
Opartą na dialogu konferencją chcieliśmy stworzyć przestrzeń dla wymiany wiedzy i inspiracji, a także wzbudzić współdziałanie środowisk zaangażowanych w medycynę szkolną w nadrzędnym celu, którym jest poprawa zdrowia dzieci. Przykładem skrzyszalizowanych założeń spotkania i tak potrzebnego dla przełomowych działań partnerstwa jest pilotaż programu ESMS w Gdyni.

Katarzyna Walczak-Szpeczyńska
Specjalista ds. Działalności Odpłatnej



Zdecydowaliśmy się skorzystać ze strategii wypracowanej przez Fundację, bo ma ona udowodnioną skuteczność. W obliczu zatrważających faktów z badań przesiewowych w szkołach w Jastkowie, w kompleksowej, środowiskowej interwencji upatrujemy realnej szansy na poprawę kondycji zdrowotnej dzieci w naszej gminie. To szansa na wzmocnienie ich umiejętności i wiedzy, m.in. w zakresie żywności i żywienia, a także pełne rozwinięcie drzemącego w nich potencjału. Wierzymy, że troska rodziców zaowocuje aktywnym udziałem całych rodzin w Programie.

Teresa Kot
Wójt Gminy Jastków





Wyjątkowa grupa, wyjątkowe misie

Wyróżnienie Pracownik Roku (Employee of the Year) promuje postawy i zachowania zgodne z wartościami Medicover stanowiącymi wzór do naśladowania dla innych.

Pracownik Roku to osoba, która wyróżnia się szczególną postawą – współpracą, współdziałaniem i wsparciem dla zespołu oraz realizuje wartości Medicover w praktyce. 13 marca 2018 r. osoby nominowane w swoich zespołach do tytułu Pracownika Roku 2017 wzięły udział w wyjątkowych warsztatach artystycznych zorganizowanych przez Fundację Medicover. Podczas warsztatów wyróżnieni pracownicy Medicover wykonywali pluszowe maskotki pod okiem animatorów/ekspertów, którzy dostarczyli wszystkim uczestnikom odpowiednie materiały kreatywne. Efektem wspólnej pracy były wspaniałe misie, które Fundacja Medicover podarowała podopiecznym Ośrodka Rehabilitacji AMICUS podczas imprezy z okazji Dnia Dziecka.



Dzień Matki i Dziecka Wilanów

Wolontariusze Fundacji Medicover uczestniczą w wielu inicjatywach dla potrzebujących pomocy. Jedną z takich imprez był piknik z okazji Dnia Matki i Dziecka na warszawskim Wilanowie. Wolontariusze Fundacji Medicover przeprowadzili tam zbiórkę na rzecz Interwencyjnego Ośrodka Preadopcyjnego w Otwocku. Udało się zebrać blisko 3 tysiące złotych.

Każda osoba wpłacająca cegiełkę na rzecz IOP mogła wziąć udział w losowaniu nagród. Datki można też było przekazywać podczas korzystania z różnego rodzaju atrakcji, takich jak: pokazy pierwszej pomocy, warsztaty artystyczne dla dzieci, wyciskane soki czy dmuchane zjeżdżalnie i park zabaw.



Z radością wzięłam udział w akcji wolontariackiej z okazji Dnia Dziecka. Jest to fantastyczny sposób spędzenia wolnego dnia, szczególnie że daje możliwość pomocy innym. W tym przypadku zbiórka datków na IOP Otwock zakończyła sukcesem – zebraliśmy prawie 3 tysiące zł!

Magdalena Zbroch

Specjalista ds. Umów Wsparcia i Licencji IT
Medicover



Onkobiegi

Onkobiegi „Razem po zdrowie!” to pierwsza i najstarsza w Polsce charytatywna impreza biegowa o tematyce onkologicznej organizowana od 2008 roku.

Uczestnicy Onkobiegu przybywają, aby wesprzeć najbardziej potrzebujące osoby chore onkologicznie i ich rodziny. Rozmiar imprezy i jej charakter czynią z niej wielkie święto dla wszystkich osób zmagających się z chorobą nowotworową, a także dla tych, którzy angażują się w pomoc, pokonując kolejne kilometry. Bieg na wyznaczonej trasie w postaci pętli o długości 1560 m wyraża solidarność z pacjentami walczącymi z nowotworami.

Wspaniali i niezawodni wolontariusze Fundacji Medicover licznie pomagali w przygotowaniach do imprezy oraz wspierali i kibicowali biegaczom na trasie. Podczas imprezy ze sceny zagrzewał biegaczy zespół Medi-COVER Band.

Wsparcie Stowarzyszenia Pielęgniarsko-Opiekuńczego „Z Ufnością w Trzecie Tysiąclecie”

WIOSENNE PORZĄDKI

Stowarzyszenie Pielęgniarsko-Opiekuńcze „Z Ufnością w Trzecie Tysiąclecie” z Częstochowy jest jednym z ośrodków, którym pomaga Fundacja Medcover.

28 kwietnia 2018 r. wolontariusze Fundacji Medcover udali się do siedziby Stowarzyszenia do Częstochowy, aby wspólnie pomóc w wiosennych pracach remontowo-porządkowych na terenie ośrodka. 22 naszych wolontariuszy malowało ogrodzenia i sadziło rośliny. Akcja zakończyła się wspólnym grillowaniem z paniami opiekunkami oraz małymi podopiecznymi.



ZIMOWA AKCJA REMONTOWA

Pomoc dla Ośrodka Preadopcyjnego „Ufność” w Częstochowie stała się już dobrą tradycją wolontariuszy Fundacji Medcover.

W dniach 26.11-01.12.2018 Fundacja Medcover wraz z ekspertami przeprowadziła remont sali terapeutycznej oraz pomieszczenia magazynowego w Ośrodku Preadopcyjnym „Ufność” w Częstochowie.

Akcji towarzyszyły dwa działania wolontariackie. Przed rozpoczęciem remontu grupa wolontariuszy pomagała w opróżnianiu pomieszczeń i przygotowaniu ich do remontu. Ostatniego dnia remontu do Ośrodka przybyli z pomocą kolejni wolontariusze, by przeprowadzić prace porządkowe polegające m.in. na skręcaniu i ustawianiu nowych mebli, myciu okien, wnoszeniu potrzebnego sprzętu.



W moim przypadku udział w akcji wolontariackiej był instynktowny (jestem mamą dwóch nastoletnich już synów). Rozmawiałam z Fundacją Medcover o ośrodku i po prostu bardzo chciałam pomóc. Ośrodek „Ufność” to wyjątkowe miejsce, gdzie schronienie i namiastkę rodziny znajdują malutkie dzieci – porzucone, chore, często skrzywdzone. W dalszym życiu mają nikłe szanse na prawdziwy dom i kochającą rodzinę. Większość z nich może być skazana do końca życia na różne placówki opiekuńcze. W ośrodku otrzymują sporą dawkę ciepła i miłości – taki solidny kapitał początkowy na dalsze zmagania z niełatwą w ich przypadku rzeczywistością. Oczywiście największe wrażenie zrobiły na mnie dzieci – są cudowne. Drugie wrażenie to cały personel – pani dyrektor i opiekunki – widąc ich ciepłą więź z każdym dzieckiem. Podziwiam je za upór i odwagę w pokonywaniu na co dzień wielu problemów i niedostatków. Mocno trzymam za nie kciuki i z pewnością nie był to mój ostatni raz w „Ufności”.

Kamila Skorupińska

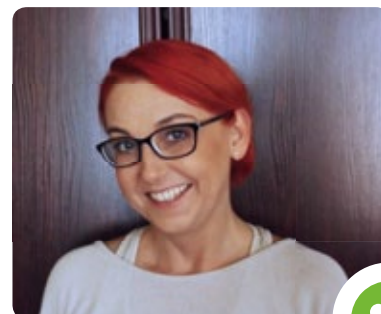
Dyrektor HR
Medcover



Stowarzyszenie Pielęgniarsko-Opiekuńcze „Z Ufnością w Trzecie Tysiąclecie” powstało w grudniu 1999 r., a w październiku 2000 r. powołało do życia placówkę, która opiekuje się porzuconymi dziećmi z dużymi deficytami zdrowotnymi od urodzenia do 4. roku życia. W naszej placówce zapewniamy dzieciom dom, miłość, uczucie, ale przede wszystkim specjalistyczną opiekę medyczną oraz terapię. Mamy wiele potrzeb. Jedną z nich było uruchomienie i doposażenie sali do terapii indywidualnej. Efekty przeprowadzanego w grudniu remontu są niesamowite. Serdecznie dziękujemy wszystkim wolontariuszom za włączenie się w tę akcję.

Magdalena Szymczyńska

Prezes Stowarzyszenia
Pielęgniarsko-Opiekuńczego
„Z Ufnością w Trzecie Tysiąclecie”



Przyjazd do tego ośrodka był fantastycznym doświadczeniem. Jestem pod ogromnym wrażeniem niezwykłej pracy, jaką wykonuje placówka. Jestem dumny z wszystkich wolontariuszy Fundacji Medcover. Każdy z nich poświęca swój prywatny czas, aby zaangażować się w ważną sprawę. To zaangażowanie i niezwykła energia jest na wysokim poziomie. Fundacja Medcover zrobiła tak dużo dla ośrodka przez ostatnich kilka lat – przeprowadziła prace remontowe w samym ośrodku, jak i prace ogrodowe na zewnątrz. Cieszę się, że razem z moją rodziną mogliśmy uczestniczyć w tym projekcie. Mam nadzieję, że będziemy mogli rozszerzać działania Fundacji Medcover również w innych regionach. Wszyscy możemy być dumni z działalności Fundacji Medcover.

Fredrik Stenmo

Prezes Zarządu
Medcover AB



Każdy z nas ma na głowie mnóstwo spraw, wiele obowiązków w pracy i poza nią, dlatego dla mnie niesamowitą wartością jest zatrzymać się w tym biegu, zapomnieć o sobie i popatrzeć na innych, zwłaszcza tych najsłabszych. Mnie najbardziej cieszy to, że widąc natychmiastowy efekt naszej pracy w postaci np. udostępnienia dla dzieci nowej sali terapeutycznej, zagospodarowanej przestrzeni ogrodu, w którym dzieci mogą spędzać miło czas. To są konkrety. Ośrodek „Ufność” to placówka, w której pracują fantastyczni ludzie, w pełni oddani swojej pracy i dzieciom, które tam przebywają. To jest ogromnie ciężka praca, wymagająca cierpliwości, silnej psychiki. Mam wielki szacunek dla tych ludzi. Często są to placówki pozarządowe i swoją działalność zawiązują głównie w wsparciu takich fundacji jak Fundacja Medcover. Tak więc każda pomoc się liczy i to fantastyczne, że mogą dołożyć swoją cegiełkę – swój czas, swoje umiejętności – w utrzymywanie i rozwój takich miejsc.

Ula Marszko

Kierownik Zespołów ds. Raportowania
i Utrzymania Systemów
Medcover



Działam DLA INNYCH



Zarazki pójda precz!

Jest to kompleksowy projekt edukacyjny skierowany do dzieci w środowisku szkolnym, podejmujący temat higieny rąk oraz kształtujący prawidłowe zachowania i postawy zdrowotne. W roku szkolnym 2017/2018 pakiety edukacyjne zostały udostępnione 26 szkołom podstawowym, które zgłosiły się do projektu. W warsztatach edukacyjnych wzięło udział

2155 uczniów. Po przeprowadzeniu warsztatów ok. 47% nauczycieli zadeklarowało, że będzie bardziej zwracać uwagę na higienę rąk wśród uczniów. Istotne jest także to, że dzięki projektowi „Zarazki pójda precz!” średnio o 28% więcej dzieci będzie pamiętało o myciu rąk.



Zarazki pójda precz!

Ze względu na bardzo istotną rolę, jaką w profilaktyce chorób odgrywa właściwa higiena rąk, uważam, że niezbędna jest edukacja zdrowotna prowadzona już od najmłodszych lat. Podczas tworzenia i koordynacji projektu zauważyłam duże zainteresowanie oraz potrzebę prowadzenia działań w tym zakresie zarówno ze strony uczniów i rodziców, jak i całego środowiska szkolnego.

Kinga Lipka
Specjalista ds. Profilaktyki
i Promocji Zdrowia
Medicover



Niepołomice Biegają

Już po raz czwarty Stowarzyszenie „Niepołomice Biegają”, na czele z Edwardem Kowalskim z Medicover Kraków, zorganizowało w Puszczy Niepołomickiej drużynowe zawody 4Rest Run. Fundacja Medicover od początku jest związana z biegiem 4Rest Run. Wolontariusze prowadzą wtedy badania

cukru i ciśnienia. Tego dnia 150 osób skorzystało z bezpłatnych badań. Wiele z badanych po raz pierwszy dowiedziało się wówczas, jaki wpływ na metabolizm ich własnego ciała ma wysiłek fizyczny. Pogotowie Medicover zapewni obsługę medyczną tego wydarzenia.



Dzień Profilaktyki Łączany

Wolontariusze Fundacji Medicover w marcu 2018 r. zorganizowali Dzień Zdrowia w miejscowości Łączany. W akcji uczestniczyły dzieci i młodzież z lokalnej szkoły

podstawowej i gimnazjum. Tego dnia Małgosia Greła i Edward Kowalski z Medicover Kraków przeprowadzili kurs pierwszej pomocy. W szkoleniu uczestniczyło 700 osób.

Dzień Dawcy Szpiku Szpytkowice

W kwietniu 2018 r. w gminie Szpytkowice, w powiecie wadowickim, odbyła się akcja z DKMS – poszukiwano dawcy szpiku dla chorego na białaczkę Filipa. Inicjatywa ta była okazją do zorganizowania szerokiej akcji profilaktycznej skierowanej do mieszkańców powiatu wadowickiego. W akcji wzięli udział wolontariusze Fundacji Medicover – przedstawiciele Pogotowia Medicover z Krakowa. Przeprowadzili oni bezpłatne szkolenia z pierwszej pomocy oraz demonstrowali, jak należy zachować się w przypadku zadławienia u dzieci. Akcja była wspierana przez Urząd Gminy Szpytkowice. W akcji uczestniczyło 250 osób.





Szkolenie z pierwszej pomocy – obóz dla dzieci Nawiady

W dniach 7–21 lipca 2018 r. Stowarzyszenie Pomocy Rodzinom w Wyszkowie zorganizowało obóz sportowo-rekreacyjny – spływ kajakowy dorzeczem i rzeką Krutynią dla 120 dzieci i młodzieży w wieku 11–20 lat. Uczestniczyły w nich osoby pochodzące z ubogich rodzin, osierocone, niepełnosprawne intelektualnie i fizycznie, pozostające w domach dziecka, rodzinach zastępczych i ośrodkach wychowawczo-opiekuńczych. Jedną z form zajęć były warsztaty pierwszej pomocy medycznej w sytuacjach wypadków i urazów (w tym także na wodzie), omdleń i ukąszeń przez owady. Zajęcia prowadził m.in. Adam Pataluch z Pogotowia Medicovert. Przy pomocy fantomów młodzież ćwiczyła technikę sztucznego oddychania. Inicjatywa została zgłoszona do Fundacji Medicovert w ramach projektu „Działam dla innych” przez Wojtkę Modzelewskiego, Business Stratega Analyst Medicovert.



Szkolenie z pierwszej pomocy – Smolice

W maju 2018 r. z prośbą o wsparcie do Fundacji Medicovert zgłosiły się Szkoła Podstawowa oraz Ochotnicza Straż Pożarna z miejscowości Smolice koło Zatoru. I tu po raz kolejny włączyli się wolontariusze. W dniu 26 maja przeprowadzili oni szkolenie z pierwszej pomocy podczas pikniku rodziny przy remizie OSP. Dzięki temu mieszkańcy mieli możliwość poznania i utrwalenia zasad pierwszej pomocy. W akcji uczestniczyło 300 osób.



Zbiórka w Invimed

W tym roku we wsparcie społecznych akcji organizowanych przez Fundację Medicovert włączyła się firma Invimed. Z inicjatywy Prezes Agnieszki Kaszuby wśród pracowników została przeprowadzona zbiórka na rzecz maluszków przebywających w ośrodku „Ufność”. Podczas akcji w 5 klinikach Invimed zbierane były: artykuły spożywcze (zupki, obiady i desery dla niemowląt), artykuły pielęgnacyjne (pieluszki, chusteczki, płyny do kąpieli i do mycia dzieci) oraz ubranka.

Wigilia „One Day”

Już po raz trzeci Fundacja Medicovert zaangażowała się we wsparcie Fundacji One Day podczas wigilii dla dzieci z domów dziecka. Celem akcji jest zebranie i przekazanie dzieciom ich wymarzonych świątecznych prezentów. Dzieci, które uczestniczą w wydarzeniu, przyjeżdżają z domów dziecka z całej Polski i tego wieczoru uczestniczą w wielu zabawach i koncertach gwiazd. Fundacja Medicovert zapewniła opiekę medyczną tego wydarzenia, a wolontariuszki pomogły w pakowaniu prezentów.



Szkolenie Niepołomice

Podczas majowego weekendu wolontariusze Fundacji Medicovert wzięli udział w Harcerskim Pikniku Rodzinnym w Niepołomicach. Piknik został przeprowadzony z inicjatywy Koła Przyjaciół Harcerstwa oraz Szczepu Harcerskiego „Puszcza”. Wydarzenie było okazją do uczestnictwa w wielu imprezach sportowych i innych atrakcjach. Jedną z nich było szkolenie z pierwszej pomocy dla mieszkańców gminy Niepołomice. Przeprowadzili je wolontariusze Fundacji Medicovert. W szkoleniu uczestniczyło 70 osób.

Wsparcie ośrodka Amicus

DZIEŃ DZIECKA

Tradycyjnie w Dniu Dziecka ekipa Fundacji Medcover przygotowała pyszny owocowy poczęstunek dla podopiecznych warszawskiego Ośrodka Rehabilitacyjnego AMICUS. Dzieci mogły spróbować soków i koktajli ze świeżo wyciskanych owoców, a także uczestniczyć w robieniu owocowych szaszłyków. Podczas tego wydarzenia przekazano młodym podopiecznym misie, przygotowane przez pracowników Medcover podczas warsztatów związanych z wyborami Pracownika Roku.

Projekt „Działam dla innych” to niepowtarzalna okazja, w której pracownicy, korzystając z kompetencji Fundacji Medcover, mogą realizować własne pomysły z obszaru społecznej odpowiedzialności. Realizowanie tych projektów przysparza mi wiele radości i jest dla mnie wyjątkowo inspirujące.

Marta Liszewska

Koordynator ds. Projektów
Fundacja Medcover



ZBIÓRKA PLUSZAKÓW

Na przełomie listopada i grudnia odbyła się coroczna zbiórka maskotek pluszowych. Pracownicy Medcover ofiarowali 160 pluszaków, które zostały przekazane podopiecznym warszawskiego Ośrodka Rehabilitacyjnego AMICUS podczas imprezy mikołajkowej.



MIKOŁAJKI

6 grudnia odbyła się impreza mikołajkowa dla podopiecznych warszawskiego Ośrodka Rehabilitacyjnego AMICUS. Na dzieci czekał pyszny poczęstunek przygotowany przez

ekipę Fundacji Medcover. Dzieci otrzymały również pluszaki zebrane podczas zbiórki w biurze i centrach medycznych Medcover.



Wsparcie ośrodków medycznych w Afryce

POMOC DLA AFRYKI

W maju, w ramach projektu „Działam dla innych”, zainicjowanego przez Anię Hamielec-Machaczkę, przeprowadzone zostały dwie akcje społeczne na rzecz ludności miejscowej misji Mongoumba z Republiki Środkowej Afryki. W akcję włączyły się kolejne wolontariuszki:



Małgosia Grela, Ania Buszydło i Agnieszka Kołton. Wspólnymi siłami przeprowadzona została duża zbiórka okularów. Potrzebującym przekazano także sprzęt medyczny i materiały opatrunkowe. Projekt został zrealizowany we współpracy z misjonarzami świeckimi zakonu Combonianów oraz dzięki pomocy Działu Centralnych Zakupów Medcover i Centrum Medycznego Damiana.

WSPARCIE OŚRODKA RWANDA

Pomysłodawczyni projektu, Maria Miłek, na co dzień pracuje w Szpitalu Medcover. W 2017 roku ukończyła położnictwo na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym. Niedługo później, z ramienia Pallotyńskiej Fundacji Misyjnej Salvatti.pl, wyjechała na 8-miesięczny wolontariat do Rwandy. Pracowała na sali porodowej w Ośrodku Zdrowia w Masace. Będąc na wolontariacie, poznała ogromne potrzeby tamtejszych ośrodków i po powrocie zgłosiła się z prośbą o wsparcie do Fundacji Medcover.

W związku z inicjatywą Marysi, w październiku, w placówkach Medcover odbyła się zbiórka ubrań dla noworodków z ośrodków zdrowia w Masace i Kibeho w Rwandzie w Środkowej Afryce. Czas ten obfitował w wiele wzruszeń – hojność pracowników przerosła najśmielsze oczekiwania! W 28 miejscach zbiórki, dzięki zaangażowaniu 160 osób, udało się zebrać 3147 ubrań i akcesoriów niemowlęcych.

Dodatkowo, w grudniu, do ośrodków zdrowia w Masace i Kibeho wraz z ubrankami dla niemowląt przekazany podczas wielkiej zbiórki trafił sprzęt medyczny. Placówki zostały wyposażone m.in. w łóżka zabiegowe, aparaty USG i EKG, leżanki oraz szafy na leki.

Było to możliwe dzięki nieocenionej pomocy Działu Centralnych Zakupów, szczególnie Piotra Szczęcha i Magdaleny Miki, oraz uprzejmości Bożeny Jastrzębskiej – Regionalnego Dyrektora Centrów Medcover i Dariusza Kowalczyka – Dyrektora ds. Operacyjnych.

Pomysł akcji zrodził się spontanicznie, gdy z misji wróciła nasza pacjentka, która opiekowała się punktami medycznymi w Afryce. Wspomogliśmy 2 misje – jedną w RPA, w miejscowości Mongoumba, a drugą w Kamerunie. W transporcie znalazły się paczki zawierające najpotrzebniejsze leki, środki opatrunkowe, drobny sprzęt medyczny, leki oraz okulary. Dzięki Fundacji Medcover wysłaliśmy również profesjonalny sprzęt medyczny, potrzebny do opieki nad noworodkami. Całość akcji przerosła nasze najśmielsze oczekiwania.

Anna Hamielec-Machaczka
Kierownik Centrum Medcover
Kraków-Ruczaj



Bardzo dziękuję wszystkim darczyńcom za szczerość i bezinteresowność. Zebraliśmy ubranka dla co najmniej trzech tysięcy dzieci! Realnie przyczyniliśmy się do polepszenia komfortu pierwszych chwil życia maluchów z Rwandy. Teraz najbardziej potrzebujący pacjenci dostaną piękne wyprawki. Dziękuję za wszystkie śpiochy, pajace, spodenki, kocyki, pieluchy i wiele innych akcesoriów!

Maria Miłek
położna
Szpital Medcover Wilanów



Bardzo poruszył mnie nadesłany materiał „dowodowy” w postaci zdjęć z Afryki, na których zobaczyłem, w jakich warunkach kobiety rodzą tam dzieci. Chodziłem z tym widokiem w głowie przez kilka dni – do momentu, w którym postanowiłem działać i coś zmienić. Zorganizowałem najpotrzebniejszy sprzęt i meble medyczne. Bardzo ucieszyłem się, że mogliśmy przekazać m.in. profesjonalne łóżko porodowe, które miało zastąpić spróchniały drewniany blat, a także aparaty do USG, EKG etc. Te urządzenia medyczne zostały z różnych przyczyn wycofane z codziennego użytku w naszej firmie, stąd wziął się mój pomysł. Dodatkowo zorganizowałem nieodpłatnie magazyn, gdzie przez pewien czas uzgodnione wyposażenie oczekiwało na dalszą daleką podróż.

Prywatnie od 20 lat jestem strażakiem ochotnikiem – osobiście uważam, że to wolontariat najwyższej próby – pełne zaangażowanie bez oczekiwania materialnego wynagrodzenia. Pomaganie innym? Z tym trzeba się urodzić. Niesienie pomocy innym to dar, którego się nie wyrzekniesz. Bezinteresowna chęć niesienia pomocy i bycia tam, gdzie ktoś woła o pomoc, gdzie możemy zrobić coś dobrego, to jest na pewno we mnie. Nic w tym złego, że poświęcam swój wolny czas i wkładam mnóstwo pracy i zaangażowania w swoje działania. Bezinteresowni ludzie istnieją i niektórzy nawet nie zdają sobie sprawy z tego, jak wielu nas jest.

Piotr Szczęch
Lider ds. Zakupów Medycznych
Medcover Sp. z o.o.
Centrum Medyczne Damiana
Holding Sp. z o.o.





Wellbeing TEAM



Wellbeing Team Medicover to zespół, który powstał z inicjatywy pracowników – dla pracowników. Członkowie Wellbeing Team starają się, aby podejmowane przez nich działania jak najlepiej odpowiadały na potrzeby pracowników i aby wspólnie tworzyć zdrowe i przyjazne miejsce pracy.

Jednym z programów realizowanych przez Wellbeing Team jest „Zdrowie przez cały rok”. Jego celem jest kształtowanie kultury zdrowego stylu życia wśród pracowników. W ramach programu od 2017 roku przeprowadzono kilkanaście kampanii. Zespołem kieruje Aleksandra Mielniczuk, Kierownik ds. Projektów Rozwojowych w Medicover.

W 2018 r. Medicover Polska otrzymała za program wellbeingowy główną nagrodę w pierwszym ogólnopolskim konkursie dla firm realizujących projekty w zakresie wellbeingu – WELLPOWER 2018!, którego celem jest promowanie idei wellbeingu w organizacjach oraz najlepszych praktyk w tym obszarze.

W 2018 r. Fundacja Medicover wspólnie z Wellbeing Team współpracowała przy dwóch społecznych kampaniach skierowanych do pracowników: „Zaczytani w Medicover” oraz „Twoja krew – ważna sprawa”. Obie inicjatywy spotkały się z ogromnym zainteresowaniem wśród pracowników, którzy aktywnie zaangażowali się w ich realizację.

Zaczytani w MEDICOVER

Wystarczy 6 minut czytania, by zmniejszyć poziom hormonów stresu nawet do 60%. To niesamowity wynik! Czytanie ma doskonały wpływ na nasze samopoczucie, dlatego też, w ramach ogólnopolskiej akcji „Zaczytani w Medicover”, zachęcaliśmy naszych kolegów właśnie do czytania.

Kampania „Zaczytani w Medicover” obejmowała różne inicjatywy, jak m.in.: spotkania z ekspertami, akcje wolontariackie, zbiórka książek, zniżki na zakupy czy bookcrossing. Specjalnie podkreślamy wyjątkowość ostatniej akcji — bookcrossingu. Stwarza on bowiem możliwość dzielenia się książkami czy wymiany na inne, daje szansę czytania osobom, których nie stać na zakup książek, powoduje, że książki są w ciągłym obiegu. Ambasadorką akcji była Kamila Skorupińska, Dyrektor ds. Personalnych Medicover.

W dniach 2–16 listopada 2018 r., właśnie w ramach kampanii „Zaczytani w Medicover”, prowadzona była Wielka Zbiórka Książek. Zachęcaliśmy



pracowników nie tylko do czytania książek, ale także do dzielenia się nimi. W ten sposób udało się zebrać ok. 5 tys. książek! Taki rezultat budzi respekt. Książki zostały przekazane do magazynu Fundacji Zaczytani, a następnie do szpitali na oddziały dziecięce, gdzie zasilą biblioteki.

Podczas akcji wolontariackich 24 listopada i 8 grudnia 2018 r. odbyły się segregacja, liczenie i pakowanie książek zebranych wcześniej, w trakcie Wielkiej Zbiórki Książek organizowanej przez Fundację Zaczytani. Wolontariusze wspólnie przygotowali III paczek z księgozbiorami, które trafią do prawie 18 tysięcy osób!



Akcja wellbeingowa „Zaczytani w Medicover” okazała się strzałem w dziesiątkę! Nie tylko stworzyliśmy biblioteki do bookcrossingu, ale jeszcze udało się zorganizować wielką zbiórkę książek, które trafią na półki w szpitalach dziecięcych. Dodatkowo, w ramach wolontariatu, udało nam się spakować łącznie III paczek, a posegregowane książki trafiły do 17 760 osób. Te liczby robią wrażenie i napawają mnie dumą. Mam nadzieję, że w tym roku znów uda nam się powtórzyć ten sukces, a wolontariat związany z segregacją i zbiórką książek wejdzie na stałe do naszego Medicoverowego życia.

Anna Budzikowska

Koordinator ds. Szkoleń, Medicover
Koordinator kampanii „Zaczytani w Medicover”, Wellbeing Team



”

Twoja krew – ważna sprawa



Wspólnym dziełem Wellbeing Team i Fundacji Medcover w grudniu 2018 r. była kampania „Twoja krew – ważna sprawa”. Składały się na nią dwie niezależne akcje: „Podaruj cząstkę siebie na święta” oraz „Zbadaj się!”.

W środę, 5 grudnia 2018 r., w Centrum Konferencyjnym NIMBUS, odbyła się akcja oddawania krwi („Podaruj cząstkę siebie na święta”), a w Biurze Medcover badania profilaktyczne („Zbadaj się!”) dla pracowników.

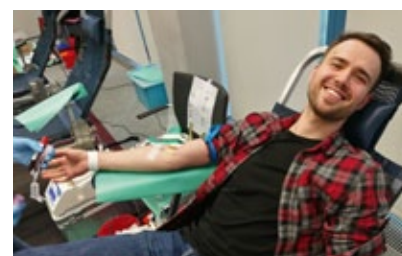
Akcja krwiodawstwa zorganizowana została we współpracy z Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa. Towarzyszyły jej również pokazy profesjonalnego opatrywania ran przeprowadzone przez naszą niezawodną Akademię Ratownictwa Medcover.

Do oddania krwi potrzebującym zgłosiło się: 47 pracowników, zakwalifikowanych zostało i oddało krew 28 osób. Wynik akcji to 12,6 l oddanej krwi.

Akcja „Zbadaj się!” promowała prozdrowotne zachowania i nawyki oraz wczesne wykrywanie czynników ryzyka chorób cywilizacyjnych, w tym chorób układu sercowo-naczyniowego. Do kluczowych czynników ryzyka należą m.in.: nieprawidłowa masa ciała – głównie nadwaga i otyłość, nieprawidłowy poziom glukozy we krwi, nieprawidłowy poziom cholesterolu całkowitego oraz wysokie ciśnienie tętnicze.

W ramach kampanii pracownicy mogli skorzystać z następujących badań:

- Pomiar ciśnienia tętniczego krwi.
- Badanie glukozy i cholesterolu całkowitego metodą paskową.
- Analiza składu masy ciała oraz określenie BMI za pomocą wagi TANITA.
- W zależności od wskazań uczestnicy mogli skorzystać z porady dietetyka.
- Z badań profilaktycznych skorzystało 99 naszych pracowników.



Krew oddaję od ok. 10 lat. Korzyści wynikające z honorowego oddawania krwi to niesamowita satysfakcja z pomocy innym i jeszcze czekająca w bonusie. Zawsze przy pobraniu plotkuję z pielęgniarkami, więc nawet nie myślę, że pobranie jest lekko nieprzyjemne. Samo oddanie krwi trwa zaledwie 5 minut, a może uratować życie, więc nie ma się nad czym zastanawiać! Oddaj krew!

Grzegorz Stępień
Specjalista
ds. Wsparcia Aplikacji
Honorowy Krwiodawca

Dla mnie osobiście ta akcja była spełnieniem marzeń, połączeniem pięknej współpracy i zaangażowania w szczytnym celu. Dlaczego warto? Statystyka mówi sama za siebie – 40 osób wstało od biurka, aby podarować cząstkę siebie, cząstkę, której nie da się niczym zastąpić. Jeszcze mam ciarki, gdy to wspominam!

Maria Łankowska
Asystent Zespołu Szkoleń, Medcover
Koordynatorka Kampanii
„Twoja krew – ważna sprawa”,
Wellbeing Team

Nie ma cenniejszego daru dla potrzebujących, niż właśnie Twoja krew. Ona naprawdę może komuś uratować życie. Każdy, kto w jakikolwiek sposób przyczynia się do ratowania drugiego człowieka, jest – nie tylko w dzisiejszych czasach, ale zawsze – superbohaterem. Krwiodawcy w szczególności zasługują na to miano, bo aby uratować drugiego człowieka, oddają „cząstkę” siebie.

Ireneusz Urbanke
Kierownik Pogotowia Medcover,
Ambasador Kampanii
„Twoja krew – ważna sprawa”



Inne PROJEKTY



AKCJA STOMATOLOGICZNA – EIP



Fundacja Medicover oraz DentaCare połączyły siły w trosce o dziecięce uśmiechy. 8 września w placówce DentaCare Ursynów wykonane zostały przeglądy dentystryczne wśród podopiecznych Fundacji Charytatywnej (firma EIP), która prowadzi działalność na rzecz poprawy jakości życia dzieci.

Dzieci, które uczestniczyły w przeglądach, są podopiecznymi Fundacji Charytatywnej ze względu na trudną sytuację materialną w domach. Mają przynajmniej jednego rodzica lub opiekuna. Część dzieci objęta jest wsparciem ze względu na dysfunkcyjne zachowania w rodzinie, jak m.in.: trudności w adaptacji w środowisku spowodowane niskim poczuciem wartości, przemoc psychiczna etc. Dzieci te są często zaniedbane zdrowotnie.

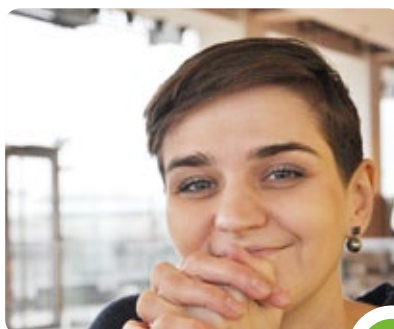


Był to dzień pełen radości i uśmiechu. Dziękujemy za tak profesjonalne i ciepłe przyjęcie 16 młodych dzielnych pacjentów w wieku 7–17 lat.

Edukacja zdrowotna jest nie mniej ważnym elementem wsparcia potrzebujących dzieci i młodzieży niż zapewnienie codziennie ciepłego posiłku czy butów na zimę. Dlatego możliwość skorzystania z darmowych przeglądów stomatologicznych dla podopiecznych naszej Fundacji była świetną okazją, żeby zachęcić dzieci i młodzież do dbania o higienę jamy ustnej. To także dodatkowa „cegiełka” do troski i uwrażliwienia na to, co jemy i dlaczego warto unikać cukru.

Anna Stadnicka

Fundraising Foundation Coordinator
EIP Sp. z o.o.



KUCHARZ DOSKONAŁY

W 2018 roku Fundacja Medicover już po raz trzeci wsparła Stowarzyszenie Otwarte Drzwi w organizacji konkursu umiejętności kulinarnych dla osób z niepełnosprawnością intelektualną „Kucharz Doskonały”. Była to już dwunasta edycja konkursu, a pomoc Fundacji polegała na zorganizowaniu warsztatów dietetycznych oraz zapewnieniu obsługi medycznej tego wydarzenia. W warsztatach wzięło udział prawie 30 osób.



DOM DZIECKA IM. KORCZAKA

Tradycyjnie w grudniu w Domu Dziecka im. Korczaka zorganizowana została uroczysta wigilia, na którą zostali zaproszeni przedstawiciele Fundacji Medicover. Podczas tego wydarzenia podopieczni Domu przygotowali atrakcyjny program artystyczny z jasełkami; następnie odbyła się uroczysta kolacja dla wychowanków, personelu i zaproszonych gości. Od ponad 20 lat Medicover sprawuje opiekę medyczną nad 70 wychowankami tej placówki.



Współpraca z Fundacją Medcover to dla nas wielka przyjemność. Nasze wspólne działania stale się poszerzają. W 2018 roku, oprócz Dnia Dziecka i Mikołajek, zrealizowaliśmy także warsztaty z pierwszej pomocy. Ta inicjatywa jest szczególnie ważna dla rodziców, ponieważ tego typu zajęć, w formie nieodpłatnej, nie ma na rynku. Nasi rodzice często zmagają się np. z sytuacjami bezdechu czy też zakrztuszenia wydzieloną lub zewnętrznym materiałem u swoich dzieci. Pozyskana wiedza pozwoli im adekwatnie reagować w tego typu sytuacjach. Niezwykle ważną wartością dodaną jest zdobycie ogólnej wiedzy na temat pierwszej pomocy. Pozwala ona czuć się pewniej w zaskakującej rodziców rzeczywistości.

Maria Małecka-Rzodkiewicz
Dyrektor Ośrodka AMICUS
Fundacja Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”



SZKOLENIA Z PIERWSZEJ POMOCY DLA RODZICÓW NIEPEŁNOSPRAWNYCH DZIECI

W marcu 2018 r. razem z Fundacją Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” oraz Akademią Ratownictwa Medcover uruchomiony został cykl szkoleń z pierwszej pomocy. Szkolenia odbywały się w ostatni czwartek miesiąca w Ośrodku Cemicus przy ul. Grzybowskiej. W zajęciach uczestniczyli rodzice niepełnosprawnych dzieci – podopiecznych fundacji. Cykl szkoleń spotkał się z ogromnym zainteresowaniem uczestników – każde szkolenie miało 100-procentową



frekwencję. Łącznie w 8 warsztatach wzięło udział prawie 100 rodziców. Ze względu na ogromne zainteresowanie projekt będzie kontynuowany w 2019 r.

1% PODATKU DLA INTERWENCYJNYCH OŚRODKÓW PREADOPCYJNYCH

Fundacja Medcover pomaga dwóm Interwencyjnym Ośrodkom Preadopcyjnym (IOP) – w Otwocku i w Częstochowie, przekazując im 1% podatku zebrany wśród pracowników i przyjaciół Medcover. Wszystkim, którzy złożyli deklarację podatkową z wpisaniem nr KRS Fundacji Medcover, serdecznie dziękujemy! W 2018 r. udało się zebrać 8716,90 zł.



Aby przekazać maluszkowi środki z 1%, wystarczy, wypełniając swój PIT, wpisać w odpowiedniej rubryce na końcu formularza numer KRS Fundacji Medcover: 0000283132.

SZKOŁA DLA DZIECI Z AUTYZMEM

Już trzeci rok z rzędu Fundacja Medcover wspiera Niepubliczną Specjalną Szkołę Podstawową „Krok po kroku” im. Edmunda Bojanowskiego w Wilanowie. Placówka przyjmuje dzieci o zaburzonego rozwoju, wykazujące trudne zachowania (niszczenie mienia, niepodporządkowywanie się rodzicom i wychowawcom, ataki złości, autoagresja), a także takie, które nie posiadają umiejętności sprawnego komunikowania się. Fundacja Medcover zapewnia opiekę medyczną nauczycielom pracującym w tej szkole.

MYSZKA NORKA

Klub Myszek Norki, działający w ramach Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”, zorganizował bezpłatną imprezę plenerową pt. „Dzień Małego Strażaka z Myszką Norką”. Impreza odbyła się 3 czerwca w Szkole Głównej Służby Pożarniczej przy ul. Słowackiego w Warszawie. Miała charakter integracyjny dla dzieci z niepełnosprawnością i pełnosprawnych. Na wszystkich czekało mnóstwo atrakcji, m.in.: animacje z Myszką Norką, warsztaty manualne, malowanie twarzy, dmuchańce, spektakle. Przedstawiciele Fundacji Medcover zorganizowali obsługę medyczną tego wydarzenia i byli obecni podczas tej wyjątkowej imprezy.



WSPÓŁPRACA Z MEDICOVER BENEFITS

W grudniu Fundacja Medcover razem z Medcover Benefits przygotowała wyjątkową możliwość zakupu wouchera do sklepu Smyk i podarowania go chorym maluszkom. Dzięki temu do dzieci z zakładu pielęgniarstwa-opiekuńczego „Ufność” trafiły bony o wartości 6000 zł.

Akcja została zorganizowana po raz pierwszy i od razu spotkała się z dużym zainteresowaniem. Każdy z pracowników Medcover, posiadający dostęp do platformy Medcover Benefits, mógł skorzystać ze swoich punktów, aby zakupić voucher podarunkowy. Wystarczyło zalogować się na platformę i za pomocą punktów zakupić voucher, a następnie wysłać go na wskazany adres mailowy.

Za zgromadzone środki Ośrodek „Ufność” w Częstochowie mógł zakupić wiele rzeczy dla maluszków – m.in. pościelę, piżamki i ubranka. Wszystkim, którzy włączyli się w akcję – bardzo dziękujemy!



Nie ma nic wspanialszego od niesienia pomocy i wdzięczności za nią w postaci wzruszenia i radości. Warto pomagać, gdyż małe gesty, małe rzeczy, które mogą wydawać się niepozorne, potrafią przenosić góry i dawać szczęście innym, w przypadku tej inicjatywy – dzieciom z Ośrodka Ufność w Częstochowie. Jesteśmy dumni, że zespół Medcover Benefits mógł zaangażować się w tę szlachetną ideę, która została zrealizowana poprzez naszą platformę benefitową. Narzędzie do motywowania pracowników okazało się wspaniałym sposobem na niesienie pomocy potrzebującym.

Agnieszka Wojtarek
Koordynator Zespołu ds. Współpracy z Partnerami
Medcover Benefits



Akcje wolontariackie W RUMUNII



Stowarzyszenie Medicover w Rumunii w 2018 r. w liczbach:

27
projektów

445
wolontariuszy

prawie
1500
beneficjentów

Liczba uczestników biegów, których partnerem było
Stowarzyszenie Medicover:

31 500

SADZENIE DRZEW W LIPĂNEȘTI

Stowarzyszenie Medicover kontynuowało w 2018 roku prowadzony wspólnie ze stowarzyszeniem Se Poate projekt „Nowe drzewa dla nowego życia”. Nasi wolontariusze uczestniczyli w dwóch ważnych inicjatywach organizowanych w ramach tego projektu.

W dniu 24 marca wolontariusze sadzili drzewa na lewym brzegu rzeki Teleajăn, w gminie Lipănești, w okręgu Prahova. Ponadto 50 dzieci ze szkoły ponadpodstawowej z Lipănești wzięło udział w warsztatach z profilaktyki, których celem było przekazanie informacji o tym, jak postępować, by cieszyć się dobrym zdrowiem.

Po raz kolejny spotkaliśmy się pod koniec listopada, gdy wraz z wolontariuszami powróciliśmy na miejsce, w którym sadziliśmy młode drzewa



w 2017 i w marcu 2018 roku, by zobaczyć, jak rosną, a także zaplanować sadzenie akacji na sąsiedniej działce. Z radością powrócimy w to miejsce w 2019 roku, by wspólnie zasadzić kolejny zielony pas drzew na rzecz zdrowszej i bardziej przyjaznej środowisku przyszłości.

PARTNERSTWO Z ATCA

„Razem możemy więcej” – właśnie to hasło dopinguje nas do wspierania ludzi w potrzebie, czego najlepszym przykładem jest stale rozwijane przez nas partnerstwo z ATCA – Stowarzyszeniem Stosowanej Terapii Behawioralnej. Organizacja ta pomaga dzieciom z autyzmem, zapewniając terapię specjalistyczną. W 2018 roku wspólnie wzięliśmy udział w czterech różnych wydarzeniach, dzięki którym mogliśmy bezpośrednio pomóc wielu dzieciom i dorosłym. Stowarzyszenie Medicover wraz z dr. Mihaelą Roșu i wieloma wykwalifikowanymi wolontariuszami udzieliło wsparcia ATCA

w kwietniu i lipcu poprzez wyposażenie siedmiu sal do terapii w nowej siedzibie stowarzyszenia w Bukareszcie. Bardzo się cieszymy, że dzięki naszym działaniom na twarzach podopiecznych organizacji pojawił się uśmiech.

Ponadto w weekendy 12–13 maja i 13–14 października z radością przyłączyliśmy się do wolontariuszy ATCA Super Team podczas półmaratonu i maratonu, których starty i mety znajdowały się na placu Konstytucji w Bukareszcie. Wolontariusze Stowarzyszenia Medicover, ustawieni na 15. kilometrze oraz na trasie dziecięcej, wspierali biegaczy wodą i dopingiem, gdy ci najbardziej tego potrzebowali.



WSPÓŁPRACA Z HOSPICIUM CASA SPERANȚEI

W 2018 roku Stowarzyszenie Medicover przeprowadziło również dwa projekty z hospicjum partnerskim Casa Speranței.

W dniu 28 kwietnia odwiedziliśmy główną siedzibę hospicjum w Bukareszcie, gdzie spotkaliśmy się z dziećmi z Centrum Opieki Paliatywnej zlokalizowanego nieopodal parku Plumbuita. Wolontariusze Stowarzyszenia Medicover wspomagali prowadzenie warsztatów, podczas których dzieci miały okazję zaprojektować torby o wzorach inspirowanych przyrodą. W ramach tej samej inicjatywy uprzątnęliśmy ogród oraz zabieliśmy drzewa wapnem.

W dniu 7 lipca 2018 roku odwiedziliśmy nowy ośrodek hospicjum w Adunații Copăceni. Naszym celem było wyposażenie ośrodka opieki dziennej, a także upiększenie ogrodu niewielkimi drzewami, lawendą i krzewami jeżyn, które sprawią, że otoczenie dzieci przebywających w hospicjum będzie bardziej przyjazne.



BIEG DLA AUTYZMU NAD MORZEM CZARNYM

Partnerem, który otworzył nas na świat dzieci o szczególnych potrzebach, jest Centrum Psychologiczne Marea Neagra – jeden z najważniejszych ośrodków tego typu w Dobrudży. Każdego roku wielu oddanych wolontariuszy angażuje się tam w tworzenie przyjaznego otoczenia dla dzieci o szczególnych potrzebach.

W dniach 5-6 maja 2018 roku w Mamai odbyła się impreza sportowa „Alerg 24h Autism Marea Neagră” (24-godzinny bieg dla autyzmu nad Morzem Czarnym). Inicjatywa miała na celu zgromadzenie funduszy na utworzenie Plaży Terapeutycznej przeznaczonej dla dzieci z autyzmem i osób z niepełnosprawnością – projektu unikalnego na skalę Europy Wschodniej. Wolontariusze Stowarzyszenia Medcover przebiegli łącznie dystans 1242 km, co pozwoliło im zająć 12. miejsce na 40 uczestniczących zespołów.

Jesteśmy dumni z naszych kolegów i koleżanek i cieszymy się, że mogliśmy wziąć udział w projekcie, gromadząc fundusze na utworzenie Plaży Terapeutycznej przeznaczonej dla dzieci z autyzmem i osób z niepełnosprawnością. Jako partnerzy projektu, firmy Medcover i Synevo zdecydowały się przekazać 1 lej rumuński za każdy kilometr przebiegnięty przez członków 40 startujących w biegu zespołów, co dało łączną kwotę niemal 40 000 lejów rumuńskich.

Pod koniec czerwca powróciliśmy do Mamai, by kontynuować rozpoczęty w maju projekt. Zespół Stowarzyszenia Medcover, wspólnie z 20 wolontariuszami z ramienia Synevo



i Medcover, spędził tam dwa fantastyczne dni, biorąc aktywny udział w tworzeniu Ogrodu Sensorycznego i placu zabaw w ramach Plaży Terapeutycznej Centrum Autyzmu nad Morzem Czarnym w Mamai, w okręgu Konstanca. Ogród upiększono barwnymi kwiatami i wonną roślinnością, kolorowym labiryntem, polem do gry w klasy i innymi atrakcjami. Dzieci będą mogły korzystać z placu od tego roku. Razem możemy więcej!

Pięknie wszystkim dziękujemy!



WSPÓŁPRACA Z FUNDACJĄ ŚW. DYMITRA

Możemy śmiało stwierdzić, że nasza współpraca z Fundacją św. Dymitra z Bukaresztu stała się już tradycją. W 2018 roku również podjęliśmy wspólne działania.

W sierpniu Stowarzyszenie Medcover i jego wspaniali wolontariusze uprzątnęli salę do nauki, jadalnię, korytarze i klatkę schodową w budynku Fundacji.

Ponadto jej podopieczni wzięli udział w warsztatach higieny i profilaktyki oraz otrzymali 35 kompletnie wyposażonych tornistrów na nowy rok szkolny.



Razem możemy zrobić więcej, bliżej poznać naszych beneficjentów i zwiększyć liczbę dotacji na wsparcie wybranego celu. W 2018 r., poza stałymi działaniami wolontariackimi, wspieraliśmy także biegaczy, sadziliśmy drzewa i spełnialiśmy świąteczne życzenia dzieci. Dziękuję wam za zaangażowanie! To wasze działania sprawiają, że zmieniamy świat na lepsze.

Claudia Vaduva

Koordynatorka ds. Wolontariatu
Stowarzyszenie Medcover



”

POMOC DLA BUȘTENI

W sobotę, 27 stycznia 2018 roku, górskie służby ratunkowe z Bușteni otrzymały zestawy do udzielania pierwszej pomocy, a dzieci ze szkoły ponadpodstawowej w Bușteni wzięły udział w warsztatach z pierwszej pomocy i profilaktyki, które przeprowadziliśmy przy pomocy dr. Alexandru Moruza oraz wolontariuszy Medicovery i Synevo. Warsztaty z pewnością pomogły uwrażliwić dzieci z Bușteni na znaczenie pierwszej pomocy.



WSPARCIE DLA STOWARZYSZENIA LETCA NOUA

W marcu wspomogliśmy działania prowadzone przez Stowarzyszenie Letca Noua w okręgu Giurgiu, w ramach których dzieci w różnym wieku i ich mamy mogły wziąć udział w niezwykle interesującym kursie higieny. Nasi wolontariusze przekazali Stowarzyszeniu Letca Noua żywność i rzeczy niezbędne do prowadzenia codziennych działań. Koordynatorką wydarzenia była Valerica Ciocoi, Trenerka Sprzedaży z Synevo Rumunia.



IMPREZA CHARYTATYWNA W STOWARZYSZENIU APCA GALAȚI

W maju Stowarzyszenie Medicovery i nasi wolontariusze z Galați przeprowadzili w Stowarzyszeniu APCA Galați imprezę charytatywną, w ramach której wyposażyli salę do kinezyterapii. Sala zyskała drabinki, materace, stepper, rower rehabilitacyjny i piłki lekarskie.

WARSZTATY Z PROFILAKTYKI I HIGIENY

W lipcu 120 dzieci w wieku od 4 do 14 lat wzięło udział w warsztatach z profilaktyki i higieny prowadzonych przez wolontariuszy Stowarzyszenia Medicovery. Ponadto dr Cristina Florescu-Moraid z ramienia Synevo Central Lab koordynowała działania skierowane do matek najmłodszych dzieci. Na zakończenie warsztatów wszyscy obecni otrzymali środki higieniczne, żywność i zabawki. Cieszymy się, że mogliśmy wnieść wkład w polepszenie jakości życia społeczności lokalnej.



SPOTKANIE DLA DZIECI – HIGIENA I PIERWSZA POMOC

W listopadzie, wspólnie z harcerzami z Dapyx Sco-uts, Medgidia Scout, Aureliu Condrea i zespołem wolontariuszy z lowmed Constanța zorganizowaliśmy spotkanie poświęcone higienie i podstawowym pojęciom związanym z pierwszą pomocą dla około 50 entuzjastycznie nastawionych i niezwykle bystrych dzieci. Ponadto przekazaliśmy harcerzom sprzęt niezbędny w ich aktywnościach.



WSPARCIE DLA DZIECI Z CONCORDIA PLOIEȘTI

Przed Bożym Narodzeniem Anca Coman i wolontariusze Stowarzyszenia Medicovery odwiedzili dzieci z organizacji Concordia Ploiești, by porozmawiać z nimi o higienie i profilaktyce chorób. Dołączyło do nas również kilkoro dzieci z Programu „InCerc”, a na zakończenie przekazaliśmy dzieciom drobne prezenty.

Stowarzyszenie Medicovery od początku działalności, czyli od listopada 2016 r., wciąż świetnie się rozwija. Rośnie liczba zaangażowanych wolontariuszy oraz organizowanych imprez i wydarzeń charytatywnych. Jestem dumny z tego, że mogę wraz ze swoim zespołem aktywnie wspierać prowadzoną przez nich działalność wolontariacką na rzecz potrzebujących dzieci, bieżące projekty, inicjatywy sadzenia drzew i inne działania popierane również przez społeczności lokalne w Rumunii. Wszystkie te wysiłki są ważną wartością dla Medicovery.

Adrian Peake

General Director, Medicovery Romania



POZOSTAŁE WYDARZENIA

W marcu odwiedziliśmy dzieci z klas piątych i szóstych w gminie Sangeru, w okręgu Prahova. Dzieci aktywnie uczestniczyły w warsztatach, dzięki czemu miały okazję zdobyć informacje na temat higieny i żywienia poprzez gry i ćwiczenia praktyczne. Na zakończenie warsztatów dzieci otrzymały zestawy złożone z pasty do zębów i mydła.

W kwietniu wybraliśmy się do szkoły Dor Mărunt, gdzie przeprowadziliśmy szkolenie z profilaktyki chorób i przynieśliśmy prezenty od zajączka wielkanocnego dla 50 dzieci, które wcześniej napisały do niego listy.

W tym samym miesiącu spotkaliśmy się na warsztatach z profilaktyki z dwiema grupami 4-klasistów z położonej w 3. dzielnicy szkoły im. Danteo Alighieri. W ramach uzupełnienia informacji przekazywanych przez Stowarzyszenie Medicovery przedstawiciele Solaris poprowadzili tam warsztaty zdrowego gotowania, podczas których dzieci przygotowywały słodycze z daktyli i wiórków kokosowych oraz otrzymały zdrowe produkty, by kontynuować projekt w domach.

W maju, wspólnie z Synevo, przekazaliśmy meble organizacji Help Autism Centre w Suczawie, gdzie 30 dzieci codziennie korzysta z terapii ABA.

W tym samym miesiącu wolontariusze Stowarzyszenia Medicovery wsparli podopiecznych stowarzyszenia United Kids w Extreme Park Cernica.

W czerwcu Stowarzyszenie Medicovery zorganizowało warsztaty higieny i profilaktyki skierowane do 30 nastolatków pozostających pod opieką stowarzyszenia Create Yourself.

W grudniu wolontariusze Stowarzyszenia Medicovery mieli okazję wnieść nieco radości do życia 81 dzieci z gminy Ciuperceni (okręg Teleorman) i 118 dzieci z gminy Jilavele (okręg Ialomița), pomagając Świętemu Mikołajowi dostarczyć im prezenty.



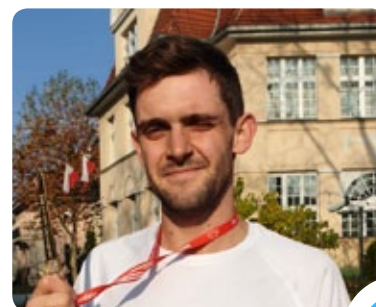
Medicover RUNNERS



Do zespołu Medicover Runners dołączyłem w marcu 2018 roku – bez planu, ale wiedząc, że chcę spełnić swoje dwa biegowe marzenia – pierwszy triathlon i maraton. Oba cele udało mi się osiągnąć już po kilku miesiącach wspólnych treningów i zachęcania do pracy w przerwach między treningami na stadionie RKS Skra. Zespół Medicover Runners, na czele z naszym trenerem, jest najlepszą motywacją do ciężkiej pracy, wybiegania kilometrów i osiągania coraz lepszych wyników!

Maciej Malenda

Dyrektor ds. Innowacji i Nowego Biznesu
Medicover



”

Niesamowite, jak szybko mija czas. Już 6 lat wspólnie biegamy, a entuzjazm naszych podopiecznych wciąż nie gaśnie. Jestem dumny, że mogę współpracować z takimi pozytywnymi ludźmi, zakręconymi na punkcie biegania. Jeszcze bardziej cieszy fakt, że budowana przez lata marka Medicover Runners zaczęła wykraczać również poza granice Polski. W tym sezonie przygotowałem program startów sztafetowych, w których pracownicy z różnych spółek Medicover z Europy ścigali się wspólnie, w jednej drużynie, w ramach projektu Run Medicover Run, co motywowało ich jeszcze bardziej. Miło się patrzy na uśmiechnięte twarze naszych biegaczy po każdym dobrym treningu czy zawodach. Wierzę, że będę mógł stworzyć i rozwijać w naszej firmie jeszcze wiele ciekawych projektów sportowych.

Jacek Wichowski

Koordynator ds. Projektów
Fundacja Medicover
Medicover Runners Coach



”

Przez 6 lat trwania projektu nasi pracownicy przebiegli podczas treningów i zawodów w sumie już ponad 40 tys. kilometrów, czyli okrążyli całą kulę ziemską. Medicover Runners to projekt, który poprzez swoją kompleksowość, elastyczność i kreatywność zachęca pracowników do uprawiania sportu, a także dba o indywidualne podejście do każdego pracownika. Dzięki profesjonalnej opiece trenera nad podopiecznymi, niezależnie od

poziomu ich zaawansowania, udało się zbudować unikatową formułę aktywnego miejsca pracy. Członkowie drużyny Medicover Runners zarażają innych pozytywną energią nie tylko na wspólnych treningach i zawodach, ale także w życiu codziennym. Są najlepszymi ambasadorami marki promującej zdrowy tryb życia i pokazują własnym przykładem, jak w prosty sposób można zrobić coś pożytecznego dla własnego zdrowia.

Nasze treningi Medicover Runners, a także wspólne starty w zawodach skutecznie wpłynęły na moją motywację do regularnego biegania, czego nie mogłam osiągnąć, próbując biegać indywidualnie. To dzięki trenerskim umiejętnościom Jacka Wichowskiego i atmosferze Runnersów po 15 latach wróciłam do biegania i w 2018 roku z sukcesem wystartowałam w biegach na 5 i 10 km. Czekam na kolejny sezon!

Justyna Markowicz

Specjalista ds. Budowania Zaangażowania
i Employer Brandingu
Medicover



”

Medicover Runners w liczbach:

60
biegaczy

11
drużynowych
startów

38
wspólnych
treningów

ponad
10 tys.
kilometrów pokonanych
w sezonie

Rajd ROWEROWY



23 czerwca 2018 r. ruszyła szósta edycja Rajdu Rowerowego Fundacji Medicover „Razem przeciwko cukrzycy typu 2”.



W Polsce z cukrzycą zmagają się prawie 3 miliony osób, w tym aż 1/3 pacjentów nie wie o swojej chorobie. Jak podkreślają eksperci, wyzwaniem pozostaje także niska świadomość Polaków nt. profilaktyki cukrzycy, wskutek której na przestrzeni kolejnych lat liczba nowych zachorowań może znacząco wzrosnąć. W celu zmiany nawyków Polaków, zwiększenia wiedzy nt. zdrowego stylu życia oraz znaczenia aktywności fizycznej i rutynowych badań w walce z cukrzycą typu 2 w ostatnim tygodniu czerwca odbyła się szósta już edycja Rajdu Rowerowego Fundacji Medicover „Razem przeciwko cukrzycy typu 2” pod hasłem „Wykołuj cukrzycę zdrowym stylem życia”. Na trasie rajdu, jak co roku, można było skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych oraz zasięgnąć konsultacji dietetyków.

Drużyna rowerzystów

W trasę z Zakopanego oraz Berlina wyruszyły dwie drużyny składające się z wolontariuszy Fundacji Medicover z Polski, Niemiec, Ukrainy, Rumunii i Szwecji. Pierwsza drużyna, kierowana przez Agnieszkę Matusik (Specjalista ds. Dokumentacji Korporacyjnej, Dział Prawny, Medicover), wyjechała z Zakopanego 24.06.2018 r., natomiast druga, prowadzona przez Daniela Hefela (VP Business Development, Commercial Excellence and eCommerce Diagnostic Services, Medicover), trzy dni później z Berlina. Oba drużynom towarzyszyły karetki Pogotowia Medicover, które zapewniały rowerzystom maksymalne bezpieczeństwo. Łącznie rowerzyści przejechali ponad 1600 kilometrów! Wszyscy uczestnicy rajdu to pracownicy Medicover, którzy pod okiem niezawodnego trenera – Piotra

Szmyta, przygotowywali się do tej wyprawy już od początku roku. Obie drużyny połączyły się w Słupsku, gdzie odbyło się również spotkanie z gośćmi – przedstawicielami Senior Management z całej Europy. Ostatni odcinek rajdu 50 rowerzystów przejechało wspólnie w eskorcie policji aż do mety w Gdyni 1 lipca.

Uczestnictwo w Rajdzie Rowerowym na trasie Berlin – Gdynia było dla mnie wielką przyjemnością. Była to także doskonała okazja do propagowania profilaktyki cukrzycy i aktywnego trybu życia wśród lokalnej społeczności – w miastach, które mijaliśmy. Rajd jest także znakomitą okazją do doskonałej międzynarodowej integracji – nie byłaby ona możliwa bez tej inicjatywy. Przedstawiciele Szwecji, Ukrainy, Niemiec i Polski, pracujący na różnych stanowiskach w różnych spółkach Medicover, spędzili ekscytujący tydzień, bawiąc się, motywując i wymieniając doświadczenia. Dziękuję za ten cenny czas!

Adam Guzenda

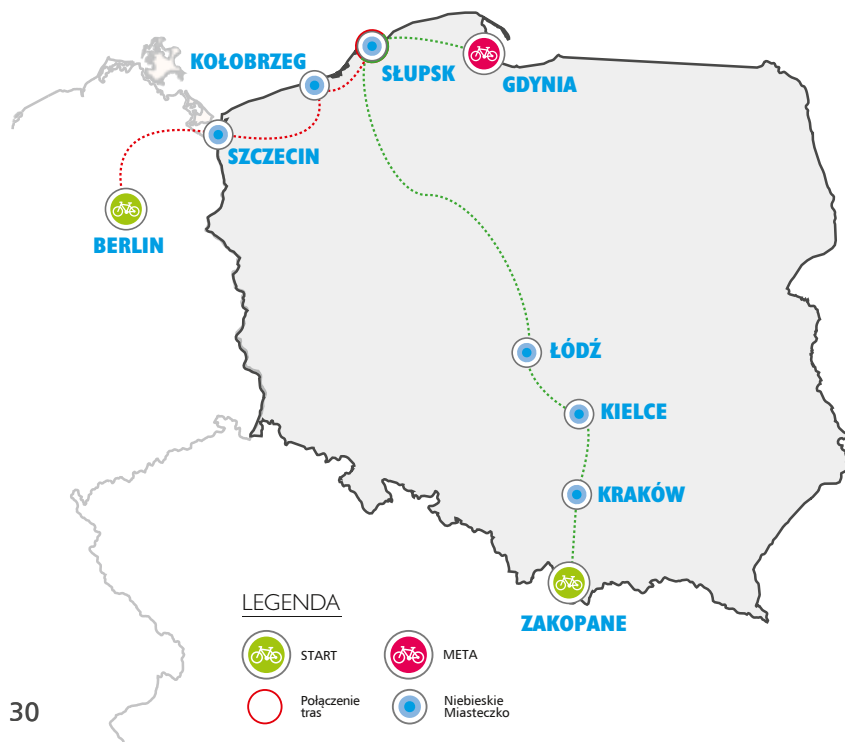
Asystent Dyrektora Instytutu
 Kontroling, laboratoria szpitalne
 IMD Labor Oderland GmbH
 MVZ Ärztliches Labor
 Dr. Berthold & Kollegen
 Rowerzysta drużyny Berlin



Organizacja wyprawy była na wysokim poziomie – dobrze przemyślana trasa, Niebieskie Miasteczka zawsze przygotowane na tip-top i niezastąpione wsparcie innych uczestników rajdu!

Dominik Starachowski

Specjalista ds. Infrastruktury IT
 Dział IT, Medicover
 Rowerzysta drużyny Zakopane



Niebieskie Miasteczka w 8 miastach Polski

W Niebieskich Miasteczkach na trasie rajdu można było wykonać bezpłatne badania profilaktyczne w kierunku cukrzycy: zmierzyć ciśnienie krwi, określić poziom cukru, skorzystać z porad dietetyka, przeprowadzając analizę składu ciała, czy przy wskazaniach lekarza sprawdzić poziom cholesterolu. Spotkania z mieszkańcami były także okazją do rozmowy nt. roli zdrowego trybu życia w profilaktyce cukrzycy typu 2. Jak podkreślają eksperci, badania przesiewowe oraz zdrowy, aktywny tryb życia to sposoby, by jej przeciwdziałać, dlatego gorąco zachęcaliśmy do odwiedzania Niebieskich Miasteczek na trasie rajdu.

Wolontariusze Fundacji Medcover oraz specjaliści czekali na mieszkańców w godzinach od 10:00 do 15:00 w poszczególnych miastach:

- **23 czerwca, Zakopane**
Park Miejski im. Józefa Piłsudskiego
- **24 czerwca, Kraków**
Plac Wolnica
- **25 czerwca, Kielce**
Plac Artystów
- **27 czerwca, Łódź**
Pasaż Schillera
- **28 czerwca, Szczecin**
Aleja Kwiatowa / Zegar Słoneczny
- **29 czerwca, Kołobrzeg**
Skwer Pionierów
- **30 czerwca, Słupsk**
Park Kultury
- **1 lipca, Gdynia**
Skwer Kościuszki

Rajd był dla mnie niezapomnianym doświadczeniem. W Niebieskich Miasteczkach miałam okazję poznać setki wspaniałych ludzi z całej Polski, wysłuchać ich historii i odpowiedzieć na wszystkie pytania dotyczące zdrowego trybu życia, cukrzycy typu 2 oraz jej profilaktyki. Mam nadzieję, że będę miała jeszcze możliwość uczestnictwa w projektach Fundacji Medcover, ponieważ jest to świetna okazja do poznania ciekawych ludzi i integracji z pracownikami, a także ogromna dawka endorfin.

Aleksandra Paszkowska
Specjalista ds. Opinii Klientów,
Medcover, dietetyczka



Znani sportowcy na trasie rajdu

Chcąc zwrócić uwagę na poważny problem zdrowotny, jakim jest cukrzyca, poza wolontariuszami Fundacji do rajdu dołączają także znani sportowcy. W tym roku całą trasę rajdu wraz z uczestnikami pokonały Iwona Podkościelna i Aleksandra Teclaw – trzykrotne mistrzyni świata oraz złote medalistki paraolimpijskie z Rio 2016 w kolarstwie tandemowym. Wybrany odcinek trasy przejechał także Kami Kuczyński, trzykrotny olimpijczyk, kolarz torowy. Olimpijczycy wspólnie z rowerzystami przemierzali trasę i zachęcali do wzięcia udziału w badaniach profilaktycznych w kierunku cukrzycy. Rajd Rowerowy „Razem przeciwko cukrzycy typu 2” został objęty patronatem honorowym: Prezydenta Miasta Zakopanego, Prezydenta Miasta Krakowa, Prezydenta Miasta Kielce, Prezydenta Miasta Łodzi, Prezydenta Miasta Szczecina, Prezydenta Miasta Słupska, Prezydenta Miasta Kołobrzegu, Prezydenta Miasta Gdyni.

O całej akcji pierwszy raz usłyszałem w 2017 r. od Oli Teclaw. Pomyślałem, że jest to świetna inicjatywa, która promuje aktywność fizyczną oraz badania profilaktyczne w kierunku cukrzycy. Rajd łączy dwa ważne dla zdrowia elementy – ruch i badania profilaktyczne. Kiedy więc zapytano mnie, czy chciałabym wziąć udział w tym przedsięwzięciu, nie waham się ani chwili. Chciałabym, abyśmy wszyscy byli zdrowi, ponieważ wtedy w pełni możemy korzystać z życia. Jeśli mogę do promocji zdrowia dołożyć małą cegiełkę w postaci spędzenia kilku godzin na rowerze razem z fantastycznymi ludźmi, to jest to dla mnie czysta przyjemność. Mam nadzieję, że rajd przeciwko cukrzycy będzie kontynuowany w kolejnych latach. Zawsze możecie liczyć na moją pomoc i wspólną wesołą jazdę.

Kamil Kuczyński
trzykrotny olimpijczyk, kolarz Torowy



Rajd Rowerowy „Razem przeciwko cukrzycy typu 2” to wyjątkowy projekt. Z małej, lokalnej inicjatywy, na przestrzeni ostatnich 6 lat osiągnął rangę międzynarodową. Dziesiątki rowerzystów, setki zaangażowanych osób, tysiące przebadanych w Niebieskich Miasteczkach. W imieniu całej Fundacji Medcover serdecznie dziękuję wszystkim wolontariuszom za wsparcie i zaangażowanie. Bez Was nie byłoby tej akcji!

Dagmara Iwaniak
Kierownik ds. Projektów
w Fundacji Medcover



Partnerzy projektu:



Międzynarodowa Nagroda PIELĘGNIARSKA KRÓLOWEJ SYLWII

W 2018 roku odbyła się już trzecia polska edycja Konkursu o Nagrodę Pielęgniarską Królowej Sylwii – Queen Silvia Nursing Award.

Nagroda została ustanowiona w 2013 r. przez organizację Swedish Care International jako prezent dla Jej Królewskiej Mości Królowej Sylwii z okazji 70. urodzin. Organizatorem konkursu

w Polsce jest Fundacja Medicover. To wyjątkowe stypendium adresowane jest wyłącznie do studentek i studentów pielęgniarstwa oraz osób będących w trakcie specjalizacji pielęgniarstwa.

Nagroda przyznawana jest co roku. Obecnie mogą się o nią ubiegać kandydaci ze Szwecji, z Finlandii, Polski oraz Niemiec.

CELE konkursu QSN

- **ROZWÓJ**
umożliwienie rozwoju zaangażowanym i kreatywnym uczestnikom.
- **DIALOG**
zachęcenie do wymiany pomysłów i dialogu na temat opieki nad osobami starszymi i cierpiącymi na demencję.
- **SATYSFAKCJA**
pokazanie, że pielęgniarstwo to satysfakcjonujące i atrakcyjne zajęcie.

Swedish Care International

Ponad 20 lat temu Jej Królewska Mość Królowa Szwecji Sylwia założyła fundację Stiftelsen Silviahemmet, której zadaniem jest szerzenie wiedzy i świadomości na temat opieki nad osobami starszymi i cierpiącymi na demencję. Stiftelsen Silviahemmet jest reprezentowana przez Swedish Care International (SCI) w środowisku międzynarodowym. Od 2006 r. SCI, wspólnie z partnerami, przeszkoliło ponad 130 000 osób w różnych krajach Europy i Azji. Misją SCI jest zapewnienie najwyższej jakości edukacji i narzędzi do opieki nad osobami starszymi i cierpiącymi na demencję.

Trzecią polską edycję QSN wygrała Paulina Pergo – studentka pielęgniarstwa na I roku studiów magisterskich Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Laureatka jest autorką pomysłu poczty, dzięki której wolontariusze mogliby regularnie wymieniać korespondencję z pensjonariuszami domów seniora, by osoby starsze nie pozostawały same ze swoimi problemami, i dzięki korespondencji mogły nawiązywać relacje z innymi ludźmi oraz poprawić kondycję psychiczną.

W edycji QSN 2018 po raz pierwszy zostały przyznane dodatkowe wyróżnienia.

Pomysł na „Listy do przyjaciela” zrodził się z mojej obserwacji otoczenia i własnych doświadczeń. Będąc na wolontariacie w Kolumbii, miałam okazję zobaczyć chłopca, który był niezwykle poruszony tradycyjnym listem, który otrzymał od rodziny. Jego wzruszenie przypominało mi o starszych pacjentach, którymi opiekuję się na co dzień. Dla nich również niewielkie gesty zainteresowania oraz kontakt z drugim człowiekiem są bardzo ważne. To zainspirowało mnie do stworzenia projektu skierowanego do pensjonariuszy domów seniora, którzy zwykle są osobami samotnymi, bez rodziny i przyjaciół. Dzięki wymianie korespondencji z wolontariuszami będą mogli podzielić się swoimi problemami, spostrzeżeniami czy wspomnieniami, dzięki czemu poczują się ważni i docenieni przez młodsze pokolenie.

Paulina Pergo
laureatka konkursu
QSN 2018



Członkowie komisji konkursowej dostrzegają dużą potrzebę inicjatywy, która odpowie na problem samotności osób starszych i w prosty sposób pomoże im zbudować nowe relacje. Wymiana listów nie wymaga dużo czasu i nie zna granic – pisać można z innej miejscowości, a nawet innego kraju. Każdy z nas zna radość z otwierania oczekiwanego listu, a poprawa samopoczucia pomaga osiągać lepsze efekty w leczeniu chorób osób starszych.

Małgorzata Kiljańska

lekarz, Przewodnicząca Komisji Konkursowej,
Dyrektor ds. Procesów Biznesowych w Medicover,
Członek Rady Programowej i Zespołu ds. Oceny
Jakości Kształcenia Kierunku
Pielęgniarstwo AWF-Medicover



Naczelna Rada Pielęgniarek i Położnych z dumą już po raz trzeci objęła Honorowym Patronatem konkurs QSN w Polsce. Idea nagrody, jaką jest podkreślenie znaczenia zawodu pielęgniarki, jest nam szczególnie bliska, dlatego też zdecydowaliśmy się na przyznanie dodatkowego wyróżnienia od NRPI (Naczelnej Rady Pielęgniarek i Położnych) oraz nagrody w postaci tabletu. Daniel Górnowicz, student Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Rotmistrza Witolda Pileckiego w Oświęcimiu, zaproponował stworzenie portalu internetowego „Integrator”, na którym seniorzy zgłaszałyby swoje potrzeby, np. zrobienie zakupów, transport na wizytę lekarską. Na tym samym portalu zgłaszałyby się osoby chcące pomóc seniorom w zaspokajaniu codziennych potrzeb. Postawa Daniela, który na co dzień aktywnie wspiera seniorów, a jego marzeniem jest wybudowanie od podstaw domu seniora o najwyższych standardach opieki, zwróciła naszą szczególną uwagę. Trzymamy kciuki za realizację celu!

Zofia Małas
Prezes Naczelnej Rady
Pielęgniarek i Położnych



Ustanawiając Nagrodę Pielęgniarską Królowej Sylwii, chcieliśmy podkreślić znaczenie pielęgniarstwa. Chcieliśmy, by studenci pielęgniarstwa mogli się poczuć tak samo ważni, jak studenci uczelni biznesowych i technicznych, dla których takie nagrody już istnieją. Nagroda Pielęgniarska Królowej Sylwii, mająca na celu poprawę opieki nad osobami starszymi oraz cierpiącymi na demencję, od 2016 roku przyznawana jest także w Polsce. Z Fundacją Medcover współpracaliśmy przy ustanawianiu Nagrody w 2013 roku w Szwecji, więc dla nas naturalnym krokiem było kontynuowanie tej współpracy również w Polsce.

dr Karin Lind-Mörnsten
CEO Swedish Care International



Wierzymy w to, że pasja i energia młodych ludzi, zaangażowanych w QSNA, przyniesie w przyszłości pozytywne zmiany w opiece nad osobami starszymi i cierpiącymi na demencję. Cieszy nas, że studenci pielęgniarstwa zgłaszają pomysły dotyczące materiałów chłonnych, czyli produktów, jakie firma Essity i marka Tena oferuje dla osób cierpiących na nietrzymanie moczu. Z radością przyznaliśmy wyróżnienie oraz nagrodę w wysokości 5000 zł Annie Kołodziej, absolwentce Collegium Medicum Uniwersytetu Medycznego w Krakowie, która obecnie jest w trakcie specjalizacji z pielęgniarstwa chirurgicznego.

Anna Grześkowiak
opiekun medyczny,
Brand Manager Essity Poland



Rebecca Eriksson, Laureatka QSNA ze Szwecji podczas wizyty w Polsce. Spotkanie z przedstawicielami partnerów konkursu.



Laureatka QSNA 2018 z Polski, wraz z laureatkami ze Szwecji i Niemiec, podczas Springer Nursing Congress w Berlinie.

QSNA w liczbach:

45

**izb
pielęgniarskich**
realizujących specjalizacje
pielęgniarskie

82

uczelnie
do których dotarliśmy
z informacją o projekcie

2

**dodatkowe
wyróżnienia**
przyznane w Polsce
po raz pierwszy

220

**zgłoszonych
pomysłów**



Finaliści QSNA 2018 wraz z członkami zespołu Fundacji Medcover.

NAGRODA w konkursie QSNA:

Uczestnicy konkursu walczą o jednorazowe stypendium w wysokości 25 000 zł oraz staż, będący integralną częścią nagrody. Podczas stażu laureat zdobywa

cenne doświadczenie i kontakty przydatne podczas rozwijania swojej przyszłej kariery. Laureat uczestniczy w szkoleniach i konferencjach, nawiązując relacje z przedstawicielami

organizacji partnerskich, a także ma możliwość wymiany doświadczeń z innymi laureatami konkursu z Polski, ze Szwecji, z Finlandii oraz Niemiec.

Naszym zadaniem, jako organizatora QSNA w Polsce, jest stymulowanie wymiany pomysłów oraz dialogu w zakresie możliwości rozwoju opieki i usług dla osób starszych. Gwałtownie starzejące się społeczeństwo to dziś jedno z największych wyzwań w skali globalnej. Stypendium ma na celu odpowiedzieć na to wyzwanie poprzez generowanie innowacyjnych pomysłów dotyczących opieki nad osobami starszymi i cierpiącymi na demencję.

Agnieszka Karasińska
Koordynator Projektu
QSNA, Fundacja Medcover



Naczelna Rada
Pielęgniarek i Położnych



MEDICOVER



MEDICOVER
SENIOR



Ambasada Szwecji
Warszawa



SZPITAL WOLSKI



NARODOWY INSTYTUT
GERIATRII, REUMATOLOGII
I REHABILITACJI
IM. PROF. DR HAB. MED. ELEONORY REICHER



Międzynarodowy ZASIĘG QSNA



We wrześniu 2018 r. Swedish Care International zorganizowało pierwsze spotkanie absolwentów QSNA. Pomysł stworzenia sieci absolwentów QSNA zrodził się z potrzeby dostarczenia jeszcze większej wartości dla pielęgniarek związanych z Nagrodą Pielęgniarską Królowej Sylwii. Każdego roku wielu utalentowanych i zaangażowanych studentów bierze udział w konkursie i przechodzi do finału. Swedish Care International chciało zapewnić im możliwość rozwoju.



Sieć absolwentów składa się z laureatów i finalistów ze wszystkich krajów biorących udział w QSNA. Absolwenci ze Szwecji, Finlandii, Niemiec oraz Polski wzięli udział w dwudniowym wydarzeniu, które odbyło się w zamku Ulvsunda w Sztokholmie. Była to znakomita okazja do nawiązania bezpośrednich kontaktów, by mogli dalej rozwijać swoje kompetencje i poszerzać wiedzę zawodową. Podczas wydarzenia odbyło się kilka warsztatów, których celem było pokazanie, w jaki sposób absolwenci mogą rozwijać swoje pomysły zgłoszone w QSNA. Uczestnicy warsztatów wysłuchali również inspirujących prelekcji. Absolwenci mieli czas na wzajemne poznanie się i wymianę doświadczeń podczas spotkań networkingowych. Pierwsze spotkanie zakończyło się sukcesem. W wydarzeniu wzięło udział 25 absolwentów z wszystkich czterech

krajów, którzy byli bardzo zadowoleni z możliwości poznania się i wzajemnej inspiracji do dalszych działań.

Podczas pierwszego spotkania Swedish Care International zapytało absolwentów o to, kto z nich chciałby zostać ambasadorem QSNA. Zgłosiło się 8 osób, w tym Radosław Romanek, absolwent QSNA z Polski, finalista QSNA 2017.

DO ZADAŃ AMBASADORÓW NALEŻĄ:

- sprawowanie funkcji rzecznika ambasadatorów QSNA,
- komunikowanie informacji o QSNA i wspieranie głównego partnera w organizowaniu wydarzeń i aktywności mających na celu promocję konkursu,

- organizowanie własnych działań w ramach sieci absolwentów,
- utrzymywanie aktywności grupy na Facebooku.

Swedish Care International zaprosiło specjalnych partnerów, a także organizacje związane z rozwojem pomysłów i biznesu. Dzięki zaangażowaniu doświadczonych partnerów absolwenci mają możliwość zwrócenia się do Swedish Care International z prośbą o uzyskanie wsparcia i wskazówek dotyczących realizacji pomysłów na usprawnienia w opiece nad osobami starszymi i cierpiącymi na demencję. Partnerzy mogą również wnieść wkład finansowy, potrzebny do organizacji kolejnych wydarzeń, a także wsparcia rozwoju laureatów i finalistów. W 2019 r. również planowane jest spotkanie absolwentów, tym razem w innym kraju.

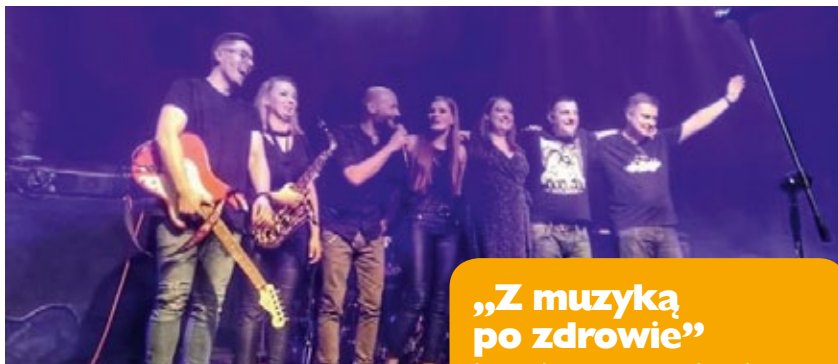


Nasza duma

Medi-COVER Band



Medi-COVER Band to inicjatywa Fundacji MedicoCover. Zespół tworzą pracownicy różnych działów i spółek MedicoCover. Połączenie wielkiego talentu, pasji, profesjonalizmu muzycznego i fantastycznego kontaktu z publicznością sprawiło, że projekt okazał się ogromnym sukcesem. Wszystkie środki zebrane w ramach projektu oraz podczas koncertów zespołu przekazywane są na cele charytatywne. Inicjatywa powstała na początku 2016 roku, a do tej pory zespół dał 16 koncertów. Rok 2018 r. był wyjątkowy dla artystów. Trzeci rok działalności okazał się przełomowy. W lutym 2018 r. wszyscy muzycy zostali zaproszeni na jednodniowe warsztaty muzyczne w Akademii Rocka.



„Z muzyką po zdrowie”

Jest to charytatywny projekt realizowany dzięki środkom zebranych podczas koncertów. Zakres akcji „Z muzyką po zdrowie” obejmuje zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii, prowadzone w domach samotnej matki i domach dziecka.



Zajęcia poprowadził wybitny nauczyciel akademicki, perkusista zespołu Proletariat – Piotr Pniak. Był to dzień pełen niesamowitych emocji, ale przede wszystkim zdobywania nowej muzycznej wiedzy.

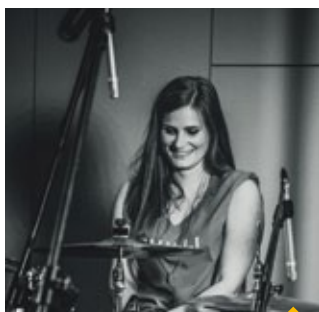
Od marca rozpoczęły się także koncerty zespołu. W całym 2018 r. odbyło się ich aż 8! Poza koncertami dla pracowników MedicoCover oraz występami na konferencjach zespół pierwszy raz zagrał plenerowy koncert charytatywny – na zaproszenie Stowarzyszenia „Sarcoma”, Medi-COVER Band wystąpił podczas

Onkobiegu. Po raz pierwszy w historii zespół zagrał także dla międzynarodowej publiczności – najpierw w Polsce na międzynarodowej konferencji MedicoCover Talent Days, a następnie w Bukareszcie, podczas imprezy świątecznej dla 1300 pracowników MedicoCover i Synevo. To trasa koncertowa godna najlepszych zespołów.

Muzycy Medi-COVER Band w 2018 r.



Grzegorz Wiśniewski



Agata Kwapińska



Łukasz Krawczyk



Ireneusz Urbanke



Maria Łankowska



Ela Tomaszewska



Adam Popowicz

- **Grzegorz Wiśniewski**
Kierownik IT / Invimed (bas)
- **Agata Kwapińska**
Koordynator Biura Zarządu / MedicoCover (perkusja)
- **Łukasz Krawczyk**
Analityk Danych / MedicoCover (gitara)
- **Ireneusz Urbanke**
Kierownik ds. Pogotowia i Hot-Line / MedicoCover (gitara)
- **Maria Łankowska**
Asystent ds. Szkoleń / Pion HR / MedicoCover (saksofon)
- **Ela Tomaszewska**
Hot-Line MedicoCover (wokół)
- **Adam Popowicz**
Wolontariusz Fundacji MedicoCover (wokół)

Medi-COVER Band to coś więcej niż „projekt”. To przede wszystkim grupa wspaniałych ludzi, którzy, dzieląc się swoją pasją do muzyki, niosą pomoc innym. Przychodząc do tej firmy, nie spodziewałam się, że będę miała szczęście stać się częścią wspaniałej inicjatywy, która pozwoli mi jednocześnie realizować moje marzenia. Każdy koncert to dla nas wiele godzin przygotowań i ogromne emocje. Dzięki Fundacji poznałam niesamowitych ludzi, stałam się częścią zespołu, który ma w swoim dorobku kilkanaście koncertów w Polsce (np. spotkanie wigilijne w Palladium), a nawet w Rumunii! Gramy, pomagamy innym. Czy mogłoby być lepiej?

Agata Kwapińska

Koordinator Biura Zarządu Medicover
Perkusistka Medi-COVER Band



Pewnego dnia przeczytałem tajemnicze ogłoszenie, w którym pojawiła się informacja o poszukiwaniu muzyków wśród pracowników. Bardzo mnie to zainteresowało, a że muzyka to moja pasja, postanowiłem się zgłosić. Ogromnie się cieszę, że to zrobiłem. Dzięki temu miałem możliwość poznania przedstawicieli zespołu Medi-COVER Band i wspólnego występu na koncercie. Są to naprawdę utalentowani muzycy, którzy wiedzą, jak zabawić publiczność swoją energią i pozytywnym nastawieniem! Zgraliśmy się od samego początku i świetnie się bawiliśmy, będąc z nimi na scenie. Nasz wspólny koncert pozostanie niezapomnianym przeżyciem!

Claudiu Gal

weterynarz
Synevoet

Lista koncertów Medi-COVER Band w 2018 r.

7.02

**Medicover
Talent Days**

Hotel Sound Garden,
Warszawa

6.03

**Konferencja
Provision**

Hotel Plaza,
Warszawa

17.05

**Grizzly
Gin Bar**

Warszawa

2.09

Onkobieg

Warszawa

13.10

**Konferencja
„Innowacje
w Stomatologii”**

Hotel Plaza, Warszawa

08.12

**Impreza świąteczna
Invimed**

Hotel Radisson,
Warszawa

12.12

**Klub
Palladium**

Warszawa

15.12

**Impreza świąteczna
Medicover i Synevo,
Beraria H**

Bukareszt, Rumunia

Organizując pierwszą konferencję Medicover Stomatologia, zależało nam na tym, aby zagrał tam zespół, który uczyni ten wieczór wyjątkowym. Postanowiliśmy więc zaprosić Medi-COVER Band, i był to strzał w 10%! Cudowni muzycy, wspaniała atmosfera i niepowtarzalny kontakt z publicznością – tak w skrócie można ich opisać. Wszyscy goście byli pod ogromnym wrażeniem i nie mogli uwierzyć, że jest to zespół w 100% zbudowany z naszych pracowników, pasjonatów muzyki! Na scenie wystąpili gościnnie też przedstawiciele naszej Stomatologii, co było dodatkowym powodem do dumy. Jeszcze raz dziękujemy, że zgodziliście się dla nas wystąpić!

Maria Nowicka

Specjalista ds. Rozwoju Biznesu
Medicover Stomatologia



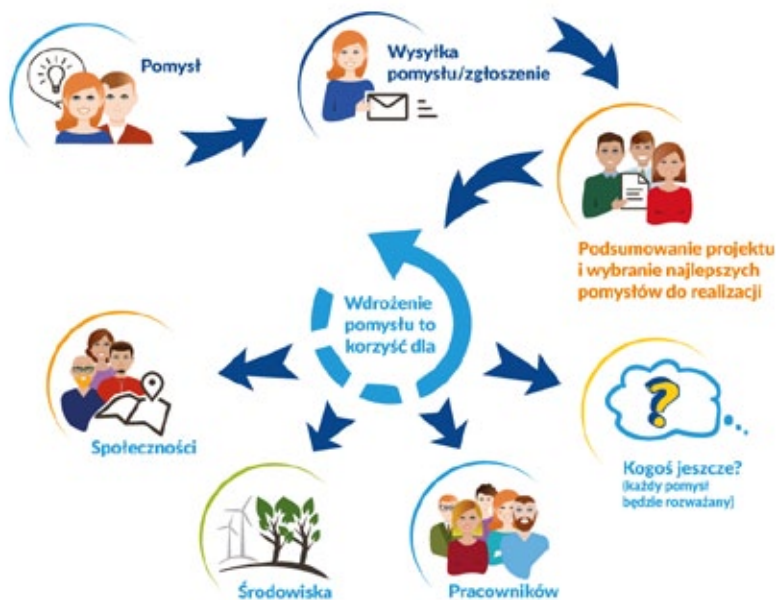
Let's Care More

LET'S CARE
MORE!

W ciągu kilku lat działalności Fundacji Medicover w Polsce i Rumunii przekonaliśmy się, że wśród tysięcy zatrudnionych w Medicover pracowników jest wielu, którzy chcą zrobić coś pożytecznego dla innych.

Dlatego właśnie powstał konkurs Let's Care More, który wspiera inicjatywy rozwiązujące problemy społeczne. We wrześniu i październiku pracownicy z wszystkich spółek Medicover zgłaszali swoje projekty, których celem były działania na rzecz lokalnej społeczności czy ochrona środowiska naturalnego. Dzięki ich kreatywności i entuzjazmowi oraz

aktywności ambasadorów i koordynatorów wpłynęło ponad 130 zgłoszeń z 10 krajów. Wybór był trudny, gdyż zgłoszono bardzo dużo wartościowych i ciekawych pomysłów, które niosły ze sobą wiele dobrego. Komisja musiała jednak przyjąć pewne kryteria, aby dokonać ostatecznego rozstrzygnięcia. Najwyżej ocenione zostały projekty, które dają pomoc osobom potrzebującym, wykorzystują doświadczenie oraz wiedzę pracowników, a także angażują naszych kolegów w ich realizację. Rok 2019 to czas pełen wyzwań, czyli wdrażania nagrodzonych pomysłów, a następnie zbierania owoców wykonanej pracy.



Chciałbym bardzo podziękować wszystkim osobom zaangażowanym w organizację oraz pracę przy projekcie Let's Care More. Jestem pod wielkim wrażeniem, jak wiele aplikacji konkursowych otrzymaliśmy z różnych krajów. Jestem dumny z naszych pracowników, że potrafią się dzielić swoją wiedzą, doświadczeniem, są wrażliwi na problemy otaczającego nas świata i dają wsparcie innym – tym, którzy go potrzebują.

Richard Sands
Group Strategy Director
Medicover



Zgłosiłam swój projekt do konkursu Let's Care More razem z Justyną Markowicz, Specjalistą ds. Employer Brandingu. Od jakiegoś czasu planowałyśmy wspólnie zrobić coś dobrego dla młodzieży z domów dziecka. Łączy nas pasja do coachingu kariery i doradztwa zawodowego, dlatego nasz projekt skupił się na pomocy dla tej młodzieży w starcie na rynku pracy.

Zgłoszenie do konkursu przygotowaliśmy przez kilka tygodni. Konsultowałyśmy projekt z Fundacją współpracującą z domami dziecka, aby korzyści dla młodzieży były jak największe. Przygotowałyśmy również harmonogram projektu i szczegółowy kosztorys. Uważam, że zaangażowanie w każdą formę wolontariatu przynosi wymierne korzyści beneficjentom naszych akcji, a nam samym, wolontariuszom, ogromną satysfakcję, że zrobiło się coś dobrego, coś więcej. To wspaniałe, że Fundacja Medicover daje możliwość realizacji naszych pomysłów poprzez wsparcie finansowe i organizacyjne. W takich okolicznościach możliwości robienia dobrych rzeczy dla społeczności, środowiska czy współpracowników są wręcz nieograniczone.

Monika Tadeusik
HR Biznes Partner Wspierający
Medicover

Let's Care More w liczbach:

134

zgłoszone aplikacje
z 10 różnych krajów

10

nagrodzonych
projektów

16

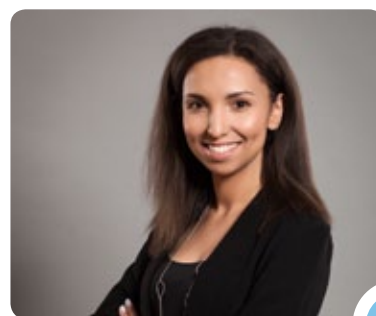
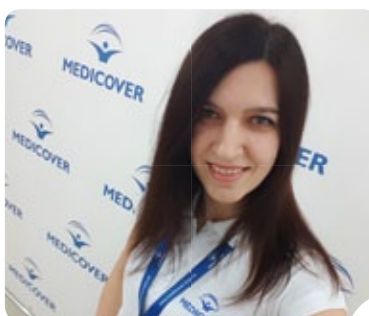
ambasadorów
i koordynatorów

setki

beneficjentów
naszych działań

W tym roku miałam wspaniałą okazję być koordynatorem projektu Let's Care More na Ukrainie. To było dla mnie bezcenne i unikatowe doświadczenie. Projekt jest bardzo interesujący i potrzebny. Inspiruje i daje tak dużo, że angażujesz się całym sercem i myślami we współpracę z innymi uczestnikami. Inicjatywa pozwala na realizację pomysłów, które wspierają potrzebujących ludzi. Cieszę się, że wielu pracowników zaangażowało się w ten projekt. To pokazuje, jak różnorodny jest nasz zespół i jak wielu naszych kolegów chce zmieniać świat na lepsze.

Gałyna Pytlauk
Dyrektor HR Intersono



Dziękujemy



Za nami kolejny już rok działalności. Rok pełen kreatywnych pomysłów, ciekawych inicjatyw, społecznie ważnych projektów oraz koncertów przepelnionych pasją. Różnorodne wydarzenia, które miały miejsce w 2018 r., były kontynuacją dotychczas prowadzonych projektów, ale pojawiło się też wiele nowych wyzwań. Oczywiście działania te nie byłyby możliwe, gdyby nie sztab zaangażowanych wolontariuszy. To Wasza chęć pomocy, zaangażowanie, pasja i otwarte serca powodują, że „Razem możemy więcej!”. Dziękujemy, że jesteście z nami!



Dołącz do Grupy „Przyjaciele Fundacji Medicover”

- Chcesz być na bieżąco z tym, co dzieje się w Fundacji?
- Chcesz jako pierwszy wiedzieć o kolejnych akcjach charytatywnych czy zbiórkach organizowanych w szlachetnym celu?
- Chcesz śledzić przygotowania muzyków do następnego koncertu Medi-COVER Band?

Zapraszamy serdecznie do dołączenia do grupy „Przyjaciele Fundacji Medicover” na Facebooku. Informujemy tam o ciekawych wydarzeniach i planach. Każdy z wolontariuszy może również dodać coś od siebie. To doskonała platforma do komunikacji.

Wpisz w wyszukiwarkę na Facebooku (lub zaznacz nazwę fanpage'a) „Przyjaciele Fundacji Medicover” i kliknij „Dołącz do grupy”. Zapraszamy!





MEDICOVER
F U N D A C J A

www.medicover.pl/fundacja