

SPRAWOZDANIE ZARZĄDU FUNDACJI „ŻYJMY ZDROWO” Z DZIAŁALNOŚCI ZA 2024 R.

W 2024 roku Fundacja „Żyjmy Zdrowo” realizowała działania statutowe, koncentrując się na promocji zdrowego stylu życia, edukacji prozdrowotnej oraz wsparciu inicjatyw związanych z pomocą Ukrainie. W ramach tych działań podjęto następujące inicjatywy:

1. **III Kongres Zdrowia Kobiet** Kongres, odbywający się pod hasłem „Empatia – Aktywizacja – Zaufanie”, zgromadził uczestników stacjonarnie oraz online. W programie znalazły się eksperckie debaty na tematy: „Architektura zdrowia”, „Cywilizacja, empatia, zdrowie” oraz „Jak osiągnąć dobrostan w zdrowiu”. Głównym motywem Kongresu było zdrowie pokoleniowe kobiet. Podczas wydarzenia wręczono nagrody „Kreatorki zdrowia”, honorując kobiety zaangażowane w poprawę zdrowia w Polsce. Szczegóły dostępne na stronie www.kongreszdrowiakobiet.pl.
2. **II Kongres Zdrowia Dzieci i Młodzieży** Kongres poświęcony zdrowiu dzieci i młodzieży obejmował panele dyskusyjne na takie tematy jak: „Czy potrzebna jest nowa strategia zdrowia dzieci i młodzieży?”, „Choroby rzadkie: Rodzina – cichy bohater”, „Zdrowie dzieci i młodzieży – prewencja i interwencja” oraz „Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży”. Wydarzenie odbyło się zarówno stacjonarnie, jak i online. Więcej informacji można znaleźć na stronie www.kzdim.pl.
3. **Kongres Zdrowia Seniorów** Wydarzenie poruszyło kluczowe kwestie dotyczące seniorów, takie jak: „Senior, czyli kto?”, „Jak zachować dobrostan psychiczny i fizyczny?”, „Czynniki wpływające na dłuższe życie”, „Technologia i dostęp do informacji – jak poprawić jakość życia?”, „Polityka państwa dbająca o seniorów” oraz „Gdzie polscy seniorzy mogą szukać wsparcia?”. Kongres odbywał się stacjonarnie oraz online. Szczegóły dostępne na stronie www.kongreszdrowiaseniorow.pl.
4. **Szkolenia dla personelu medycznego z Ukrainy** Zorganizowano siedem szkoleń dla ukraińskiego personelu medycznego, koncentrujących się na zaawansowanych zabiegach ratowania życia oraz medycynie pola walki. Szkolenia miały na celu wyposażenie uczestniczek – lekarek, felczerek i pielęgniarek – w wiedzę i umiejętności niezbędne w sytuacjach zagrożenia, takich jak ostrzały czy bombardowania. Program obejmował również wprowadzenie do tematyki PTSD, jego objawy oraz podstawowe zasady autoterapii.

W roku 2025 Fundacja „Żyjmy Zdrowo” kontynuować będzie realizację celów zgodnych ze statutem.