



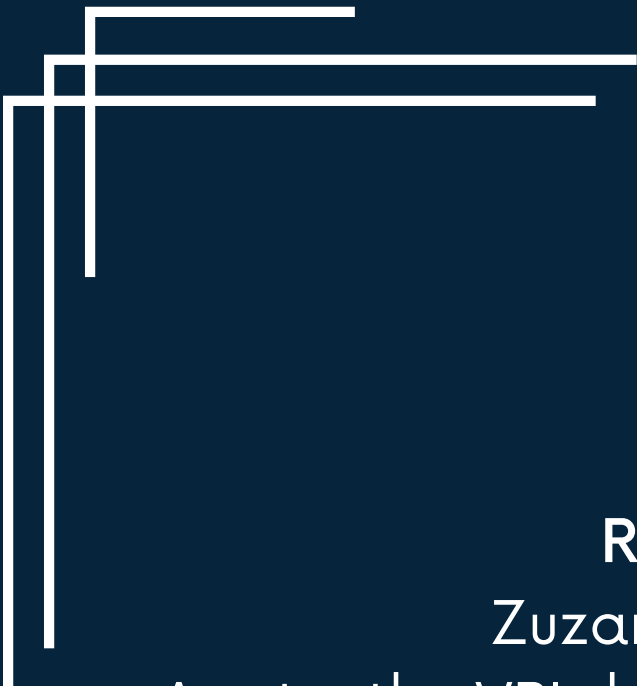
KATALOG PROJEKTÓW



IFMSA-Poland

Międzynarodowe Stowarzyszenie
Studentów Medycyny





Redakcja
Zuzanna Niemiec
Asystentka VPI ds. projektów 2022/2023

Konsultacja merytoryczna
Koordynatorzy Narodowi 2022/2023:
Martyna Chrustowicz
Kacper Łuszczki
Ewa Majcherek
Agnieszka Ronczoszek

Opracowanie graficzne
Zuzanna Gajda



Spis treści

- 7 SCOPH
Zdrowie pod Kontrolą
- 8 SCOPH
ProfiRAKtyka
- 9 SCOPH
Marrow Hero
- 10 SCOPH
Zaszczep wiedzę
- 11 SCOPH
Wpływ zmiany klimatu na zdrowie
- 12 SCOPH
Szpital Pluszowego Misia
- 13 SCOPH
Ratowanie na spontanie
- 14 SCOPH
Psychiatria też dla ludzi
- 15 SCOPH
Serce masz tylko jedno
- 16 SCOPH
Zaburzenia odżywiania
- 18 SCORA
Pierwsza wizyta u ginekologa
- 19 SCORA
Jądro wiedzy
- 20 SCORA
Tramwaj zwany pożądaniem

- 
- 21 SCORA
Planowanie rodziny
- 22 SCORA
Remember
- 23 SCORA
Queer Education
- 24 SCORA
Prewencja infekcji przenoszonych drogą płciową
- 25 SCORA
Pink Lips
- 26 SCORA
Think Pink
- 27 SCORA
Yellow Womb
- 29 SCOME
Warsztaty szycia chirurgicznego
- 30 SCOME
Warsztaty EKG
- 31 SCOME
Poznaj swoją specjalizację
- 32 SCOME
Paragrafka
- 33 SCOME
Akcja - Publikacja!
- 34 SCOME
Linguini
- 35 SCOME
Dietetyka dla medyka
- 36 SCOME
Warsztaty Języka Migowego
- 37 SCOME
... w pigułce




38	SCOME EduMedycznie
40	SCORP Czytamy pomagamy
41	SCORP Pora Seniora
42	SCORP Świąteczny Miś
43	SCORP Co dwie głowy to nie jedna
44	SCORP DAPHNE
45	SCORP Porozmawiajmy o przemocy
46	SCORP Maraton Pisania Listów
47	SCORP Szlachetna Paczka
48	SCORP Psi Dyżur
49	SCORP Dotknijmy różnorodności
50	KONTAKT



SCOPH

Zdrowie Publiczne



Program Stały ds. Zdrowia Publicznego, czyli SCOPH, ma na celu zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat zdrowego stylu życia. W ramach SCOPH organizowane są różne projekty, które skupiają się na profilaktyce wczesnej, a także edukacji dzieci i młodzieży. W szkołach i przedszkolach odbywają się zajęcia tematyczne, a także organizowane są wydarzenia plenerowe. Oprócz tego, SCOPH organizuje konferencje, warsztaty i dyskusje ze specjalistami w dziedzinie zdrowia.

Poniżej znajdują się opisy dziesięciu najbardziej popularnych i rozpoznawalnych projektów realizowanych w SCOPH.

Natomiast więcej szczegółowych informacji o nich, wraz z metodologią działania i sposobami ewaluacji, można znaleźć w [Bazie Projektów SCOPH](#).

Zdrowie pod kontrolą

To cykliczne wydarzenie organizowane dwa razy do roku (edycja jesienna i wiosenna). Jego głównym celem jest podniesienie świadomości społeczeństwa z zakresu zdrowia oraz profilaktyki chorób cywilizacyjnych. Podczas finału akcji w galeriach handlowych w największych miastach w Polsce studenci_tki wykonują pomiary ciśnienia tętniczego, przygodnego stężenia glukozy we krwi czy zawartości wody i tkanki tłuszczowej w organizmie.

Podczas wydarzenia udzielane są również porady dotyczące prawidłowego odżywiania, wykonywania samobadania piersi i jąder, a także udzielania pierwszej pomocy. Dodatkowo możliwa jest rejestracja w bazie potencjalnych dawców szpiku DKMS. Pamiętamy również o naszych najmłodszych – dzięki „Szpitalowi Pluszowego Misia” dzieci mają okazję wcielić się w lekarzy i zadbać o zdrowie swoich ukochanych pluszaków.

Wydarzenie jest poprzedzone Tygodniem Zdrowia Pod Kontrolą, podczas którego odbywają się akcje edukacyjne m.in. w szkołach i przedszkolach, webinary i konkursy promujące tematy poruszane podczas samego wydarzenia. Każdy dzień poświęcony jest innemu zagadnieniu zdrowia publicznego.

ProfiRAKtyka

W 2019 roku do Krajowego Rejestru Nowotworów wpłynęły informacje o niemal 171,2 tys. nowych zachorowaniach na nowotwory i 100,3 tys. zgonach z ich powodu. Podczas zajęć z cyklu ProfiRAKtyka przedstawiamy uczniom_ennicom 12 zaleceń zawartych w Europejskim Kodeksie Walki z Rakiem.

Według badań, stosując się do tych zaleceń jesteśmy w stanie zapobiec nawet połowie przypadków zachorowań na raka. Mówimy o zdrowym stylu życia, badaniach profilaktycznych, angażujemy uczniów_ennice poprzez zadania typu „mit czy fakt?” i odwołujemy się do statystyk. Poprzez zróżnicowane podejście do tematu mamy nadzieję na zwiększenie świadomości młodych ludzi, co w przyszłości będzie mieć wpływ na zmniejszenie liczby zgonów spowodowanych przez nowotwory.

Marrow Hero

W Polsce co 40 minut ktoś dowiaduje się, że ma nowotwór krwi. Marrow Hero to projekt, w realizacji którego współpracujemy z fundacją DKMS. Podczas akcji nie tylko edukujemy na tematy związane z nowotworami krwi i przedstawiamy podstawowe informacje dotyczące dawstwa, ale też rejestrujemy nowych potencjalnych dawców szpiku. Część zajęć to zajęcia prowadzone w szkołach, gdzie zajmujemy się edukacją, a część to stanowiska w miejscach publicznych (uczelnie, urzędy, galerie handlowe), gdzie umożliwiamy rejestrację do bazy DKMS.

Zaszczep wiedzę

W czasie ostatnich 5 lat liczba uchyleń od szczepień obowiązkowych zwiększyła się 2-krotnie. Tylko dzięki edukacji jesteśmy w stanie wytłumaczyć, dlaczego przestrzeganie kalendarza szczepień oraz wykonywanie zalecanych szczepień jest tak znaczące i może nas uchronić przed ciężkim przebiegiem wielu chorób. Zaszczep Wiedzę to projekt, którego celem jest edukacja na temat szczepień, obalenie krążących w internecie mitów oraz zwrócenie uwagi na istotność szczepionek. Projekt realizowany w formie Peer Education w szkołach oraz innych zainteresowanych placówkach.

Wpływ zmiany klimatu na zdrowie

Świat wokół nas rozwija się w niewyobrażalnym tempie. Zarówno przemysł, jak i nowoczesny transport, są podstawą globalnej gospodarki i warunkują komfort życia w XXI wieku. Niestety nasz cywilizacyjny sukces ma także swoją ciemną stronę – spalanie paliw kopalnych doprowadza nie tylko do wzrostu poziomu zanieczyszczenia powietrza, lecz także zagraża naszej planecie poprzez inny mechanizm – zmianę klimatu, określaną potocznie mianem ocieplenia klimatu. Wpływ gospodarki człowieka na znaczne przyspieszenie tego procesu jest niepodważalny. Podczas zajęć w szkołach przedstawiamy podstawowe mechanizmy zmiany klimatu, a także konsekwencje tych zmian dla zdrowia człowieka.

Szpital pluszowego misia

Ile to razy zdarzyło się nam widzieć płaczące dzieci czekające na wizytę u lekarza? Lęk, który często towarzyszy najmłodszym, spowodowany jest niewiedzą i złymi skojarzeniami. Organizując akcje Szpital Pluszowego Misia w przedszkolach chcemy przełamać strach dzieci przed białym fartuchem poprzez wspólną zabawę w leczenie pluszaków. Dzieci mogą przeprowadzić badania diagnostyczne przy użyciu modeli sprzętu medycznego przygotowanego przez studentów_ki, przeprowadzić operację, zrobić zastrzyk czy nauczyć się na swoim pluszaku pierwszej pomocy.

Ratowanie na spontanie

Karetka nie zawsze przyjedzie na czas i może się zdarzyć, że będziemy musieli sami ratować życie innych, dlatego umiejętność udzielenia pierwszej pomocy, włącznie z resuscytacją, jest na wagę złota. Warto pamiętać, że w nagłych wypadkach liczy się każda sekunda, oczekiwanie na przybycie ratowników może trwać nawet kilkadziesiąt minut, a zatrzymanie akcji serca wiąże się z brakiem dopływu tlenu do mózgu, co sprawia, że już po ok. 4 minutach tkanki mózgu zaczynają obumierać i dochodzi do nieodwracalnych zmian w jego funkcjonowaniu. W projekcie Ratowanie na spontanie w prosty i przystępny sposób prezentujemy zasady, które pozwolą zwiększyć szansę na przeżycie osoby poszkodowanej. Podczas zajęć uczestnicy mogą nauczyć się prowadzenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej, układania poszkodowanego w pozycję boczną ustaloną oraz rozwiązywać ciekawe przypadki z życia.

Psychiatria też dla ludzi

Depresja to obecnie najczęstsza choroba psychiczna. Tylko w Polsce cierpi na nią około 1,5 mln osób, a co trzeci Polak skarży się na zaburzenia lękowe. Psychiatria też dla ludzi to projekt typu peer education polegający na zapoznawaniu uczniów_ennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych z tematyką najczęściej występujących chorób i zaburzeń psychicznych. Edukujemy w zakresie zdrowia psychicznego – tłumaczymy czym jest, obalamy stereotypy, uczymy rozpoznawania niepokojących objawów i zgłaszania się po pomoc. Opowiadamy jakie są czynniki ryzyka i jak zadbać o własne zdrowie psychiczne. Ważnym aspektem projektu jest też informowanie o tym, jak wspierać osoby w najbliższym otoczeniu, które doświadczają zaburzeń zdrowia psychicznego.

Serce masz tylko jedno

Średnio co trzeci Polak umiera z powodu chorób układu krążenia. Wiele zaburzeń (np. miażdżyca) wynika z niezdrowego stylu życia. Lepiej zapobiegać niż leczyć. Świadomość to klucz do zwycięstwa, bo pozwala m.in. rozpoznać wczesne objawy. Z tego też powodu prowadzimy projekt Serce masz tylko jedno, w ramach którego studenci_tki medycyny tworzą akcje profilaktyczne w przestrzeniach użytku publicznego (np. galerie handlowe), gdzie mierzą chętnym przechodniom m.in. poziom glukozy we krwi bądź ciśnienie. Wolontariusze rozdają ulotki oraz opowiadają o najczęstszych chorobach układu krążenia, a także o tym, co można zrobić we własnym zakresie, by zminimalizować ryzyko ich wystąpienia. Serce mamy tylko jedno, więc trzeba o nie dbać!


Zaburzenia odżywiania

Zaburzenia odżywiania to bardzo duża grupa jednostek chorobowych, do których zaliczane są nie tylko znane anoreksja czy bulimia, ale też pica czy ARFID, o których mówi się dużo mniej. Wszystkie jednak spotykane są coraz częściej i dotyczą zarówno starsze, jak i zupełnie młode osoby. Projekt Zaburzenia odżywiania typu peer education skupia się na zaznajamianiu uczniów_ennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych z tematyką najczęściej występujących zaburzeń odżywiania. Przedstawiamy typowe objawy, konsekwencje chorób czy metody leczenia. Wspominamy również o stereotypach związanych z tematem i o tym, gdzie można szukać pomocy.



SCORA

Zdrowie i Prawa Reprodukcyjne,
w tym HIV i AIDS



Projekty realizowane w ramach Programu Stałego ds. Zdrowia i Praw Reprodukcyjnych, w tym HIV i AIDS (SCORA) skupiają się na edukacji i profilaktyce w dziedzinie zdrowia reprodukcyjnego oraz chorób przenoszonych drogą płciową. Jednym z ważnych tematów podejmowanych w ramach tego Programu Stałego są kwestie związane z ruchem LGBTQIAP+ i mową inkluzywną. Akcje są organizowane w plenerze, szkołach oraz w przestrzeni publicznej, aby dotrzeć do jak największej liczby osób, niezależnie od wieku i grupy społecznej.

Poniżej przedstawiamy opis dziesięciu najbardziej popularnych i rozpoznawalnych projektów realizowanych w ramach SCORA. Każdy z nich ma na celu zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat zdrowia reprodukcyjnego i profilaktyki chorób przenoszonych drogą płciową. Wszystkie informacje na temat metodologii działania oraz sposobu ewaluacji można znaleźć w [Bazie Projektów SCORA](#), gdzie osoby zainteresowane mogą zapoznać się z pełnym zakresem działań podejmowanych przez ten Program Stały.

Pierwsza wizyta u ginekologa

Pierwsza Wizyta u Ginekologa jest projektem realizowanym w ramach zajęć peer education w szkołach ponadpodstawowych i starszych klasach szkół podstawowych. Jego celem jest zachęcenie do regularnych wizyt u ginekologa, poszerzenie wiedzy na temat zdrowia reprodukcyjnego osób z macicami, a także podkreślenie znaczenia profilaktyki nowotworowej.

Podczas 45-minutowych zajęć osoby uczące się zapoznawane są z podstawowymi informacjami z zakresu anatomii i fizjologii żeńskiego układu rozrodczego, zakażeń przenoszonych drogą płciową oraz metod antykoncepcji. Podkreślamy wagę badań profilaktycznych, szczególnie cytologii. Ponadto uczą się wykonywania samobadania piersi oraz poznają przebieg i wskazania do wizyty u ginekologa.

Jądro wiedzy

Jądro Wiedzy jest projektem realizowanym w ramach zajęć peer education w szkołach ponadpodstawowych i starszych klasach szkół podstawowych. Jego celem jest poszerzenie wiedzy uczniów na temat zdrowia reprodukcyjnego osób z jądrami oraz podkreślenie znaczenia profilaktyki nowotworowej.

Podczas 45-minutowych zajęć osoby uczące się zapoznawane są z podstawowymi informacjami z zakresu anatomii układu rozrodczego, nowotworów jądra, stanów patologicznych jąder, prostaty i prącia, a także zakażeń przenoszonych drogą płciową oraz metod antykoncepcji. Ponadto uczą się wykonywania samobadania jąder oraz prawidłowego zakładania prezerwatywy.

Tramwaj zwany pożądaniem

„Tramwaj zwany Pożądaniem” to jeden z czołowych projektów organizowanych przez Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów Medycyny IFMSA-Poland, cieszący się coraz większym zainteresowaniem. Jego celem jest edukacja społeczeństwa oraz zwiększanie świadomości na temat infekcji przenoszonych drogą płciową oraz problematyki zakażenia HIV. Podczas organizowanego przez nas przedsięwzięcia można wsiąść do specjalnie wynajętego autobusu lub tramwaju, krążącego po ulicach miasta. W tym czasie w pojeździe wyszkoleni edukatorzy przekażą wiedzę medyczną w przystępny sposób. Niezobowiązująca atmosfera oraz zapewnienie bezpiecznego przejazdu mają na celu zebranie jak największej liczby osób, które będą edukowane na temat prewencji HIV i bezpieczniejszego seksu. Akcja jest ogólnodostępna, więc wszyscy zainteresowani tematyką zdrowia reprodukcyjnego mogą wziąć w niej udział. Kładziemy nacisk na podniesienie świadomości społeczeństwa na temat zagrożeń związanych ze zdrowiem reprodukcyjnym, a wykorzystanie miejskiego środka transportu zwiększa dostępność akcji dla mieszkańców miasta.

Planowanie rodziny

Planowanie Rodziny to projekt który skupia się na zagadnieniach takich jak m.in niepłodność, bezpłodność, ciąża i poród, menstruacja, opieka ginekologiczno-położnicza, karmienie piersią, antykoncepcja oraz aborcja. Wychodzimy naprzeciw potrzebom społeczeństwa dotyczącym rzetelnych i sprawdzonych informacji na temat zdrowia reprodukcyjnego, bez dyskryminacji i uprzedzeń. Naszą misją jest szerzenie wiedzy na temat zdrowego, sprzyjającego płodności stylu życia i prawidłowego przygotowania do ciąży, a także na temat przebiegu samej ciąży oraz opieki ginekologiczno-położniczej. W obecnych czasach problemy z zajściem w ciążę dotyczą coraz więcej osób, a niepłodność została uznana za chorobę cywilizacyjną XXI wieku przez WHO. Jako studenci_tki kierunków lekarskich chcemy w prosty i przystępny sposób przekazywać informacje dotyczące planowania rodziny oraz pomagać i wspierać przyszłych rodziców!

Remember

Projekt Remember jest projektem mającym na celu szerzenie wiedzy oraz zachowań profilaktycznych w zakresie nowotworu jądra i prostaty. Naszą działalność prowadzimy zarówno w mediach społecznościowych, jak również poprzez akcje stacjonarne, które są organizowane głównie w listopadzie. Wówczas przygotowujemy stanowiska w miejscach publicznych i rozmawiamy z ludźmi o zagadnieniach związanych ze zdrowiem oraz nowotworami jądra i prostaty. Podczas tych akcji wykorzystywane są fantomy jąder umożliwiające naukę wykonywania samobadania.

Nasza działalność ma na celu dotarcie do jak najszerszego grona odbiorców_czyń i upowszechnianie w społeczeństwie podstawowych informacji na temat nowotworu jądra i prostaty, które mogą pomóc zmniejszać ryzyko zachorowania oraz przyspieszyć moment zgłaszania się do lekarza w przypadku pojawienia się objawów chorobowych. Zależy nam, aby przełamywać tabu, związane z omawianymi chorobami i oswajać ludzi z metodami diagnostyki i leczenia. Ostatnio pod logiem akcji pojawiła się też nowa inicjatywa - edukowanie nt. męskiego zdrowia psychicznego oraz prewencja suicydalna.

Queer Education

Nasz program dba o edukację przyszłych medyków_czek, aby w przyszłości mogli_ły zapewnić wszystkim pacjentom spod parasola LGBT+ odpowiednią opiekę zdrowotną, byli przygotowani na ich potrzeby, znali rolę doksztalcania się w temacie. Drugą domeną jest edukowanie osób LGBT+ z zakresu profilaktyki chorób i potrzeb zdrowotnych, wyjaśniania wątpliwości oraz nadrabianie "luk" i nierówności w dostępie do programów profilaktycznych, praw i kampanii, które często nie są kierowane do tych osób.

Prewencja infekcji przenoszonych drogą płciową

Projekt zajmuje się tematyką Prewencji Infekcji Przenoszonych Drogą Płciową - co roku organizowana jest kampania internetowa w związku z Światowym Dniem AIDS oraz Candlelight Memorial, czyli Międzynarodowy Dzień Pamięci o Zmarłych z powodu AIDS. Przygotowywane są webinary i warsztaty tematyczne. Ponadto przez cały rok organizujemy lekcje w szkołach, podczas których edukujemy z zakresu najczęstszych infekcji przenoszonych drogą płciową - zapobiegania, objawów i leczenia. Projekt ma też na celu destygmatyzację osób żyjących z HIV, promowanie języka inkluzywnego oraz zwiększenie świadomości nt. jakości życia tych osób.

Pink Lips

W 2018 r. rak szyjki macicy został sklasyfikowany przez Global Cancer Observatory na 4. miejscu pod względem zachorowalności w rankingu chorób nowotworowych. W Polsce rocznie ponad 2000 osób słyszy diagnozę „rak szyjki macicy”, a 20% chorych nie ukończyło jeszcze 45 roku życia. Ten ogromny problem może dotknąć każdego_ą z Nas.

Z okazji Europejskiego Tygodnia Profilaktyki Raka Szyjki Macicy osoby studiujące medycynę przygotowują kampanię, celem której jest szerzenie wiedzy nt. czynników wpływających na rosnącą liczbę zachorowań na raka szyjki macicy oraz możliwości wczesnego wykrycia choroby i szczepień ochronnych. Poprzez przeprowadzanie m.in. warsztatów, akcji społecznych i webinarów w ramach projektu Pink Lips promujemy regularne badanie się i wspieramy inicjatywę szczepień przeciwko HPV. Naszym celem jest zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat raka szyjki macicy.

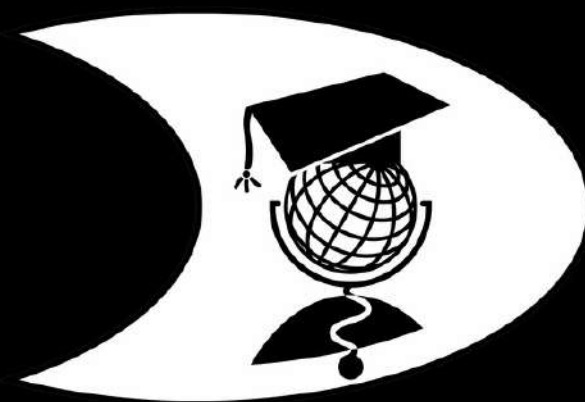
Think Pink

W 2020 roku rak piersi był drugim, po raku oskrzeli i płuca, nowotworem złośliwym powodującym najwięcej zgonów wśród kobiet w Polsce. Według danych Centrum Onkologii - Krajowego Rejestru Nowotworów - liczba zachorowań przekroczyła w 2020 roku ilość 24000 przypadków rocznie, wzrastając w ciągu dwóch ostatnich dekad o około 10 000.

Think Pink to projekt profilaktyczny dotyczący właśnie raka piersi. Co roku w październiku obchodzimy miesiąc świadomości raka piersi - różowy październik. Z tej okazji organizujemy serię akcji promujących profilaktykę nowotworową - stoiska w przestrzeni publicznej, kampanie internetowe, webinary i wiele innych. Głównym celem projektu jest zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat raka piersi oraz zachęcenie ich do regularnych badań profilaktycznych i nauka samobadania.


Yellow Womb

Endometrioza (gruczolistość zewnętrzna) to choroba przewlekła, charakteryzująca się obecnością endometrium, czyli tkanki wyściełającej jamę macicy, poza macicą. Marzec to Miesiąc Świadomości Endometriozy. Nasz projekt Yellowwomb skierowany jest zarówno do osób medycznych, jak i zmagających się z chorobą. Z tej okazji przygotowujemy kampanię, która ma na celu promowanie wiedzy na temat właśnie endometriozy - choroby, z którą w Polsce zmaga się około 2 mln osób, a wciąż bardzo mało się o niej mówi.



SCOME

Edukacja Medyczna



Program Stały ds. Edukacji Medycznej, czyli SCOME, koncentruje swe działania na szeroko pojętej edukacji medycznej. W jego sferze działania znajdują się przede wszystkim osoby, które kształcą się na kierunkach okołomedycznych, a celem realizowanych projektów jest jak najlepsze przygotowanie ich do przyszłej pracy zawodowej i czekających ich wyzwań. Główny nacisk kładziony jest na rozwój wiedzy, ale również na doskonalenie praktycznych umiejętności.

Poniżej znajduje się lista dziesięciu najpopularniejszych i najbardziej znanych projektów realizowanych w ramach SCOME.

Szczegółowe informacje na ich temat, wraz z metodologią działania i sposobami ewaluacji, można znaleźć w Bazie Projektów SCOME.

Warsztaty szycia chirurgicznego

Szycie chirurgiczne to jedna z najbardziej podstawowych umiejętności medycznych. Mimo to, zawsze brakuje czasu na ćwiczenia, a przecież tylko praktyka czyni mistrza.

Na warsztatach studenci_tki zapoznają się z podstawowym zestawem chirurgicznym, nauczą się prawidłowego sposobu trzymania imadła, a także zakładania i ściągania ostrza na skalpel. Zapoznają się z prawidłowym wiązaniem węzła chirurgicznego i najczęściej spotykanym w praktyce zabiegowej - szwem pojedynczym węzełkowym.

Warsztaty EKG

Elektrokardiografia to jedna z prostszych metod wykrywania nieprawidłowości w jakże ważnym narządzie, jakim jest serce. Dlaczego więc nadal studenci_tki kierunków medycznych mają tak ogromny problem z odczytaniem jej zapisów? Warsztaty EKG to idealna okazja żeby nie tylko poznać aparat do EKG, nauczyć się jego poprawnej obsługi i naklejania elektrod, ale także doskonąła sposobność do nauki na konkretnych przypadkach! Warsztaty urozmaicamy o tzw. Problem Based Learning, żeby doskonale wiedzieć, jak poprawnie i efektywnie stosować ten sposób diagnostyki w późniejszych etapach nauki bądź w pracy zawodowej.

Poznaj swoją specjalizację

Każdy student_ka medycyny zna taki scenariusz:

Wigilia, rodzinna atmosfera, a na stół zaraz po karpiu wjeżdżają pytania w stylu "A jaką to specjalizację sobie wybrałeś_aś?"

I pewnie jakieś 90% studentów nie ma pojęcia co odpowiedzieć.

Wybór jest przecież tak ogromny!

Dlatego organizujemy spotkania z cyklu "Poznaj swoją specjalizację". Są to webinary lub prelekcje na żywo z lekarzem danej specjalizacji, podczas których studenci_tki mogą zadawać pytania Prelegentowi_ce, poznać specyfikę poszczególnych specjalizacji - jak wyglądają dyżury, rezydentura, typowy dzień lekarza, zarobki, zakres obowiązków itp.

Wszystko po to, by podjąć świadomą decyzję o wyborze specjalizacji i nie żałować wyboru.



Paragrafka

O prawie w medycynie podczas studiów mówi się niewiele. Za to o konsekwencjach pomyłek słyszymy niemal na każdym zajęciu. Wychodzimy naprzeciw potrzebom i rozwiewamy wątpliwości studentów w tym zakresie. Tłumaczymy, ile prawdy jest w zasłyszanych w telewizji statystykach, czym naprawdę jest błąd lekarski i jaka odpowiedzialność może czekać kogoś, kto się go dopuści. Poruszamy też temat praw pacjenta i podajemy wskazówki, jak je respektować.

Akcja - Publikacja!

Prace naukowe to niemalże nieodłączna część studiów. Każdych, nie tylko medycznych. A jednak na kierunku lekarskim nie mamy przedmiotu, podczas którego nauczyliśmy się jak to robić.

IFMSA-Poland wychodzi naprzeciw temu problemowi, realizując projekt Akcja - Publikacja! Organizujemy warsztaty i webinary ze specjalistami opowiadającymi jak napisać dobrą pracę i co zrobić, by została wydana.

Linguini

Tyle słyszy się o studentach_kach, którzy po uzyskaniu dyplomu nie marzą o niczym jak o wyjeździe z kraju. Ale jak naprawdę wygląda takie życie za granicą?

Projekt Linguini skierowany jest do studentów_ek medycyny oraz osób po ukończeniu studiów, zainteresowanych możliwościami pracy poza krajem. Akcja ma być cegiełką dołożoną do pracy w lepszych warunkach i godnego życia. Zaproszeni przez nas goście opowiadają o potencjale rozwoju za granicą, ścieżkach specjalizacyjnych, zarobkach i innych interesujących aspektach pracy.

Dietetyka dla medyka

Powszechnie wiadomo, że odpowiednio zbilansowana dieta odgrywa ważną rolę zarówno w profilaktyce wielu chorób, jak i w trakcie ich leczenia, a nawet w trakcie rekonwalescencji.

"Dietetyka dla medyka" to spotkania mające na celu podniesienie kompetencji przyszłych pracowników_czek ochrony zdrowia w zakresie dietetyki. Spotkania prowadzone są z osobami eksperckimi w zakresie wiedzy dietetycznej, a podczas nich prezentowane są najważniejsze aspekty żywienia pacjentów.

Warsztaty języka migowego

Przychodzi Głuchy do lekarza i...
No właśnie, co wtedy?

Tutaj dowcipu nie będzie, ale dzięki organizowanym Warsztatom języka migowego można przyjść, nauczyć się podstaw, jakimi jest alfabet Polskiego Języka Migowego, dać się ponieść przemiłej atmosferze warsztatów i zachęcić do dalszego poznawania znaków i zasad PJM.

Dzięki temu, sytuacja ze wstępu może stać się dużo bardziej komfortowa. Bo przecież Głusi też odwiedzają gabinety lekarskie.

... w pigułce

Kto nie lubi uczyć się w grupie? Przecież im nas więcej tym weselej. Dlatego organizujemy spotkania powtórkowe przed kolokwium z konkretnego przedmiotu na danym roku studiów, podczas których przybliżone są najważniejsze zagadnienia z wybranych tematów. Projekt przygotowywany przez studentów_ki dla studentów_ek, którzy_e wspólnie powtarzają materiał.

EduMedycznie

Medycyna to taka szeroka dziedzina! Za każdym rogiem kryje się ciekawy temat, a im więcej się o nim czyta, tym bardziej fascynujący się wydaje.

W projekcie EduMedycznie przybliżamy w sposób przystępny zagadnienia ze świata medycyny - raz w tygodniu na Instagramie IFMSA-Poland konkretnego Oddziału publikowane są ciekawostki medyczne.



SCORP

Prawa Człowieka i Pokój

Program Stały ds. Praw Człowieka i Pokoju, czyli SCORP, w swoim działaniu skupia się wokół szeroko pojętych praw człowieka i zwierząt, problematyki uchodźstwa oraz ochrony pokoju.

Realizowane projekty dotyczą mniejszości społecznych i grup marginalizowanych, dotyczą tematyki przemocy czy ubóstwa, a skierowane są zarówno do dzieci i młodzieży jak i dorosłych. W ramach SCORP pomagamy osobom starszym, dzieciom z trudnych rodzin czy samotnym matkom. Włączamy się również w ogólnopolskie akcje charytatywne typu WOŚP czy Szlachetna Paczka.

Poniżej znajduje się lista dziesięciu najpopularniejszych i najbardziej znanych projektów realizowanych w ramach SCORP.

Szczegółowe informacje na ich temat, wraz z metodologią działania i sposobami ewaluacji, można znaleźć w [Bazie Projektów SCORP](#).

Czytamy pomagamy

Projekt Czytamy Pomagamy to akcja skierowana do najmłodszych pacjentów_ek w szpitalach dziecięcych i na oddziałach pediatrycznych. W ramach akcji odwiedzamy chore dzieci i spędzamy z nimi czas czytając bajki, kolorując obrazki i wspólnie się bawiąc. Staramy się chociaż trochę odwrócić ich uwagę od choroby i sytuacji, w jakiej się znajdują. Poprzez zajęcie czasu dzieciom możemy również w pewnym stopniu odciążyć opiekunów dzieci i pozwolić im na chwilę odpoczynku.

Pora Seniora

Samotność osób starszych, w dobie postępującego starzenia się społeczeństwa, zaczyna być poważnym problemem społecznym. Można znaleźć dane mówiące, że 33% Polaków powyżej 80. roku życia deklaruje, że odczuwa samotność.

IFMSA-Poland wychodzi naprzeciw tym statystykom i realizuje projekt "Pora Seniora", w którym nasi wolontariusze_ki spędzają czas z osobami starszymi.

Projekt opiera się na edukacji, aktywizacji i integracji seniorów_ek poprzez prezentacje prozdrowotne, wspólne spędzanie czasu i współpracę ze studentami_kami uczelni medycznych. Podczas zajęć wyjaśniamy seniorom_kom najpopularniejsze choroby, z którymi się borykają, spędzamy czas na rozmowach oraz pracach plastycznych. W ramach projektu, na specjalne okazje takie jak Boże Narodzenie lub Wielkanoc organizujemy także imprezy tematyczne dla seniorów_ek.

Świąteczny Miś

Akcja skierowana jest do dzieci, które ze względu na swój stan zdrowia, w okresie świąt Bożego Narodzenia muszą pozostać w szpitalnych łóżkach. Głównym założeniem projektu jest, aby każde dziecko w Polsce, w okresie świątecznym mogło poczuć tę magiczną atmosferę i otrzymało prezenty. Drugą opcją tego projektu jest zebranie funduszy na zakup sprzętu medycznego dla oddziałów pediatrycznych.

Fundusze na zakup upominków zbierane są w różnoraki sposób: niepubliczne zbiórki, kiermasze, aukcje, koncerty i imprezy charytatywne. Przed świętami, w szpitalach prezenty rozdają wolontariusze_ki przebrani_e za mikołaje, mikołajki, aniołki i postacie z bajek.

Co dwie głowy to nie jedna

Projekt "Co dwie głowy to nie jedna" skupia się na pomocy w nauce i rozwoju dzieciom z domów dziecka, ośrodków wychowawczych i uboższych rodzin. Każdy powinien mieć równe szanse, dlatego prowadząc zajęcia w ramach tego projektu pomagamy dzieciom w nadrobieniu zaległości w szkole, wytłumaczeniu niezrozumiałych zagadnień oraz nauce przedmiotów, które sprawiają im trudność. Korepetycje odbywają się stacjonarnie lub online.

DAPHNE

DAPHNE to projekt, w którego centrum są kobiety. Jego głównym celem jest zatrzymanie przemocy w stosunku do kobiet, podniesienie ich poczucia własnej wartości, pokazanie rozwiązań w trudnych sytuacjach życiowych. Pokazujemy, gdzie szukać pomocy i jak reagować na przemoc oraz tłumaczymy, czym naprawdę jest feminizm. W ramach projektu edukujemy także społeczeństwo na temat rozpoznawania ofiar przemocy, jak prowadzić z nimi rozmowę i najlepiej dostosować swoją pomoc. Akcja może być prowadzona na wiele sposobów - wykłady, warsztaty np. samoobrony, spotkania i zajęcia zbierające kobiety z różnych środowisk.

Porozmawiajmy o przemocy

Projekt ma na celu zwiększyć świadomość dzieci i młodzieży odnośnie przemocy. W trakcie lekcji, uczestnicy_czki dowiadują się, jakie mamy rodzaje przemocy, jak rozmawiać na jej temat oraz gdzie się zgłosić, aby uzyskać pomoc. Staramy się pokazać, że przemoc to nie jest temat tabu, a gdy komuś dzieje się krzywda należy reagować. Podkreślamy, że przemoc może być nie tylko fizyczna, ale też psychiczna i podsuwamy porady jak sobie z nią radzić. Edukujemy uczniów_ennice jak i do kogo należy zgłosić sytuację, w której sami doświadczyli_ły lub byli_ły świadkami przemocy.

Maraton pisania listów

Projekt Amnesty International, w który angażujemy się w listopadzie i w grudniu, przeważnie podczas Tygodnia SCORPu. Maraton Pisania Listów rozpoczął się w Polsce w 2011 r. i od tego czasu wiele krajów wspólnie walczy o to, by ludzie niesprawiedliwie skazani odzyskali wolność. Idea jest bardzo prosta: na uczelni, w kawiarniach, w szkołach, piszemy listy i zachęcamy do tego jak największą liczbę osób. W listach tych domagamy się przestrzegania praw człowieka w krajach, w których są one łamane, następnie są wysyłane i trafiają do władz państw, w których prawa człowieka nie są przestrzegane. Akcja przynosi widoczne skutki, więźniowie_arki uzyskują lepsze warunki odbywania kary lub wychodzą na wolność.

Szlachetna paczka

Szlachetna Paczka jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych programów społecznych w Polsce. IFMSA-Poland również włącza się w tę wyjątkową inicjatywę. Wolontariusze_ki szukają rodzin i pracują z nimi, a darczyńcy przygotowują dedykowaną pomoc. W naszym Stowarzyszeniu tworzymy rozwiązania, dzięki którym konkretny człowiek może pomagać drugiemu człowiekowi, zmagającemu się z trudnościami.

Psi Dyżur

W ramach akcji "Psi Dyżur" wolontariusze_ki pomagają lokalnym schroniskom dla zwierząt w opiece nad podopiecznymi. Poprzez wyprowadzanie na spacer, zabawę ze zwierzętami, pomoc w sprzątnięciu i porządkach czy organizowanie zbiórek angażujemy się w pracę schroniska. Organizowane są również spotkania i webinary mające na celu poszerzenie wiedzy z zakresu praw zwierząt.

Dotknijmy różnorodności

Najnowsze dostępne statystyki wskazują, że praktycznie każdy z nas w swoim życiu spotyka osoby z niepełnosprawnością, a mimo to wciąż nie bardzo wiemy w jaki sposób się przy nich zachować. A problem wykluczenia społecznego wcale nie znika. Projekt "Dotknijmy różnorodności" podnosi właśnie ten temat. W ramach akcji odbywają się warsztaty oraz webinary z zaproszonymi prelegentami_kami skierowane do szerokiego grona zainteresowanych. Przygotowujemy również wykłady z osobami z niepełnosprawnością, a także kampanie informacyjne starając się przybliżyć temat różnorodności. Celem jest pokazanie, jak bardzo zróżnicowane osoby żyją wokół nas i poznanie tego, co nieznanne.

Kontakt

Wiceprezydent_ka IFMSA-Poland ds. wewnętrznych
vpi@ifmsa.pl

Asystent_ka VPI ds. projektów
projekty@ifmsa.pl

Koordinator_ka Narodowy_a ds. Zdrowia Publicznego
npo@ifmsa.pl

Koordinator_ka Narodowy_a ds. Zdrowia i Praw
Reprodukcyjnych, w tym HIV i AIDS
nora@ifmsa.pl

Koordinator_ka Narodowy_a ds. Edukacji Medycznej
nome@ifmsa.pl

Koordinator_ka Narodowy_a ds. Praw Człowieka i Pokoju
norpe@ifmsa.pl



IFMSA-Poland

Międzynarodowe Stowarzyszenie
Studentów Medycyny



IFMSA-Poland

Międzynarodowe Stowarzyszenie
Studentów Medycyny