



STUDENCKIE INICJATYWY PROZDROWOTNE

- **Akcja Detronizacja – Zdejmijmy koronę wirusowi! (Warszawski Uniwersytet Medyczny)**

Z uwagi na panującą pandemię koronawirusa w naszym kraju i na świecie, Samorząd Studentów WUM poszukiwał wolontariuszy wśród Studentów Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego do pomocy pracownikom mazowieckich placówek ochrony zdrowia. Warszawski Uniwersytet Medyczny chce wspierać pracę służb sanitarno-epidemiologicznych - wszystkich tych, którzy walczą ze skutkami koronawirusa. Założeniem inicjatywy „Akcja detronizacja” było poszukiwanie wolontariuszy delegowanych do placówek ochrony zdrowia celem realizacji różnorodnych zadań oraz nawiązywanie współpracy z darczyńcami i organizowanie środków ochrony indywidualnej dostarczanych do szpitali, przychodni i laboratoriów. W czasie blisko 3 miesięcy pracy udało się zapewnić wsparcie 35 placówkom na terenie województwa mazowieckiego przy współpracy z 25-ma firmami i 40 osobami prywatnymi. Wolontariusze realizowali szereg zadań wspierając służby medyczne w zakresie szkoleń ze stosowania środków ochrony indywidualnej, wydawania posiłków, prowadzenia dokumentacji medycznej, pomiarów temperatury przy wejściach do jednostek, wsparcia lekarzy na SOR, obsługi infolinii w informacji dla pacjentów podejrzewających u siebie objawy COVID-19 oraz szyciu maseczek. Ponadto Samorząd Studentów WUM we własnym zakresie zapewnił dystrybucję darowizn w postaci środków ochrony indywidualnej przeznaczonych dla szpitali i laboratoriów. Akcja była odpowiedzią na duże obciążenie personelu w placówkach medycznych związane z nowymi wymaganiami stawianymi przez warunki epidemiologiczne. Wolontariusze wspierali obszary, do których kierowano wcześniej personel szpitali, celem umożliwienia pracownikom szpitali i placówek medycznych skupienia się na realizacji zadań w innych obszarach związanych z pandemią.

- **AWF oddaje krew (Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu)**

Uczelniana Rada Samorządu Studenckiego Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu w porozumieniu z wrocławskim Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w dniach 08-19.06.2020 r. przygotowała akcję "AWF oddaje KREW 2020 zdalnie". Samorząd Studencki postanowił zareagować na alerty dotyczące braku krwi na Dolnym Śląsku i poprzez wydarzenie dostępne na Facebook'u zachęcać studentów, pracowników dydaktycznych AWF oraz wszystkich mieszkańców Wrocławia do oddawania krwi bez obaw o własne zdrowie. Za pośrednictwem social mediów (Facebook, Instagram) w dniach 8.06 – 14.06 prowadził kampanię społeczną, uświadamiającą bezpieczeństwo podczas całego procesu oddawania krwi w czasach pandemii. Samorząd, współpracując z Cookie Studio przygotował film promujący oddawanie krwi, zachęcając ludzi do udania się do najbliższego RCKiK, aby podzielić się najcenniejszym darem, ratującym życia. Codziennie, przez cały okres trwania akcji, Samorząd Studencki publikował ciekawostki dotyczące krwiodawstwa, informacje o tym, w jaki sposób przygotować się do oddania krwi, a także - ze względu na to iż Studenci przebywają obecnie w swoich domach, rozmieszczonych po całej Polsce – umieścił w swoim wydarzeniu mapę Regionalnych Centrów Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w





kraju, gdzie można oddać krew najbliżej swojego miejsca zamieszkania. Dzięki wsparciu Parlamentu Studentów Rzeczypospolitej Polskiej, a także Komisji Uczelni Wychowania Fizycznego pierwsza taka akcja w Polsce organizowana przez Samorząd Studencki AWF Wrocław, rozrosła się do rangi ogólnopolskiej, co przyczyniło się do zwiększenia liczby dawców krwi w całym kraju, a z czego jesteśmy bardzo dumni. Codziennie, przez pięć dni, wolontariusze z Samorządu Studenckiego, przekazywali w ramach podziękowania za szlachetny gest, pakiety z gadżetami dla osób, które na hasło „AWF oddaje KREW” przyszli w trakcie trwania akcji oddać krew. Dodatkowo wspierali personel medyczny, udzielając dawcom wszelkich informacji.

- **Gotuj z SSPK (Politechnika Krakowska im. Tadeusza Kościuszki)**

Projekt „Gotuj z SSPK” był projektem, który odbywał się online na przełomie maja i czerwca 2020 roku za pośrednictwem profili naszego samorządu w serwisach facebook i instagram. Celem projektu było przedstawienie studentom naszej uczelni i nie tylko prostych, ale przede wszystkim zdrowych przepisów na studencką kieszeń. Projekt został podzielony na dwie fazy. Pierwsza z nich odbywała się w maju w serwisie instagram. Na naszym profilu - @samorząd_pk - udostępniliśmy relacje z bardzo prostymi przepisami przygotowanymi specjalnie dla nas przez instagramowych blogerów kulinarnych takich jak: @pattyninthekitchen (placuszki śniadaniowe z owocami); @delicious_moment_by_domi (omlet kakakowo-bananowy, placuszki kalafiorowe, risotto, naleśniki z białym serem) oraz @wszystkiegoslodkiego (m.in. ciasteczka z ciecierzycy i masła orzechowego, wegańska szarlotka sypana, bezglutenowe placuszki z owocami na ciepło). Relacje zostały zapisane w wyróżnionych relacjach i są cały czas dostępne na naszym profilu. Drugą fazą projektu było wydarzenie na portalu facebook, które miało miejsce w czerwcu. Zostały w nim udostępnione przepisy wraz z instrukcją wideo przygotowane przez naszych samorządowców. Nagrania cieszyły się bardzo dużą popularnością. Zostały przygotowane następujące przepisy: ciasto rabarbarowe, makaronowe szaleństwo, krem brokułowy, brownie z czerwonej fasoli, makaron po chińsku, domowy chleb bez mąki i drożdży oraz treacle tarte – tarta z bułki tartej lub pokruszonego suchego ciasta.

- **USzyj (Uniwersytet Szczeciński)**

Samorząd Studencki Uniwersytetu Szczecińskiego włączył się w walkę z pandemią COVID-19 i zainicjował na uczelni akcję #USzyj, której celem było szycie maseczek dla studentów i pracowników Uniwersytetu Szczecińskiego. Akcja rozpoczęła się krótko po ogłoszeniu w kraju stanu pandemii i trwa do dzisiaj. Celem projektu było uszycie przez członków Samorządu Studenckiego maseczek ochronnych oraz ich rozdysponowanie jak największej grupie wśród społeczności akademickiej Uniwersytetu Szczecińskiego, która w okresie zawieszenia działalności Uczelni pozostała w Szczecinie. Maseczki otrzymali mieszkańcy Domów Studenckich i pracownicy uczelni. Maseczki można było nieodpłatnie dostać przy recepcjach akademików i w rektoracie Uniwersytetu Szczecińskiego. Samorząd Studencki akcją #USzyj wsparł również Dom Pomocy





Społecznej i szczecińską akcją szycia maseczek zainicjowaną przez “szczecinianki”. Do lipca 2020 r. zostało uszyte własnoręcznie przez członków Samorządu Studenckiego ponad 3000 maseczek. Akcja #USzyj została w całości sfinansowana z budżetu Samorządu Studenckiego Uniwersytetu Szczecińskiego.

- **TwardaDychaZWAT (Wojskowa Akademia Techniczna w Warszawie)**

Podchorąży Wojskowej Akademii Technicznej Przemysław Kidoń był pomysłodawcą akcji charytatywnej TwardaDychaZWAT, której celem jest zbiórka pieniędzy na pomoc służbom medycznym w związku z trwającą pandemią i wzrostem zapotrzebowania na środki medyczne. Udział w akcji polega na indywidualnym pokonaniu dystansu 10 km. Odcinek ten można było pokonać w dowolny sposób, tj. biegiem, spacerem, jazdą na rolkach czy w formie nordic walking. Wysiłek należało zarejestrować za pomocą zegarka biegowego lub popularnej aplikacji endomondo, a następnie opublikować w mediach społecznościowych. Kolejnym krokiem jest dokonanie wpłaty co najmniej 10 złotych na cel charytatywny. Screen wpłaty należało dołączyć do swojego postu na tablicy. Środki te zbierane były na platformie siepomaga.pl. O przekazaniu zebranej kwoty odpowiednim służbom medycznym decydowała fundacja. Aby akcję rozpropagować, należy nominować kolejnych 5 osób (znajomych, przyjaciół), które dołączają do wyzwania, w ten sposób uzyskano efekt kuli śnieżnej. W efekcie końcowym zebrana została kwota w wysokości 8929 zł. W ten sposób nie tylko udało się wesprzeć służby medyczne, ale też zachęcić ludzi do aktywnego wypoczynku jakim jest bieganie.

