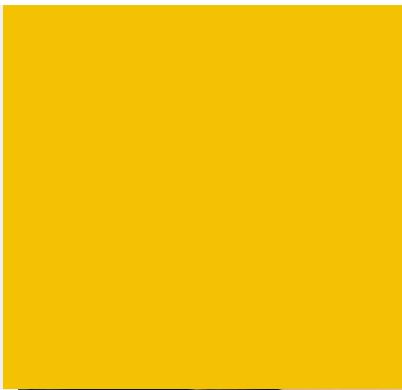
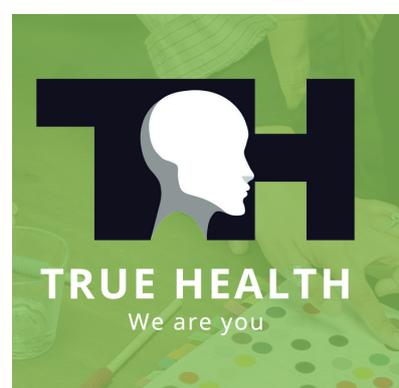
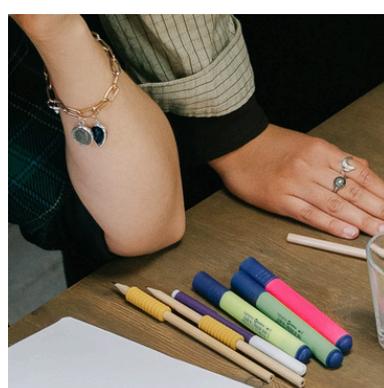
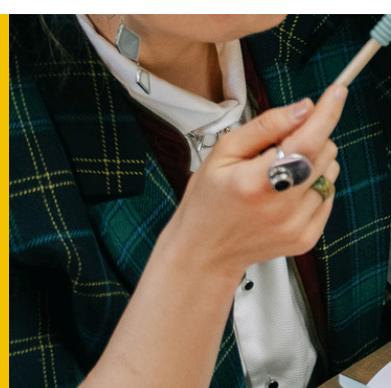
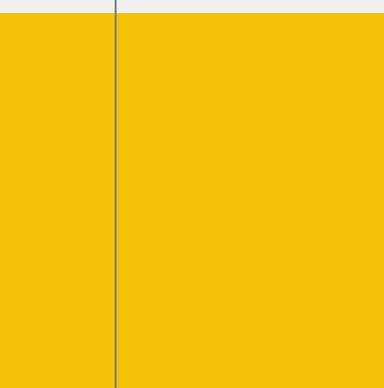
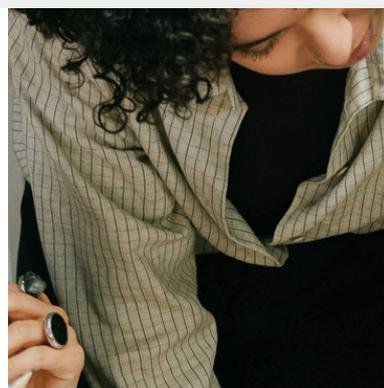


True Health Organization

Raport de activitate pentru anul 2023



Om cu om, idee cu idee, acțiune cu acțiune - am schimbat vieți!

Sunt extrem de bucuros că în ultimii ani am avut oportunitatea să cunosc oameni extraordinari, oameni care doresc să facă o schimbare și care nu se tem să greșească.

Greșelile sunt o modalitate bună de a învăța, iar dacă nu facem greșeli acum, când suntem tineri, atunci când altcândva? Ce-i drept, am greșit de multe ori în anul 2023, dar asta nu ne-a împiedicat să creștem, ci ne-a mobilizat și mai mult, iar acum suntem mai buni, mai curajoși, mai puternicii împreună!

„True Health” este un proiect asupra căruia am reflectat îndelung. Acum a ajuns să fie un proiect de suflet pentru mai mulți oameni întreaga echipă de membri voluntari și din conducere. Fiecare din noi avem un background diferit, însă ceva ne leagă profund. Ce ne unește, vă întrebați? Ei bine, este simplu: noi, oameni din True Health, știm că lucrurile nu se schimbă de la sine, ci este nevoie de implicare!

Paginile următoare rezumă cele mai importante proiecte pe care le-am desfășurat până acum. Credem că toate inițiativele noastre au adus o schimbare pozitivă în județul Suceava și, deși la prima vedere poate nu pare, ne-am asigurat că fiecare din ele a avut o componentă bine reprezentată de sănătate și bunăstare.

Adrian-Ștefan MAFTEAN

Președinte & fondator

CYBEREdHub - Educație digitală pe înțelesul tinerilor

În cadrul proiectului, am explorat conceput un curs „Utilizarea sănătoasă a internetului” și am abordat următoarele subiecte de actualitate, adaptându-le și făcându-le mai ușor de înțeles pentru cei 26 de tineri înscriși:

- Protejarea datelor personale;
- Utilizare responsabilă a dispozitivelor digitale;
- Prevenirea atacurilor cibernetice;
- Munca în domeniul securității cibernetice;



Sănătatea on-line este tot sănătate!



Amenințările on-line sunt la fel de periculoase ca cele fizice!



Securitatea on-line este o responsabilitate individuală

Dăruind vom Dobândi!

Campania socio-medicală de donare de sânge din cadrul programului "Dăruind vom Dobândi" 2023 a fost concepută pentru a promova și normaliza actul de donare de sânge în mod recurent în jud. Suceava, angrenând atât actorii economici locali, administrațiile locale, entitățile de cult și alte organizații nonguvernamentale.

Conform unui studiu european (1) realizat în 2019, doar 1,7% dintre români donează sânge, în România fiind nevoie de aproximativ 500.000 de unități anual.

Prin cele 3 acțiuni de donare de sânge am ajutat la salvarea a până la 300 de vieți omenești!



Am conștientizat donatorii cu privire la
Implicațiile donării de sânge



Sângele are
aceeași culoare
pentru toți!

Școala de Vară „La Marginea Școlii”

În cadrul proiectului s-au adunat peste 25 de tineri din zona rurală din jurul Rădăuțiului și au explorat, au socializat și, nu în ultimul rând, au învățat lucruri noi.

De la dezvoltarea competențelor digitale, incursiune prin lumea fascinantă a neuroștiinței și a dezvoltării creative, până la tips&tricks despre un stil de viață sănătos, sănătate orală și acordarea primului ajutor. Acestea au fost doar câteva din „ingredientele” școlii de vară dedicată tinerilor din mediul rural.

Pe parcursul a 6 zile, în perioada 21-26 august, tinerii au fost imersați într-un mix interesant de informație utilă, livrată prin metode de educație non-formală.



Educăm și dezvoltăm
competențele tinerilor



Facilităm
realizarea de
conexiuni
autentice



Orientăm tinerii
în carieră

Centrul CREDEM: Educație digitală în com. Marginea

Prin intermediul programului “Dăm Click pe România”, dezvoltat de către Asociația „Ateliere Fără Frontiere”, am lansat proiectul **CREDEM — Centrul de Resurse Digitale și Educaționale Marginea**, cu scopul de a dota un spațiu cu calculatoare și de a oferi acces la tehnologie și educație digitală tinerilor din com. Marginea și din localitățile limitrofe, în mod gratuit, deschizând orizonturi de învățare și dezvoltare.

CREDEM are trei obiective principale, fiecare contribuind la crearea unui mediu propice pentru învățare și dezvoltare în comunitate:

- Furnizarea accesului la tehnologie digitală;
- Dezvoltarea competențelor digitale;
- Sprijinirea performanței școlare și dezvoltarea personală.



Educația digitală facilitează accesul la oportunități



Competențele digitale sunt esențiale la viitorul loc de muncă

Fii Bun ca Sf. Nicolae

Ziua de șase decembrie are o semnificație aparte pentru poporul nostru, iar noi, la True Health, am decis să ne aducem aportul așa cum putem mai bine.

Voluntarii noștri au devenit anul acesta mici ajutoare de nădejde ale Moșului Nicolae, cel bun și darnic față de copii. În cadrul inițiativei „Fii Bun ca Sf. Nicolae”, care face parte din programul „Dăruind vei dobândi” 2023, alături de colegii noștri de la Rădăuțiul civic, am adunat donații de hăinuțe, încălțăminte, jucării, dulciuri și rechizite pentru a aduce bucurie și zâmbete copiilor din județul Suceava la care moșul de obicei ajunge mai greu.

La final, 40 de copilași au fost vizitați de împuterniciții Moșului, aceștia provenind din localitățile Marginea, Fălticeni și Rădăuți. Pe de cealaltă parte, spiritul civic a atins 5 familii fără de care campania nu s-ar fi putut desfășura.



Caritatea este esențială pe termen scurt, însă împuternicirea este soluția pe termen lung

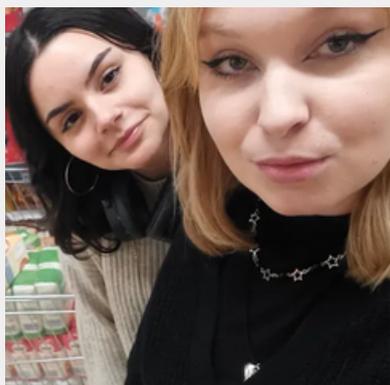
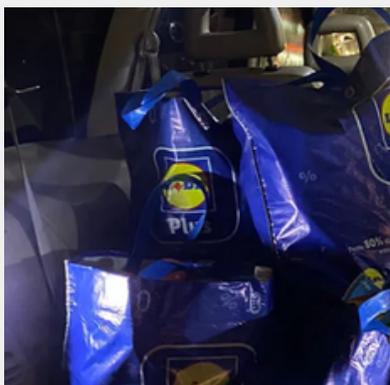


Ajutăm fiind ajutați la rândul nostru!



A cere ajutorul este o formă de curaj!

Ajutor în caz de boală



Ajutăm fiind
ajutați la
rândul nostru!



A cere ajutorul
este o formă de
curaj!

În cadrul programului “Dăruind vom Dobândi” 2023, am oferit ajutor unei doamne din comuna Sucevița, aflată într-o situație dificilă de boală.

Această doamnă a avut nevoie de sprijin în timpul perioadei de recuperare, după o intervenție chirurgicală la inimă. Prin colaborarea cu pensiunea Montana din Sucevița, am reușit să achiziționăm și să-i aducem alimente și produse de igienă, pentru a-i ușura perioada de convalescență.

Colindul nostru pentru persoanele vârstnice din județul Suceava

În spiritul sărbătorilor am luat inițiativa de a aduce bucurie și lumină în inimile celor vârstnici. În acest sens, am adunat un grup de tineri pentru a colinda vârstnicii aflați în azilele și centrele din jud. Suceava, mai exact, a celor aflați la Centrului Rezidențial pentru Persoane Vârstnice ADMO, de la Spitalul de Îngrijiri Paleative „Sfântul Luca”, făcând în final un popas și pe la Spitalul Municipal din Rădăuți. În total, pe data de 21 decembrie, în jur de 60 de persoane vârstnice s-au bucurat de mini concertul nostru de colinde.



Îmbătrânirea activă este un concept pe care ne-am asumat să-l promovăm



Meloterapia poate diminua apariția depresiei și a anxietății

True Health își dorește “O Românie (și) pentru Tineri”

Organizația True Health a fost prezentă la Conferința “O Românie (și) pentru Tineri”, organizată pe data de 29 noiembrie la Palatul Parlamentului de către Consiliul Tineretului din România.

Evenimentul a adunat tineri, factori decizionali, ONG-uri cât și reprezentanți ai domeniului academic, care au discutat și au dezbătut pe marginea celor mai des întâlnite probleme ale tinerilor din România, la momentul actual, pentru identificarea unor posibile soluții și direcții de acțiune, care ulterior sa constituie chiar o serie de priorități pentru viitori aleși, dar și pentru viitoarea guvernare.



Tinerii au
capacitatea de a
inova și prilejul de a
experimenta!

Vă mulțumim!

Sponsorii și donatorii noștri reprezintă fundamentele care țin vie mișcarea noastră de a **promova sănătatea și bunăstarea pentru #TINERi și #COMUNITĂȚI!**

Cu ajutorul dumneavoastră am reușit să ajungem la peste 1000 de beneficiari direcți și indirecti!

