

## 2010— Anul European al Incluziunii Sociale

În UE, 78 de milioane de persoane – reprezentând 16% din populație – sunt amenințate în prezent de sărăcie. Pe teritoriul UE, cetățenii sunt de părere că, în zona în care locuiesc, 1 persoană din 3 (29%) trăiește în sărăcie și că 1 persoană din 10 trăiește în condiții de sărăcie extremă. În toate statele membre, o parte a populației este victima excluderii și a privării, confruntându-se frecvent cu un acces limitat la serviciile de bază. 19% dintre copii sunt expuși riscului sărăciei pe tot teritoriul UE și 1 copil din 10 trăiește în familie în care nimeni nu are un loc de muncă.

De aceea, 2010 a fost declarat Anul european al luptei împotriva sărăciei și a excluderii sociale. „Lupta împotriva sărăciei și a excluderii sociale reprezintă unul dintre obiectivele centrale ale UE, iar abordarea noastră comună a constituit un instrument important pentru orientarea și sprijinirea acțiunii în statele membre”, a afirmat comisarul european pentru afaceri sociale Vladimir Špidla. Anul European va întreprinde și mai multe acțiuni prin contribuția la conștientizarea publică a modului în care sărăcia continuă să afecteze existența de zi cu zi a unui număr atât de mare de europeni”.

## CALENDAR DE SĂNĂTATE 2010

Zilele internaționale de sănătate sunt o comoară de idei pentru CLS-uri și ADAM: sunt asemeni proiectelor la pachet – nu trebuie decât să ne alegem unul, vom avea de unde să ne inspirăm pentru a trece la acțiune; sunt stabilite în funcție de prioritățile de sănătate ale oamenilor din întreaga lume și ne oferă vizibilitate.

Iată doar câteva din zile de sănătate programate în calendarul internațional pentru următoarele luni:

Februarie : 4— Ziua anti-cancer; 19—Ziua stilurilor de viață sănătoase etc.  
Martie: 8—Ziua Femeii; 21—Ziua Drepturilor Omului; 21— Ziua Sindromului Down etc.  
Aprilie: 7—Ziua Mondială a Sănătății  
Mai: Luna Antifumat; 10—Ziua Mișcării pentru o Viață Sănătoasă; 12—Ziua Asistenților Medicali & a Oboselii Cronice; 31 mai—Ziua Antifumat ș.a.m.d.

## Doriți să vă implicați?

FDAAM este o fundație româno-belgiană. Puteți contacta echipa FDAAM și profesioniștii noștri vă vor aduce proiectele mai aproape. Alăturați-vă rețelei noastre internaționale și beneficiați de experiențele noastre de învățare (traininguri, forumuri, conferințe). Accesați [www.fdaam.ro](http://www.fdaam.ro) și abonați-vă la newsletterul nostru trimestrial.



**Camelia Preda:** director general FDAAM responsabil Magazine & ADAM's  
[camelia.preda@fdaam.ro](mailto:camelia.preda@fdaam.ro)  
0040 21 310 79 31



**Cristina Chert:** trainer CLS - ADAM, FDAAM  
[chert\\_cristina@yahoo.com](mailto:chert_cristina@yahoo.com)  
0040 727 850 961



**Ramona Sinca:** trainer CLS, FDAAM  
[ramona.sinca@gmail.com](mailto:ramona.sinca@gmail.com)  
0040 746 502 251



**Sofrone Mălin:** trainer CLS, FDAAM  
[malinsofrone@yahoo.com](mailto:malinsofrone@yahoo.com)  
0040 727591654



**Johnny Suru:** consultant pentru ADAM, FDAAM  
[mutualite\\_csro@yahoo.com](mailto:mutualite_csro@yahoo.com)  
0040 722 369 810



### Cu sprijinul și finanțarea:



# Sănătate pentru toți!

**Mesaj din partea redacției FDAAM**  
.....p.1

**Mesaj din partea Președintelui FDAAM**  
.....p.2

**Mesaje din partea partenerilor belgieni**  
.....p.3

**Week-end de informare la Cluj-Napoca.....p.4**

**“Arc peste timp” - Beatrice Botezatu, CLS Sănduleni .....p. 5**

**Ziua internațională a diabetului—Zi națională de acțiune Plini de viață, nu de diabet .....p.6**  
**14 noiembrie - Ziua națională de acțiune.p.7**

**2009 în rețeaua FDAAM**  
.....p.8-9

**Structuri de sănătate A.D.A.M - cine?ce? p.10**  
**A.D.A.M. În țară .....p.11**  
**ADAM Moldovița se construiește cu suflet p. 12**

**Activi la nivel local**  
**Vești de la CLS-uri p.13**

**Ce aduce anul nou?**  
**Dezvoltare strategică p.15**

**Noutăți, oportunități, evenimente.....p.16**

### Redacție

Str. Pantelimon 32, et.5, ap.8,  
Iasi, cod: 700082, Romania  
Mob: 0727 850 691  
Tel: 0232 252920  
Fax: 0232252926  
[info@somepro.be](mailto:info@somepro.be)  
[chert\\_cristina@yahoo.com](mailto:chert_cristina@yahoo.com)  
[ramona.sinca@gmail.com](mailto:ramona.sinca@gmail.com)  
[www.fdaam.ro](http://www.fdaam.ro)

Redacția FDAAM: Str. Pantelimon 32, et.5, ap. 8, Iasi, cod: 700082; Romania

### Cuvânt de sfârșit și de început

*In prag de întrebări și de răspunsuri ne adunăm în jurul familiei, coacem cozonaci, pregătim oala cu sarmale, bem o țuică, glumim și facem mult “haz de necaz”.*

*A fost un an greu și 2010 se prefigurează, poate, la fel de greu pentru România.*

*2009 a fost însă un an de întâlnire și cunoaștere. Cu mult, cu puțin, cu efort, cu bucurie, noțiunea de “mutualitate” și de “solidaritate” a prins un contur clar definit în România.*

*Și acest contur s-a datorat în primul rand voluntarilor FDAAM.*

*Dragii noștri colegi, dragi voluntari FDAAM, vă dedicam acest numar de ziar, vă mulțumim pentru efortul depus în 2009 și vă așteptăm la cât mai multe activități în 2010. Fără Dumneavoastra, FDAAM nu ar fi ceea ce este astăzi. O Rețea Națională.*

*SPIRITUL “mutualității” și al “solidarității” este redescoperit în România încetul cu încetul iar noi, FDAAM, suntem inițiatorii acestei schimbări.*

*“La Mulți Ani cu Sănătate,  
Să vă dea Domnul tot ce doriți...”*

Echipa FDAAM

24 decembrie 2009, Belgia

*Dragi colegi,  
dragi prieteni,*

2009 s-a încheiat. Începe un An Nou. Ninge, și în Belgia, ca și în România. Probabil cu toții vom avea parte de un "Crăciun alb". Mai rar vedem așa ceva în Belgia, dar poate fi deja un semn de solidaritate. Și nu e de mirare, cu atât mai mult cu cât ne vom aminti de 2009 ca anul în care ne-am găsit unii pe ceilalți pentru a face FDAAM să meargă mai departe.

2009 a fost un an important pentru FDAAM. Am început să implementăm proiectul Consiliilor Locale de Sănătate ca soluție de lucru asupra sănătății în toate comunitățile unde s-a dorit aceasta. În general, buna colaborare de la nivel local dintre partenerii belgieni și români a fost cea care a făcut totul posibil. Datorită sprijinului financiar din Belgia (provincii, proiecte), am mărit echipa FDAAM-ului și acesta a fost punctul de plecare pentru a realiza și mai multe în România și a fi mai vizibili ca organizație. Inițiativele locale au fost începute și dezvoltate cu sprijinul echipei FDAAM. Aceasta a însemnat stabilirea de legături și debutul a 27 de CLS-uri în afara ADAM-urilor deja existente. Multe lucruri au fost întreprinse pentru a face din aceasta o mișcare uniformă în România, căreia să îi poată fi atașată o identitate și care să fie acum ușor de recunoscut. Aceasta pentru că avem o identitate vizuală (logo-uri), propriul nostru ziar, website, traininguri de două ori pe an, zile naționale de acțiune, vizite locale din partea echipei etc. 2009 a fost cu adevărat un an de referință pentru FDAAM. Mai mult decât atât, despre proiectele noastre de sănătate s-a vorbit în ultimele săptămâni la radio-ul și televiziunea belgiană și o mulțime de oameni m-au contactat să discutăm despre acestea și să ne felicite pentru acțiuni și realizări.

Pe de altă parte, acesta e numai începutul. După cum bine știți, sănătatea a fost și va fi un subiect sensibil în România. Sistemul îngrijirilor de sănătate este pe cale să se prăbușească. Așadar aveți cu toții o sarcină importantă de îndeplinit în anul (anii) care urmează. Am certitudinea că împreună putem avea realizări deosebite și putem prezenta alternative pentru îngrijirile de sănătate din România care să fie accesibile, calitative, acceptabile ca preț și democratice. Să le realizăm de la bază, așa cum faceți acum în propriile grupuri. Așa cum lucrați, împreună, și cum vă raportați la starea de sănătate și la viitorul ei reprezintă deja o schimbare semnificativă. Aducând oamenii împreună ca voluntari și învățându-i să ia viitorul în propriile mâini. Să încercăm să încredințăm oamenilor grija sănătății,

acolo unde responsabilitatea ar trebui să fie mai întâi de toate. Să stăm de partea pacienților și populației. Și bineînțeles, să fim deschiși să lucrăm împreună cu furnizorii de servicii de sănătate, instituțiile, factorii de decizie și organizațiile neguvernamentale dacă și aceștia ne împărtășesc scopurile.

În urma week-end-ului de (in) formare de la Cluj (octombrie 2009), întreaga echipă a lucrat asupra unei "Viziuni" și "Misiuni" și a scris planurile strategice de dezvoltare pentru 5 ani. Acestea au fost discutate și vor fi cuprinse într-un plan strategic al FDAAM. Fiecare CLS va fi solicitat să își scrie propriul plan strategic, plecând de la planul general de dezvoltare pe următorii ani. Bineînțeles, veți avea alături echipa FDAAM pentru sprijin și îndrumare. Aceste planuri ne vor ajuta pe toți să orientăm dezvoltarea CLS-urilor, în afara beneficiului pe care îl aduce simplul fapt de a ne gândi în mod regulat la ceea ce facem și la mesajul pe care ne dorim să-l transmitem.

Permiteți-mi să închei felicitându-vă pentru toate eforturile depuse de-a lungul 2009. Eu însumi lucrez de 20 de ani în România la implementarea de proiecte care să ridice nivelul speranței de viață a românilor și care să le deschidă un viitor. 2009 mi-a dat motive să continuu munca de voluntar.

Vă mulțumesc tuturor: minunatei echipe FDAAM, coordonatorilor locali și membrilor conducerii ADAM-urilor, stakeholderilor și voluntarilor din CLS-uri, partenerilor belgieni atât ai FDAAM, cât și din numeroasele comitete care lucrează cu voi.

Să facem din 2010 o continuare și o extindere a activităților și inițiativelor noastre. Pentru aceasta, contăm pe voi toți. Voi sunteți persoanele cheie în acest proces de dezvoltare. Nu va fi ușor, dar suntem o echipă unită și, așa cum știți, o verigă dintr-un lanț e greu de rupt.

Felicitări și admirație pentru voi toți. Vă doresc să aveți un sfârșit de an minunat și un început de 2010 încă și mai bun. Bucurați-vă de această perioadă împreună cu familia și toți cei importanți pentru voi.

Crăciun fericit și la Mulți Ani!

Jozef Goebels. *Președinte FDAAM*

*și, în numele colegilor mei din Belgia, de la CM și Somepro*



"Prieteni,

Ca și voi, sunt un voluntar. Asta ne face colegi.

Să fii voluntar înseamnă să fi membru al celui mai mare club din lume: clubul Oamenilor care, din propria voință, vor să facă ceva pentru ceilalți, fără să aștepte să fie plătiți.

Să te duci la cumpărături pentru un vecin care nu se poate mișca, să ai grijă de copilul unei mame singure ca ei să-i rămână puțin timp și pentru sine, să te joci cu copiii din sat în timpul vacanței, să faci întâlniri cu femeile din sat pentru a discuta despre diferite subiecte, să te ocupi de administrarea unei organizații...

Nu e ceva spectaculos. Nu te va face celebru. Dar te face să te simți bine. Știind că, împreună cu ceilalți, contribuiți la o societate mai bună, la un viitor mai bun pentru copiii noștri. Prietene, îți mulțumesc că ești membru al acestui club".

Piet Henckens, *Comitetul din Glabbeek, Belgia.*

"Dragi prieteni,

2010 începe în sfârșit... și aduce cu el promisiunea unui an minunat! O atitudine optimistă ne va permite să ne plângem și de lucrurile mai puțin bune, care nu pot fi evitate, dar cel puțin vom avea chipuri vesele și gânduri însorite în restul anului. Doar e lucru știut: oamenii fericiți trăiesc mai mult, și cum suntem toți voluntari și lucrăm în domeniul sănătății, e bine de ținut minte. Așa cum avem nevoie de soare, avem nevoie de bucurie în jurul nostru pentru a ne simți mai bine. Să începi un val de fericiere de la un zâmbet îmi pare chiar un plan bun. Și promit: voi trimite mai multe zâmbete sătre lume. Doar așa avea nevoie de puțin ajutor de la prietenii mei...

Cu fiecare an nou, oamenii simt nevoia să se întparcă spre trecut, înainte de a privi la viitor. Să ne concentrăm asupra întâmplărilor ferice și asupra fiecărui moment în care ne-am simțit bine, fericiți în 2009, și să aducem aceste stări de bine și în 2010.

Pentru că îmi amintesc zâmbetele și strălucirea din ochii oamenilor pe care am avut privilegiul să îi cunosc în România, așa spune că 2009 a fost un an bun pentru majoritatea dintre noi. Pentru alții a fost un an greu și, poate, aducând tristețe în inimile celor ce au pierdut pe cineva special. Dar ar trebui să facem o alegere: aceea de a continua pe atât de optimist pe cât putem, știind că optimismul nostru va înfrumuseța nu doar ziua noastră, dar și pe a celor din jur. Și nu uitați: cu cât dai mai multă fericiere, cu atât primești mai multă înapoi!

Aș dori să mulțumesc fiecăruia dintre voi pentru momentele deosebite petrecute în 2009, pentru a vă fi cunoscut, pentru a fi

pus bazele colaborării noastre pe viitor, încercând să mișcăm lucrurile pentru a ne apropia de acele îmbunătățiri în domeniul sănătății pe care ni le dorim din plin. Misiunea noastră nu va fi niciodată sfârșită, dar, având așa oameni minunați cu care să lucrăm, sarcina e mai ușor de îndeplinit. De aceea, vreau să vă mulțumesc pentru tot sprijinul pe care fiecare dintre voi l-a putut oferi.

Iată, un nou deceniu și, în curând, începutul unei noi ere pentru România, pentru că a fost ținută la rece de Uniunea Europeană și se va dezgheța, realizându-și astfel potențialul de membru al UE, abia în doi ani! Plină de viață și de putere!! Su siguranță, Europa nu e ținutul laptelui și mierii—va asigur— dar să privim lucrurile bune pe care le poate aduce și îmbunătățirile pe care le va permite. 2012 apropiindu-se cu fiecare secundă, trebuie să fim conștienți că următoarele 24 de luni vor trebui folosite pentru consolidarea organizațiilor și structurilor pe care le-am dezvoltat, pentru a fi pregătiți pentru următorul pas. Să ne concentrăm eforturile asupra îmbunătățirii și dezvoltării noilor structuri de sănătate pe care le promovăm: cu cât vom crește mai multe, cu atât vom putea negocia mai bine, atunci când trebuie să ne apărăm punctele de vedere față de factorii de decizie de la nivel guvernamental, local, regional, național și chiar European.

În încheiere: vă dorec un 2010 minunat, care să vă umple inimile de bucurie și fericiere! Rămâneți cu bine, dragi prieteni, și aveți grijă unii de ceilalți!

Cele mai calde și prietenești urări pentru voi toți, din partea mea și a tuturor membrilor Opjono, Peter Vanderhaeghen".

"În ultimii 20 de ani, mulți belgieni au ajutat oamenii din România să ducă o viață demnă. În multe sate, au reușit asta din plin. Acum nevoile de bază au fost îndeplinite, ne rămâne să privim spre viitor. Știm că și românii sunt dornici să ne ajute, pentru că de ajutorul lor e cu adevărat nevoie pentru a reuși pe mai departe.

Partenerii din Belgia au pus fundația, acum depinde de oamenii din România să dezvolte toate aceste proiecte. Această conlucrare este menită succesului. Una din cele mai importante sarcini pe viitor este realizarea proiectului de sănătate pentru români. Experiența ce poate fi culeasă din țările occidentale trebuie acum să fie pusă în practica de zi cu zi. Suntem siguri că, având sprijinul doctorului, primarului, preotului și al celorlalți oameni vom reuși. Acel "Da, putem" nu e doar o vorbă de-a americanilor. Lucrând împreună, da, și noi putem".

Willy Cools, Limburg, Belgia

## Week-end de (in)formare Cluj-Napoca



**Cum putem îmbunătăți sănătatea în comunitățile noastre? Cum lucrăm într-un CLS? Dar ADAM? Cât de departe putem ajunge? Dacă nu ar fi întrebările, nu am găsi răspunsurile. Cel mai bine e când avem oamenii de la care să pornească totul. Când ne-am întâlnit la Cluj, pentru fiecare întrebare, am găsit o soluție și, pentru fiecare soluție, am făcut un plan. Acum avem de lucru pe termen lung - știm. Dar vom lucra în echipă—contăm pe asta.**

Week-end-ul de (in)formare de la Cluj-Napoca (3-5 octombrie) a reprezentat cea de-a doua întâlnire națională organizată de FDAAM în 2009. Ca de obicei, voluntarii și coordonatorii locali ai ADAM / CLS, partenerii din Belgia și trainerii FDAAM s-au consultat cu privire la posibilitățile de îmbunătățire a stării de sănătate în comunitățile românești. De data aceasta, informarea și formarea s-au făcut la nivel avansat, majoritatea celor prezenți fiind la a doua participare și având deja o mulțime de experiențe de împărtășit.

De la ultima întâlnire, CLS-urile au organizat diferite acțiuni de promovare a sănătății, iar ADAM-urile au continuat să își dezvolte serviciile de sănătate. Toți eram curioși să aflăm cât mai multe, astfel că, în seara zilei de 3 octombrie, fiecare grup de participanți și-a prezentat acțiunile (dar și comunitatea din care venea) amenajând un mini-stand în cadrul *Cafenelei deschise FDAAM*. Așa am aflat despre proiectul "Dinți frumoși și sănătoși" de la Bordești, despre buna colaborare cu medicul din Stremț și campaniile de promovare a sănătății din Cerchejeni, am gustat plăcintele crețe din Maramureș și prăjiturile de vis ale doamnei Maria din Cehu Silvaniei, am văzut câte activități poate face o organizație de femei, așa ca doamnele din ADAM Moldovița, și .....

Ziua de 4 octombrie a fost zi plină. Cei ...???. participanți s-au împărțit pe ateliere de lucru: *Programe de finanțare europeană pentru proiecte de sănătate*, *Comunicare (CLS)* și *Dezvoltare strategică, viziune și misiune (ADAM)*. Atât ADAM-urile, cât și CLS-urile au privit în viitor, au evaluat posibilitățile de dezvoltare și și-au stabilit obiectivele de atins pe termen lung și scurt. La sfârșitul zilei ne-am reunit pentru a sărbători împlinirea a 10 ani de activitate a FDAAM.

Întâlnirea de la Cluj ne-a dat prilejul să gândim în perspectivă, să ne pregătim de acțiune și să întărim legăturile care fac din FDAAM o echipă națională, cu suflet local.

Voluntarii CLS își prezintă planurile de dezvoltare...



## Arc peste timp

“...În primul rând vreau să îi mulțumesc dnei Cristina Chert pentru încrederea pe care mi-a acordat-o oferindu-mi posibilitatea de a pune bazele unui C.L.S. la Sănduleni, și, mai apoi, alegându-mă, deși timpul a fost din scurt, să reprezint C.L.S-ul din Sănduleni în Belgia.

Întâlnirea de la Cluj a reprezentat pentru mine un moment deosebit, un arc peste timp, oferindu-mi-se oportunitatea de a cunoaște oamenii care în urmă cu 10 ani de zile au făcut pionierat și au pus bazele C.L.S.-urilor, A.D.A.M.-urilor și F.D.A.M.-ului de azi și pe cei care azi contribuie la dezvoltarea, îmbunătățirea și perfectarea activității începută în anul 1999.

Momentul Cluj constituie pentru mine parfumul care invadează în modul cel mai plăcut camera sufletului meu, trezind în mine un noian de impresii, sentimente și aspirații pentru viitor.

Prima impresie pozitivă a apărut încă de la început, prin modalitatea în care a fost concepută întâlnirea – impact psihic și vizual puternic – prin expunerea pe ateliere de lucru, a tot ceea ce era mai reprezentativ pentru fiecare invitat în parte.

Al doilea impact pozitiv a fost să constat că toate prezentările despre activitățile organizate de la ultima noastră întâlnire s-au efectuat la un nivel superior tehnic, s-au înmulțit și diversificat tipul acțiunilor întreprinse.

M-am simțit extraordinar de bine, că la fiecare nivel de organizare, fie el C.L.S., A.D.A.M. sau F.D.A.M., s-a putut remarca implicarea efectivă a partenerului belgian, prin participarea directă la organizarea atelierelor de lucru, cu întrebări și răspunsuri care susțin interesul direct al ambilor parteneri, belgian și român, în dezvoltarea de proiecte europene.

Evoluția schimbării de mentalitate, în modul în care trebuie abordată continuarea proiectelor de parteneriat, a venit prin exprimarea impresiei finale din partea partenerului belgian, că lucrurile au evoluat foarte mult, că nu mai poate fi vorba de o abordare a relației româno – belgiene ca în anul 1999 și că este momentul oportun ca prin efort bilateral să punem bazele schimbării formei de organizare juridică și a responsabilităților C.L.S.-urilor, pentru realizarea cu adevărat a progresului + PROIECTE EUROPENE.

Asemenea unui corolar protocolar a fost momentul final prin care a fost recunoscut efortul depus de-a lungul celor 10 ani de activitate continuă și susținută a tuturor C.L.S.-urilor, A.D.A.M.-urilor și F.D.A.M.-ului și s-au înmănat diplome într-un cadru festiv, încheiat cu un moment artistic excepțional, susținut de cei care au fost „focul și sufletul” începutului...

Beatrice Botezatu, CLS Sănduleni



## Ziua internațională a diabetului Zi națională de acțiune

În întreaga lume, la fiecare 10 secunde, o persoană dezvoltă una din cele două forme de diabet. Și totuși, 60% din cazurile de diabet pot fi prevenite. Cu ocazia Zilei Mondiale a Diabetului (14 noiembrie), Consiliile Locale de Sănătate și Asociațiile de Ajutor Mutual din țară s-au alăturat eforturilor de prevenire și combatere a diabetului organizând propriile acțiuni de control și informare asupra diabetului și complicațiilor acestuia.

### Plini de viață, nu de diabet

Diabetul este o boala cronică în care nivelul glucozei ("zaharului") din sânge (glicemia) crește peste normal. Diabetul apare fie din cauza producției insuficiente de insulină de către pancreas (diabet de tip 1), fie mai ales din cauza insensibilității celulare la insulină (diabet de tip 2). În ambele situații nivelul glucozei din sânge depășește valorile normale.

Cauza exactă a diabetului încă nu este cunoscută, însă anumiți factori pot spori riscul:

- Ereditatea. Dacă unul dintre părinții are diabet, riscul ca urmașul lor să dezvolte vreodată boala crește cu 40 %.
- **Vârsta.** Riscul de a avea diabet, crește odată cu vârsta. Oamenii în vârstă de peste 45 de ani, sau în vârstă de peste 35 de ani și care au rude cu diabet, sunt mai expuși riscului de a face diabet.
- Obezitatea. O greutate corporală mult prea mare este un factor de risc important pentru diabetul de tip 2, indiferent de vârstă. Așadar, chiar și tinerii obezi au un risc mai mare. Riscul e mai mare la femeile obeze decât la bărbații obezi.
- **Acumularea de grăsime** în zona abdomenului.
- **Prea puțină mișcare fizică**, mai ales în combinație cu o greutate corporală prea mare.
- **Diabet de sarcină.** Femeile care au avut diabet de sarcină prezintă un risc mai mare să dezvolte mai târziu un diabet de tip 2.

Câteva dintre cele mai frecvente probleme care apar în combinație cu diabetul:

- boli cardio-vasculare
- tensiune ridicată
- neuropatie sau o afecțiune a nervilor, o proastă funcționare a terminațiilor nervoase
- probleme cu ochii, din cauza deteriorării retinei
- probleme cu picioarele
- funcționare slăbită a rinichilor

Aproape jumătate din oamenii cu diabet (încă) nu știu că suferă de această boală, pentru că nu pot recunoaște primele semne. Astfel se pierde timp prețios. Deseori vasele, ochii și rinichii sunt ușor sau, uneori, chiar grav deteriorați în momentul în care diabetul este

depistat. Din aceste motive este esențială menținerea sub control a diabetului. Aceasta presupune: controlul glicemiei și al grăsimilor din sânge, controlul greutății corporale, scăderea riscului complicațiilor.

(Aflați mai multe citind broșura « Fii cu un pas înaintea diabetului » sau cerând detalii medicului de familie / unui specialist).

Aproximativ 9% din populația adultă a României (2008, date IDO) are diabet.

Din cercetarea populației României între iulie 2007 și iulie 2008, efectuată pe plan național, rezultă că din cele 11 milioane de persoane examinate, 3 milioane ar avea diabet sau sunt predispuse la diabet. Aceasta înseamnă 27 % din populație.

Specialiștii se așteaptă ca, în anii următori, din ce în ce mai multe persoane să sufere de această boală.

### 14 noiembrie— Ziua națională de acțiune FDAAM



Consiliile Locale de Sănătate și Asociațiile de Ajutor Mutual au organizat Ziua Diabetului în propria manieră, desfășurând activități uneori de-a lungul unei întregi săptămâni. Vom reține, ca bune practici, informarea publicului interesat cu ajutorul specialiștilor și stabilirea de parteneriate cu Direcțiile de Sănătate Publică.

**CLS Cerchejeni, Botosani** (14 Noiembrie) a organizat activități de informare și screening de diabet pentru bătrâni și diabetici la cabinetul medical din Cerchejeni și la spitalul central, folosind materialele oferite de DSP Botoșani și SOMEPRO.

**CLS Bordești, Vrancea** a realizat o acțiune de informare în școală (24 noiembrie), implicând atât bolnavi de diabet, cât și persoanele din categoria de risc. Au fost invitați reprezentanți ai DSP Focșani și cadre medicale.

**CLS Hurezani, Gorj** (14 noiembrie) a desfășurat acțiuni de prevenție în școală, implicând oameni din comunitate și părinții copiilor bolnavi de diabet.

**CLS Stremț, Alba** (14 noiembrie) a organizat o amplă campanie de informare și control a diabetului, cu sprijinul cadrelor medicale și al Primăriei din Stremț. Aproximativ 50 de oameni au primit răspunsuri directe de la medici la întrebările legate de diabet, li s-a măsurat glicemia și au făcut testul de screening al diabetului.

**CLS Sănduleni - Coman, Bacau** (28 noiembrie) a realizat o acțiune de informare pe tema cancerului de col și a diabetului, cu sprijinul DSP Bacau.

**CLS Borșa, Maramureș** (16 noiembrie) a susținut discuții informale pe tema de referință atât în școală, cât și la Centrul PAPI, avându-i ca invitați pe membri asociațiilor umanitare și de pensionari din Borșa.

**ADAM Slatina-Timiș** (15 noiembrie) a asigurat membrilor săi atât controlul glicemiei, cât și discuții directe cu un specialist stilul de viață și tratamentul adecvat pentru bolnavii de diabet.

**ADAM Cluj-Napoca** (14 noiembrie) a participat la o conferință de specialitate la Centrul de Diabet din Cluj, amenajându-și propriul stand de măsurare a glicemiei și distribuind materiale de informare proprii. La punctul de lucru din Iași, coordonatorii locali au distribuit broșuri despre diabet studenților de la Universitatea de Medicină și Farmacie « Grigore T. Popa ». De asemenea, la punctul de lucru din Focșani, Dna Doctor Daniela Stoica a oferit consultații gratuite bolnavilor de diabet (membri sau nu ai A.D.A.M) timp de o săptămână.



Femei din Stremț, măsurându-și glicemia

**ADAM Moldovița** a asigurat informare, îndrumare și control al diabetului (măsurarea glicemiei) pentru oamenii din sat (accordând prioritate membrilor), timp de o săptămână (16—20 noiembrie).

**Ziua Mondială a Diabetului** este un eveniment global, sărbătorit în fiecare an pe 14 noiembrie. Data a fost aleasă pentru că marchează ziua de naștere a lui Frederick Banting, cel care avea să descopere insulina în 1921. Ziua Mondială a Diabetului reunește milioane de oameni din peste 160 de țări pentru a crește gradul de conștientizare asupra diabetului, implicând atât tinerii și adulții afectați de diabet, cât și profesioniștii din domeniul sănătății, factorii de decizie de asistență medicală și mass-media.

**Zilele naționale de acțiune** (CA-DAYS) sunt acțiuni organizate în comun (pe o temă comună) în CLS-urile și ADAM-urile din rețeaua FDAAM. Tema CA-DAYS este aleasă din timp de cele mai multe ori o zi internațională de sănătate. CLS-urile și ADAM-urile organizează acțiuni adaptate situației locale, raportându-se la tema respectivă.

Prima zi națională de acțiune: 31 mai, Ziua împotriva fumatului



# 2009 în rețeaua FDAAM

## FDAAM, într-un an...

### Ianuarie - Martie

- Provincia Brabant (Belgia) devine partener în proiectul Consiliilor Locale de Sănătate
- Creșterea echipei FDAAM & formarea angajaților (training pentru Ramona Sinca în Belgia & România)
- Vizite locale din partea trainerilor FDAAM pentru înființarea de CLS-uri

### Aprilie

- Săptămâna de formare în Belgia (Tessengerlo) pentru echipa FDAAM și voluntarii CLS

### Mai

- 8-10 mai: Week-end de (in)formare CLS & ADAM la Slatina-Timiș; ADAM Slatina-Timiș împlinește 10 ani de activitate
- 31 mai: Ziua națională de acțiune anti-fumat

### Iulie

- 9 iulie, Cristian (Sibiu): Prezentarea FDAAM în fața Regelui și Reginei Belgiei
- Prezentare FDAAM și a proiectelor de sănătate la întâlnirea Organizațiilor de Femei (OLF).

### Septembrie

- 14-20 septembrie Oostende (Belgia): participare la Colocviul Internațional al Mutualităților Creștine

### Octombrie

- 3-5 octombrie, Cluj-Napoca: Al 2-lea Week-end de (in)formare CLS & ADAM; FDAAM împlinește 10 ani de activitate

### Noiembrie

- 14 noiembrie (> 20 noiembrie): Ziua Diabetului – zi națională de acțiune
- Mărirea echipei FDAAM
- 11 – 28 noiembrie, Turhout (Belgia): Training "on the job" pentru Sofrone Mălin & Ramona Sinca

### Decembrie

- 18-19 decembrie, Iași: Întâlnirea FDAAM pentru planificare strategică

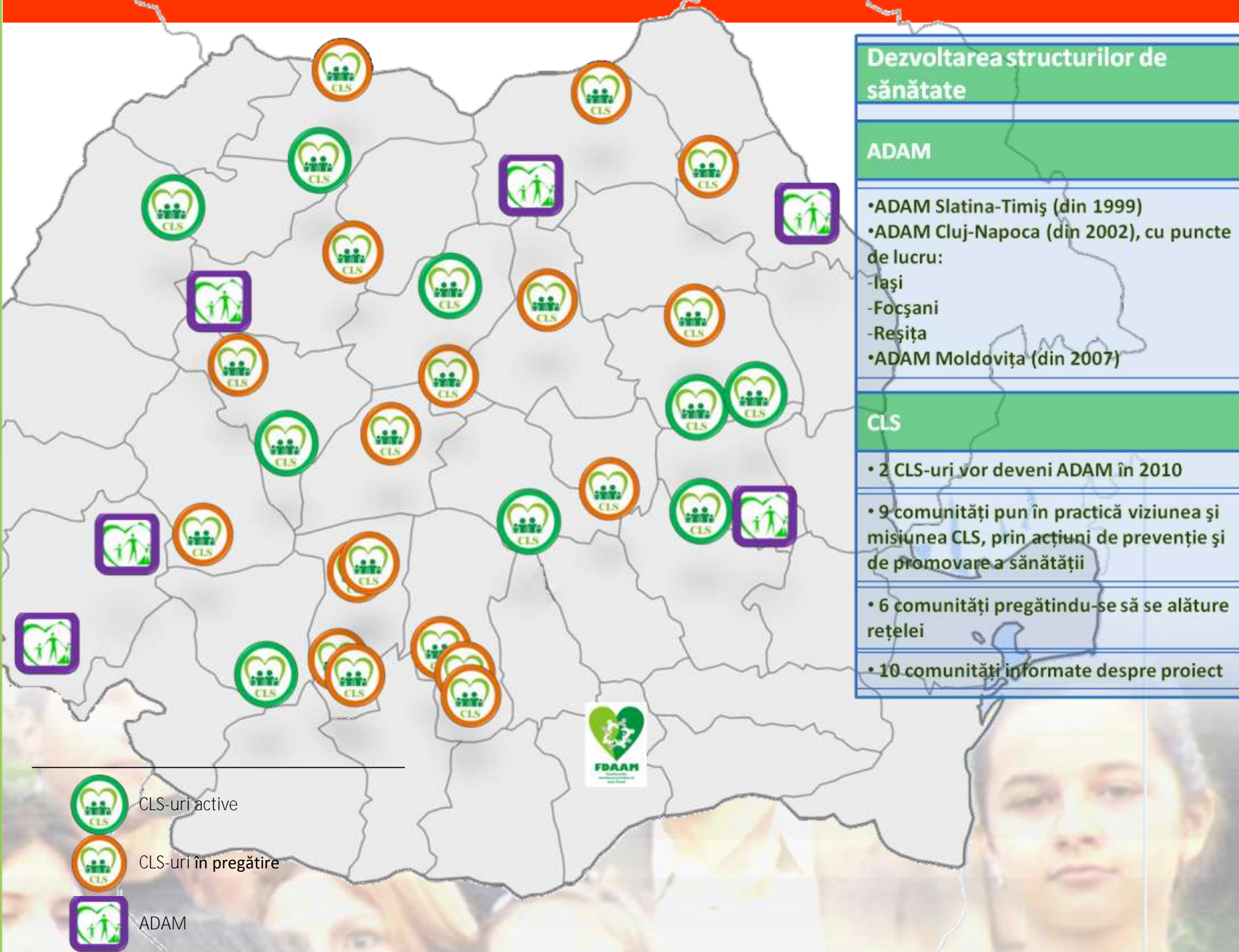
## Dezvoltarea structurilor de sănătate




### ADAM

- ADAM Slatina-Timiș (din 1999)
- ADAM Cluj-Napoca (din 2002), cu puncte de lucru:
  - Iași
  - Focșani
  - Reșița
- ADAM Moldovița (din 2007)

### CLS

- 2 CLS-uri vor deveni ADAM în 2010
- 9 comunități pun în practică viziunea și misiunea CLS, prin acțiuni de prevenție și de promovare a sănătății
- 6 comunități pregătindu-se să se alăture rețelei
- 10 comunități informate despre proiect



-  CLS-uri active
-  CLS-uri în pregătire
-  ADAM



## Structuri de sănătate (II)\*

A.D.A.M.

**Sistemul actual de îngrijiri de sănătate este evident depășit de nevoia de sănătate. Un sistem care să ajute oamenii să își organizeze sănătatea la nivel local ar reduce semnificativ problemele de la nivel național. De aceea ADAM (Asociația de Ajutor Mutual) reprezintă o alternativă în domeniul primei linii de servicii de sănătate dintr-un sat, regiune a unui sat, comună sau oraș.**

### Ce este ADAM?

- O Asociație de Ajutor Mutual (A.D.A.M.) reprezintă o mișcare socială orientată spre locuitori, cu o atenție sporită față de grupurile defavorizate (persoane bolnave, persoane cu dizabilități, persoane în vârstă etc.); activitatea dezvoltată într-un ADAM se bazează pe solidaritatea dintre grupuri și indivizii din societate și se definește prin două componente: medicală și socială.
- Înainte de orice, ADAM își propune să îmbunătățească accesul la servicii de sănătate de calitate pentru toate persoanele din comunitate. Acest lucru poate fi realizat prin cooperarea cu organizațiile private și publice de sănătate. ADAM va asigura mai întâi serviciile de bază, urmând să dezvolte, în etapele ulterioare, și servicii complementare.
- Pentru membrii săi, ADAM poate oferi și servicii sociale, dar exista 2 condiții pentru acestea:
  - a. Pot fi dezvoltate abia după atingerea primului obiectiv = servicii de sănătate de baza și accesul la acestea;
  - b. Desfășurarea de servicii care să aducă venitul necesar pentru susținerea serviciilor complementare.
- ADAM este o organizație democratică, deschisă tuturor cetățenilor. Astfel, pacienții pot participa la determinarea ofertei de servicii la orice nivel al dezvoltării acestora. Toți membri sunt reprezentați în Adunarea Generală a membrilor ADAM. Acești membri aleg consiliul director.
- Semnificativ pentru eliminarea unui sistem social polarizat, cu diferite tipuri de sisteme de sănătate (unul pentru cei mai bogați, altul pentru restul populației).
- Cooperare cu alte organizații și diferiți parteneri.
- ADAM se bazează pe contribuția voluntară la diferite niveluri: servicii de sănătate, consiliul director, acțiuni sociale și complementare (tineri, persoane cu dizabilități, bătrâni etc..)

- Non profit, dar în același timp cautând activ surse de venit și modalități de a supraviețui pentru a se autosuține în timp. Toate profiturile sunt reinvestite în activități sociale pentru membri.

### Ajutor mutual / Mutualitate

Forme de angajament reciproc prin care membrii unui grup se asigură, prin plata unei cotizații, împotriva unor riscuri (boli, infirmitate, șomaj) sau își asumă acordarea de ajutoare pentru anumite situații.

### ADAM—Cum funcționează?

Pentru a fi operațional, un ADAM trebuie să îndeplinească 3 condiții de bază:

1. Existența unei asociații ADAM în legătură cu FDAAM;
2. Locație disponibilă;
3. Doctor de familie.

ADAM este o organizație cu membri. Aceștia plătesc o contribuție care este folosită pentru dezvoltarea ofertei de servicii. Implicit, membri fac parte și din Adunarea Generală a ADAM și aleg Consiliul de conducere.

Un ADAM poate încheia **contracte cu CJAS pentru a îmbunătăți îngrijirile de sănătate primare**. Consiliul de conducere al ADAM stabilește și o strategie socială privind serviciile neasigurate (servicii neacoperite de CNAS-CJAS), cât și pentru neasigurați.

ADAM lucrează în strânsă colaborare cu practicieni din oficiu ori cadre medicale special contractate pentru aceasta (doctor de familie, asistenți, dentiști, farmaciști...). Sarcinile diferiților practicieni sunt stipulate în contract pentru garantarea calității serviciilor medicale:

- Medicină curativă și preventivă de bună calitate;
- Accesibilitate crescută (program de consultații, îndatoriri, promovarea sănătății și prevenție, costuri reduse).

### ADAM în țară



ADAM Cluj-Napoca

A.D.A.M. Cluj a luat ființă în anul 2001 ca urmare a inițiativei unui grup de fondatori români și belgieni. Principalul partener și îndrumător al Asociației este Mutualitatea Crestina din Brugge.

Pentru membrii săi, ADAM Cluj are următoarea ofertă:

- **Închirierea** unor echipamente de recuperare: cadre de mers, cârje, pat tip spital, carucioare, biciclete terapeutice etc. Pentru a beneficia de aceste echipamente, persoana trebuie să devină membru a Asociației. Calitatea de membru se obține prin achitarea unei taxe anuale (în prezent: 15 ron/ an pentru adulți, 10 ron/ an pentru pensionari și persoanele cu dizabilități). Pentru fiecare echipament se achită o taxă lunară.
- **Magazin de sănătate:** vânzare produse pentru bolnavi la pat (materiale incontinență, aleze impermeabile, burtiere, pansamente sterile, creme pentru incontinența urinară, creme antiescare, pudră de talc, leucoplast, plasturi sterili, o gama diversificată de ceaiuri naturale etc). Potențialii clienți ai magazinului nu trebuie să fie membri pentru a cumpăra ceea ce îi interesează. Totuși, membri beneficiază de reduceri de preț semnificative. Oricum, produsele sunt la un preț social, apropiat pretului practicat de furnizor.

A.D.A.M. Cluj are deschise puncte de lucru la Focșani și Iași unde principalul tip de serviciu oferit locuitorilor a fost și este darea în folosință temporară a unor echipamente de recuperare. La punctul de lucru Iași funcționează și un Magazin de Sănătate.



Primul ADAM a fost înființat la Slatina-Timiș în parteneriat cu "Geels Roemeniëkomitee vzw". De atunci, ADAM Slatina-Timiș continuă să fie o sursă de inspirație pentru dezvoltarea ADAM-urilor din toată țara.

### ADAM—ce are de oferit

- Doctor de familie & alte cadre medicale: stomatolog, farmacist, oftalmolog etc;
- Servicii medicale de calitate;
- Cabinete medicale decente, modern echipate;
- Permanență medicală;
- Colaborare cu specialiști, laboratoare și spitale (rețea profesională);
- Serviciu de închiriere pentru material de revalidare;
- Fond Social;
- Examenle medicale și consultanță specializată, pre-și post-natală;
- Trusă gratuită pentru îngrijirea nou-născutului;
- Educație pentru sănătate—educație sanitară;
- Modalități de petrecere a timpului liber: Club P.C., Sală revalidare, Cosmetică, Centru de informare, Centru xerox;
- Informare despre drepturile și obligațiile pacienților;
- Și multe alte servicii, în funcție de situația și posibilitățile locale.



Magazin de sănătate Iași



Magazin de sănătate Cluj-Napoca



Johny și DI. Primar din Slatina-Timiș, colegi în ADAM

## ADAM Moldovița se construiește cu suflet

În ADAM-uri se investește mult suflet și principalii creditori sunt oamenii din comunitate. ADAM-urile sunt clădite să rămână, mai ales pentru generațiile următoare. Mihaela și Nicu din Moldovița sunt doi astfel de oameni, care construiesc pentru un viitor sănătos. I-am rugat să ne vorbească despre ce înseamnă să lucrezi într-un ADAM.

“...Dragă Mihaela, cum ar suna povestea ADAM Moldovița? Spusă de la început?”

De la bun început am putut conta pe sprijinul partenerilor din Kruibeke – ei au fost cei care ne-au pus în legătură cu FDAAM și așa am fost introduși în proiect. Comunicarea dintre noi a făcut iarăși diferența, le-am putut spune oricând: „asta ne trebuie; am putea face așa ” și împreună găseam o cale să realizăm ceva. În perioada de tatonare, ne gândeam să facem o asociație pe departamente, între care și departamentul de sănătate publică. Mie mi-au propus să coordonez departamentul de turism și cultură, nu mi-am imaginat că voi ajunge să mă îngrijesc de toate.

Aș zice că ADAM și-a ales aleșii.

Da, se poate (și Mihaela zâmbește). Din păcate, oamenii pe care contezi la început ... nu toți rămân până la capăt. Pleci cu visul de la Slatina, după traininguri, dar trebuie să rămâi cu capul pe umeri: ADAM cere dedicare și se construiește prin multă muncă, nu e așa de simplu.

Care ar fi dificultățile?

Accreditarea ADAM pune ceva probleme, toate procedurile te costă timp. Cei care încep un ADAM ar trebui să știe de la început la ce uși să bată pentru autorizații, aprobări, acte etc. Apoi, până să ajungi la oamenii simpli, trebuie să treci de autorități. Reticență, neîncredere. Dacă primarul era deschis, eram cu un pas înainte. De aceea, un primar înțelegător e un atu pe care noi nu l-am avut de la început. Nu condamnăm pe nimeni, e o idee atât de nouă. Dar, dacă te prinzi să faci ceva, apoi faci. Trebuie să fii perseverent, nimic nu se face fără tine. Așa i-am convins și pe viitorii membri ai consiliului de administrație: „Haideti în ADAM, e nevoie de noi”. Am căutat oameni de sprijin printre prieteni, în familie, la oamenii pe care îi respectam. Împreună, din idee în idee, am început să facem câte ceva.

Spuneai despre oameni... cum ajungeți la ei?

Lucrând. „Publicitate! Afize!”... - nu asta îți aduce membri. Omul trebuie să vadă ceva înfaptuit, ca să capete încredere. Tot încercam să le spunem oamenilor ce vrem să facem, dar nu înțelegeau sau nu vroiau să asculte. Am început să construim centrul – acum se opresc, ne întrebă „Dar... ce se face aici?”, iar noi le arătam ce am făcut și ce urmează să facem. Așa, ce le promitem se construiește sub ochii lor. Asta îi atrage.

Mai trebuie să simți oamenii, să arăți înțelegere față de nevoile lor. Taxa anuală per membru e de 10 lei pentru adulți, 6 lei pentru pensionari. Cu cât ai mai mulți membri, cu atât ai mai multe posibilități să desfășori servicii pentru toți. Aici sunt două dificultăți: o dată, oamenii nu sunt obișnuiți să plătească o cotizație, regulat; apoi, simt că au greutăți financiare.

Cu ce serviciu poți începe, atunci când ești abia la început?

Depinde de fiecare localitate, dar probabil centrul de închiriere e ceva simplu de organizat. Îți va lua ceva timp până găsești un medic cu care



să poți lucra. Când i-am propus medicului de aici să lucreze pentru noi, răspunsul a fost: „Nu pot fi angajatul nimănui. Dacă veneți acum 2-3 ani, poate atunci da...” Cu siguranță un medic tânăr va zice „da” propunerii noastre, sunt sigură că îl vom găsi. Deja suntem cu ochii pe listele de repartizări de la Casa de sănătate.

Mihaela, ce vă motivează să continuați?

La început și eu am fost puțin pesimistă, dar am zis, trebuie să fac asta, nu neapărat pentru mine, dar și satul nostru merită mai mult. Sănătate, grijă plină de respect, tratamente într-un mediu civilizată. De multe ori, ajutorul să mergi mai departe vine în mod neașteptat: de la belgieni, de curând am găsit și niște parteneri olandezi, dar, mai ales, sprijinul vine de la noi înșine, din entuziasmul și dorința noastră de a face... Pentru mulți e greu să înțeleagă: suntem chiar voluntari, lucrăm dezinteresat. Discuții sunt multe și te doare, te zbați, alergi, îți mai iei și palme, dar te aduni. De-asta trebuie să fii o echipă unită, doi-trei oameni care să creadă cu adevărat în ceea ce faceți, și veți face. Și mai e și aprecierea oamenilor, schimbările mici dar sigure... Acum, înainte de Crăciun, cu femeile din comisia de cultură am pregătit un grup de colinde. Am cântat în biserică și, probabil că am cântat așa de frumos, că la sfârșit oamenii au început să aplaude unul câte unul, până ne-a aplaudat toată biserica. Or, la noi, oamenii nu aplaudă în biserică.

Sau... de câte ori nu mi-au spus femeile care vin la ADAM: ”Mihaela, de-ai ști de câte ori ne-am dorit să putem face și altceva, ceva pentru oameni, împreună cu ceilalți... și nu am avut nici cum, nici unde... și nici nu știam cum s-ar putea face. Ce bine e că acum avem unde. Dar... nu ne dați afară de aici, nu-i așa?”. Cum să mai pleci? Poate că dacă aș pleca, nu ar muri proiectul, dar l-aș încetini. Nu avem timp de pierdut, nu avem încă toate resursele să facem tot ce e nevoie, dar nu ne putem opri.

Unde vă doriți să ajungeți?

Vreau să văd centrul socio-medical funcțional, cu medici, echipament și dotări corespunzătoare, condiții civilizate, îngrijiri oferite corect, cu multă omenie, cum spunem noi, multe activități sociale... Cred că oamenii trebuie să fie la un loc, ne-am despărțit, am uitat să ne îngrijim unii de alții. Ce bine ne-ar fi dacă ne-am aminti, măcar o oră pe zi, să facem ceva și pentru altcineva decât noi înșine. Ar fi o oră pentru noi ceilalți.

Ce mesaj aveți pentru ceilalți voluntari sau coordonatori ADAM / CLS?

Nu contează dacă sunteți ADAM ori CLS, găsiți oamenii potriviți să rupă din timpul lor pentru a face ceva pentru ceilalți. Găsiți-vă o familie și creșteți în ea, la voi să fie voință de a face lucruri bune, veți găsi și modalitățile de a le realiza.



## Activi la nivel local Vești de la CLS-uri



Au trecut 1 an și 9 luni de la demararea proiectului Consiliilor Locale de Sănătate.

A fost suficient să ia cineva inițiativa local, să se cerceteze nevoile de sănătate și deja s-au găsit o mulțime de făcut. Unele dintre CLS-uri se pregătesc să devină ADAM, altele vor continua să lucreze informal pentru sănătate, din ce în ce mai multe comunități sunt deschise proiectului și doresc să se alăture rețelei.

Așadar: de la CLS-uri avem VEȘTI BUNE! Iată câteva dintre ele...

### Borșa: “Spuneți-ne ADAM...”

2010 nu e doar un an nou pentru echipa din Borșa, ci o încununare a ceea ce au început printr-un CLS și care va crește frumos într-un ADAM.

Le dorim mult succes în tot ceea ce urmează să întreprindă! De sănătate se vor ocupa ei!



### Stremț: Proiectele se împlinesc

Unul dintre cele mai ambițioase proiecte ale CLS Stremț (construirea unui centru socio-medical) e pe cale să devină realitate, spre beneficiul unei întregi comunități, și aceasta datorită comitetului din Zaventem, care și-a oferit deja sprijinul, chiar material.

Jumătate din cale este ca și străbătută, clădirea care să găzduiască viitorul centru socio-medical este deja construită.

Felicităm echipa CLS și partenerul belgian pentru această conlucrare ce nu întârzie să își arate roadele și abia așteptăm vești despre progresele făcute înspre construirea centrului!



### Viscri: Un fond social, multe posibilități

Cu ceva timp în urmă, CLS Viscri primea un mic ajutor de la comitetul din Glabbeek pentru a organiza un fond social. De atunci, au reușit să organizeze o mulțime de acțiuni și sunt abia la început. Iată câteva dintre realizări: transport de urgență, colaborare cu dentist (educație pentru igiena orală, controale și tratamente, transportul copiilor la cabinetul dentistului) și colaborare cu ginecolog (sesiuni de informare cu femeile din sat).

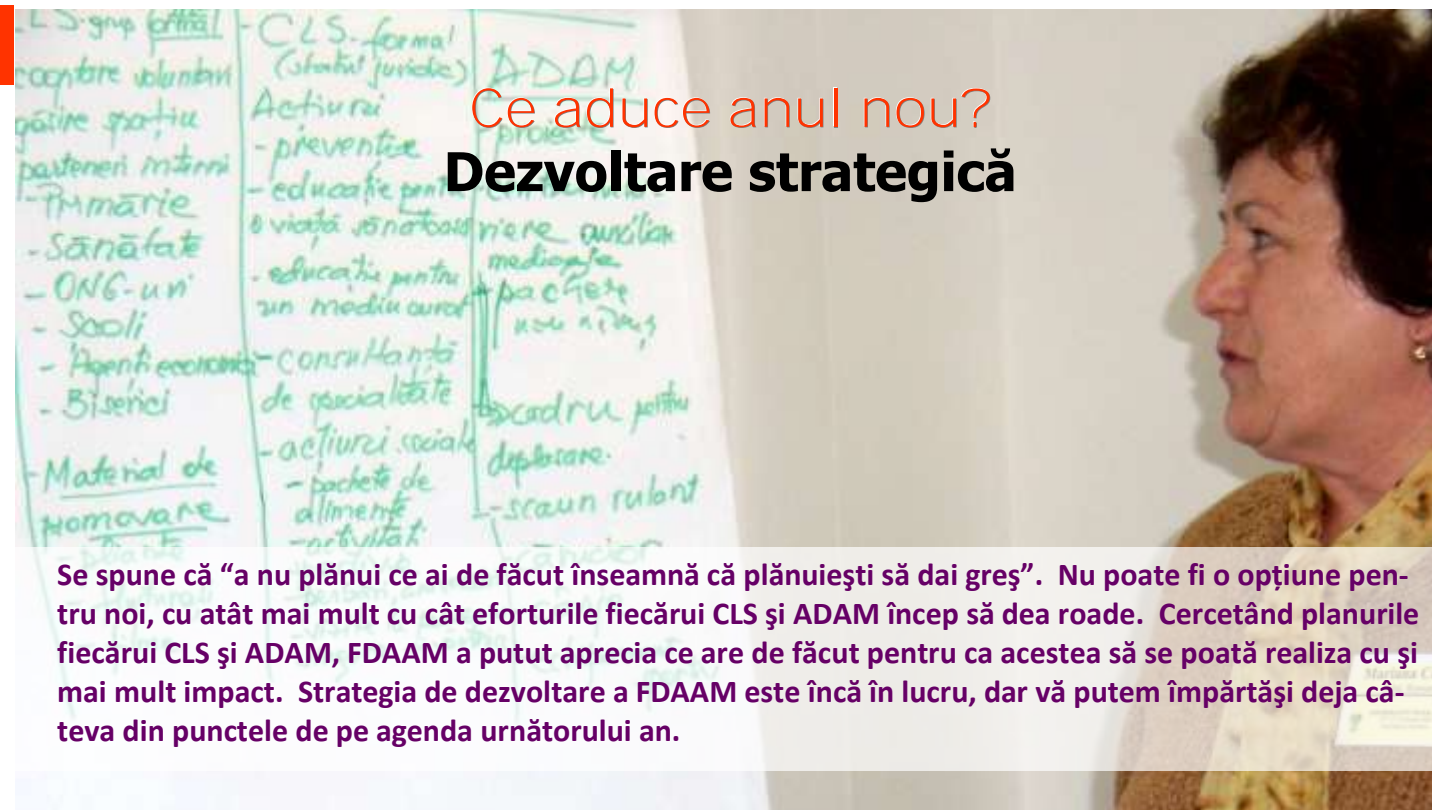


## Oostende, 17—18 Septembrie: Colocviul Internațional al

În perioada 17-18 Septembrie 2009 echipa FDAAM a avut prilejul de a participa în Oostende, Belgia, la Colocviul Internațional al Mutualității Creștine din Belgia, intitulat "Integrarea sistemelor mutuale în strategiile de dezvoltare naționale și internaționale și accesul la serviciile de sănătate printr-o perspectivă de schimbare socială".

Colocviul s-a concretizat în două părți distincte: Sesiunea Africană și Sesiunea destinată Europei Centrale și Asiei de Sud-Est. Prezentările au fost diverse, reprezentările la nivel înalt (miniștri de sănătate), întrebările au fost dificile, răspunsurile au oferit soluții sau au contat pentru găsirea unor răspunsuri în propria țară, schimbul internațional a fost intens.

S-a vorbit despre parteneriate și importanța unui parteneriat de calitate în dezvoltarea sistemelor de mutualitate. S-a lucrat pe grupe de lucru și zone de dezvoltare. S-au prezentat rezultatele discuțiilor în plenul de lucru. Importanți reprezentanți în cadrul acestui Colocviu Internațional cunoscuți sistemului de mutualitate din România: Jean-Pierre Descan, Ineza Sikorska, Valerie Van Belle, Jozef Goebels.



## Ce aduce anul nou? Dezvoltare strategică

Se spune că "a nu plănuți ce ai de făcut înseamnă că plănuiești să dai greș". Nu poate fi o opțiune pentru noi, cu atât mai mult cu cât eforturile fiecărui CLS și ADAM încep să dea roade. Cercetând planurile fiecărui CLS și ADAM, FDAAM a putut aprecia ce are de făcut pentru ca acestea să se poată realiza cu și mai mult impact. Strategia de dezvoltare a FDAAM este încă în lucru, dar vă putem împărtăși deja câteva din punctele de pe agenda următorului an.

## Kempen, 11—26 septembrie: training on the job

În perioada 11-26 septembrie, tânărul nostru coleg, Mălin Sofrone, și Ramona Sinca au avut parte de 2 săptămâni intensive de training în Belgia pentru a înțelege cum funcționează asociațiile mutuale și care sunt perspectivele de dezvoltare ale unui sistem de sănătate pe principii de solidaritate. Celor doi li s-a oferit și posibilitatea de a promova proiectul CLS-urilor, consolidând înțelegerea și aprecierea partenerilor belgieni pentru toate realizările voluntarilor români.

Înainte de deveni trainer CLS, Mălin este și președintele AGLT (Asociația Grupurilor Locale de Tineret) - organizația umbrelă susținând dezvoltarea mișcării de tineret în România, cu atenție sporită pentru zonele rurale.

De aceea, pe lângă acordarea de asistență CLS-urilor din regiunea lui, Mălin se va ocupa și de crearea unui context pentru conlucrarea dintre FDAAM și AGLT, la nivel național, și colaborarea dintre CLS-uri / ADAM-uri și GLT-uri, la nivel local. Suntem mândri să îi urăm: Bun venit în echipă!



## Iași, 18—19 decembrie: Planificare strategică

Pe o vreme de iarnă grea, cu trenuri oprite în stații pe niciunde și cu avioane suspendate pe o perioadă nedeterminată, lucrătorii profesioniști FDAAM s-a întâlnit la Iași în perioada 18-19 decembrie pentru a analiza planul strategic al FDAAM pentru anul 2010. S-au prezentat planurile strategice punctuale ale fiecărui ADAM, planul strategic de dezvoltare al CLS-urilor bazat pe analiza lucrată în plen la întâlnirea națională de la Cluj (octombrie 2009) și planul de parteneriat strategic al mișcării de tineret AGLT cu FDAAM. S-au discutat acțiuni concrete pentru dezvoltarea FDAAM la nivel național și s-a propus partenerilor belgieni programul acțiunilor pentru anul 2010.



## Noi concepte în dezvoltarea FDAAM

### Mini-granturile FDAAM — Concurs național pentru proiecte de sănătate cu implementare în comunități locale

Pentru a sprijini inițiativele locale și pentru a încuraja inovarea în îmbunătățirea sănătății, FDAAM va lansa un concurs național de proiecte, deschis oricărei comunități interesate să câștige unul din cele 10 granturi a câte 300 de euro oferite ca premiu.

Aplicații pentru granturi vor trebui să conceapă un proiect de sănătate care să respecte principiile de *solidaritate, ajutor mutual, accesibilitate, asistență medicală pentru toți*. Termenul de primire și analiză a aplicațiilor este de 3 luni, din momentul lansării concursului. Granturile acordate vor trebui investite în implementarea proiectului în decurs de 1 lună.

Calendarul concursului, cât și condițiile de participare și de acordare a granturilor vor fi publicate într-un Ghid al solicitantului (Aprilie 2010).

### « Open the box » - Traininguri regionale, găzduite de ADAM-uri

Pentru a înțelege sistemul de sănătate, drepturile pe care le avem ca pacienți, obligațiile care ne revin, oportunitățile care ni se prezintă, schimbările pe care le putem întreprinde etc... avem nevoie de informații clare. FDAAM va cerceta nevoile de informare ale CLS-urilor și membrilor ADAM, dar și temele de interes pentru publicul larg. În funcție de acestea, vom identifica și organiza sesiuni de informare regulate, pe teme care să răspundă acestor nevoi de informare. Trainingurile / sesiunile de informare vor fi organizate în locațiile ADAM-urilor, o dată la trei luni. Sperăm să susținem deja primul training în data de 27 martie, cu prilejul zilei internaționale a drepturilor omului — o oportunitate pentru noi toți de a discuta drepturile pacienților. Mai multe detalii, cât de curând — vă vom ține informați!

### Planificarea strategică

- Privește dezvoltarea pe care un grup dorește să o aibă într-o perioadă de timp
- Este un ansamblu de procese de analiză: a situației actuale, a situației de atins, a etapelor de parcurs între cele două stări și a resurselor necesare pentru aceasta
- La această analiză iau parte toate persoane aparținând deja grupului sau care pot influența dezvoltarea acestuia
- Rezultatul procesului de analiză este o STRATEGIE (sau PLAN) de ACȚIUNE prin care se stabilește CLAR ce se dorește să se realizeze, cu ce rezultate, în cât timp, de către cine, cu ce costuri
- Toți membri consimt și își asumă punerea în practică a strategiei — planului de dezvoltare.