



RAPORT DZIAŁAŃ

Platforma Zdrowego Życia

SEZON 2025–2026





Zdrowe Życie

Zdrowie budujemy razem - przez ruch, dobre jedzenie, uważność na innych i odwagę, by podzielić się tym, co mamy.

Program platformy obejmował różne etapy życia i różne potrzeby: seniorów, młodzież, dzieci w szpitalu oraz lokalną społeczność. Warsztaty kulinarne, działania wolontariackie, kampania krwiodawstwa i duże targi zdrowia łączyły profilaktykę z relacją.

PODSUMOWANIE

Targi Zdrowego Stylu Życia zgromadziły około 200 osób i wiele praktycznych stanowisk. Ich siłą była różnorodność: uczestnicy mogli spróbować nowych aktywności, porozmawiać ze specjalistami i znaleźć własny, realistyczny sposób dbania o zdrowie.

6

wydarzeń

374

uczestników

2025-2026

sezon działań

13.10.2025

Dzień gier w domu seniora



MIEJSCE

Chemik Dom Pomocy Społecznej

FORMA

Spotkanie integracyjne

38

uczestników

DZIAŁANIE

gry, rozmowy i animacje dla seniorów

Wspólnie z uczniami XL Liceum Ogólnokształcącego z Oddziałami Dwujęzycznymi odwiedziliśmy mieszkańców Domu Pomocy Społecznej „Chemik”. Spotkanie wypełniły gry, rozmowy przy herbacie, wspólne aktywności ruchowe oraz drobne upominki. Wydarzenie stworzyło przestrzeń do budowania relacji międzypokoleniowych i wzajemnej życzliwości.



18.11.2025

Zdrowe smaki różnych kultur - warsztat dla młodzieży



MIEJSCE

MDK Ochota

FORMA

Warsztat kulinarny

38

uczestników

TEMAT

zdrowe gotowanie i kuchnie świata

Warsztat dla młodzieży pokazał, że zdrowe odżywianie może być zarazem smaczne, różnorodne i inspirujące kulturowo. Uczestnicy poznawali przepisy i produkty z różnych tradycji kulinarnych, a wspólne gotowanie stało się okazją do rozmowy o zdrowych nawykach, otwartości i współpracy.



24.11.2025

Prezenty świąteczne dla dzieci z oddziału onkologicznego



MIEJSCE

Dunaj

FORMA

Warsztat

DZIAŁANIE

pakiety świąteczne dla dzieci

21

uczestników

Podczas spotkania przygotowaliśmy świąteczne pakiety dla dzieci z oddziału onkologicznego. Uczestnicy wspólnie ozdabiali pudełka i kompletowali upominki, wkładając w nie dużo uwagi i serdeczności. Działanie łączyło troskę o dobrostan dzieci z budowaniem empatii i zaangażowania społecznego.



01.12.2025

Origami z dziećmi w szpitalu onkologicznym



MIEJSCE

Uniwersyteckie Centrum
Kliniczne Warszawskiego
Uniwersytetu Medycznego

FORMA

Warsztat

DZIAŁANIE

origami i spotkanie z dziećmi w szpitalu

22

uczestników

Odwiedziliśmy dzieci na oddziale hematologii i onkologii, przekazując przygotowane wcześniej świąteczne pudełka i prowadząc warsztat origami. Wspólne składanie papieru przyniosło wiele radości i pozwoliło stworzyć ciepłą, wspierającą atmosferę. Spotkanie było drobnym, ale ważnym gestem obecności i uważności.



22.05.2026

Kampania honorowego krwiodawstwa



**DUNAJ – KAMPANIA
ODDAWANIA KRWI**

**TWOJA KREW
MOŻE KOMUŚ
PODAROWAĆ
DRUGĄ SZANSĘ!**

REJESTRACJA 22 MAJA
08:30 – 13:00
CHMIELNA 26/22
00-020 WARSZAWA

**MIEJSCE****Dunaj****FORMA****Kampania społeczna****CEL**

promocja honorowego krwiodawstwa

20

uczestników

Kampania honorowego krwiodawstwa promowała solidarność, odpowiedzialność i troskę o zdrowie innych. Uczestnicy mogli dowiedzieć się więcej o oddawaniu krwi oraz o znaczeniu prostych gestów, które realnie wspierają lokalną społeczność. Działanie przekładało wartości platformy na praktyczne zaangażowanie.



01.06.2026

Targi Zdrowego Stylu Życia



MIEJSCE

Mevlana

FORMA

Targi / wydarzenie

200

uczestników

PROGRAM

wykłady, stoiska, warsztaty i aktywność fizyczna

Targi Zdrowego Stylu Życia zgromadziły uczniów, nauczycieli, specjalistów i partnerów społecznych wokół tematów zdrowia fizycznego, psychicznego i profilaktyki. Program obejmował wykłady, stoiska tematyczne, warsztaty i działania sportowe. Wydarzenie pokazało, że promocja zdrowia może łączyć edukację, praktykę i aktywne uczestnictwo.





Dziękujemy

za wspólny sezon działań

KONTAKT

info@dialoginstytut.pl

Chmielna 26/22, 00-020 Warszawa

222 450 371

www.dialoginstytut.pl