RESILIO PARTNERS

PROGRAM DLA FIRM

Zdrowie 365

Profilaktyka i zdrowe nawyki dla całego zespołu.

ProfiRAKtyka Rakiet, NutriV i dopasowane moduły partnerskie.
W biurze, online i podczas firmowych wydarzeń.



RAKIETY
FUNDACJA ONKOLOGICZNA

NUTRIV
DR KAŁĘDKIEWICZ
DIETETYKA ONKOLOGICZNA

PIĘĆ OBSZARÓW PROGRAMU ZDROWIE 365

01

PROFIRAKTYKA

Edukacja onkologiczna
i praktyka z fantomami.

02

NUTRIV

Żywienie, warsztaty,
catering i aplikacja.

03

DOBROSTAN

Stres, uważność
i regeneracja.

04

ZDROWIE PSYCHICZNE

Higiena snu i odpoczynek.

05

RUCH

Aktywność i wyzwania
z celem społecznym.

Zacznij od jednej akcji. Rozwijaj program w rytmie firmy.

ProfiRAKtyka: od wiedzy do działania

Profilaktyka w firmie, na wydarzeniu i online. Formaty można łączyć w program dopasowany do zespołu.

Stanowisko

Indywidualny kontakt, modele i materiały edukacyjne.

Mobilna strefa

Profilaktyka podczas pikników, targów i wydarzeń plenerowych.

Warsztaty

Praktyczna nauka samobadania w małych grupach.

Webinary

Ekspercka wiedza i przestrzeń na pytania.

Szczegóły: fundacjarakiety.biz/edukacja-onkologiczna-dla-firm/

Stanowisko profilaktyczne

Pracownicy uczą się **samobadania piersi i jąder na fantomach**, rozmawiają o czynnikach ryzyka i reagowaniu na niepokojące zmiany.

Modele, plansze i materiały instruktażowe ułatwiają przełożenie wiedzy na codzienne działanie.



4-6 GODZIN / BIURO LUB WYDARZENIE

Profilaktyka tam, gdzie są ludzie

Mobilna strefa

Plenerowe stanowisko z namiotem, materiałami i wsparciem specjalistów.

4-6 godzin podczas pikniku, targów lub wydarzenia sportowego.

Warianty tematyczne

Edukacja dotycząca zdrowia kobiet lub mężczyzn, z wykorzystaniem odpowiednich fantomów i modeli.

Zakres może obejmować także skórę, płuca i układ pokarmowy.

Szczegóły: fundacjarakiety.biz/edukacja-onkologiczna-dla-firm/

EDUKACJA, W KTÓREJ UCZESTNICY BIORĄ UDZIAŁ



Warsztaty w małych grupach

45 lub 60 minut / 25-30 osób

Profilaktyka, praktyka z fantomami i czas na pytania. Zdrowie kobiet i mężczyzn, skóra oraz uzgodnione moduły dodatkowe.

Po spotkaniu
Uczestnicy wiedzą, na co zwracać uwagę i co zrobić, gdy zauważą niepokojące objawy.

Edukacja i samobadanie nie zastępują badań przesiewowych ani konsultacji lekarskiej.

Webinary: wiedza dostępna dla zespołu

Profilaktyka i wczesne wykrywanie	Webinar medyczny: 1,5-2 godziny. Czynniki ryzyka, diagnostyka i pytania uczestników.
Styl życia i zdrowie	Około 1,5 godziny. Codzienne nawyki i bariery w korzystaniu z badań profilaktycznych.
Tematy dedykowane	Rak piersi, nowotwory męskie lub onkogenetyka. Zwykle 60 minut, z czasem na pytania.

Szczegóły: fundacjarakiety.biz/edukacja-onkologiczna-dla-firm/

NUTRIV

DR KAŁĘDKIEWICZ
DIETETYKA ONKOLOGICZNA

NutriV | Zdrowie zaczyna się od codziennych wyborów

NutriV łączy aktualną wiedzę naukową z przyjemnością jedzenia i troską o zdrowie. Pod merytorycznym nadzorem dr Emilii Kałędkiewicz oferuje pełnowartościowe posiłki dla firm, catering medyczny i konferencyjny, webinary i szkolenia oraz zaawansowaną aplikację do analizy sposobu żywienia.

01 FIRMOWA LODÓWKA

Pełnowartościowe, smaczne i starannie skomponowane posiłki dostępne w miejscu pracy.

02 CATERING MEDYCZNY I KONFERENCYJNY

Przemyślane menu łączące smak, estetykę i wartość odżywczą, również z uwzględnieniem szczególnych potrzeb żywieniowych.

03 WEBINARY I SZKOLENIA

Wiedza oparta na nauce, poświęcona zdrowemu żywieniu, profilaktyce nowotworów i chorób przewlekłych.

04 APLIKACJA NUTRIV

Kompleksowa analiza składników odżywczych, ocena jakości diety i długofalowe monitorowanie nawyków żywieniowych.





Firmowa lodówka NutriV

Firmowa lodówka NutriV daje pracownikom smaczne, pełnowartościowe posiłki w miejscu pracy. Menu opiera się na warzywach, owocach, pełnych ziarnach, strączkach i orzechach. Nad jego kompozycją osobiście czuwa dr Emilia Kałędkiewicz, dbając o wartość odżywczą i różnorodność.

Dostawy w szklanych opakowaniach wielokrotnego użytku mogą obejmować owsianki, smarowidła, zupy, koktajle i shoty. Częstotliwość i menu ustalamy z firmą.

- **Posiłki dostępne w miejscu pracy**
- **Menu ustalane z firmą**
- **Szklane opakowania wielokrotnego użytku**

SMAK. WARTOŚĆ ODŻYWCZA. SZKLANE OPAKOWANIA.



Catering NutriV: smak i wartość odżywcza

Catering NutriV łączy smak, estetykę i wiedzę o żywieniu, ze szczególnym naciskiem na profilaktykę onkologiczną. Różnorodne menu roślinne dostarcza błonnika, witamin, składników mineralnych i związków bioaktywnych. Potrawy powstają bez dodatku sztucznych barwników i konserwantów.

Nad kompozycją menu osobiście czuwa dr Emilia Kałędkiewicz. Catering obejmuje konferencje, spotkania biznesowe, uroczystości i wydarzenia firmowe, z uwzględnieniem szczególnych potrzeb żywieniowych.

- **na konferencje i wydarzenia firmowe**
- **meny dopasowane do potrzeb**
- **nadzór dietetyczny**

Webinary i szkolenia NutriV

dr Emilia Kałędkiewicz

Spotkania prowadzi dr Emilia Kałędkiewicz, dietetyczka kliniczna z wieloletnim doświadczeniem w pracy z pacjentami onkologicznymi.

Webinary dotyczą profilaktyki onkologicznej, żywienia wspierającego zdrowie i ograniczania ryzyka chorób przewlekłych. Uczestnicy konfrontują mity żywieniowe z aktualną wiedzą naukową i poznają zmiany, które mogą wprowadzić do codziennych posiłków.

Program można uzupełnić o praktyczne warsztaty kulinarne.



Aplikacja NutriV: jakość diety w czasie

Aplikacja NutriV analizuje sposób żywienia szerzej niż kalorie i makroskładniki. Uwzględnia błonnik, witaminy, składniki mineralne, poszczególne kwasy tłuszczowe, antyoksydanty i inne związki bioaktywne. Każdy produkt w bazie ma uzupełniony pełny zestaw analizowanych składników.

Użytkownik może obserwować trendy przez wiele miesięcy, wychwytywać zbyt niskie lub nadmierne spożycie wybranych składników i oceniać zmiany w diecie. Narzędzie powstało pod nadzorem merytorycznym dr Emilii Kałędkiewicz.

Rejestrowanie aktywności w NutriV jest dopiero planowane. Ilustracja poglądowa, nie ekran aplikacji.



ODPOCZYNEK, DOBROSTAN I RUCH

03

Stres i regeneracja

Uważność i proste praktyki redukcji napięcia. Ekspertów dobieramy do celu i potrzeb firmy.

04

Zdrowie psychiczne i higiena snu

Edukacja i praktyczne narzędzia wspierające zdrowie psychiczne, sen i odpoczynek.

05

Aktywność z celem

Wyzwania realizujemy z wykorzystaniem aplikacji sportowej. Firma, która ją stworzyła, wspiera naszą misję i nie pobiera prowizji od zebranych środków.

Moduły realizujemy z partnerami koordynatorek programu i Fundacji Onkologicznej Rakiety. Zakres i model współpracy ustalamy z firmą.

PROFILAKTYKA MA WIELE OKAZJI. PRZEZ CAŁY ROK.

STYCZEŃ
Miesiąc Świadomości Raka Szyjki Macicy

4 LUTEGO
Światowy Dzień Walki z Rakiem

8 MARCA
Dzień Kobiet

7 KWIETNIA
Światowy Dzień Zdrowia

28 KWIETNIA
Światowy Dzień Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (ILO)

4-24 CZERWCA
Dni Walki z Rakiem

23 CZERWCA / DZIEŃ OJCA
Ogólnopolski Dzień Świadomości Raka Prostaty

20 WRZEŚNIA
Światowy Dzień Ginekologii Onkologicznej

PAŹDZIERNIK
Różowy Październik
Miesiąc Świadomości Raka Piersi

10 PAŹDZIERNIKA
Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego

LISTOPAD
Movember
Miesiąc zdrowia mężczyzn

Wybierz okazję.
Dopasujemy działanie.

Wiele tematów. Różne okazje. Profilaktyka przez cały rok.

Źródła: WHO / UICC / ONZ / ILO / AACR / ESGO / World GO Day / Movember / PIS / PIM MSWiA

TWOJE WYDARZENIE MOŻE OTWORZYĆ TEMAT ZDROWIA

01 Dni zdrowia i wellbeing

Stoisko, żywienie, warsztaty zdrowia psychicznego i snu oraz ruch.

02 Pikniki i dni rodzinne

Mobilna profilaktyka, NutriV i aktywności dla uczestników.

03 Konferencje i kongresy

Profilaktyka, catering NutriV i warsztaty tematyczne.

04 Spotkania i zjazdy zespołów

Warsztaty lub webinary: zdrowie, żywienie, sen i regeneracja.

05 Wyzwania sportowe

Ruch, edukacja i uzgodniony cel społeczny.

06 Kampanie wewnętrzne HR

Profilaktyka, żywienie, zdrowie psychiczne i sen oraz ruch.

Profilaktyka | **Żywienie** | **Zdrowie psychiczne i sen** | **Aktywność fizyczna**

Wybierz okazję. Dopasujemy działanie i jego skalę.



RESILIO PARTNERS

Maja Surowicz

Psychoonkologia. Interwencja kryzysowa. Zarządzanie i partnerstwa.

Jestem założycielką Resilio Partners, fundatorką i prezeską Fundacji Onkologicznej Rakiety oraz prezeską Change4Good. Od blisko 20 lat łączę zarządzanie organizacjami społecznymi, partnerstwa biznesu i NGO z psychoonkologią, interwencją kryzysową i edukacją zdrowotną.

Ukończyłam zarządzanie, pedagogikę specjalną oraz studia podyplomowe z psychoonkologii, CSR, PR i zarządzania projektami. Obecnie studiuję psychologię na SWPS. Uczę się w Szkole Psychoterapii Dialog i kontynuuję studia podyplomowe z psychologii kryzysu na SWPS. Rozwijam kompetencje zarządcze w programie Executive DBA w Instytucie Nauk Ekonomicznych PAN.

Dr n. o zdr.
Emilia Kałędkiewicz

NutriV / autorka obszaru żywieniowego

Dietetyczka kliniczna specjalizująca się w żywieniu osób w trakcie leczenia onkologicznego. Wieloletnie doświadczenie w pracy z osobami chorującymi na nowotwory stało się inspiracją do rozwijania działań w obszarze profilaktyki onkologicznej i popularyzowania sposobu żywienia sprzyjającego zmniejszaniu ryzyka chorób przewlekłych. Twórczyni aplikacji NutriV i autorka książki poświęconej żywieniu podczas leczenia onkologicznego. Projektuje programy żywieniowe dla firm, prowadzi warsztaty i tworzy rozwiązania wspierające zdrowe wybory, a poprzez autorski catering wprowadza na salony kuchnię opartą na wiedzy naukowej, pokazując, że żywienie sprzyjające profilaktyce onkologicznej może być pyszne, kolorowe i proste w przygotowaniu.



NUTRIV
DR KAŁĘDKIEWICZ
DIETETYKA ONKOLOGICZNA

DOBIERAMY ZAKRES DO TWOJEJ FIRMY

01

Jedna akcja

Dzień zdrowia, stoisko, warsztat lub webinar.

02

Cykl spotkań

Kilka tematów, wspólna komunikacja i ciągłość edukacji.

03

Program roczny

Plan obszarów i działań rozwijany w uzgodnionym rytmie.

01 Rozmowa o potrzebach

02 Zakres i partnerzy

03 Wycena i logistyka

04 Realizacja

05 Podsumowanie

Gotowość HR na sytuację choroby rozwijamy w Cancer-Smart Workplace.

RESILIO PARTNERS

Porozmawiajmy o potrzebach Twojej organizacji.

Jedno wydarzenie, cykl lub szerszy program.
Formułę, realizatorów, warunki i logistykę uzgodnimy wspólnie.

Maja Surowicz / Resilio Partners

kontakt@resiliopartners.pl
+48 505 981 386

resiliopartners.pl/programy

Wybierz program
lub pomoc w wyborze