

# Wirtualny Klub Seniora z Białej Podlaskiej wśród finalistów ogólnopolskiego konkursu „Zdrowa Przyszłość – Inspiracje”



Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Białej Podlaskiej został wyróżniony w prestiżowym, ogólnopolskim konkursie „Zdrowa Przyszłość – Inspiracje”, organizowanym przez Idea Trade. Placówka znalazła się w gronie finalistów w kategorii „Profilaktyka i popularyzacja zdrowego stylu życia” za projekt „Wirtualny Klub Seniora” – inicjatywę, która w wyjątkowy sposób łączy edukację zdrowotną, profilaktykę i integrację społeczną osób starszych.

Gala finałowa ósmej edycji konkursu odbyła się 7 listopada 2025 roku w auli PIM MSWiA w Warszawie. W wydarzeniu wzięło udział ponad 300 przedstawicieli szpitali z całego kraju, a patronat honorowy objęli: Narodowy Fundusz Zdrowia, Główny Inspektor Sanitarny, Centrum Monitorowania Jakości w Ochronie Zdrowia oraz Centralny Instytut Ochrony Pracy.

Z ramienia białskiego szpitala dyplom finalisty odebrał Piotr Frankowski – Koordynator Wirtualnego Klubu Seniora, dziennikarz i społecznik od lat zaangażowany w działania na rzecz zdrowia i edukacji mieszkańców regionu.

## Zdrowa przyszłość zaczyna się dziś

Konkurs „Zdrowa Przyszłość – Inspiracje” to jedna z najważniejszych inicjatyw w Polsce promujących innowacje i dobre praktyki w ochronie zdrowia. Jego celem jest wspieranie działań, które przyczyniają się do poprawy jakości usług medycznych, bezpieczeństwa pracy i popularyzacji zdrowego stylu życia.

### Wirtualny Klub Seniora – zdrowie, wiedza, wspólnota

Wirtualny Klub Seniora (WKS) to inicjatywa, która powstała z myślą o seniorach z Białej Podlaskiej i okolic – zarówno pacjentach szpitala, jak i osobach, które do tej pory nie miały z placówką bezpośredniego kontaktu. Celem projektu jest poprawa jakości życia osób starszych poprzez edukację, profilaktykę i integrację społeczną.

Klub funkcjonuje w formule hybrydowej – łączy spotkania stacjonarne z komunikacją online. Każdy z 305 zarejestrowanych uczestników ma dostęp do bieżących informacji dzięki systemowi SMS, a regularne spotkania edukacyjne i zdrowotne organizowane przez szpital gromadzą od kilkudziesięciu do ponad stu seniorów.

W ciągu ostatnich miesięcy odbyło się ponad dziesięć dużych spotkań tematycznych, obejmujących zarówno wykłady medyczne, jak i praktyczne warsztaty z zakresu zdrowego odżywiania, bezpieczeństwa cyfrowego, muzykoterapii czy pierwszej pomocy.

W ramach działań Klubu zorganizowano m.in.:

- „Białą Niedzielę Kardiologiczną – Razem dla serca” – wydarzenie edukacyjne z udziałem lekarzy kardiologów, dietetyków i

fizjoterapeutów, połączone z pomiarami ciśnienia i glukozy;

- „Dzień Profilaktyki Chorób Onkologicznych” w Centrum Kobieta–Matka–Dziecko, podczas którego setki kobiet mogły wykonać bezpłatne badania (cytologia LBC, USG, mammografia) i skorzystać z konsultacji specjalistów;
- cykl prelekcji o zdrowiu psychicznym, dietetyce, chirurgii robotycznej czy fizjoterapii uroginekologicznej;
- spotkania z ekspertami z zakresu bezpieczeństwa w sieci i edukacji finansowej, które pomagają seniorom lepiej odnajdować się we współczesnym świecie;
- wyjazdy kulturalne do Opery i Filharmonii Podlaskiej – bo, jak podkreślają organizatorzy, zdrowie to także dobre emocje i kontakt z kulturą.

### **Profilaktyka z ludzką twarzą**

Projekt przynosi wymierne efekty. Uczestnicy Wirtualnego Klubu Seniora deklarują większą świadomość zdrowotną, lepsze zrozumienie potrzeby regularnych badań i aktywności fizycznej. Dzięki spotkaniom z lekarzami, pielęgniarkami i fizjoterapeutami zyskali bezpośredni dostęp do specjalistycznej wiedzy i praktycznych umiejętności – od pomiaru ciśnienia, przez naukę pierwszej pomocy, po ćwiczenia poprawiające sprawność ruchową.

Nie mniej ważny jest wymiar społeczny projektu. Spotkania sprzyjają integracji i przeciwdziałaniu samotności, budują wspólnotę i poczucie przynależności. Dla wielu seniorów Klub stał się miejscem, w którym mogą nie tylko poszerzać wiedzę o zdrowiu, ale też po prostu – być razem.

### **Szpital, który patrzy w przyszłość**

Wyróżnienie w konkursie „Zdrowa Przyszłość – Inspiracje” to kolejne potwierdzenie, że Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Białej Podlaskiej jest placówką nowoczesną, otwartą i społecznie zaangażowaną. Wpisując działania profilaktyczne w codzienną misję, szpital nie tylko leczy, ale również uczy, wspiera i inspiruje do aktywnego życia.

---

Jak dołączyć do Wirtualnego Klubu Seniora?

#### **Zarejestruj się on-line:**

– wypełnij formularz na stronie internetowej Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Białej Podlaskiej

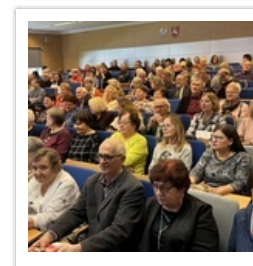
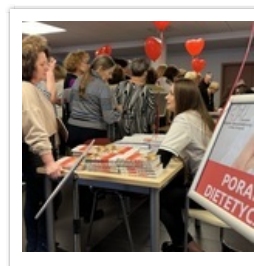
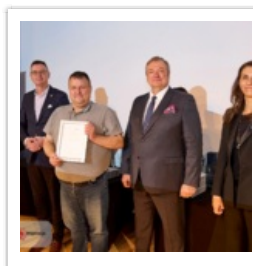
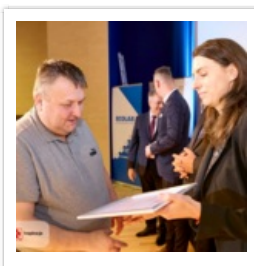
#### **Zapisz się osobiście**

– pobierz formularz ze strony lub odbierz go w jednym z punktów składania:

- Centrum Dydaktyczno-Administracyjne Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Białej Podlaskiej ul. Terebelska 57–65
- Domowy Szpital, ul. Spółdzielcza 5, Biała Podlaska

Masz pytania? **Zadzwoń!**

- 533 888 319  
- 83 414 72 12  
- 83 414 76 41



[Powrót](#)

[Ekran główny](#)