



Ghidul Competiției „Sănătate în Comunitate” Anul 2025

Context: Competiția „Sănătate în Comunitate” își propune să încurajeze și să susțină formarea de comunități reziliente, care își propun să își crească calitatea vieții împreună. Această inițiativă se inspiră din modelele de implicare comunitară dedicate îmbunătățirii bunăstării, cu accent pe nevoile reale și specifice fiecărui tip de comunitate.

Obiectivul Competiției: Identificarea și sprijinirea a 16 comunități de lucru de pe raza Sectorului 4, București. Fiecare comunitate va forma o echipă de 4 membri care, alături de un facilitator comunitar, își vor imagina, dezvolta și implementa 2 proiecte și activități cu focus pe sănătate la nivelul comunității lor (fie că e vorba de un cartier de blocuri, un centru de seniori, o comunitate școlară/studentească), pe durata Septembrie–Decembrie 2025. Scopul este crearea unei comunități sănătoase.

Perioada de înscrieri: Iulie–August 2025.

Cine poate participa (Criterii de Eligibilitate):

- **Comunități eligibile:** Comunități de studenți, elevi, cartiere de blocuri (asociații de proprietari), sau centre de seniori, grupuri informale sau grupuri vulnerabile ce își propun să își dezvolte comunitate din perspectiva sănătății, situate în Sectorul 4, București. Lista este orientativă, nu limitativă. Dacă sunteți un grup informal de tineri, persoane interesate să organizeze acțiuni/activități pe tematica de Sănătate în Comunitate, puteți candida.
- **Echipe de Comunitate:** Minim 5 membri per comunitate la start. Această echipă va fi compusă din:
 - 4 membri activi din comunitate, care își doresc să lucreze pe aria de sănătate în comunitate.
 - Un facilitator comunitar: Această persoană este unul dintre cei 5 membri inițiali și își va asuma rolul de coordonare a proiectului și de menținere a legăturii cu echipa de mentori.
- **Implicarea Reprezentantului Legal al Comunității:** Indiferent de tipul comunității (Președintele Asociației de Proprietari pentru blocuri, Directorul sau un reprezentant desemnat pentru școli/universități/centre de seniori), reprezentantul legal trebuie să facă parte din echipă și să semneze un acord de parteneriat, acolo unde este posibil acest lucru, pentru alte tipuri de comunități veți nominaliza un lider formal, ce are rolul și de facilitator comunitar.

**Societatea Națională de Cruce Roșie
în România – Filiala Sector 4**

str. 11 Iunie, nr. 41

Municipiul București

tel: 0747278486

web: www.crucearosie.ro



Sănătate în Comunitate:

Artii tematice de intervenție

Crucea Roșie Română, prin Filiala Sector 4, desfășoară și susține o serie de activități axate pe sănătate în comunități:

- **Schimbarea Comportamentală.**
- **Sănătate mintală și sprijin psihosocial.**
- **Promovarea Imunizării.**
- **Prevenirea Bolilor** (transmisibile și netransmisibile).
- **Evaluarea Nevoilor.**
- **Îmbătrânire Sănătoasă.**
- **Primul Ajutor de Bază și Psihologic.**
- **Sănătate în Situații de Urgență.**
- **Siguranța Rutieră.**
- **Mobilizarea Comunității și Voluntariat.**
- **Sănătatea Mamei și a Nou-Născutului.**
- **Prevenirea Violenței.**
- **Donarea de Sânge Voluntară și Neremunerată.**





Beneficii pentru Comunitățile Selectate:

- **Programul de Comunitate:**

Echipele selectate vor intra într-un „Program de Comunitate”, beneficiind de:

- Workshop-uri educative opționale adaptate nevoilor specifice fiecărui tip de comunitate.
- Schimb de idei și bune practici între comunități similare și diverse.
- Un sistem de suport continuu din partea experților pentru membrii echipei și facilitatorul comunitar.
- Ateliere de prim-ajutor și prim-ajutor psihologic pentru situații de urgență, dezastre naturale, s.a.m.d.
- Nutriție și stil de viață sănătos
- Activități sportive ce vizează combaterea sedentarismului, prevenția sau mișcarea sănătoasă
- Activități de conștientizare sau activități de pregătire în fața valurilor de căldură extremă.
- Educație pentru Sănătate
- Oricare alte activități atât timp cât sunt descrise pe tematica de Sănătate în Comunitate și validate împreună cu SNCRR- Filiala Sector 4.

- **Program de Formare de Facilitatori Comunitari:** Facilitatorul comunitar desemnat va participa la un program de formare specializat, cu un angajament de a derula o activitate lunar de comunitate în perioada Septembrie-Decembrie 2025 pe tematica de sănătate.

- **Micro-proiecte Locale :** Implementăm proiecte la scară mică, bazate pe nevoi prioritare, acțiuni/activități de comunitate cu un buget de 2500 lei, pentru două mini-proiecte, în perioada Septembrie-Octombrie, urmând ca în perioada Noiembrie-Decembrie 2025, să consolidăm rezultatele, multiplicăm și atrage alte surse de finanțare pentru comunitatea ta.

Procesul de Selecție:

1. **Completarea Formularului de Selecție:** Echipele interesate trebuie să completeze un formular de selecție online.
2. **Analiza Eligibilității:** Echipa de organizare va analiza aplicațiile și va solicita informații suplimentare, dacă este necesar.
3. **Anunțarea Câștigătorilor:** Câștigătorii vor fi anunțați prin e-mail și pe website.

Calendar Orientativ:

- **Apel pentru Proiecte:** perioada de înscriere Iulie-August 2025, iar perioada de acțiune/implementare Septembrie-Decembrie 2025.



Exemple de Proiecte Comunitare Eligibile (cu accent pe sănătate) ca sursă de inspirație:

- **Sănătate și Educație:** Organizarea de ateliere practice pe teme de sănătate (nutriție, prim ajutor, stil de viață sănătos) adaptate vârstei și nevoilor specifice (ex. pentru seniori: managementul bolilor cronice; pentru elevi/studenti: sănătate mintală și gestionarea stresului).
- **Socializare și Apartenență:** Stimularea socializării și a sentimentului de apartenență la comunitate, prin evenimente culturale și recreative (ex. seri de jocuri, cluburi de lectură pentru seniori, evenimente sportive pentru tineri, festivaluri de cartier cu tematică de sănătate).
- **Infrastructură Comunitară pentru Sănătate:** Îmbunătățirea mediului de viață în cadrul clădirilor rezidențiale sau al spațiilor comune (ex. siguranța scării blocului, instalarea de rampe de acces pentru persoane cu dizabilități în centrele de seniori sau cămine, crearea de spații verzi dedicate relaxării și mișcării).
- **Micro-proiecte Locale:** Implementarea de proiecte la scară mică, bazate pe nevoi prioritare, cum ar fi crearea de puncte de prim ajutor în blocuri sau centre de seniori, instalarea de stații de monitorizare a calității aerului în proximitatea școlilor, inițiative de reducere a risipei alimentare cu redistribuire către persoane defavorizate din comunitate, etc.
- **Atelierul „Doctorii de Mâine”:** Un eveniment gratuit prin care copiii vor descoperi prin joc cum să acorde primul ajutor și să reacționeze corect în situații de urgență.

Parteneri și Suport:

- **Partener Principal:** SNCRR – Filiala Sector 4.
- **Experti/Staff/Voluntari:** Filiala Sectorul 4 îți oferă sprijin și suport pentru activități prin voluntari, colaboratori în sfera medicală, medici, formatori, etc.
- **Explorarea Parteneriatelor:** Căutarea de colaborări cu organizații locale, primării, companii și alte ONG-uri

Comunicare și Promovare:

- **Website:** Crearea unei secțiuni dedicate competiției pe site-ul proiectului/pagina „Sănătate în Comunitate”.
- **Evenimente Comunitare:** Participarea la evenimente existente în alte trei comunități, pentru a promova competiția și a interacționa direct cu potențialii participanți.
- **Social Media:** Promovarea activă pe platformele de social media (Facebook, Instagram, LinkedIn, TikTok).
- **Contact Direct:** Furnizarea de date de contact (telefon, e-mail) pentru întrebări și clarificări.
 - **Contact:** Antonio Costea, coordinator proiecte.
 - **Telefon:** 0741459281 sau 0774 997 038
 - **E-mail:** cbh.s4@crucearosie.ro.



- o **Adresa:** București, Strada Secuilor nr 9A, parter, sector 4.

Considerații Suplimentare:

- **Măsurarea Impactului:** Stabilirea unor indicatori clari de performanță pentru a măsura succesul proiectelor implementate și impactul asupra comunităților.
- **Sustenabilitate:** Încurajarea proiectelor care au potențial de a continua și după încheierea perioadei de finanțare inițiale.
- **Diversitate și Incluziune:** Asigurarea că proiectele promovează diversitatea și incluziunea în cadrul comunităților, abordând nevoile specifice ale diferitelor grupuri (familii cu copii, seniori, tineri cu adicții, foști militari, familii în situații de risc, minorități etc.).

Proiectul „Sănătate în Comunitate” (Community-Based Health Volunteering - CBHV) al Crucii Roșii Române își propune să redefinească implicarea civică prin dezvoltarea unei abordări centrate pe nevoile reale ale fiecărei comunități. Recunoscând că fiecare comunitate este un ecosistem unic, cu propriile provocări și resurse, strategia se bazează pe o înțelegere profundă și pe acțiuni concrete, adaptate contextului local. Demersul pornește de la o analiză aprofundată a nevoilor, folosind metodologia VCA (Vulnerability and Capacity Assessment). Aceasta presupune parcurgerea mai multor etape esențiale: cunoaștere și înțelegere, implicare, facilitare, planificarea acțiunii și învățare, integrare și urmărire.

