



DRZEWO POKOLEŃ

# UM

## magazyn

UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO W ŁODZI



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ

2019 N<sup>o</sup> 3

**umuczelnia**

James G. Thornton  
- wywiad

**umuczelnia**

IV edycja Konkursu  
Drzewo Pokoleń

**umstudenci**

Konferencja Juvenes  
Pro Medicina 2019

# w tym numerze:

## umuczelnia

### S4

James G. Thornton  
- wywiad

### S8

Interview with James  
G. Thornton

### S10

IV edycja Konkursu  
Drzewo Pokoleń

### S20

MMM19  
- May Measurement  
Month 2019

## um nauka

### S22

Erasmus to styl  
życia, ludzie,  
emocje, przygody,  
wyzwania

### S31

UMED myśli  
projektowo.  
Design Thinking  
workshop!

### S36

Nominacje

## um studenci

### S37

Konferencja Juvenes  
Pro Medicina 2019

### S41

X Jubileuszowa Gala  
Miss Uniwersytetu  
Medycznego  
w Łodzi



### REDAKTOR NACZELNY

Anna Pieleśnik-Kielma

### ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO

Anna Rykiert

### OPRACOWANIE GRAFICZNE

Klaudia Zakrzewska,

### KOREKTA

Monika Osińska

### ADRES REDAKCJI:

Biuro Promocji  
Uniwersytetu Medycznego  
w Łodzi

pl. gen. J. Hallera 1B,  
90-647 Łódź  
tel.: 42 272 50 94-95

ummagazyn@umed.lodz.pl  
www.UMmagazyn.umed.pl

## Wypoczynek, jak wszystko, kończy się zmęczeniem

Aleksander Dumas



**Anna Pielesiek-Kielma**  
Redaktor naczelny

### Szanowni Państwo,

W maju Uniwersytet Medyczny w Łodzi odwiedził światowej sławy Profesor na co dzień wykładający na Uniwersytecie Nottingham, w Wielkiej Brytanii - James G Thornton. W swoich badaniach zajmuje się położnictwem, ginekologią ogólną oraz randomizowanymi badaniami kontrolowanymi. Decyzją Rektora James G. Thornton został powołany w poczet profesorów wizytujących. Korzystając z okazji, przeprowadziliśmy z nim bardzo ciekawy wywiad. Gorąco polecam rozmowę z Panem Profesorem, którą przeprowadziła Joanna Leszczyńska z Zakładu Medycyny Sportowej.

Proszę również przeczytać wywiad z Doktorem Wojciechem Kuczyńskim - Koordynatorem Wydziałowym Programu Erasmus Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, który twierdzi, że Erasmus to styl życia, ludzie, emocje, przygody i wyzwania.

W tym numerze polecam także tekst Karoliny Staroń opisujący uroczystą galę, podczas której poznaliśmy laureatów IV edycji Konkursu Drzewo Pokoleń – plebiscytu organizowanego

przez Uniwersytet Medyczny w Łodzi, Miasto Łódź i Fundację dla Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Jego celem jest wyłonienie propagatorów aktywnego życia i zdrowego starzenia się oraz uhonorowanie działań i inicjatyw zmierzających do poprawy jakości życia osób starszych.

W wakacyjnym numerze nie zabrakło również tekstów naszych studentów. Możemy przeczytać relację z największej studenckiej konferencji naukowej Juvenes Pro Medicina a także o tym, jak wyglądały w tym roku wybory Miss na naszej Alma Mater.

Z uwagi na dłuższą przerwę i zbliżający się okres urlopowy w imieniu Redakcji chciałabym wszystkim życzyć udanego i bezpiecznego wypoczynku, wielu przygód i żebyśmy wszyscy do pracy wrócili wypoczęci a nie zmęczeni.

Zapraszam do lektury!

## James G. Thornton – wywiad

**James G. Thornton**

*Medycyna oferuje tak wiele dziedzin, że różne osobowości mogą z powodzeniem spełnić się w jednej z nich.*

James G. Thornton jest profesorem ginekologii i położnictwa na Uniwersytecie Nottingham, w Wielkiej Brytanii. W swoich badaniach zajmuje się położnictwem, ginekologią ogólną oraz randomizowanymi badaniami kontrolowanymi. Decyzją Rektora Uniwersytetu Medycznego w Łodzi James G. Thornton został powołany w poczet profesorów wizytujących. 16 maja 2019 wystąpił na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi z wykładem na temat projektowania badań naukowych.

Z naszym Gościem rozmawia Joanna Leszczyńska.

### ***Jak zaczęła się Pana przygoda z medycyną?***

Szczęśliwy przypadek! Pamiętam jak przed egzaminami w szkole średniej, gdy byłem w wieku 16 lat, nauczyciel zapytał, co zamierzam dalej robić. Kiedy odparłem, że nie wiem, zapytał, czy będę zajmował się przedmiotami humanistycznymi czy ścisłymi, a ja bez dłuższego namysłu wybrałem to drugie. Dwa lata później zawołał mnie do siebie i mówi: „Ok, Thornton, zajmujesz się przedmiotami ścisłymi, a jaki zawód sobie wybierasz?” Znowu nie miałem pojęcia! Ale mój nauczyciel się nie poddawał: „Musisz mieć jakiś pomysł! Co robi Twój ojciec?” „Jest stomatologiem” „Chcesz być stomatologiem?” „Nie, nie chcę!” „To może lekarzem?” „Właściwie... Nie miałbym nic przeciwko byciu lekarzem...” (Nigdy wcześniej o tym nie pomyślałem!) „OK, Thornton - medycyna, idziesz na uniwersytet, wypełnij formularz!”



### ***Szczęśliwe decyzje!***

Tak, miałem szczęście! Trudno jest w tak młodym wieku decydować o tym, co się chce robić zawodowo. Czym jest medycyna poznajemy przecież tak naprawdę po jakimś czasie, kiedy zajmujemy się nią w praktyce. Ale

medycyna to cudowna profesja! Oferuje wiele możliwości. Ja zajmuję się położnictwem, które jest bardzo praktyczną specjalizacją, gdzie dużo rozmawia się z pacjentami, ale mamy np. patologię, gdzie takiego kontaktu wcale nie ma, a z drugiej strony mamy podstawową opiekę zdrowotną, gdzie praktycznie cała praca sprowadza się głównie do rozmów z pacjentem. Medycyna oferuje tak wiele dziedzin, że różne osobowości mogą z powodzeniem spełnić się w jednej z nich.

***W ginekologii i położnictwie, w kontakcie z pacjentami w tak ważnym dla nich momencie, bardzo istotny jest element psychologii i podejścia do pacjenta.***

***Pana osobowość wpisuje się tu idealnie!***

***Wybór specjalizacji w Pana przypadku znowu okazuje się być niezmiernie trafny.***

To kolejna historia. Znowu szczęśliwy przypadek. Po zdobyciu kwalifikacji chciałem pojechać do Afryki, byłem żądny przygód. Napisałem do kilku szpitali, nie odpowiedział mi żaden poza jednym: szpital na misji w Kenii. Na miejscu okazało się, że naczelnym lekarzem jest syn założyciela tego szpitala, szkocki chirurg, który urodził się już w Kenii i całe życie spędził, pracując w tamtejszym szpitalu. Od razu powiedział mi, że pracuje tam pięciu lekarzy na 2000 łóżek, i że nie chce tam żadnych wymyślnych rzeczy, najważniejsze są: opieka zdrowotna dzieci, ginekologia i położnictwo. Najpierw poszedłem na oddział dziecięcy, ale to było dla mnie zbyt ciężkie przeżycie. Skierowałem się na oddział ginekologiczny. Tam wykonałem pierwsze cesarskie cięcie, pierwszy poród kleszczowy i stwierdziłem, że tak, to jest to miejsce, gdzie być powinienem. Spędziłem tam 4 lata, przyjeżdżali kolejni lekarze, ale wszyscy unikali położnictwa. „Dużo krwi, ryzyko śmierci...Ty się tym zajmij, Thornton!”

***Wybrał Pan tą specjalizację bardzo świadomie.***

Tak, poznałem jej blaski i cienie. Wiedziałem, jak to wygląda w biednym kraju, poznałem szereg poważnych chorób, bardzo trudne porody. Trudno było po tym wszystkim powrócić do pracy w Anglii. Uważałem, że mam już duże doświadczenie i wiele widziałem, ale powiedziano mi, że teraz muszę się nauczyć, jak to się robi w Anglii, od podstaw. To był niełatwy rok.

***Z jakimi problemami spotyka się Pan teraz w swojej praktyce?***

Współcześni przyszli rodzice chcieliby uniknąć wszelkiego ryzyka w związku z przyjściem na świat dziecka, co prowadzi nas do bardzo wyczułonego postępowania: monitorowania płodu, hospitalizacji przy drobnych problemach. Z drugiej strony mówimy o ryzyku, co powoduje niepokój pacjentek, z kolei ich stres spowalnia poród. Mamy więc drugi nurt, silny w Szwecji, Holandii, a także w Wielkiej Brytanii: położne starają się przywrócić porodom ich bardziej naturalny aspekt, zwłaszcza przy ciążach niskiego ryzyka, np. naturalne porody w domu, z aromaterapią, w wodzie. To jest trudne zadanie dla położnych i lekarzy: nie przesadzić z interwencjami, ale nie przeoczyć ryzyka.

***Zakładam, że określiłby Pan swoją pracę jako swoją pasję. Ma Pan jeszcze wiele różnych zainteresowań, pisze Pan blog, pływa kajakiem...***

...nauczyłem się malować akwarele, ale uważam to za dość trudne. Odprężam się, zajmując się ogrodem. Mój ogród jest dość duży, ale 2 lata temu kupiłem też sobie działkę. Uwielbiam czytać długie, skomplikowane artykuły w „The New Yorker Magazine”, artykuły o polityce, biografie polityków, bardzo lubię poezję...

***Pisze Pan wiersze?***

O nie, uważam, że na świecie jest już dość złej poezji!

***Jest Pan bardzo aktywną osobą.***

Nie mogę usiedzieć spokojnie. Cały czas się ruszam, nie korzystam z windy

- zawsze wybieram schody... Mam taką teorię dotyczącą otyłości: przede wszystkim trzeba się ruszać, bez ruchu nie spalasz tylu kalorii, które spożywasz!

***To nie jest Pana pierwsza wizyta w Łodzi, prawda?***

Nie, to już jest wizyta nr 5! Bardzo lubię Łódź! Piotr Sieroszewski jest moim kolegą od lat. Poznaliśmy się, kiedy przyjechał pracować i szkolić się w Nottingham, jako jeden z pierwszych, którego przyjęliśmy, kiedy byłem tam profesorem. Okazał się być bardzo dobrym, doświadczonym specjalistą, z którym wspaniale się pracowało. Ponadto, jest niezwykle energicznym lekarzem i zaraz po powrocie do Łodzi zorganizował kongres, na który zaprosił mnie jako wykładowcę. Wtedy przyjechałem tu po raz pierwszy.

***Jesteście Panowie podobnie energiczni i zaangażowani w wiele działań. Czy aktualnie pracujecie wspólnie nad czymś?***

Współpracujemy w kwestii wydawania „Polish Journal of Obstetrics”, chętnie pomagam przy publikacjach opracowywanych przez studentów dr. Sieroszewskiego. Moim głównym obszarem badań jest właściwy moment na rozwiązanie ciąży. Gdy dziecko przestaje się rozwijać, łożysko nie funkcjonuje poprawnie, a płód jest nadal wcześniakiem: czy utrzymywać ciążę, co niesie ryzyko niedotlenienia, czy ją rozwiązać i ponieść konsekwencje wcześniactwa. Prowadzimy bardzo szerokie badania w tym temacie obejmujące wiele krajów Europy, z ośrodkami badawczymi m.in. w Nottingham, Londynie,

w Holandii, Szwecji. Do tego projektu ma przystąpić również Łódź.

### ***Czy liczba urodzeń wcześniaków wzrasta?***

Wzrasta raczej przeżywalność urodzonych wcześniaków i udaje się uratować wcześniaki o bardzo niskiej masie urodzeniowej. W ciągu ostatnich 30-40 lat nastąpiła ogromna zmiana: pediatrizy i neonatolodzy posiadają teraz tak ogromną wiedzę i umiejętności, że ratowane są noworodki, które w przeszłości by nie przeżyły.

### ***Proszę powiedzieć coś na temat naszych studentów.***

Byłem pod wrażeniem studentów, którzy słuchali mojego wykładu. W zasadzie skoncentrowałem się w nim na wąskim aspekcie - jak jeszcze lepiej prowadzić badania naukowe. Obserwowałem słuchaczy i widziałem, jak podążają za moim tokiem myślenia, jak reagują. Byłem bardzo zadowolony. Pytania na koniec, a było ich całkiem sporo, były bardzo adekwatne i ciekawe! Poza tym Polacy mówią dobrze po angielsku! Bardzo chętnie wystąpiłbym tu z kolejnymi wykładami!

### ***Gdzie udałby się Pan, by spędzić spokojny tydzień?***

Kajakiem po rzece Wye w Walii. To moja najbardziej ulubiona rzeka na całym świecie! Płyniesz setki mil, jest bezpiecznie, bez uskoków, rozbijasz namiot na brzegu rzeki... Pływałem tam jako dziecko i nadal uwielbiam tam wracać. Ale pływam kajakiem po całej Europie, pływałem również w Polsce, np. po Brdzie. Największy mój problem z Łodzią to to, że nie ma tu dobrej rzeki! (śmiejch)

***W takim razie, dziękując za rozmowę, życzę jeszcze wielu pięknych rzek do odwiedzenia oraz dalszych sukcesów w karierze zawodowej!***

## Interview with James G. Thornton

### *James G. Thornton*

*Medicine is a wonderful career! Very different personalities can be very successful in different branches of medicine.*

James G Thornton is Professor of Obstetrics and Gynaecology at Nottingham University, Great Britain. His expertise includes general obstetrics, general gynaecology and randomized controlled trials. On May 16 2019 dr Thornton was appointed visiting professor at Medical University of Lodz and gave a lecture on how to design scientific research.

### *How did your adventure with medicine begin?*

Luck!! I remember it well. It was after my 'O' levels, when I was 16, my teacher asked me what I wanted to do. When I said I didn't know, he asked whether I was more into arts or science and I went for the latter. Then two years later he called me in and said: 'Thornton, you are interested in science but what do you want to do as a career?' I had no idea again. But the teacher didn't give up: 'You have to have some idea! What does your father do?', 'He's a dentist'. 'Do you want to be a dentist?', 'No I don't'. 'A doctor maybe?' I didn't mind being a doctor (to be honest, I had never thought of it earlier). "OK, Thornton, medicine, you are going to university!"

### *A lucky decision!*

Yes, I was lucky!! It is difficult to make such a decision when you are young as you really don't know what medicine is like until quite a long time after you have been practising. However, medicine is a wonderful career! There are so many things! I do obstetrics and that's a very hands-on specialty, there is a lot of





relating to patients and talking but you can be a pathologist and never talk to patients at all and on the other hand, you can be in primary care where your whole job is talking top patients. Very different personalities can be very successful in different branches of medicine.

***In gynaecology and obstetrics, in contact with patients in a very important moment in their life, psychology and an approach to the patient is of great significance. Here again, your personality is ideal for the specialty you chose.***

That's another story. It was again luck. After I qualified I wanted to go to Africa. I wanted adventure. I wrote to many hospitals, none of them replied except one: a mission hospital in Kenya. The doctor in charge was a son of the founder of that hospital. He was born there and spent his whole life working there. It was a big, busy hospital, there were 2000 beds and only 5 doctors. From the start he told me he didn't want any fancy stuff there, what was important was child health and the maternity. So I went to the childrens ward and I found it so difficult. So I went to the obstetrics ward and I was lucky: I did my first caesarean there, my first forceps, my first breech and I realised that was where I should be. I spent 4 years there. Doctors used to come and everyone was a bit scared of obstetrics. There is a lot of bleeding, the life and death... "I'll do something else, you do the obstetrics, Thornton!".

***Your choice of the specialty was an informed decision.***

It was. I knew what it was like, what it looked like in a poor country, I saw very bad disease, very difficult labour, serious damage. It was good experience although it was difficult to come back to England. I felt very experienced, I'd done very complicated surgery but I was told to start at the bottom and learn the English way. That was a tricky year.

***What problems do you face in your practice now?***

We have two pressures in pregnancy and birth nowadays. Modern parents want to take no risk at all, which leads us to very cautious obstetrics: lots of monitoring women, hospitalization, much intervention. However, by talking to

women about the risk we also make them fearful and the labour potentially more stressful. So, there is another pressure, very strong in Sweden, Holland and also in England: midwives who say that we've gone too far and have to make birth more natural, especially for the low-risk women eg. with aromatherapy, labour in the water. It is quite a difficult job, both for obstetricians and midwives, to make women neither too anxious nor too relaxed and not have too many caesareans but not to allow risky birth.

***I assume you would describe you job as your passion.***

Definitely!

***You have also many other interests: you write your blog, you go canoeing...***

...I learnt to paint water colours but I find it quite difficult. I unwind while gardening, I have quite a big garden but 2 years ago I also bought an allotment! I love reading long and complicated articles in the New Yorker Magazine, biographies of politicians, I like poetry a lot...

***Do you write poems too?***

Oh no! I believe there is too much bad poetry in the world already!

***You are a very active person.***

I can't sit still. I move all the time. I don't take a lift, I always use the stairs. I have my theory of obesity: first and foremost, you have to move, otherwise you don't burn the calories you consume!

***It isn't your first visit to Łódź, is it?***

No, it is visit nr 5! I like Łódź very much! Peter Sieroszewski has been my friend for many years now. We first met when he came to train at Nottingham. He was one of the first trainees we had when I was a professor there and he was just a great doctor, very interested and experienced specialist and he was lovely to work with. He is also a very energetic doctor and shortly after his return to Poland he organized a congress and asked me to come with a lecture. That was my first visit here.

***You are both similarly energetic and engaged in lots of activities. Are you currently working on anything together?***

We collaborate on the project for Polish Journal of Obstetrics to be edited in English, I help him with the papers his students write and want to send to the European journal. One of my research areas is when to deliver a baby. When the baby is not thriving, the placenta is not working but the baby is still preterm: whether to leave the baby, which entails the risk of lack of oxygen, or deliver the baby and take the risk of prematurity. That's the issue I am investigating now in a large multi-centred project which Łódź is going to join along with Nottingham, London and some centres in Sweden, Holland.

***Is the number of preterm births increasing?***

There is a slight increase in the United States in deliveries at 36 weeks or so when doctors worry too much and they

induce labour. What is increasing is not really the number of preterm births but the survival of the preterm babies. In the last 30-40 years it has changed enormously and we attempt to rescue babies of very low birth weight. Pediatricians and neonatologists are much more skillful and have very special ventilation and brain protection measures.

***Could you say something about our students, please?***

I was so impressed by the audience of my talk! I concentrated on a small aspect of how research should be done better. While I was talking I could see the audience were following me, reacting to my jokes, acknowledged what I emphasized. I was really pleased with the audience. And the questions! There were lots of them and all relevant to the topic. I also think that Polish people speak good English! I would gladly give more lectures here.

***Where would you go to spend a quiet and peaceful week?***

On the River Wye in Wales. That's my favourite river in the whole world. You can canoe about hundred miles, little rapids, no danger, you can camp on the bank of the river... I did it when I was a small boy and I love returning there. But I go all over Europe, I also canoed in Poland. The problem I have with Łódź is that there is no good river here! (laugh)

***Thank you very much and I wish you many wonderful rivers to visit and further successes in your professional career!***

## IV edycja Konkursu Drzewo Pokoleń

Karolina Staroń  
Biuro Promocji

24 maja w Centrum Kliniczno-Dydaktycznym Uniwersytetu Medycznego w Łodzi odbyła się uroczysta gala, podczas której poznaliśmy laureatów IV edycji Konkursu Drzewo Pokoleń – plebiscytu organizowanego przez Uniwersytet Medyczny w Łodzi, Miasto Łódź i Fundację dla Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, którego celem jest wyłonienie propagatorów aktywnego życia i zdrowego starzenia się oraz uhonorowanie działań i inicjatyw zmierzających do poprawy jakości życia osób starszych.

Licznie zgromadzonych w Auli 1000 Centrum Kliniczno-Dydaktycznego seniorów przywitał Prorektor ds. Kształcenia, Kierownik Kliniki Geriatrii, prof. Tomasz Kostka. *Jesteśmy dumni, że to już 4. edycja konkursu, a kluczem do sukcesu jest współpraca – nie tylko ta między Miastem Łódź, uczelnią i fundacją, ale współpraca międzypokoleniowa, ze wszystkimi interesariuszami – zarówno seniorami, jak i firmami, organizacjami i instytucjami działającymi na ich rzecz – powiedział prof. Tomasz Kostka podczas uroczystej inauguracji wydarzenia.*

Swoją obecnością zaszczytili nas znamienici Goście: Przedstawiciele Władz Miejskich i Samorządowych, Wiceprezydent Miasta Łodzi, Adam Wieczorek, który podsumował Łódzkie Senioralia i podziękował wszystkim zaangażowanym w organizację Majowych Dni Seniorów, łódzki Rzecznik ds. seniorów, pani Celina Maciejewska, oraz wszyscy nominowani w konkursie „Drzewo Pokoleń”, laureaci poprzednich edycji konkursu i publiczność - reprezentująca wszystkie pokolenia! Uroczystość uświetnił recital „Moje fascynacje” w wykonaniu wyjątkowego artysty – Mariana Opani.





Komisja Konkursowa oceniła wszystkie zgłoszenia, spośród których wybrała po 3 najciekawsze projekty i inicjatyw w każdej kategorii. Mając na uwadze potrzebę integracji projektów i działań poświęconych zdrowemu starzeniu się, podejmowanych przez samorządy, instytucje publiczne, organizacje pozarządowe oraz przedstawiciele biznesu i środowisk seniorskich, organizatorzy wyróżnili inicjatywy, których efekty mają wymiar szczególny.

Nominacje do nagrody głównej w IV edycji Konkursu Drzewo Pokoleń otrzymali:

Kategoria: ORGANIZACJA POZARZĄDOWA

- FUNDACJA PARTNERSTWO NA RZECZ ALEKSANDROWA ŁÓDZKIEGO  
za działalność wzmacniającą integrację międzypokoleniową
- UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU  
W OSTROWIE WIELKOPOLSKIM  
za ostrowską kampanię antysmogową MOKA
- DOZ – FUNDACJA DBAM O ZDROWIE  
za projekt „Pomagamy seniorom cieszyć się życiem”

Kategoria: SAMORZĄD

- SAMORZĄDOWY UNIwersytet III WIEKU  
– BAŁUCKI OŚRODEK KULTURY  
za projekt: Łódź-Kultura-Historia-Rozwój

- #POKOLENIA WARSZAWSKI MIESIĘCZNIK SENIORÓW  
za promocję nowego, niestereotypowego wizerunku  
polskich seniorów
- CENTRUM INTEGRACJI MIĘDZYPOKOLENIOWEJ  
– MIASTO CHORZÓW  
za działalność wzmacniającą integrację międzypokoleniową

Kategoria: SENIOR LIDER

- RYSZARD WISZNIEWSKI  
za warsztaty komputerowe dla seniorów
- URSZULA ISSAIEFF  
za Studio MAESTRO+
- WŁODZIMIERZ SROCZYŃSKI  
za Subregionalne Centrum Zdrowego Seniora

Kategoria: AKTYWNA GRUPA 60+:

- KLUB SENIORA JAGIELLONKI  
za aktywizację seniorów i działania na rzecz integracji  
międzypokoleniowej
- STOWARZYSZENIE MIŁOŚNIKÓW SZTUKI „PONADCZASOWI”  
za spektakle teatralne dla seniorów
- GRUPA SENIORÓW AKTYWNYCH SEPOR  
za projekt „Senioralne poruszenie przed sceną i na scenie”

Zwycięzcy IV edycji Konkursu zostali wyłonieni w drodze  
głosowania internetowego a zostali nimi:

Kategoria: ORGANIZACJA POZARZĄDOWA

- FUNDACJA PARTNERSTWO NA RZECZ ALEKSANDROWA  
ŁÓDZKIEGO

Kategoria: SAMORZĄD

- SAMORZĄDOWY UNIWERSYTET III WIEKU  
– BAŁUCKI OŚRODEK KULTURY

Kategoria: SENIOR LIDER

- RYSZARD WISZNIEWSKI

Kategoria: AKTYWNA GRUPA 60+:

- KLUB SENIORA JAGIELLONKI

W tegorocznej edycji konkursu wręczono również nagrodę specjalną. To dodatkowe wyróżnienie, za całokształt działalności otrzymało Stowarzyszenie Łódzki Klub Amazonka. Amazonki od 25 lat działają na rzecz kobiet dotkniętych ciężką chorobą – rakiem piersi, prowadzą działania na rzecz profilaktyki i prewencji raka piersi, wspierają pacjentki w trakcie i po zakończonym leczeniu, pomagają w znalezieniu motywacji powrotu do zdrowia, rehabilitacji psychofizycznej, integracji środowiskowej. Ich projekty – wolontariat przyłóżkowy czy telefon nadziei – niosły przez lata ulgę i pomoc nie tylko osobom dotkniętym chorobą, ale także ich rodzinom.





**DRZEWO POKOLEŃ**





Patronatu medialnego udzieliли:

- Magazyn „Głos Seniora”
- Gazeta Senior
- Serwis Zdrowy SENIOR

Partnerami Wydarzenia byli:

- HARC – Centrum Badań nad Zdrowym Starzeniem
- EIP on AHA - Europejskie Partnerstwo Innowacji na rzecz Aktywnego i Zdrowego Starzenia się
- EIT HEALTH - międzynarodowe konsorcjum rzecz zdrowia i aktywnego starzenia.

Już dziś serdecznie zapraszamy do udziału w kolejnej, V już edycji konkursu, którego celem jest promocja projektów i inicjatyw poświęconych tematyce prosenioralnej, wymiana dobrych praktyk i integracja podmiotów, które przyczyniają się do aktywizacji i poprawy jakości życia seniorów.





# MMM19 – May Measurement Month 2019



**Prof. dr hab. med. Małgorzata Lelonek FESC, FHFA**

Kierownik Zakładu Kardiologii Nieinwazyjnej

**Zakład Kardiologii Nieinwazyjnej wraz ze Studenckim Kołem Naukowym uczestniczyli w ogólnoświatowej kampanii „Maj Miesiącem Mierzenia ciśnienia tętniczego w 2019 roku.” Akcja MMM19 w Łodzi odbywała się pod patronatem Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.**

Kampanię organizuje International Society of Hypertension i odbywa się ona w ponad 100 krajach na wszystkich kontynentach świata. Założeniem kampanii jest wykonanie pomiarów ciśnienia tętniczego u kilku milionów osób. Dane światowe pokazują, że mniej niż połowa chorych na nadciśnienie tętnicze wie o swojej chorobie. Natomiast wśród osób leczonych na nadciśnienie tętnicze, mniej niż jedna trzecia osiąga zalecane cele terapeutyczne.

Najważniejszym celem kampanii MMM19 jest podniesienie świadomości problemu nadciśnienia tętniczego w skali zarówno lokalnej, krajowej, jak i globalnej.

Podwyższone ciśnienie tętnicze jest najsilniejszym pojedynczym czynnikiem ryzyka zgonów oraz ryzyka wystąpienia wielu chorób w tym m.in. zawałów serca, udarów mózgu, niewydolności serca i chorób nerek. Szacuje się, że na nadciśnienie tętnicze cierpi około 1,2 miliarda osób.

Patronat nad badaniem MMM19 objęły Towarzystwa Naukowe - Polskie Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego (PTNT), Polskie Towarzystwo Kardiologiczne (PTK), Polskie Towarzystwo Nefrologiczne (PTN), Polskie Towarzystwo Lipidologiczne (PTL) i Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce (KLRwP).

Jest to trzecia edycja kampanii po MAY MEASUREMENT MONTH 2017 (MMM17) i MAY MEASUREMENT MONTH 2018 (MMM18), dzięki którym na całym świecie przebadano ponad 2,7 mln osób.



W dniu 17 maja 2019 roku studenci SKN przy Zakładzie Kardiologii Nieinwazyjnej Kiet Anh Nguyen, Jagienka Szulc, Dominika Świerczewska, Aleksandra Kosińska, Bartek Szebietowski i Alicja Sieczko wykonali pomiary ciśnienia tętniczego u 106 osób. Wśród badanych ochotników byli tacy, którzy nie mieli świadomości nieprawidłowych wartości swojego ciśnienia tętniczego. Studenci udzielili im porad, w jaki sposób prawidłowo wykonywać domowe pomiary ciśnienia oraz kiedy należy zgłosić się do lekarza.

Serdecznie gratulujemy wszystkim zaangażowanym w akcję studentom i dziękujemy za poświęcony przez nich czas w wkład w łódzką profilaktykę nadciśnienia tętniczego.



## Erasmus to styl życia, ludzie, emocje, przygody, wyzwania

**Wywiad z Panem Doktorem Wojciechem Kuczyńskim  
- Koordynatorem Wydziałowym Programu Erasmus  
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.**

Rozmawia: **Aleksandra Karaś**  
- International Relations Office  
Dział Współpracy Zagranicznej

***Mam dziś przyjemność rozmawiać z Panem Doktorem  
Wojciechem Kuczyńskim, który jest koordynatorem  
wydziałowym programu Erasmus + dla kierunku  
Lekarskiego na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi.***

***Panie Wojciechu, proponuje rozpocząć naszą rozmowę  
od pytania o Pana pierwsze doświadczenia z  
Programem Erasmus+?***

Zawsze wyznawałem jedną prostą zasadę w życiu „lepiej żałować w życiu tego co się zrobiło niż tego czego się nie zrobiło”. Z perspektywy czasu, decyzja o wyjeździe na Erasmusa była jedną z najważniejszych w moim życiu, miała bezpośredni wpływ na to co robię, czym zajmuję się na Uczelni. Planowanie wyjazdu rozpocząłem w połowie 3 roku od szybkiej analizy, gdzie warto pojechać i dlaczego. Wybór w moim przypadku był oczywisty - dla miłośnika włoskiej kuchni, kawy, nie było alternatywy dla słonecznej Italii. Udało się dostać do wymarzonego miasteczka - PAVII. Jest to trzeci najstarszy Uniwersytet we Włoszech, 19 w Europie położony w malowniczym 75 tysięcznym miasteczku z XIII wieku. Wyjazd okazał się przysłowiowym „strzałem w dziesiątkę”, poznałem mnóstwo przyjaciół z którym do dziś utrzymuję bliskie kontakty również naukowe, staramy się spotykać możliwie często.

W ramach Programu Erasmus miałem okazję uczestniczyć trzykrotnie w praktykach wakacyjnych



trwających 2-3 miesiące, jak również w wyjeździe na studia na okres 10 miesięcy. Łącznie spędziłem 18 miesięcy zagranicą z możliwych 24 do wykorzystania.

### ***Jaki charakter miały te wyjazdy? Czym się różniły?***

W mojej ocenie, każdy wyjazd na Erasmusa jest wyjazdem zupełnie innym. Inny charakter miał wyjazd na praktykę, a inny na studia. Przygotowanie mentalne oraz językowe do krótkiego wyjazdu na dwa miesiące w ramach praktyk, jest czymś zupełnie innym od wyjazdu na studia. Zasadnicze różnice można zawęzić do trzech niezależnych sfer: samodzielność (mieszkanie, podróżowanie, gospodarowanie finansami); nauka (wyrównanie różnic programowych między Uczelniami); równoczesowa nauka w trzech językach: w moim przypadku włoski - praca z pacjentem; angielski: podręczniki, prezentacje, polski: zrozumienie problemów klinicznych. To co łączy wyjazd na praktyki wakacyjne i studia to przede wszystkim nauka samodzielności. Studenci sami szukają zakwaterowania, uczą się gotować, robić zakupy, sprzątać. To duże wyzwanie szczególnie dla tych osób, które dotychczas mieszkały z rodzicami. Mam wrażenie, że nawet wyjazd w to samo miejsce za każdym razem może mieć inny charakter i może wymagać innego rodzaju podejścia i przygotowania.

### ***Czy złapał Pan Erasmusowego bakcyła?***

Zdecydowanie tak! Erasmus to nie tylko wyjazd i powrót, Erasmus to styl życia, ludzie, emocje, przygody, wyzwania. Czy można być świadomym Europejczykiem, poznając Europę tak otwartą w XXI wieku siedząc przed komputerem? Erasmus był dla mnie formą wyjazdu wakacyjnego, stanowił istotną część studiów, umożliwił mi poznanie niesamowitych

ludzi, naukę języka, obecnie stał się pracą. Na marginesie dodam, że moje zamiłowanie do chorób płuc zrodziło się właśnie we Włoszech.

Wszystkie zajęcia z pulmonologii odbywałem za granicą, nie znałem naszych rodzimych jednostek, wybór specjalizacji odbywał się poniekąd „w ciemno”. Z perspektywy czasu był to kolejny strzał w dziesiątkę, gdyż przyszedłem do pracy z zupełnie innym bagażem doświadczeń.

### ***Gdzie Pan wyjechał i czym Pan się kierował w wyborze miejsca?***

Realizowałem 3 miesięczne praktyki wakacyjnych w Klinice Maugeri w Pawii na oddziale endokrynologii. Następnie spędziłem 10 miesięcy na 4 roku studiów również we Włoszech w Pawii. Po skończonych studiach mając dużą wiedzę o tym jak funkcjonuje Uniwersytet w Pawii, gdzie warto się uczyć zostałem na praktyce na oddziale Chirurgii Dziecięcej. Ciekawostką jest to, że tak na prawdę byłem jednym z pierwszych studentów, którzy wyjechali zarówno do Pawii i Cagliari.

### ***Czyli „przecierał Pan szlaki” młodszym kolegom?***

Można tak powiedzieć. Na pewno nie miałem starszych kolegów, którzy byliby w tych miejscach wcześniej. Nie mogłem potocznie mówiąc „zaciągnąć języka”. W tym aspekcie moi młodszy koledzy mają znacznie łatwiejsze zadanie. W chwili obecnej popularność samego programu, rozpowszechnienie informacji, bogata oferta umów sprawiają iż studentom łatwiej jest wyjechać, a oferta dla nich dostępna jest ciekawsza i bardziej zróżnicowana. Ilość studentów

wyjeżdżających na studia i praktyki stale rośnie. Przepływ informacji pomiędzy studentami jest bardzo dobry patrząc nie tylko lokalnie wewnątrz uczelni, ale i globalnie pomiędzy studentami programu Erasmus+ na uczelniach całego świata. Mogą oni swobodnie korzystać z wiedzy swoich kolegów, którzy wyjechali w poprzednich latach.

Dodatkowo mamy na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi program BUDDY, który działa prężnie od kilku lat. Program polega na opiece nad studentami, którzy przyjeżdżają na naszą uczelnię na praktyki lub studia. Udział w tym programie to wielka szansa dla osób, które planują swoją przygodę z Erasmusem. Program jest dedykowany osobom, które chciałyby poznać kulturę, język, obyczaje innych krajów. Jest to pewnego rodzaju zobowiązanie studentów, którzy na okres roku lub krótszy pomagają studentom przyjeżdżającym na UM w kwestiach takich jak: zakwaterowanie (np. jak odbiór kluczy z akademika), zakup migawki, ubezpieczenia czy nawet gdzie dobrze i tanio zjeść. Ten pierwszy tydzień jest bardzo trudny dla każdego studenta, który przyjeżdża do nowego miasta, obcego kraju. Podobne programy są rozpowszechnione w całej Europie w związku z tym na podobną pomoc mogą też liczyć nasi studenci wyjeżdżający za granicę. Program BUDDY stanowi szansę na doskonalenie językowe, nie mówię tu wyłącznie o języku angielskim. Czy ktoś nauczy nas lepiej włoskiego, hiszpańskiego niż native speaker z Włoch, Hiszpanii, z którym możemy się widzieć tak często jak tylko chcemy, „mając go” na wyłączność? To pomoc dla osób, które mają kłopot z otworzeniem się i komunikacją w języku obcym. Program ten powstał zarówno w celu opieki nad



studentami przyjeżdżającymi jak również aby zacieśniać więzi między studentami z różnych krajów. Jeżeli polski student opiekuje się studentem zagranicznym to może w kolejnych latach ten sam student będzie mógł się mu zrewanżować.

### ***Co dla Pana znaczy być Erasmusem?***

Trudne pytanie. W mojej ocenie bycie Erasmusem to coś więcej niż tylko bycie studentem, który korzysta, czy to z mobilności na studia czy na praktykę. Dla mnie osobiście bycie Erasmusem to swojego rodzaju styl życia, pewna forma, z którą utożsamiamy się mentalnie. Myślę, że te doświadczenia studentów Erasmusa są podobne, mają wspólną płaszczyznę i to ich łączy, integruje. W mojej ocenie osoby, które wyjechały i miały możliwość spędzenia czasu za granicą zwłaszcza w ramach studiów, to są osoby, których charakteryzują zupełnie inne kompetencje miękkie. Mają szeroko rozwiniętą zdolność komunikacji, nawiązywania bliskich relacji, są otwarci, bezpośredni, tolerancyjni, potrafią się odnaleźć wśród ludzi pochodzących z różnych kręgów kulturowych i religijnych. Nie boją się podejmować trudnych decyzji, nie boją się wyzwań, ambitnych zadań zawodowych. Nie należy rozpatrywać Erasmusa w kategorii krótkotrwałej przygody. Wyjazdy pozostawiają w studentach ślad, który ma wpływ na całe ich dalsze życie zarówno prywatne jak i zawodowe. Przyjaciele z Belgii, Włoch, Węgier czy Japonii są osobami, z którymi widuję się możliwie często tzn. przynajmniej raz w roku, u któregoś z nas spotykamy się wszyscy. Z częścią wspólnie publikujemy prace naukowe, gdyż pracujemy w podobnych dziedzinach medycyny.

Nie każdy może zostać Erasmusem i nie każdy nim zostanie. Rozpoczęcie tej przygody wymaga odwagi, ale warto. Program jest dostępny dla wszystkich studentów „wystarczy z niego skorzystać, chwycić byka za rogi”.

### ***Czy bycie koordynatorem wydziałowym jest naturalną konsekwencją wcześniejszych doświadczeń w Erasmusie?***

Wydaje mi się, że tak. Ciężko być koordynatorem nie będąc wcześniej Erasmusem lub nie posiadając innych doświadczeń zdobytych za granicą. Koordynator nie jest jedynie osobą, która podpisuje studentom Learning lub Training Agreement. Koordynator Programu Erasmus+ powinien służyć studentom radą w kontekście tego jak sobie poradzić za granicą. Czyli jaki kraj i jaką uczelnię wybrać jak skonstruować swój program. Doświadczenie zdobyte za granicą na temat programów innych uczelni, form egzaminów oraz sposobów funkcjonowania oddziałów szpitalnych jest chyba w tej pracy najważniejsze. Koordynator powinien wiedzieć jak wyglądają egzaminy, z jakich podręczników korzystać w danym kraju. Czasami dodatkowym źródłem informacji są też starsi koledzy, którzy już zrealizowali mobilność. Szeroka wiedza dotycząca edukacji medycznej w Europie pozwoliła na dalsze zaangażowanie się w programy mobilności. Byłem ambasadorem programu Campus Europa działającego pod patronatem Komisji Europejskiej UE w Luksemburgu, członkiem European University Foundation w Luksemburgu, jak również współtworzyłem program wymiany studentów na praktyki

wakacyjne w Japonii i Tajlandii. To co odróżnia program Erasmus od pozostałych to wsparcie finansowe studentów i pracowników. Sprawia ono iż dostęp do programu jest powszechny, a Erasmusem można być na każdym etapie kariery akademickiej : od studenta po akademika. Ta ciągłość jest filarem Erasmusa. Jako koordynatorzy często monitorujemy studentów realizujących mobilność oraz inicjujemy podpisywanie nowych umów.

### ***Czy studenci mogą inicjować współpracę?***

Jak najbardziej. Jeżeli masz pomysł i chciałbyś gdzieś wyjechać przyjdź do Działu Współpracy Zagranicznej, a tam na pewno Ci pomogą. Ilość umów, która jest obecnie realizowana jest dość duża, ale to nie wyklucza inicjatywy z Waszej strony. Studenci mają wpływ na kształt współpracy zagranicznej uczelni o ile chcą, gdyż to wymaga wkładu pracy.

### ***Jak studenci powinni traktować Erasmusa?***

#### ***Jako wakacyjny wyjazd czy jako szansę na zdobycie dodatkowej, unikatowej wiedzy?***

Trudno jest na to pytanie odpowiedzieć jednoznacznie. Na pewno nigdy bym nie powiedział, że Erasmus to wyjazd strictly wakacyjny, nastawiony na wypoczynek i zabawę. Traktując w ten sposób wyjazd na praktykę, wiele stracimy z samego wyjazdu jako takiego. Nie wykorzystamy w pełni danej nam szansy. Czy wyjazd to tylko nauka, ciężka praca? Też nie. Wyjazd na Erasmusa to wielopłaszczyznowe doświadczenie: wypoczynek, szansa na poznanie nowych kultur, języków, zdobycie praktycznej wiedzy, odkrycie siebie oraz szansa na pierwsze kroki w samodzielnym życiu. Erasmus to swoista szkoła odwagi.

### ***Jak Pan myśli do kogo na naszej uczelni skierowany jest ten program? Do jakiego typu studenta?***

Do wszystkich studentów, którzy chcą wyjechać i się tego nie boją. Nie ważne na którym jesteś roku, na jakim kierunku ważne czy chcesz. Na Erasmusa może wyjechać każdy, ale nie jest to równoznaczne z tym, że każdy powinien i każdy wyjedzie. Do wyjazdu trzeba być przygotowanym. Należy mieć wewnętrzne przekonanie, że to dobry moment i twoja, tylko twoja decyzja. Do pierwszego wyjazdu należy mieć pewnego rodzaju dojrzałość: emocjonalną i społeczną. Być przygotowanym na dużą zmianę w życiu, otwartym na nowe doświadczenia. Erasmus nie zaczyna

się w momencie w którym składamy dokumenty aplikacyjne. Trzeba go rozpocząć znacznie wcześniej, wybierając kraj, ucząc się języka i analizując program uczelni. Warto wcześniej przyjrzeć się kryteriom naboru do programu, zapisać na kursy językowe, aby później nie rozczarować się, że nie spełniamy któregoś z kryteriów. Przygotowanie do Erasmusa to długofalowe planowanie do czego studenci nie są przygotowani i przyzwyczajeni. Myślenie, że najważniejsze jest żeby zdać najbliższy egzamin, żeby ukończyć pomyślnie sesję jest błędne i niedojrzałe. Cała organizacja Erasmusa wymusza na studencie patrzeć daleko w przód i dobrą organizację. Student, który jest zainteresowany wyjazdem powinien planować na przynajmniej 1 rok do przodu.

***Często to ten moment jest najtrudniejszy i studenci rezygnują z organizacji wyjazdu. Czy trudno jest się przygotować?***

Oczywiście, że nie jest trudno. Natomiast jeżeli przeraża Was kwestia przygotowania i zorganizowania wyjazdu w Polsce to oznacza jedno: nie jesteście gotowi. W jaki sposób poradzicie sobie w obcym kraju jeżeli boicie się uzupełnienia kilku dokumentów przed wyjazdem. Te same problemy spotkają Was za granicą. Przygotowanie do wyjazdu potraktujcie jako trening, który powinniście wykonać gdyż za granicą będzie Wam znacznie trudniej chociażby ze względu na język. Organizacja wyjazdu na studia czy praktykę w ramach programu Erasmus nie jest trudna, ale wymaga sumienności i umiejętności wcześniejszego planowania. Jednakże,

jeżeli weźmiesz kartkę papieru i napiszesz sobie szczegółowy plan pracy to osiągniesz sukces. Problemem nie jest to, że aplikacja do programu jest trudna, lecz to że zbyt późno podjęliśmy decyzję o wyjeździe. Jako koordynator bardzo często słyszę od studentów „My nie wiedzieliśmy...”. Dlatego przede wszystkim czytajcie dokładnie komunikaty i planujcie, aby unikać tego rodzaju sytuacji.

***Od 2016 roku na naszej uczelni poza wymianą z krajami programu prowadzimy również wymianę w ramach projektu Erasmus+ KA107 – „wymiana z krajami partnerskimi”. Jakich krajów dotyczy ta wymiana?***

Od 2016 roku rok rocznie wymieniamy studentów i pracowników z Uniwersytetem w Nowym Sadzie w Serbii. Natomiast od tego roku w naszej ofercie dla studentów i pracowników pojawi się Aichi Medical University w Nagoji, w Japonii. Wymiana z Japonią jest naturalną konsekwencją wcześniejszej wymiany w ramach praktyk wakacyjnych z Azją. Na te praktyki również wyjechałem jako pierwszy. To była dość zaskakująca wymiana dlatego, że po raz pierwszy na UM pojawiła się możliwość tak dalekiego wyjazdu dla studentów. Była to też wymiana z odmiennym kulturowo krajem. Praktyka trwała 2 miesiące i była podzielona na trzytygodniowe bloki. Wyjazd był fascynującym doświadczeniem. Jako studenci mogliśmy liczyć na wyjątkową opiekę Tutorów w Japonii. Zachęcam studentów do tego rodzaju wyjazdów i wykorzystywania możliwości, które daje uczelnia.

W chwili obecnej realizujemy wymianę z Aichi Medical University jako stałą

w ramach programu Erasmus+ KA107. Dzięki temu w tym roku wyjadą pierwsi studenci studiów doktoranckich i nastąpi wymiana pracowników. Niestety nie otrzymaliśmy finansowania dla praktyki, dlatego w dalszym ciągu prowadzona jest ona poza programem jednak liczymy na zmianę w kolejnym roku.

***Wspominał Pan, że program KA107 to też wymiana z Serbią?***

Z Uniwersytetem w Nowym Sadzie w ramach programu Erasmus+ współpracujemy od 2016 roku. W tym roku zmienia się status Serbii w Erasmusie i z kraju partnerskiego staje się ona krajem programu przechodząc do mobilności KA103. W ramach współpracy z Serbią wymieniliśmy do tej pory kilkudziesięciu studentów i kilkunastu pracowników. Osobiście miałem okazję odwiedzić uczelnię w ramach wizyty monitorującej. Podczas wizyty zwiedziłem uczelnię, spotkałem się ze studentami i koordynatorami oraz omówiłem warunki przyszłego współdziałania. Mam nadzieję, że wypracowana współpraca pomiędzy uczelniami naturalnie przejdzie z programu Erasmus+ KA107 na KA103 a mobilność pomiędzy placówkami będzie stale rosła.

***Jednym z sukcesów Działu Współpracy Zagranicznej jest wakacyjny program praktyk w Azji.***

***Wspominaliśmy o nim w kontekście współpracy z Aichi Medical University, jakich jeszcze uczelni dotyczy?***

Mamy jeszcze możliwość wyjazdu do Tajlandii. Nie ukrywam, że mobilność z Tajlandią jest moim osobistym

sukcesem jeśli chodzi o podpisane porozumienia pomiędzy uczelniami. Wszystko zaczęło się w Japonii bo to tam poznałem moich kolegów z Tajlandii i w mojej głowie zrodził się pomysł odwiedzenia ich macierzystych uczelni oraz zapoczątkowania z nimi współpracy. Jesteśmy do dziś w stałym kontakcie. Po dwóch miesiącach trudnych negocjacji udało mi się polecieć do Tajlandii gdzie spotkałem się z przedstawicielami Khon Kaen University w miejscowości Khon Kaen jak również Mahidol University of Bangkok. Uniwersytet w Khon Kaen to trzeci największy uniwersytet w Tajlandii niedaleko granicy z Kambodżą. Ośrodek słynie z leczenia chorób zakaźnych, niepłodności jak również posiada jeden z nielicznych na świecie oddział wyłącznie dla buddyjskich mnichów. Druga wizyta miała miejsce w Bangkoku, gdzie spotkałem się z władzami Mahidol University. Uczelnia to plasuje się bardzo wysoko w rankingach światowych, jest w pierwszej setce listy Szanghajskiej. Obie rozmowy zaowocowały podpisaniem porozumień o wymianie studentów. W ubiegłym roku na każdą z tych Uczelni pojechało 4 studentów UMEDu. W tym roku do wyjazdu na praktyki do Azji zakwalifikowano analogiczną liczbę studentów. Liczymy na to, że program będzie się rozwijał, a w kolejnych latach dojdą nowe uniwersytety z Japonii.

***Jakie są Pana pomysły, plany na przyszłość?***

Myślę, że świat jest tak duży i szeroki, że jedyne co nas ogranicza to brak czasu. Ze swojej strony mogę powiedzieć, że szukam możliwości podpisania nowych umów i mam

w głowie najróżniejsze pomysły takie jak Argentyna czy Tajwan. Od rozważań do realizacji jest jednak jeszcze daleka droga. Potrzeba czasu, funduszy i chęci z obu stron.

### ***Zainteresowanie wyjazdami zagranicznymi na naszej Uczelni rośnie czy maleje?***

Nasza uczelnia jest pewnym ewenementem jeżeli chodzi o Polskę. W zorganizowanym na Uniwersytecie Łódzkim sympozjum z okazji 30-lecia Erasmusa, w którym reprezentowałem Uniwersytet Medyczny były przedstawione konkretne dane liczbowe. W ostatnich latach obserwuje się stagnację lub nawet spadek zainteresowania wyjazdami, tymczasem na Naszej Uczelni od pięciu lat obserwujemy stały wzrost zainteresowania wyjazdami zarówno na studia jak również na praktykę. Agencja Krajowa Programu Erasmus podkreśla wartość jaką ma wykorzystywanie przez nas przyznawanych funduszy (co roku jest to 100% przyznawanych środków, pomimo rokrocznie wzrastających nakładów). W praktyce oznacza to iż nawet na miejsce studentów, którzy z różnych przyczyn musieli zrezygnować z wyjazdu, prowadzimy ciągłą rekrutację osób z list rezerwowych. Liczymy, że ta tendencja zostanie utrzymana. W mojej opinii „piętą achillesową” studenckich wyjazdów zagranicznych jest mobilność doktorantów. Mnie osobiście zależy na promowaniu wyjazdów w ramach programu Erasmus+ w tej grupie. Do tego rodzaju wymian skłania realizowany na uczelni projekt pod kierownictwem Pani Rektor Lucyny Woźniak „MEDiCUM” – dotyczący min. podniesienia jakości kształcenia badań naukowych i rozwoju międzynarodowego Uczelni w rozumieniu wzrostu ilości partnerów naukowych jaki i edukacyjnych.

### ***Czy chciałby Pan jeszcze coś dodać.. jakieś przesłanie dla przyszłych Erasmusów?***

Oczywiście. Nie zastanawiajcie się i wyjeżdżajcie, czy to na studia czy na praktykę. Nie patrzcie na wyjazdy jednostronnie, gdyż bilans zysków z mobilności przekroczy wasze oczekiwania. Największym moim prywatnym sukcesem płynącym z mobilności są fantastyczni ludzie. Niesamowite osoby z którymi do dziś łączy mnie bardzo bliska przyjaźń.



dyr J. Kowalczyk  
 mgr J. Kowalczyk  
 Warszawa, 21 grudnia 2018 r.

Wpłynęło dnia 18-01-2019 ilość  
 L. dr .....  
 Skierowano do .....  
 Znak sprawy .....  
 Podpis przyjmującego .....

Szanowny Pan

**Prof. dr hab. n. med. Radzisław Kordek**

Rektor Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Szanowny Panie Rektore,

w imieniu Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji pełniącej rolę Narodowej Agencji programu Erasmus+ (NA), a przede wszystkim Biura Szkolnictwa Wyższego, które monitoruje działania polskich szkół wyższych w odniesieniu do ich udziału w tzw. działaniach zdecentralizowanych, chcielibyśmy na ręce Pana Rektora przekazać wyrazy uznania i podziękowania dla pracowników Państwa uczelni zajmujących się programem Erasmus+.

W ostatnim czasie obserwujemy stagnację, a nawet spadek zainteresowania mobilnością w celu gromadzenia i przenoszenia osiągnięć w programie Erasmus+. Na taki stan rzeczy wpływ ma wiele czynników, a na większość z nich nie mają wpływu ani pracownicy NA, ani pracownicy biur współpracy z zagranicą (np. zmniejszająca się populacja studentów, mniejsza samodzielność studiującej młodzieży, niepokoje społeczne w Europie, brak wystarczającej motywacji do zrealizowania części studiów uczelni zagranicznej). Przekłada się to na coraz większe trudności w zarządzaniu środkami finansowymi przeznaczanymi na mobilność studentów (oraz pracowników), co z kolei przedkłada się na rosnący odsetek niewykorzystywanych środków.

Rozliczenie umowy finansowej nr 2016-1-PL01-KA103-024464 dotyczącej „**Mobilności z krajami programu**” zawartej w roku 2016 i zakończonej w bieżącym roku wskazuje na 100% wykorzystanie środków, tj. kwoty 283.575 EUR. Zdajemy sobie sprawę, jak trudne jest osiągnięcie takiego wyniku przy tak wysokiej skali mobilności, jaką realizuje Państwa uczelnia – w ramach ww. umowy zrealizowano 176 wyjazdów. Równie dobry poziom wykorzystania funduszy osiągnęli Państwo realizując umowę nr 2016-1-PL01-KA107-024824, „**Mobilność z krajami partnerskimi**” – wykorzystano 64.658 EUR (100% budżetu) i odbyło się 21 mobilności. Nie byłoby to możliwe bez wyjątkowego zaangażowania ze strony pracowników zajmujących się Erasmusem+ w Państwa uczelni.

Wobec powyższego, niniejszym pismem chcemy wyrazić ogromne uznanie dla pracowników kierowanej przez Pana uczelni, których praca na rzecz programu Erasmus+ doprowadziła do opisanego osiągnięcia.

Z wyrazami szacunku

FUNDACJA ROZWOJU SYSTEMU EDUKACJI  
 Narodowa Agencja Programu Erasmus+  
 Aleje Jerozolimskie 142a, 02-305 Warszawa  
 tel. 22 46 31 000, faks 22 46 31 025  
 kontakt@erasmusplus.org.pl  
 www.erasmusplus.org.pl | www.frse.org.pl

FUNDACJA ROZWOJU SYSTEMU EDUKACJI  
 BIURO SZKOLNICTWA WYŻSZEGO

Beata Skibińska

PIRER DOR GENTILIANI  
 FUNDACJA ROZWOJU SYSTEMU EDUKACJI

dr Daniel Paszytek

NIP 526-10-00-645, REGON 010393032  
 KRS 0000024777 - Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie  
 XIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego





Centrum Innowacji  
i Transferu Technologii  
UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO W ŁÓDZI



## UMED myśli projektowo. Design Thinking workshop!

W ramach projektu EIT Health E-Lab Smart Up Lab 2019 zostały przeprowadzone warsztaty z Design Thinking. W trakcie trzydniowego wydarzenia (09-11.05.2019) uczestnicy programu mieli szansę zapoznać się z nową metodologią pracy nad produktem. Warsztaty Design Thinking odbyły się w Patio Centrum Innowacji i Transferu Technologii. Zajęcia prowadzone były przez wykwalifikowanych trenerów biznesowych.

### Design Thinking to:

*Design Thinking polega na przekazaniu narzędzi designerów ręce osób, które nigdy nie uważały się za związane w jakikolwiek sposób z designem, oraz na zastosowaniu tych narzędzi do zdecydowanie szerszego spektrum problemów.*

Tim Brown

*To naturalna zdolność do przychodzenia z nowymi ideami i ciekawością do ich przetestowania.*

David Kelley

*(...) umożliwia lepiej komunikować się z ludźmi, których obsługujesz. Pozwala zmieniać dane w konkretne akcje. Pomaga Tobie zobaczyć nowe możliwości. Także zwiększyć szybkość i efektywność tworzenia nowych rozwiązań.*

David Kelley

*To poszukiwanie środka pomiędzy biznesem i sztuką, strukturą i chaosem, intuicją i logiką, pomysłem i jego wdrożeniem, swobodą i formalnością oraz nadzorem i upoważnieniem.*

Idris Mootee

*Design Thinking jest interdyscyplinarną ścieżką złożoną z planowania, testowania i wdrażania innowacji. Łatwo adaptowalną zarówno w produktach, jak i usługach w warunkach rozwoju i permanentnej zmiany.*

Definicja ClITT

### Warsztaty w ClITT

W ramach warsztatu uczestnicy mieli za zadanie zmierzyć się z realnym *challenge* – problemem przygotowanym przez partnera biznesowego - Poczta Polska, której przedstawiciel znajdował się na sali. Temat prac brzmiał: *Jak Poczta Polska może się włączyć w opiekę nad osobami starszymi?*. W rywalizacji wzięły udział cztery zespoły. Uczestnicy musieli przedstawić dwa realne do wprowadzenia na rynku polskim pomysły. Przed przystąpieniem do konkurencji członków zespołów zapoznano z metodologią pracy oraz charakterystyką innowacji w systemie opieki zdrowotnej. Po części teoretycznej zespoły przeszły do pracy nad swoimi pomysłami, prowadząc je przez wszystkie fazy *Design Thinking* wraz z procesem prowadzenia wywiadów z mieszkańcami Łodzi oraz symulacjami i budową wstępnych prototypów. Po procesie prac przedstawiono wygenerowane idee. Zespoły wykazały się kreatywnością i dogłębną analizą problemu. Stworzyły unikalne rozwiązania, z których większość mogłaby zostać wdrożona w usługach pocztowych, ich przykładami są:

1. Aplikacja, pozwalająca na „wynajęcie” pomocnika dla osoby starszej lub kompana do spędzenia wspólnie czasu. Ludzie oferujący swoje usługi w aplikacji są weryfikowani oraz dodawani do aplikacji bezpośrednio przez Poczta Polska;
2. Wózek elektryczny usprawniający chód oraz wejście po schodach lub wzniesieniach. Sprzęt byłby sprzedawany oraz serwisowany w placówkach Poczty Polskiej. Dostarczenie wózka lub ewentualna naprawa odbywa się w systemie door to door. Obecność wielu placówek Poczty Polskiej niweluje potrzebę budowania nowej sieci do serwisowania oraz sprzedaży urządzeń.

Pod koniec warsztatów przeprowadzono konkurs pitchowania (prezentacji biznesowej). W wyniku rywalizacji wybrane zostały trzy zespoły, których produkt najlepiej odpowiadał na problem starzejącego się społeczeństwa. Głosy oddawane były zdalnie za pośrednictwem aplikacji, każdy uczestnik mógł głosować na 3 projekty oraz śledzić rozkład



głosów w czasie rzeczywistym podczas wydarzenia na portalu internetowym (układ głosów - rys. 1). Pieczę nad przebiegiem konkurencji sprawowało Jury w składzie:

- Cezary Lipiński
  - Zastępca Dyrektora Centrum Innowacji i Transferu Technologii - Dział Rozwoju Systemów Opieki Zdrowotnej
- Joanna Baranowska
  - Kierownik - Sekcja ds. Projektów Akceleracyjnych
- Agnieszka Rzeźnik
  - Kierownik - Sekcja ds. Transferu Technologii
- Aneta Andrzejczyk
  - Zastępca Dyrektora Biura Nauki, Strategii i Rozwoju
- Mariusz Połec
  - Poczta Polska, kierownik sekcji innowacji





I miejsce zajął zespół w składzie:

Ernest Lysewych, Filip Modrzewski, Karolina Boguszewska, Ania Chmiel, Tomasz Kamiński, Witold Kaczmarowicz

*Podczas warsztatów Design Thinking, byliśmy przekonani, że wyjście poza wszelkiego rodzaju schematy, da nam najlepsze rozwiązanie zaistniałego problemu. Tworzyliśmy nasz projekt z myślą o innych oraz chęcią pomocy. Daliśmy wszystko, co najlepsze ze strony naszego zespołu, połączyliśmy nasze umiejętności, by stworzyć coś nowego, innowacyjnego, wychodzącego poza wszystkie granice.*

*Nie możemy powiedzieć, że nie chcieliśmy wygrać, lecz wygrana nie była naszym celem. Skupiliśmy się na najlepszym rozwiązaniu zaistniałej sytuacji, polegając na własnej kreatywności oraz myśleniu poza schematami.*

Ernest Lysewych



II miejsce zajął zespół w składzie:

Mateusz Dworak, Paula Zdanowicz, Kinga Kosiorek, Sebastian Wawrocki, Elżbieta Kozłowska, Katarzyna Robaczyńska, Igor Sokołowski,

*Metoda Design Thinking otworzyła mi oczy na metodykę rozwiązywania problemów. Odważyłem się wyjść z mojej strefy komfortu i otworzyć się na problemy innych ludzi. Dzięki pracy zespołowej, burzy mózgów i powtórnej ocenie problemów, uzyskaliśmy innowacyjne rozwiązania. Myślenie projektowe sprawia, że inaczej spoglądasz na świat - codzienne problemy zmieniają się w okazje, które tylko czekają, by je wykorzystać.*

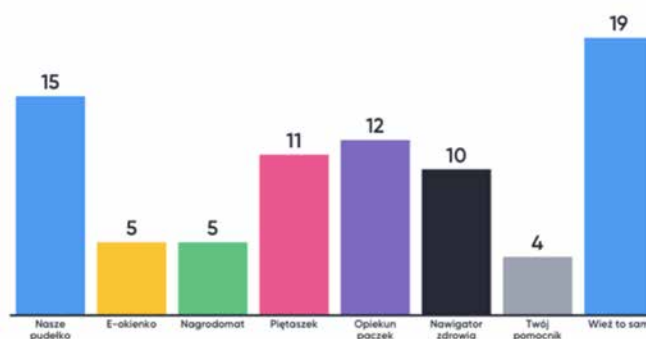
Mateusz Dworak

III miejsce zajął zespół w składzie:

Anastasiya Likhtar, Justyna Agier, Karina Mierczak, Karolina Potoczny, Ariadna Bednarz, Jan Podlaski, Łukasz Śledziński

*Praca zespołowa nad projektem była dla mnie bardzo inspirująca i pozwoliła spojrzeć na powierzone nam zadanie z różnych stron. Dzięki temu, że w zespole znalazły się osoby o różnorodnych umiejętnościach oraz doświadczeniu zawodowym, stworzyliśmy wspólnie projekt, który zyskał przychylną jurę i innych uczestników. Osobiście, warsztaty wiele mnie nauczyły i pozwoliły nie tylko poznać świetne osoby z różnych branż, ale i pokonać swoje ograniczenia i otworzyć umysł na nowe. Zdobycie III miejsca w konkursie to dobry start i motywacja do dalszej pracy nad innymi projektami, która będzie mam nadzieję owocna.*

Justyna Agier



Rys. 1 - Wyniki konkursu Pitchowania

# Nominacje

24 kwietnia wicewojewoda łódzki Karol Młynarczyk wręczył akty powołania na funkcje konsultantów wojewódzkich pracownikom naszego uniwersytetu

## **prof. dr hab. n. med. Piotr Smolewski**

(Kierownik Zakładu Hematologii Doświadczalnej)  
hematologia

## **dr hab. n. med. Dominik Strzelecki**

(Klinika Zaburzeń Afektywnych i Psychotycznych)  
psychiatria

Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Andrzej Duda wręczył nominacje profesorskie pracownikom naszej uczelni.

17 maja nominacje profesorskie otrzymali:

## **Dariusz Jaskólski**

(Kierownik Kliniki Neurochirurgii i Onkologii Układu Nerwowego)

## **Piotr Jurowski**

(Kierownik Kliniki Okulistyki i Rehabilitacji Wzrokowej)

27 maja nominacje profesorskie otrzymali:

## **Andrzej Bogucki**

(Kierownik Kliniki Chorób Układu Pozapiramidowego)

## **Agnieszka Kołacińska**

(Klinika Chirurgii Nowotworów Głowy i Szyi)

# Konferencja Juvenes Pro Medicina 2019

## Magda Barańska

Przewodnicząca Studenckiego Towarzystwa Naukowego  
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

W dniach 24-25 maja 2019 roku w Centrum Kliniczno-Dydaktycznym UM w Łodzi odbyła się 15. międzynarodowa oraz 57. ogólnopolska edycja konferencji Juvenes Pro Medicina.

W wydarzeniu wzięli udział studenci i doktoranci z niemal wszystkich uniwersytetów medycznych z Polski oraz kilkunastu innych państw (m.in. Litwy, Czech, Serbii, Łotwy, Kazachstanu czy Słowenii). Zaprezentowali oni 282 prace w 27 sesjach tematycznych, które zostały dopuszczone do udziału w konferencji po procesie recenzji przez pracowników naukowych UM.

Ideą wydarzenia jest umożliwienie studentom zaprezentowania wyników swoich badań przed doświadczonymi naukowcami, wzięcie udziału w dyskusji z innymi studentami oraz nawiązywanie pierwszych naukowych kontaktów.

Nowością w tegorocznej edycji były 3 sesje *case study*, które cieszyły się dużym zainteresowaniem studentów. W wydarzeniu wzięło również udział niemal 100 naukowców, którzy oceniali prace studentów oraz prowadzili dyskusje.

Podczas *Juvenes Pro Medicina 2019* odbyły się warsztaty przygotowane przez koła naukowe działające na UM w Łodzi, w których wzięło udział prawie 200 studentów - m.in. kurs osłuchiwania serca, EKG, USG jamy brzusznej czy prowadzenia badań translacyjnych.





Ostatniego dnia konferencji odbył się wykład prof. dr. hab. n. med. Krzysztofa Kuli *Late onset male hypogonadism*. Kolejny wykład *How nurture affects the nature of generations* poprowadził dr Ali Jawaid z Uniwersytetu w Zurychu.

Podczas ceremonii zamknięcia z udziałem Prorektora UM w Łodzi ds. organizacyjnych i studenckich prof. dr. hab. n. med. Janusza Piekarskiego zostały wręczone nagrody dla autorów najlepszych prac w każdej z sesji tematycznych.

Wydarzenie zostało objęte patronatem Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego, Prezydenta Miasta Łodzi oraz Marszałka Województwa Łódzkiego.

Książka abstraktów oraz wyniki sesji tematycznych znajdują się na stronie [jpm.umed.pl](http://jpm.umed.pl)







## X Jubileuszowa Gala Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Aleksandra Tyniec  
p.o. Koordynatora ds. PR

11 maja odbyła się X Jubileuszowa Gala Wyborów Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi zorganizowana przez Samorząd Studentów we współpracy z agencją impresaryjną Igo-Art - producentem i organizatorem The Look of The Year Polska i Miss Polonia oraz partnerami gali - m.in. FUMED. Tegoroczna edycja wzbudziła wielkie zainteresowanie wśród studentek i studentów Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, co sprawiło, że największa aula uniwersytetu mieszcząca 1000 osób była wypełniona po brzegi.

Wybory Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi cieszą się wieloletnią tradycją i co roku gromadzą tłumy widzów, którzy dopingują kandydatki oraz wybierają Miss Publiczności. Pierwsze Wybory odbyły w 2010 roku i były





zdecydowanie skromniejsze. Uczestniczki oraz jury wraz z publiką spotkali się w auli im. prof. Pruszyńskiego w budynku Rektoratu liczącej 100 miejsc. Rosnące zainteresowanie sprawiło, że od 2012 roku Aula 1000 w Centrum Kliniczno-Dydaktycznym przy ulicy Pomorskiej 251 gromadzi zaproszonych gości, jury, najpiękniejsze studentki oraz wspierającą je publiczność. Od momentu rozpoczęcia organizacji wydarzenia blisko 100 kandydatek wzięło udział w Wyborach Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, a 30 z nich udało się przejść do finału najważniejszego w Polsce konkursu piękności - Wyborów Miss Polonia.

W tym roku do rywalizacji o tytuł Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi stanęło 12 studentek kierunków: analityka medyczna, fizjoterapia, kosmetologia, lekarski, lekarsko- dentystyczny,

pielęgniarstwa, ratownictwo medyczne oraz zdrowie publiczne. Kandydatki na kilka miesięcy przed galą rozpoczęły trudne i wymagające przygotowania, których efekty widzieliśmy na własne oczy 11 maja. Nad nienaganną sylwetką i świetną formą uczestniczek czuwali nasi partnerzy: Park Trampolin Saltos Łódź, Lejdis Studio oraz partner strategiczny - Kuźnia Centrum Atletyki. Wielogodzinne przygotowania pozwoliły na wzajemne poznanie się i integrację kandydatek. Ich pierwszym spotkaniem były warsztaty autoprezentacji zorganizowane przez Akademickie Biuro Karier Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Finalistki Wyborów Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi poznały również techniki komunikacji, które przedstawił im pełen charyzmy i optymizmu Marcin Zaworonek.

Gala Wyborów Uniwersytetu Medycznego w Łodzi składała się z 4 wyjść na scenę,



przerwywanych występami członków Sekcji Tanecznej Akademickiego Związku Sportowego Uniwersytetu Medycznego w Łodzi prowadzonej przez Martę Koptas i Mariusza Olczaka. Dzięki wspaniałym Tancerzom cofnęliśmy się do lat dwudziestych XX wieku, przypomnieliśmy sobie jedną z najpiękniejszych scen kinematografii - finałowy taniec z "Dirty Dancing", a do łez całą publikę artyści doprowadzili do piosenki "Shallow" z filmu "Narodziny Gwiazdy".

W trakcie pierwszego wyjścia studentki zaprezentowały się w strojach sportowych, zaprojektowanych specjalnie dla nich przez firmę Show Your Strength. W drugiej odsłonie dziewczyny przebrane w uniformy medycznych uszyte przez firmę MXP Uniforms odpowiadały na wylosowane pytania przygotowane wcześniej przez jury. Dzięki wcześniejszym warsztatom autoprezentacji i umiejętności komunikacji każda z nich wypadła bardzo dobrze. Trzecią prezentację stanowił pokaz strojów kąpielowych firmy Madora, a dopełnieniem stylizacji były futra od firmy Jutro będzie futro. W finałowym wyjściu kandydatki wraz towarzyszącymi im partnerami, wystąpiły w sukniach wieczorowych projektu Angeliki Józefczyk. W oczekiwaniu na werdykt surowego jury, głos zabrali Przewodniczący Samorządu Studentów Uniwersytetu Medycznego w Łodzi - Piotr Petryła, przedstawiciel Igo-Art - Igor Wojciechowski oraz przedstawiciel Sponsora Głównego Gali firmy Olmed - Jakub Lisiński.

Wyróżnione przez publiczność, docenione przez surowe grono jury oraz nagrodzona największą liczbą głosów wśród uczestniczek oczekiwały na ostateczne wyniki, a oto one:

Miss Fitnessu - Julia Czerwińska

Miss, która otrzymała najwięcej naszych gości głosów - Miss Publiczności Klaudia Ołubek

II Vice Miss - Aleksandra Kiełkiewicz

Tytuł I Vice Miss oraz Miss Osobowości - Sandra Jaroszyńska  
Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi 2019 otrzymała Kinga Sęk, której koronę przekazała ustępująca Miss Uniwersytetu Medycznego w Łodzi - Magdalena Czech, której życzymy dalszych sukcesów.

Po trzymającej w emocjach do ostatniej chwili gali, Kandydatki oraz publiczność przeniosła się na mniej oficjalną część imprezy, do Klubo-kawiarni Medyk, gdzie zabawa trwała do białego rana.



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ



DRZEWO POKOLEŃ

**UM**  
**magazyn**  
UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO W ŁODZI



DRZEWO POKOLEŃ