

6 ROK DZIAŁANIA SM-WALCZ O SIEBIE, ROK 2017

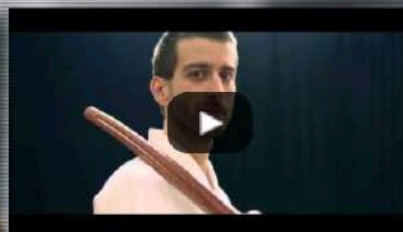
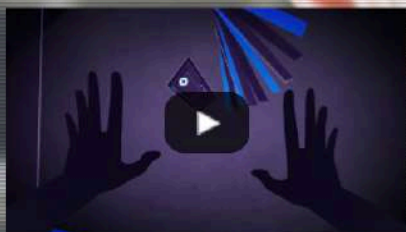


www.sm-walczosiebie.pl

SM – WALCZ O SIEBIE! (SM = Stwardnienie Rozsiane) | Stwardnienie Rozsiane (SM) nie musi oznaczać wyroku. Warto walczyć o właściwą nowoczesną terapię!



WSTĘP O KAMPAII BADANIA HISTORIA KAMPAII **FUNDACJA** WARTO UWAGI POPIERAJĄ NAS KONTAKT



► ORGANIZACJE PARTNERSKIE



KIESZKOWSKA
RUTKOWSKA
KOLASINSKI

Deloitte.
Legal



SM

WALCZ O SIEBIE



**Szkoła
Motywacji**



światowy dzień SM
31 maja 2017

► PATRONAT HONOROWY



Wydział Psychologii
Uniwersytetu Warszawskiego



**Uczelnia
Łazarskiego**



**Instytut Praw Pacjenta
i Edukacji Zdrowotnej**



**Instytut
Komunikacji
Zdrowotnej**



SANOFI GENZYME



MERCK



Alvogen



POPIERAJĄ NAS

Realizacja kampanii SM – Walcz o Siebie jest możliwa dzięki firmom:



Science For A
Better Life



EUROPEJSKA PLATFORMA STWARDNIENIA ROZSIANEGO (EMSP)



EUROPEAN
MULTIPLE SCLEROSIS
PLATFORM



WALCZ O SIEBIE



SM - walcz o siebie

@smwalczosiebie

Strona główna

2 dzień Kongresu Patient Empowerment, tym razem panel o kampaniach społecznych



Lubisz to! ▾



Obserwuj

Debata o nowoczesnym podejściu do SM z Profesorami, Ministrami, przedstawicielami Pacjentów w Pulsie Medycyny

Zastanawialiście się kiedyś, czy osoby z SM mogą wiązać się i bez przeszkód prowadzić normalne, spokojne życie z partnerem/partnerką? Posłuchajcie krótkiej wypowiedzi Marty Smolińskiej, z której dowiecie się wielu ciekawych informacji: <http://www.szkoła-motywacji.pl/.../sm-a-relacje-partnerskie-m...>



Szkoła
Motywacji



10 346 osób lubi to



9790 użytkowników obserwuje to

+ Dodaj przycisk



Polubienia: 9925 +8 w tym tygodniu

Tomasz Iwaniuk i 493 innych znajomych



9341 obserwuje stronę



Nie mogę się poddać. Mam dla kogo żyć.

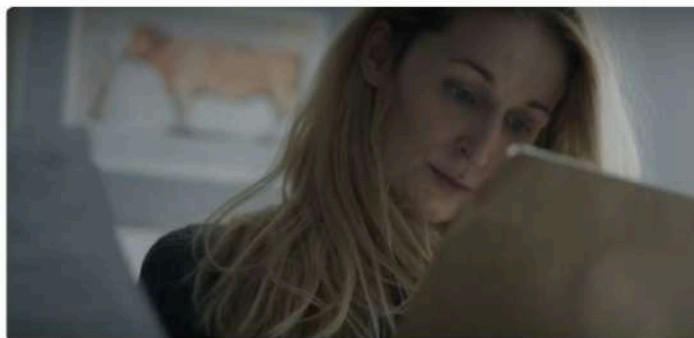
Stwardnienie rozsiane to nie wyrok. Odpowiednio podjęta terapia to szansa na normalne życie.

Trochę wiedzy medycznej: ZWYRODNIENIA STRUKTUR MÓZGU A FUNKCJE POZNAWCZE - opowiada DR ALICJA KALINOWSKA-ŁYSZCZARZ.

<http://www.szkola-motywacji.pl/.../zwyrodnienia-struktur-mozg...>

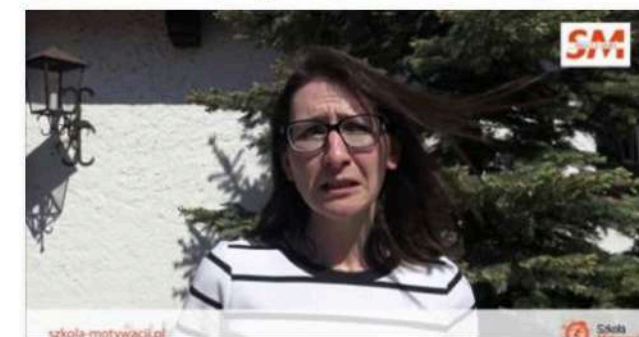
SM **SM-WALCZ O SIEBIE** @SM_WALCZOSIEBIE · 14.05
i jeszcze jedna przypomnienka, rok 2016:)

[youtube.com/watch?v=2cQOp4...](https://www.youtube.com/watch?v=2cQOp4...)



SM **SM-WALCZ O SIEBIE** @SM_WALCZOSIEBIE · 18.04
[szkola-motywacji.pl/kategoria/ja-i...](http://www.szkola-motywacji.pl/kategoria/ja-i...)

A DZIŚ COŚ DLA MĘŻCZYZN:) z Katarzyna Pawlikowska
<http://www.szkola-motywacji.pl/.../kody-komunikacji-mezczyzni...>



Zwyrodnienia struktur mózgu a funkcje poznawcze - dr Alicja Kalinowska-Łyszczarz. - Szkoła Motywacji

Rozmowa Szkoły Motywacji z dr Alicją Kalinowską-Łyszczarz.

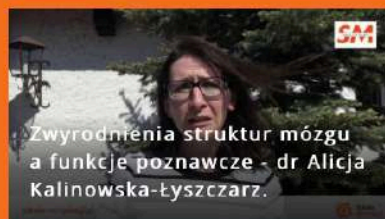


Szkoła Motywacji

www.szkola-motywacji.pl



ZAPOWIEDZI



Zmiany struktury mózgu
a funkcje poznawcze - dr Alicja
Kalinowska-Łyszczař.



Zmiany czynnościowe
w mózgu. Rezonans
Magnetyczny a PET. Prof.
Leszek Królicki



Terapia eskalacyjna
a indukcyjna. Prof. Krzysztof
Selmaj

► O SZKOLE MOTYWACJI



Każdy z nas potrzebuje czasami więcej siły, by mierzyć się z codziennością. **Zazwyczaj pytamy siebie: "Skąd wziąć taką dodatkową energię?"**. Szkoła Motywacji powstała właśnie po to by pomagać nam skuteczniej radzić sobie z codziennymi sprawami. [czytaj więcej](#)

► SPOŁECZNOŚĆ



► KATEGORIE TEMATYCZNE



JA I MÓJ SM



JA I LEKARZ



JA I PRACODAWCA



JA I PARTNER

► PATRONAT HONOROWY



► ORGANIZACJE PARTNERSKIE

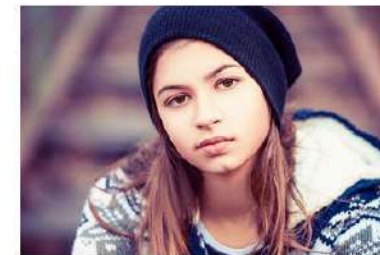


► PARTNERZY

Realizacja SZKOŁY MOTYWACJI możliwa jest dzięki wsparciu:



RODZIC Z SM



DZIECKO Z SM



NIEPOKOJĄCE SYGNAŁY



DIETA



RUCH I REHABILITACJA



DOFINANSOWANIE, ORZECZENIA



DORADZTWO ZAWODOWE



PORADY PRAWNE

www.szkola-motywacji.pl



Rozmowa Szkoły Motywacji z prof. dr. med. Adamem Czaplińskim Neurozentrum Bellevue, Zürich

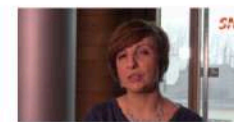
SKOLENIA



Czy jestem pacjentem? - dr Mariola Kosowicz



Czy mogę mieć wpływ na moje leczenie - dr Mariola Kosowicz



Diagnoza - co dalej? - Marta Smolińska



Jak przygotować się do rozmowy z lekarzem - Marta Smolińska



Jak rozmawiać w sytuacji stresu - Marta Smolińska



Jak rozmawiać z lekarzem - Katarzyna Pawlikowska



Jak się przygotować do



Komunikacja = dialog



Komunikacja niewerbalna



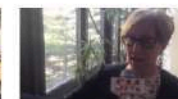
SPOŁECZNOŚĆ



WYWIADY



Kontakt z lekarzem - rozmowa z ministrem Markiem Balickim



Rozmowa z prof. Halią Bartosik Psujek



Rozmowa z prof. Danutą Ryglewicz



Rozmowa z prof. Adamem Stępnem



O przeszczepach szpiku kostnego



O diagnozie z prof. Krzysztofem Selmajem

www.szkola-motywacji.pl

Media Plan Kampanii "SM - walcz o siebie"2017

[illegible]





Reklama prasowa



Reklama prasowa



SM
WALCZ
O SIEBIE

Szkoła
Motywacji

DIAGNOZA TO POCZĄTEK
DŁUGIEGO PROCESU.
ALE WIEM, ŻE DAM SOBIE RADĘ.

SM
WALCZ O SIEBIE

www.szkola-motywacji.pl

www.sm-walczosiebie.pl



SM
WALCZ O SIEBIE

www.sm-walczosiebie.pl

SM WALCZ
O SIEBIE

ODPOWIEDNIO PODJĘTA TERAPIA TO SZANSA NA NORMALNE ŻYCIE.

Szkoła
Motywacji

www.szkola-motywacji.pl

Prasa- reklama GW

- DLO LO - lokalna Łódź
- TQC BY - Czas Chełmna
- TBP - Mój biznes praca innowacje
- DGW RP - gazeta WYBORCZA
- DLO OL - lokalna Olsztyn
- DLO ZI - lokalna Zielona Góra
- DLO GD - lokalna Trójmiasto
- DLO PO- lokalna Poznań
- DLO KR - lokalna Kraków
- DLO WA - stołeczna
- DLO RA - lokalna Radom
- DLO PL - lokalna Płock
- DLO CZ - lokalna Częstochowa
- od poniedziałku do czwartku, duże oddziały mają poszerzone zasięg
- i i np. DLO GD ukazuje się w trójmieście, Bydgoszczy i Toruniu, np. DLO KR
- ukazuje się w Kielcach, Rzeszowie i Krakowie itp.

Metryczka ogłoszeń charytatywnych za miesiąc WRZESIEŃ 2017 r.					
Nr ogłoszenia	Kod gazety	Daty emisji	Ilość modułów	Cena brutto	Notatki
33675193	DLOLO	04/wrz/2017	30,00	4 014,72	Kampania SM - Walcz o siebie
33675196	DLOLO	13/wrz/2017	18,00	1 948,32	Kampania SM - Walcz o siebie
33675196	TQCBY	15/wrz/2017	18,00	425,09	Kampania SM - Walcz o siebie
33675197	TBPLO	25/wrz/2017	15,00	1 136,52	Kampania SM - Walcz o siebie
33675197	DLOOL	25/wrz/2017	15,00	984,00	Kampania SM - Walcz o siebie
33675197	DLOZI	29/wrz/2017	15,00	1 136,52	Kampania SM - Walcz o siebie
33675197	DLOOL	29/wrz/2017	15,00	996,30	Kampania SM - Walcz o siebie
33675198	DLOGD	06/wrz/2017	9,00	752,76	Kampania SM - Walcz o siebie
33675198	DGWRP	13/wrz/2017	9,00	4 339,44	Kampania SM - Walcz o siebie
33675198	DLOOL	15/wrz/2017	9,00	597,78	Kampania SM - Walcz o siebie
33675198	DLOGD	15/wrz/2017	9,00	1 306,26	Kampania SM - Walcz o siebie
33675198	DLOPO	25/wrz/2017	9,00	1 151,28	Kampania SM - Walcz o siebie
33675205	DLOKR	09/wrz/2017	30,00	3 099,60	Kampania SM - Walcz o siebie
33675205	DLOWA	15/wrz/2017	30,00	7 202,88	Kampania SM - Walcz o siebie
33675209	DLORA	01/wrz/2017	18,00	752,76	Kampania SM - Walcz o siebie
33675209	DLOPL	01/wrz/2017	18,00	1 195,56	Kampania SM - Walcz o siebie
33675209	DLORA	08/wrz/2017	18,00	752,76	Kampania SM - Walcz o siebie
33675209	DLOOP	08/wrz/2017	18,00	1 328,40	Kampania SM - Walcz o siebie
33675211	DLOWA	09/wrz/2017	15,00	2 878,20	Kampania SM - Walcz o siebie
33675213	DLORA	15/wrz/2017	9,00	376,38	Kampania SM - Walcz o siebie
33675213	DLOPL	22/wrz/2017	9,00	597,78	Kampania SM - Walcz o siebie
33675215	DLOCZ	08/wrz/2017	5,00	393,60	Kampania SM - Walcz o siebie
33675215	DLOCZ	15/wrz/2017	5,00	393,60	Kampania SM - Walcz o siebie
33675215	TBPWA	25/wrz/2017	5,00	1 200,48	Kampania SM - Walcz o siebie
33675215	OGDRP	27/wrz/2017	5,00	984,00	Kampania SM - Walcz o siebie
Razem:				39 944,99 zł	

Emisje TVN- wartość 251 tyś, 113 emisji

TVN	Program	Data	godzina	cennikowa
	w Kuchenne rewolucje 4 /1	01.06.2017	07:34	18 900,00 zł
	w Szpital /2	01.06.2017	14:43	5 600,00 zł
	w Szkoła /1	01.06.2017	16:17	13 100,00 zł
	w Gliniarz z beverly hills /1	01.06.2017	22:59	7 800,00 zł
	przed Szkoła	02.06.2017	15:57	8 900,00 zł
	przed Ukryta prawda	02.06.2017	16:56	15 300,00 zł
	przed Szpital	02.06.2017	17:57	18 900,00 zł
	przed Mamy cię! 4	03.06.2017	15:17	6 900,00 zł
	w Odlotowy ogród 4 /1	03.06.2017	17:00	7 000,00 zł
	w Ostre cięcie 7 /1	03.06.2017	17:47	8 900,00 zł
	w Co za tydzień /1	04.06.2017	11:52	8 900,00 zł
	w Ugotowani 11 /1	04.06.2017	18:15	15 200,00 zł
TVN7	Program	Data	godzina	cennikowa
	przed W-11 wydział Śledczy	30.05.2017	06:16	1 500,00 zł
	w Sędzia anna maria wesółowska /1	30.05.2017	14:43	3 160,00 zł
	przed Szpital	30.05.2017	14:52	3 160,00 zł
	w Lekarze 5 /1	31.05.2017	09:31	940,00 zł
	w Ukryta prawda /1	31.05.2017	12:36	1 550,00 zł
	w Sędzia anna maria wesółowska /1	31.05.2017	14:09	3 180,00 zł
	w Kryminalni 4 /1	31.05.2017	16:15	1 980,00 zł
	w Dr house iv /1	31.05.2017	17:15	2 150,00 zł
	w Ukryta prawda /1	31.05.2017	19:15	4 310,00 zł
	w Szalona odwaga /1	31.05.2017	21:27	4 460,00 zł
	w Kryminalni 8 /1	31.05.2017	22:43	3 390,00 zł
	po Kryminalni 8 /2	31.05.2017	23:27	1 570,00 zł
	w Ukryta prawda /1	01.06.2017	12:13	1 680,00 zł
	w Totalna magia /1	01.06.2017	20:33	3 940,00 zł
	w Szpital /2	02.06.2017	15:38	3 670,00 zł
	w Trzech muskietierów /2	02.06.2017	21:27	2 610,00 zł
	po Dwóch i pół /2	03.06.2017	10:07	1 300,00 zł
	w W rytmie hip-hopu /1	03.06.2017	19:31	3 810,00 zł
	w Columbo /1	04.06.2017	10:31	1 450,00 zł
	w Oceans eleven: ryzykowna gra /1	04.06.2017	20:28	4 880,00 zł
TVNStyle	Program	Data	godzina	cennikowa
	w Perfekcyjna pani domu 4 /2	26.05.2017	11:57	1 010,00 zł
	w Kuchenne rewolucje 10 /1	26.05.2017	20:23	1 400,00 zł
	w Sablewskiej sposób na modę 8 /1	27.05.2017	13:20	1 300,00 zł
	w W dobrym stylu /1	27.05.2017	24:34:00	1 290,00 zł
	w Afera fryzjera 5 /1	28.05.2017	10:06	820,00 zł
	w Sekrety lekarzy 3 /1	28.05.2017	21:28	2 080,00 zł
	przed Apetyt na miłość 2	29.05.2017	12:56	1 010,00 zł
	przed Sablewskiej sposób na modę 2	29.05.2017	19:09	1 400,00 zł
	w Cofnij czas /1	30.05.2017	12:17	1 010,00 zł
	w Wiem, co jem i wiem, co kupuję 8 /1	30.05.2017	21:57	1 800,00 zł
	w W dobrym stylu /1	31.05.2017	14:46	920,00 zł
	przed Pani gadżet extra 2	31.05.2017	19:39	1 400,00 zł
	w Afera fryzjera 5 /1	01.06.2017	13:06	880,00 zł
	w Kuchenne rewolucje 10 /1	01.06.2017	18:22	1 540,00 zł
	w Sekrety chirurgii 3 /1	02.06.2017	09:27	790,00 zł
	przed Życie bez wstydu 4	02.06.2017	22:24	1 730,00 zł
	w Dorota was urządzi 6 /1	03.06.2017	10:19	790,00 zł
	przed Pani gadżet 13	03.06.2017	16:11	1 510,00 zł
	w Wiem, co jem i wiem, co kupuję 8 /1	04.06.2017	11:43	1 150,00 zł
	przed Apetyt na miłość 2	04.06.2017	22:12	2 210,00 zł

TVNFabula	Program	Data	godzina	cennikowa
	w Magda m. 2 /1	26.05.2017	12:59	590,00 zł
	w Jesień czelejów /1	26.05.2017	18:28	700,00 zł
	w Graceland /2	27.05.2017	10:50	320,00 zł
	w Magda m. 2 /2	27.05.2017	17:52	520,00 zł
	w Zaklinaczka duchów /1	28.05.2017	08:17	310,00 zł
	w Sama słodycz /1	28.05.2017	15:07	380,00 zł
	w Na wspólnej 5 /1	29.05.2017	11:58	460,00 zł
	w Stowarzyszenie wędrujących dzinsów ii /1	29.05.2017	18:48	700,00 zł
	w Zaklinaczka duchów /1	30.05.2017	09:20	500,00 zł
	w 70 lat pwst /1	30.05.2017	17:04	590,00 zł
	w Zaklinaczka duchów /1	31.05.2017	08:21	270,00 zł
	w Wehikuł czasu /1	31.05.2017	19:38	700,00 zł
	w Julia /1	01.06.2017	07:27	240,00 zł
	w Artur /1	01.06.2017	18:21	630,00 zł
	w Zaklinaczka duchów /1	02.06.2017	08:20	240,00 zł
	w Magda m. 2 /1	02.06.2017	13:24	530,00 zł
	w Graceland /1	03.06.2017	08:48	280,00 zł
	w Magda m. 2 /1	03.06.2017	15:04	340,00 zł
	w Shrek ii /1	04.06.2017	12:31	450,00 zł
	w Druga szansa /1	04.06.2017	17:18	470,00 zł
TVNTurbo	Program	Data	godzina	cennikowa
	w Za każdą cenę /1	26.05.2017	06:39	220,00 zł
	w Inwazja na ziemię /1	26.05.2017	11:17	500,00 zł
	w Wojny samochodowe 3 /1	27.05.2017	09:44	700,00 zł
	w Absurdy drogowe 6 /1	27.05.2017	12:35	940,00 zł
	po 101 napraw 4 /1	28.05.2017	09:14	550,00 zł
	przed Uwaga! pirat 18	28.05.2017	16:12	1 190,00 zł
	przed Handlarze historii 2	29.05.2017	08:59	320,00 zł
	w Zakup kontrolowany 20 /1	29.05.2017	14:29	500,00 zł
	w Taka robota /1	30.05.2017	11:03	500,00 zł
	przed Uwaga! pirat 15	30.05.2017	16:12	920,00 zł
	przed Ale jazda	31.05.2017	09:27	320,00 zł
	przed Samochód marzeń: kup i zrób 7	31.05.2017	15:12	650,00 zł
	w Wstęp wzbroniony /1	01.06.2017	07:17	230,00 zł
	w Ale jazda /1	01.06.2017	10:48	450,00 zł
	w Warsztat cudów /1	02.06.2017	08:10	290,00 zł
	przed Automaniak 18	02.06.2017	12:27	450,00 zł
	w Rodacy w akcji 2 /1	03.06.2017	10:17	850,00 zł
	w Automaniak 18 /1	03.06.2017	14:42	850,00 zł
	przed 101 napraw 4	04.06.2017	08:44	500,00 zł
	w Absurdy drogowe 5 /1	04.06.2017	12:34	850,00 zł
HGTV	Program	Data	godzina	cennikowa
	w Dorota was urządzi /1	26.05.2017	11:20	520,00 zł
	w Odlotowy ogród 2 /1	26.05.2017	16:21	840,00 zł
	w Szaleństwo minidomów 3 /1	27.05.2017	11:33	550,00 zł
	w Dom od nowa 6 /1	27.05.2017	17:33	1 090,00 zł
	w Podwórkowa reaktywacja 12 /1	28.05.2017	10:50	420,00 zł
	w Polowanie na kuchnię /1	28.05.2017	16:31	1 090,00 zł
	w Projektowanie na zawałanie 31 /1	29.05.2017	10:20	410,00 zł
	w Remont na plaży /1	29.05.2017	17:17	840,00 zł
	w Zielone miasto 2 /1	30.05.2017	08:37	350,00 zł
	w Polowanie na kuchnię /1	30.05.2017	16:49	840,00 zł
	w Zielone miasto 2 /1	31.05.2017	11:21	520,00 zł
	w Nowe życie w meksyku /1	31.05.2017	15:43	840,00 zł
	w Remont na plaży /1	01.06.2017	11:09	520,00 zł
	w Domy z potencjałem /1	01.06.2017	17:15	840,00 zł
	w Kup, wyremontuj, wynajmij 2 /1	02.06.2017	10:09	410,00 zł
	przed Szaleństwo minidomów 3	02.06.2017	14:55	840,00 zł
	w Nowe życie na hawajach 8 /1	03.06.2017	09:32	420,00 zł
	w Domy z potencjałem /1	03.06.2017	16:28	1 090,00 zł
	po Podwórkowa reaktywacja 12 /1	04.06.2017	11:30	420,00 zł
	w Zakup na remanet 4 /1	04.06.2017	15:57	1 090,00 zł

Emisje TVP maj 2017 – prawie 6 godzin emisji!!!- 698 emisji- licencja dla Fundacji Urszuli Jaworskiej

Spot - Szkoła motywacji, maj 2017

Lp.	Data emisji	Antena	Godz., rozp.	Czas trwania	Tytuł emisji/ty	Producent
1	2017-05-15	TVP1	07:55:02	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
2	2017-05-16	TVP1	11:54:24	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
3	2017-05-17	TVP1	08:37:10	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
4	2017-05-18	TVP1	12:45:03	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
5	2017-05-19	TVP1	07:55:33	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
6	2017-05-19	TVP1	15:21:05	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
7	2017-05-19	TVP1	16:54:43	0:00:31	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
8	2017-05-20	TVP1	12:44:32	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
9	2017-05-21	TVP1	15:20:03	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
10	2017-05-22	TVP1	10:30:57	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
11	2017-05-24	TVP1	12:59:28	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
12	2017-05-25	TVP1	14:53:18	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
13	2017-05-27	TVP1	08:52:18	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
14	2017-05-16	TVP2	01:31:47+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
15	2017-05-17	TVP2	06:31:00	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
16	2017-05-19	TVP2	06:33:17	0:00:25	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
17	2017-05-21	TVP2	06:02:04	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
18	2017-05-21	TVP2	00:22:06+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
19	2017-05-22	TVP2	06:30:13	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
20	2017-05-22	TVP2	00:58:20+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
21	2017-05-23	TVP2	00:32:35+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
22	2017-05-24	TVP2	07:05:29	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
23	2017-05-25	TVP2	06:36:38	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
24	2017-05-26	TVP2	06:27:40	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
25	2017-05-26	TVP2	10:43:59	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
26	2017-05-27	TVP2	06:23:24	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
27	2017-05-28	TVP2	06:09:05	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
28	2017-05-28	TVP2	01:47:58+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
29	2017-05-15	INFO	05:54:11+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
30	2017-05-16	INFO	18:44:29	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
31	2017-05-16	INFO	03:35:22+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
32	2017-05-17	INFO	18:44:55	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
33	2017-05-18	INFO	05:53:27+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
34	2017-05-21	INFO	12:55:25	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
35	2017-05-23	INFO	03:46:44+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
36	2017-05-24	INFO	19:53:22	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
37	2017-05-25	INFO	16:28:51	0:00:31	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
38	2017-05-25	INFO	03:37:33+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
39	2017-05-25	INFO	04:49:10+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
40	2017-05-25	INFO	05:52:49+	0:00:31	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
41	2017-05-27	INFO	13:56:29	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
42	2017-05-27	INFO	03:28:11+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
43	2017-05-27	INFO	04:58:54+	0:00:31	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
44	2017-05-27	INFO	05:30:09+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
45	2017-05-28	INFO	06:58:27	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
46	2017-05-28	INFO	04:58:02+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
47	2017-05-15	TVPK	13:07:33	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
48	2017-05-15	TVPK	16:33:00	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
49	2017-05-16	TVPK	07:19:24	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
50	2017-05-16	TVPK	01:19:18+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
51	2017-05-17	TVPK	00:59:02+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
52	2017-05-18	TVPK	07:19:32	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
53	2017-05-19	TVPK	07:20:17	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
54	2017-05-20	TVPK	16:44:37	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
55	2017-05-22	TVPK	15:33:00	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie

56	2017-05-23	TVPK	07:59:37	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
57	2017-05-24	TVPK	08:00:42	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
58	2017-05-25	TVPK	07:19:28	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
59	2017-05-25	TVPK	07:45:13	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
60	2017-05-26	TVPK	07:59:36	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
61	2017-05-26	TVPK	19:03:17	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
62	2017-05-26	TVPK	03:59:35+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
63	2017-05-28	TVPK	13:07:59	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
64	2017-05-28	TVPK	13:44:46	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
65	2017-05-28	TVPK	19:53:11	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
66	2017-05-15	TVP3	10:51:19	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
67	2017-05-15	TVP3	04:35:15+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
68	2017-05-16	TVP3	10:19:51	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
69	2017-05-16	TVP3	13:21:26	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
70	2017-05-16	TVP3	01:46:44+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
71	2017-05-16	TVP3	02:11:42+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
72	2017-05-17	TVP3	08:29:33	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
73	2017-05-17	TVP3	10:19:46	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
74	2017-05-17	TVP3	23:01:43	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
75	2017-05-17	TVP3	01:20:26+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
76	2017-05-18	TVP3	03:50:11+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
77	2017-05-19	TVP3	09:25:03	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
78	2017-05-20	TVP3	13:53:22	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
79	2017-05-20	TVP3	01:40:55+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
80	2017-05-22	TVP3	10:19:37	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
81	2017-05-24	TVP3	04:14:47+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
82	2017-05-24	TVP3	06:36:23+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
83	2017-05-25	TVP3	12:16:04	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
84	2017-05-25	TVP3	13:20:58	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
85	2017-05-25	TVP3	05:39:50+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
86	2017-05-26	TVP3	13:48:17	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
87	2017-05-26	TVP3	05:10:27+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
87	Razem			0:43:29		

Emisje TVP – prawie 6 godzin emisji!!! - cd

Spot - Szkoła motywacji, maj 2017

Lp.	Data emisji	Antena	Godz. rozp.	Czas trwania	Tytuł emisyjny	Producent
1	2017-05-15	WARSZAWA	10:51:19	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
2	2017-05-15	XAA	17:59:25	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
3	2017-05-15	XAA	20:09:42	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
4	2017-05-15	XAA	04:35:15+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
5	2017-05-16	XAA	07:57:10	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
6	2017-05-16	XAA	10:19:51	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
7	2017-05-16	XAA	13:21:26	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
8	2017-05-16	XAA	18:28:28	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
9	2017-05-16	XAA	20:05:15	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
10	2017-05-16	XAA	20:31:02	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
11	2017-05-16	XAA	21:55:58	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
12	2017-05-16	XAA	01:46:44+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
13	2017-05-16	XAA	02:11:42+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
14	2017-05-17	XAA	08:29:33	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
15	2017-05-17	XAA	10:19:46	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
16	2017-05-17	XAA	17:43:05	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
17	2017-05-17	XAA	17:56:55	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
18	2017-05-17	XAA	21:54:29	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
19	2017-05-17	XAA	23:01:43	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
20	2017-05-17	XAA	01:20:26+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
21	2017-05-18	XAA	07:27:45	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
22	2017-05-18	XAA	17:47:46	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
23	2017-05-18	XAA	20:09:34	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
24	2017-05-18	XAA	20:57:58	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
25	2017-05-18	XAA	03:50:11+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
26	2017-05-19	XAA	09:25:03	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
27	2017-05-19	XAA	17:58:23	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
28	2017-05-19	XAA	20:06:28	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
29	2017-05-20	XAA	13:53:22	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
30	2017-05-20	XAA	20:05:10	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
31	2017-05-20	XAA	01:40:55+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
32	2017-05-21	XAA	18:52:54	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
33	2017-05-22	XAA	07:57:10	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
34	2017-05-22	XAA	10:19:37	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
35	2017-05-24	XAA	20:55:59	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
36	2017-05-24	XAA	04:14:47+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
37	2017-05-24	XAA	06:36:23+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
38	2017-05-25	XAA	07:27:00	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
39	2017-05-25	XAA	07:29:05	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
40	2017-05-25	XAA	07:57:36	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
41	2017-05-25	XAA	12:16:04	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
42	2017-05-25	XAA	13:20:58	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
43	2017-05-25	XAA	20:57:08	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
44	2017-05-25	XAA	05:39:50+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
45	2017-05-26	XAA	07:55:44	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
46	2017-05-26	XAA	13:48:17	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
47	2017-05-26	XAA	17:58:16	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
48	2017-05-26	XAA	19:09:28	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
49	2017-05-26	XAA	05:10:27+	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
50	2017-05-27	XAA	10:04:15	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
51	2017-05-27	XAA	18:11:20	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
52	2017-05-28	XAA	17:33:15	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie
53	2017-05-28	XAA	18:50:57	0:00:30	Spot - Szkoła motywacji	Fundacja SM-Walcz o siebie

[illegible][illegible]

Accession Number	Gene Name	Length
AF042430.1	hsp70	22
AF042431.1	hsp70	22
AF042432.1	hsp70	22
AF042433.1	hsp70	22
AF042434.1	hsp70	22
AF042435.1	hsp70	22
AF042436.1	hsp70	22
AF042437.1	hsp70	22
AF042438.1	hsp70	22
AF042439.1	hsp70	22
AF042440.1	hsp70	22
AF042441.1	hsp70	22
AF042442.1	hsp70	22
AF042443.1	hsp70	22
AF042444.1	hsp70	22
AF042445.1	hsp70	22
AF042446.1	hsp70	22
AF042447.1	hsp70	22
AF042448.1	hsp70	22
AF042449.1	hsp70	22
AF042450.1	hsp70	22
AF042451.1	hsp70	22
AF042452.1	hsp70	22
AF042453.1	hsp70	22
AF042454.1	hsp70	22
AF042455.1	hsp70	22
AF042456.1	hsp70	22
AF042457.1	hsp70	22
AF042458.1	hsp70	22
AF042459.1	hsp70	22
AF042460.1	hsp70	22
AF042461.1	hsp70	22
AF042462.1	hsp70	22
AF042463.1	hsp70	22
AF042464.1	hsp70	22
AF042465.1	hsp70	22
AF042466.1	hsp70	22
AF042467.1	hsp70	22
AF042468.1	hsp70	22
AF042469.1	hsp70	22
AF042470.1	hsp70	22
AF042471.1	hsp70	22
AF042472.1	hsp70	22
AF042473.1	hsp70	22
AF042474.1	hsp70	22
AF042475.1	hsp70	22
AF042476.1	hsp70	22
AF042477.1	hsp70	22
AF042478.1	hsp70	22
AF042479.1	hsp70	22
AF042480.1	hsp70	22
AF042481.1	hsp70	22
AF042482.1	hsp70	22
AF042483.1	hsp70	22
AF042484.1	hsp70	22
AF042485.1	hsp70	22
AF042486.1	hsp70	22
AF042487.1	hsp70	22
AF042488.1	hsp70	22
AF042489.1	hsp70	22
AF042490.1	hsp70	22
AF042491.1	hsp70	22
AF042492.1	hsp70	22
AF042493.1	hsp70	22
AF042494.1	hsp70	22
AF042495.1	hsp70	22
AF042496.1	hsp70	22
AF042497.1	hsp70	22
AF042498.1	hsp70	22
AF042499.1	hsp70	22
AF042500.1	hsp70	22
AF042501.1	hsp70	22
AF042502.1	hsp70	22
AF042503.1	hsp70	22
AF042504.1	hsp70	22
AF042505.1	hsp70	22
AF042506.1	hsp70	22
AF042507.1	hsp70	22
AF042508.1	hsp70	22
AF042509.1	hsp70	22
AF042510.1	hsp70	22
AF042511.1	hsp70	22
AF042512.1	hsp70	22
AF042513.1	hsp70	22
AF042514.1	hsp70	22
AF042515.1	hsp70	22
AF042516.1	hsp70	22
AF042517.1	hsp70	22
AF042518.1	hsp70	22
AF042519.1	hsp70	22
AF042520.1	hsp70	22
AF042521.1	hsp70	22
AF042522.1	hsp70	22
AF042523.1	hsp70	22
AF042524.1	hsp70	22
AF042525.1	hsp70	22
AF042526.1	hsp70	22
AF042527.1	hsp70	22
AF042528.1	hsp70	22
AF042529.1	hsp70	22
AF042530.1	hsp70	22
AF042531.1	hsp70	22
AF042532.1	hsp70	22
AF042533.1	hsp70	22
AF042534.1	hsp70	22
AF042535.1	hsp70	22
AF042536.1	hsp70	22
AF042537.1	hsp70	22
AF042538.1	hsp70	22
AF042539.1	hsp70	22
AF042540.1	hsp70	22
AF042541.1	hsp70	22
AF042542.1	hsp70	22
AF042543.1	hsp70	22
AF042544.1	hsp70	22
AF042545.1	hsp70	22

DATE	DESCRIPTION	AMOUNT	DEBIT	CREDIT	BALANCE
10/1/2018	OPENING BALANCE				100.00
10/2/2018	PAYROLL	10.00			90.00
10/3/2018	RENT	20.00			70.00
10/4/2018	SALES			50.00	120.00
10/5/2018	PAYROLL	10.00			110.00
10/6/2018	RENT	20.00			90.00
10/7/2018	SALES			30.00	120.00
10/8/2018	PAYROLL	10.00			110.00
10/9/2018	RENT	20.00			90.00
10/10/2018	SALES			40.00	130.00
10/11/2018	PAYROLL	10.00			120.00
10/12/2018	RENT	20.00			100.00
10/13/2018	SALES			20.00	120.00
10/14/2018	PAYROLL	10.00			110.00
10/15/2018	RENT	20.00			90.00
10/16/2018	SALES			30.00	120.00
10/17/2018	PAYROLL	10.00			110.00
10/18/2018	RENT	20.00			90.00
10/19/2018	SALES			40.00	130.00
10/20/2018	PAYROLL	10.00			120.00
10/21/2018	RENT	20.00			100.00
10/22/2018	SALES			20.00	120.00
10/23/2018	PAYROLL	10.00			110.00
10/24/2018	RENT	20.00			90.00
10/25/2018	SALES			30.00	120.00
10/26/2018	PAYROLL	10.00			110.00
10/27/2018	RENT	20.00			90.00
10/28/2018	SALES			40.00	130.00
10/29/2018	PAYROLL	10.00			120.00
10/30/2018	RENT	20.00			100.00
10/31/2018	SALES			20.00	120.00
11/1/2018	PAYROLL	10.00			110.00
11/2/2018	RENT	20.00			90.00
11/3/2018	SALES			30.00	120.00
11/4/2018	PAYROLL	10.00			110.00
11/5/2018	RENT	20.00			90.00
11/6/2018	SALES			40.00	130.00
11/7/2018	PAYROLL	10.00			120.00
11/8/2018	RENT	20.00			100.00
11/9/2018	SALES			20.00	120.00
11/10/2018	PAYROLL	10.00			110.00
11/11/2018	RENT	20.00			90.00
11/12/2018	SALES			30.00	120.00
11/13/2018	PAYROLL	10.00			110.00
11/14/2018	RENT	20.00			90.00
11/15/2018	SALES			40.00	130.00
11/16/2018	PAYROLL	10.00			120.00
11/17/2018	RENT	20.00			100.00
11/18/2018	SALES			20.00	120.00
11/19/2018	PAYROLL	10.00			110.00
11/20/2018	RENT	20.00			90.00
11/21/2018	SALES			30.00	120.00
11/22/2018	PAYROLL	10.00			110.00
11/23/2018	RENT	20.00			90.00
11/24/2018	SALES			40.00	130.00
11/25/2018	PAYROLL	10.00			120.00
11/26/2018	RENT	20.00			100.00
11/27/2018	SALES			20.00	120.00
11/28/2018	PAYROLL	10.00			110.00
11/29/2018	RENT	20.00			90.00
11/30/2018	SALES			30.00	120.00
12/1/2018	PAYROLL	10.00			110.00
12/2/2018	RENT	20.00			90.00
12/3/2018	SALES			40.00	130.00
12/4/2018	PAYROLL	10.00			120.00
12/5/2018	RENT	20.00			100.00
12/6/2018	SALES			20.00	120.00
12/7/2018	PAYROLL	10.00			110.00
12/8/2018	RENT	20.00			90.00
12/9/2018	SALES			30.00	120.00
12/10/2018	PAYROLL	10.00			110.00
12/11/2018	RENT	20.00			90.00
12/12/2018	SALES			40.00	130.00
12/13/2018	PAYROLL	10.00			120.00
12/14/2018	RENT	20.00			100.00
12/15/2018	SALES			20.00	120.00
12/16/2018	PAYROLL	10.00			110.00
12/17/2018	RENT	20.00			90.00
12/18/2018	SALES			30.00	120.00
12/19/2018	PAYROLL	10.00			110.00
12/20/2018	RENT	20.00			90.00
12/21/2018	SALES			40.00	130.00
12/22/2018	PAYROLL	10.00			120.00
12/23/2018	RENT	20.00			100.00
12/24/2018	SALES			20.00	120.00
12/25/2018	PAYROLL	10.00			110.00
12/26/2018	RENT	20.00			90.00
12/27/2018	SALES			30.00	120.00
12/28/2018	PAYROLL	10.00			110.00
12/29/2018	RENT	20.00			90.00
12/30/2018	SALES			40.00	130.00
12/31/2018	PAYROLL	10.00			120.00
1/1/2019	RENT	20.00			100.00
1/2/2019	SALES			20.00	120.00
1/3/2019	PAYROLL	10.00			110.00
1/4/2019	RENT	20.00			90.00
1/5/2019	SALES			30.00	120.00
1/6/2019	PAYROLL	10.00			110.00
1/7/2019	RENT	20.00			90.00
1/8/2019	SALES			40.00	130.00
1/9/2019	PAYROLL	10.00			120.00
1/10/2019	RENT	20.00			100.00
1/11/2019	SALES			20.00	120.00
1/12/2019	PAYROLL	10.00			110.00
1/13/2019	RENT	20.00			90.00
1/14/2019	SALES			30.00	120.00
1/15/2019	PAYROLL	10.00			110.00
1/16/2019	RENT	20.00			90.00
1/17/2019	SALES			40.00	130.00
1/18/2019	PAYROLL	10.00			120.00
1/19/2019	RENT	20.00			100.00
1/20/2019	SALES			20.00	120.00
1/21/2019	PAYROLL	10.00			110.00
1/22/2019	RENT	20.00			90.00
1/23/2019	SALES			30.00	120.00
1/24/2019	PAYROLL	10.00			110.00
1/25/2019	RENT	20.00			90.00
1/26/2019	SALES			40.00	130.00
1/27/2019	PAYROLL	10.00			120.00
1/28/2019	RENT	20.00			100.00
1/29/2019	SALES			20.00	120.00
1/30/2019	PAYROLL	10.00			110.00
1/31/2019	RENT	20.00			90.00
2/1/2019	SALES			30.00	120.00
2/2/2019	PAYROLL	10.00			110.00
2/3/2019	RENT	20.00			90.00
2/4/2019	SALES			40.00	130.00
2/5/2019	PAYROLL	10.00			120.00
2/6/2019	RENT	20.00			100.00
2/7/2019	SALES			20.00	120.00
2/8/2019	PAYROLL	10.00			110.00
2/9/2019	RENT	20.00			90.00
2/10/2019	SALES			30.00	120.00
2/11/2019	PAYROLL	10.00			110.00
2/12/2019	RENT	20.00			90.00
2/13/2019	SALES			40.00	130.00
2/14/2019	PAYROLL	10.00			120.00
2/15/2019	RENT	20.00			100.00
2/16/2019	SALES			20.00	120.00
2/17/2019	PAYROLL	10.00			110.00
2/18/2019	RENT	20.00			90.00
2/19/2019	SALES			30.00	120.00
2/20/2019	PAYROLL	10.00			110.00
2/21/2019	RENT	20.00			90.00
2/22/2019	SALES			40.00	130.00
2/23/2019	PAYROLL	10.00			120.00
2/24/2019	RENT	20.00			100.00
2/25/2019	SALES			20.00	120.00
2/26/2019	PAYROLL	10.00			110.00
2/27/2019	RENT	20.00			90.00
2/28/2019	SALES			30.00	120.00
2/29/2019	PAYROLL	10.00			110.00
2/30/2019	RENT	20.00			90.00
3/1/2019	SALES			40.00	130.00
3/2/2019	PAYROLL	10.00			120.00
3/3/2019	RENT	20.00			100.00
3/4/2019	SALES			20.00	120.00
3/5/2019	PAYROLL	10.00			110.00
3/6/2019	RENT	20.00			90.00
3/7/2019	SALES			30.00	120.00
3/8/2019	PAYROLL	10.00			110.00
3/9/2019	RENT	20.00			90.00
3/10/2019	SALES			40.00	130.00
3/11/2019	PAYROLL	10.00			120.00
3/12/2019	RENT	20.00			100.00
3/13/2019	SALES			20.00	120.00
3/14/2019	PAYROLL	10.00			110.00
3/15/2019	RENT	20.00			90.00
3/16/2019	SALES			30.00	120.00
3/17/2019	PAYROLL	10.00			110.00
3/18/2019	RENT	20.00			90.00
3/19/2019	SALES			40.00	130.00
3/20/2019	PAYROLL	10.00			120.00
3/21/2019	RENT	20.00			100.00
3/22/2019	SALES			20.00	120.00
3/23/2019	PAYROLL	10.00			110.00
3/24/2019	RENT	20.00			90.00
3/25/2019	SALES			30.00	120.00
3/26/2019	PAYROLL	10.00			110.00
3/27/2019	RENT	20.00			90.00
3/28/2019	SALES			40.00	130.00
3/29/2019	PAYROLL	10.00			120.00
3/30/2019	RENT	20.00			100.00
3/31/2019	SALES			20.00	120.00
4/1/2019	PAYROLL	10.00			110.00
4/2/2019	RENT	20.00			90.00
4/3/2019	SALES			30.00	120.00
4/4/2019	PAYROLL	10.00			110.00
4/5/2019	RENT	20.00			90.00
4/6/2019	SALES			40.00	130.00
4/7/2019	PAYROLL	10.00			120.00
4/8/2019	RENT	20.00			100.00
4/9/2019	SALES			20.00	120.00
4/10/2019	PAYROLL	10.00			110.00
4/11/2019	RENT	20.00			90.00
4/12/2019	SALES			30.00	120.00
4/13/2019	PAYROLL	10.00			110.00
4/14/2019	RENT	20.00			90.00
4/15/2019	SALES			40.00	130.00
4/16/2019	PAYROLL	10.00			120.00
4/17/2019	RENT	20.00			100.00
4/18/2019	SALES			20.00	120.00
4/19/2019	PAYROLL	10.00			110.00
4/20/2019	RENT	20.00			90.00
4/21/2019	SALES			30.00	120.00
4/22/2019	PAYROLL	10.00			110.00
4/23/2019	RENT	20.00			90.00
4/24/2019	SALES			40.00	130.00
4/25/2019	PAYROLL	10.00			120.00
4/26/2019	RENT	20.00			100.00
4/27/2019	SALES			20.00	120.00
4/28/2019	PAYROLL	10.00			110.00
4/29/2019	RENT	20.00			90.00
4/30/2019	SALES			30.00	120.00
4/31/2019	PAYROLL	10.00			110.00
5/1/2019	RENT	20.00			90.00
5/2/2019	SALES			40.00	130.00
5/3/2019	PAYROLL	10.00			120.00
5/4/2019	RENT	20.00			100.00
5/5/2019	SALES			20.00	120.00
5/6/2019	PAYROLL	10.00			110.00
5/7/2019	RENT	20.00			90.00
5/8/2019	SALES			30.00	120.00
5/9/2019	PAYROLL	10.00			110.00
5/10/2019	RENT	20.00			90.00
5/11/2019	SALES			40.00	130.00
5/12/2019	PAYROLL	10.00			120.00
5/13/2019	RENT	20.00			100.00
5/14/2019	SALES			20.00	120.00
5/15/					

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

604	2017-05-25	XWW	13:20:58	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
605	2017-05-25	XWW	18:02:49	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
606	2017-05-25	XWW	05:39:50+	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
607	2017-05-26	XWW	13:48:17	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
608	2017-05-26	XWW	21:00:23	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
609	2017-05-26	XWW	05:10:27+	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
610	2017-05-27	XWW	17:48:52	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
611	2017-05-28	XWW	20:58:59	0:00:30	Spot - Szkola mbywac	Fundacja SM-Walcz o siebie
Razem				5:05:30		

TVP emisje paŹdziernik
(licencja dla PTSR
+ promocja Infolinii
i Symfonii Serc)
153 emisje w TVP 1, 2,3
INFO ,TVPP

Plik: Transmisje Wschodnia Kresowa - "Sala Polowa".xlsx, 2016-10-27 17:17									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
101	102	103	104	105	106	107	108	109	110
111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128	129	130
131	132	133	134	135	136	137	138	139	140
141	142	143	144	145	146	147	148	149	150
151	152	153	154	155	156	157	158	159	160
161	162	163	164	165	166	167	168	169	170
171	172	173	174	175	176	177	178	179	180
181	182	183	184	185	186	187	188	189	190
191	192	193	194	195	196	197	198	199	200
201	202	203	204	205	206	207	208	209	210
211	212	213	214	215	216	217	218	219	220
221	222	223	224	225	226	227	228	229	230
231	232	233	234	235	236	237	238	239	240
241	242	243	244	245	246	247	248	249	250
251	252	253	254	255	256	257	258	259	260
261	262	263	264	265	266	267	268	269	270
271	272	273	274	275	276	277	278	279	280
281	282	283	284	285	286	287	288	289	290
291	292	293	294	295	296	297	298	299	300
301	302	303	304	305	306	307	308	309	310
311	312	313	314	315	316	317	318	319	320
321	322	323	324	325	326	327	328	329	330
331	332	333	334	335	336	337	338	339	340
341	342	343	344	345	346	347	348	349	350
351	352	353	354	355	356	357	358	359	360
361	362	363	364	365	366	367	368	369	370
371	372	373	374	375	376	377	378	379	380
381	382	383	384	385	386	387	388	389	390
391	392	393	394	395	396	397	398	399	400
401	402	403	404	405	406	407	408	409	410
411	412	413	414	415	416	417	418	419	420
421	422	423	424	425	426	427	428	429	430
431	432	433	434	435	436	437	438	439	440
441	442	443	444	445	446	447	448	449	450
451	452	453	454	455	456	457	458	459	460
461	462	463	464	465	466	467	468	469	470
471	472	473	474	475	476	477	478	479	480
481	482	483	484	485	486	487	488	489	490
491	492	493	494	495	496	497	498	499	500
501	502	503	504	505	506	507	508	509	510
511	512	513	514	515	516	517	518	519	520
521	522	523	524	525	526	527	528	529	530
531	532	533	534	535	536	537	538	539	540
541	542	543	544	545	546	547	548	549	550
551	552	553	554	555	556	557	558	559	560
561	562	563	564	565	566	567	568	569	570
571	572	573	574	575	576	577	578	579	580
581	582	583	584	585	586	587	588	589	590
591	592	593	594	595	596	597	598	599	600
601	602	603	604	605	606	607	608	609	610
611	612	613	614	615	616	617	618	619	620
621	622	623	624	625	626	627	628	629	630
631	632	633	634	635	636	637	638	639	640
641	642	643	644	645	646	647	648	649	650
651	652	653	654	655	656	657	658	659	660
661	662	663	664	665	666	667	668	669	670
671	672	673	674	675	676	677	678	679	680
681	682	683	684	685	686	687	688	689	690
691	692	693	694	695	696	697	698	699	700
701	702	703	704	705	706	707	708	709	710
711	712	713	714	715	716	717	718	719	720
721	722	723	724	725	726	727	728	729	730
731	732	733	734	735	736	737	738	739	740
741	742	743	744	745	746	747	748	749	750
751	752	753	754	755	756	757	758	759	760
761	762	763	764	765	766	767	768	769	770
771	772	773	774	775	776	777	778	779	780
781	782	783	784	785	786	787	788	789	790
791	792	793	794	795	796	797	798	799	800
801	802	803	804	805	806	807	808	809	810
811	812	813	814	815	816	817	818	819	820
821	822	823	824	825	826	827	828	829	830
831	832	833	834	835	836	837	838	839	840
841	842	843	844	845	846	847	848	849	850
851	852	853	854	855	856	857	858	859	860
861	862	863	864	865	866	867	868	869	870
871	872	873	874	875	876	877	878	879	880
881	882	883	884	885	886	887	888	889	890
891	892	893	894	895	896	897	898	899	900
901	902	903	904	905	906	907	908	909	910
911	912	913	914	915	916	917	918	919	920
921	922	923	924	925	926	927	928	929	930
931	932	933	934	935	936	937	938	939	940
941	942	943	944	945	946	947	948	949	950
951	952	953	954	955	956	957	958	959	960
961	962	963	964	965	966	967	968	969	970
971	972	973	974	975	976	977	978	979	980
981	982	983	984	985	986	987	988	989	990
991	992	993	994	995	996	997	998	999	1000

TVP emisje paŹdziernik (licencja dla PTSR + promocja Infolinii i Symfonii Serc) TVP Regiony 342 emisje

336	2017-10-07	XWW	20:21:49	0:00:30	T4A	XWWA	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)
337	2017-10-09	XWW	12:44:00	0:00:30	T4A	XWWA	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)
338	2017-10-10	XWW	16:44:19	0:00:30	T4A	XWWA	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)
339	2017-10-11	XWW	19:15:36	0:00:30	T4A	XWWA	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)
340	2017-10-12	XWW	17:48:40	0:00:30	T4A	XWWA	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)
341	2017-10-13	XWW	20:59:19	0:00:30	T4A	XWWA	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)
342	2017-10-14	XWW	17:46:12	0:00:30	T4A	XWWA	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)
342	Razem			2:52:24			

	Data emisji	Antena	Godz. rozp.	Czas trwania	Wsk.	Emis.	Tytuł emisji	Id SAP	Kod audycji	Powt.	Data poprzedz.	Ant. poprzedz.	Os.	For.	Tem.	Tem. Pod.	Od.	Pol.	Gł.	Fin.	Mis.	Ust.	Rok pr.	Kraje pr.	Producent	Zal./Rezal.
1	2017-10-01	WARSZAWA	18:11:21	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	4	01.10.2017	TVP3	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
2	2017-10-01	XAA	21:27:30	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	11	01.10.2017	XTT	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
3	2017-10-01	XAA	21:44:03	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	13	01.10.2017	XKK	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
4	2017-10-01	XAA	21:56:23	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	24	01.10.2017	XAA	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
5	2017-10-02	XAA	07:24:17	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	19	02.10.2017	TVP2	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
6	2017-10-02	XAA	18:22:52	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	28	02.10.2017	XKK	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
7	2017-10-02	XAA	21:58:01	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	40	02.10.2017	X03	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
8	2017-10-03	XAA	18:22:59	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	62	03.10.2017	XLL	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
9	2017-10-03	XAA	19:17:23	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	65	03.10.2017	X03	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
10	2017-10-04	XAA	17:55:17	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	89	04.10.2017	XHH	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
11	2017-10-04	XAA	18:26:27	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	92	04.10.2017	XKK	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
12	2017-10-04	XAA	20:59:35	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	109	04.10.2017	X0D	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
13	2017-10-04	XAA	21:26:23	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	103	04.10.2017	XAA	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
14	2017-10-05	XAA	07:34:18	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	107	05.10.2017	XKK	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
15	2017-10-05	XAA	20:06:50	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	129	05.10.2017	XGG	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
16	2017-10-05	XAA	21:26:45	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	139	05.10.2017	XWW	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N
17	2017-10-05	XAA	21:46:11	0:00:30	T4A	XA1	SPOT - Polskie Towarzystwo Szwadnienia Rozsianego "Szkoła Motywacji" (OPP)	744L709023	ZDP-2026394W	132	05.10.2017	TVPP	A2	F00	T41	T411	W00	P23	J	M3	ME	Z3	2017	POL	Fundacja SM-Walcz o siebie	N

Kina- emisje spotu



Klient	Szkoła Motywacji
DOM MEDIOWY	Media People
Ilość tygodni Początek kampanii Koniec kampanii	do 3 tyg 02/06/2017 22/06/2017
ilość ekranów:	40
Ilość kin:	16
PAKIET ESTYMOWANEJ WIDOWNI	130 000

Lista kin w kampanii						
Nazwa kina	Region	Miasto		Ekran cyfrowe	Miesięczna widownia	ADRES
Kinoteka Multiplex	mazowieckie	Warszawa	Warszawa	8	40 000	Plac Defilad 1, 00-901 Warszawa
Praha	mazowieckie	Warszawa	Warszawa	3	14 000	03-719 Warszawa; ul. Jagiellońska 26
Wisła/Warszawa	mazowieckie	Warszawa	Warszawa	3	18 000	01-615 Warszawa; Pl. Wilsona 2a
NoveKino Przedwiośnie	mazowieckie	Płock	Płock	3	13 000	09-402 Płock; ul. Tumską 5a
NoveKino Siedlce	mazowieckie	Siedlce	Siedlce	4	23 000	08-100 Siedlce; ul. Wiszniewskiego 4
Merkury	lubelskie	Biała Podlaska	Biała Podlaska	1	8 700	21-500 Biała Podlaska; ul. Brzeska 43
Sybilla	lubelskie	Lublin i satelity - Puławy	Puławy	1	5 500	24-100 Puławy; al. Partyzantów 6
Centrum Kultury Filmowej Stylowy	lubelskie	Zamość	Zamość	4	20 000	22-400 Zamość; ul. Odrodzenia 9
KIKA	małopolskie	Kraków	Kraków	1	2 000	30-503 Kraków; ul. Krasieckiego 18
Agrafka	małopolskie	Kraków	Kraków	1	3 200	31- 142 Kraków; ul. Krowoderska 8
Sokół/Nowy Sącz	małopolskie	Nowy Sącz	Nowy Sącz	4	8 000	33-300 Nowy Sącz; ul. Długosza 3;
Tatry	małopolskie	Nowy Targ	Nowy Targ	1	8 500	34-400 Nowy Targ; ul. Jana Kazimierza 17;
Sokół/Zakopane	małopolskie	Zakopane	Zakopane	2	6 500	34-500 Zakopane; ul. Orkana 2;
Kadr/Dąbrowa Górnicza	śląskie	GOP i satelity - Dąbrowa Górnicza	Dąbrowa Górnicza	1	2 000	Plac Wolności 1, 41-300 Dąbrowa Górnicza
Światowid/Elbląg	warmińsko-mazurskie	Elbląg	Elbląg	2	6 500	82-300 Elbląg; Plac Jagiellończyka 1;
Draha	zachodniopomorskie	Draha Pomorskie	Draha Pomorskie	1	3 000	78-500 Draha Pomorskie; Dworcowa 2

Internet - emisje banerow Agora

Warszawa, dn. 30.06.2017

AGORA S.A.
ul. Czerska 8/10
00-732 Warszawa
NIP: 526-030-56-44

PŁATNIK/ZAMAWIAJĄCY: 190801

FUNDACJA URSZULI JAWORSKIEJ
MIĘDZYNARODOWA 61
03-922 WARSZAWA
NIP: 113-18-07-560

baner 750 x 200 na ROS
Gazeta.pl po 1 mln odsłon od
19.05 do 30.06 i 1 mln odsłon
na lipiec, w sumie 2 mln
(cena umowna po 15 tys. za mc
w sumie 30 tys. zł)

do kampanii społecznej SM-
walcz o siebie

klient Fundacja Urszuli
Jaworskiej

Metryczka ogłoszeń charytatywnych za miesiąc CZERWIEC 2017 r.

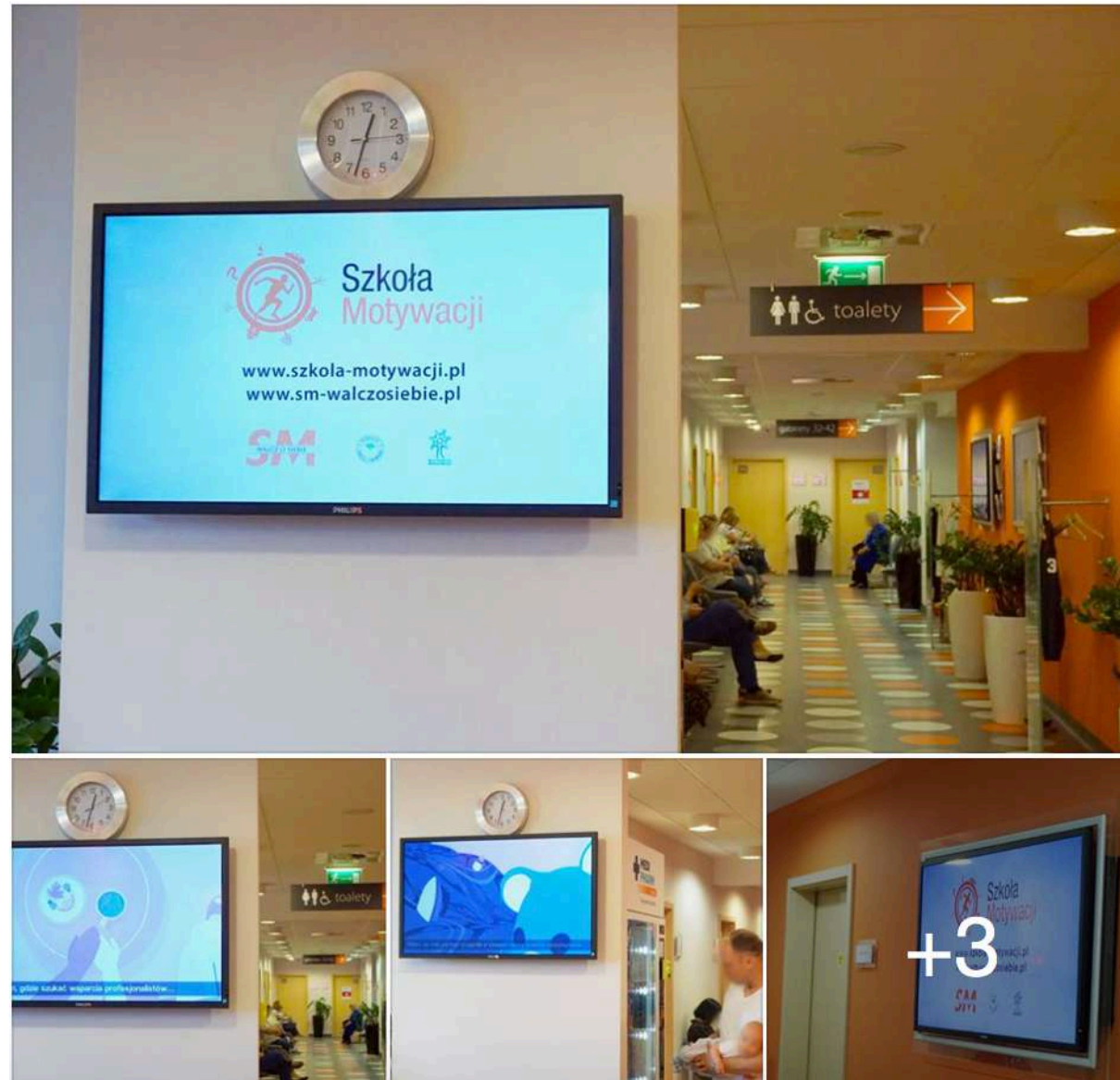
Nr ogłoszenia	Kod gazety	Daty emisji	Ilość modułów	Cena brutto	Notatki
33642112	IDFGG	30/cze/2017	1 000 000,00	18 450,00	Walcz o siebie
Razem:				18 450,00 zł	

Warszawa, dn. 30.06.2017

Paulina Frankowska

SPOT W SIECI MEDICOVER- 4 TYG EMISJI

nasz spot w Medicovert):



Szczegóły

KAMPAanii

TERMIN: 22.05 – 19.06.2017 rok.

MEDIA: Ekrany LCD

CEL: Zainteresowanie odbiorców
kampanią „SM – Walcz o siebie”, która
ma na celu walkę ze stereotypami
dotyczących osób chorych na
stwardnienie rozsiane

ZASIĘG: Ogólnopolski



Media

Emisja 30 sekundowego spotu na nośnikach LCD w prywatnych placówkach medycznych Medcover z częstotliwością co 6 minut, czyli 10x / godzinę.

Lp.	Placówka	Zasięg	Rodzaj lokalizacji	Rodzaj nośnika	Liczba lokalizacji	Liczba nośników	Długość spotu
1.	MEDICOVER	Warszawa, Gdańsk, Gdynia, Gliwice, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Szczecin, Wrocław	Prywatne placówki medyczne	Ekran LCD	42	117	30 sekund

Statystyki

ZASIĘG KAMPANII

Kampania reklamowa została przeprowadzona w Gdańsku, Gdyni, Katowicach, Gliwicach, Krakowie, Lublinie, Łodzi, Poznaniu, Szczecinie, Warszawie i Wrocławiu.



Statystyki

LOKALIZACJA

GRUPA MEDICOVER					
LP	WOJEWÓDZTWO	MIASTO	ULICA	LOKALIZACJA	LICZBA NOŚNIKÓW
1	pomorskie	Gdańsk	Al. Grunwaldzka 472	Medicover	4
2	pomorskie	Gdańsk	Aleja Grunwaldzka 472A	Apteka	1
3	pomorskie	Gdynia	Obrońców Wybrzeża 10/14	Medicover	1
4	pomorskie	Gdynia	Hryniewickiego 6/4	Medicover	3
5	śląskie	Gliwice	Gruszczyńskiego 2	Medicover	1
6	śląskie	Katowice	Chorzowska 50	Medicover	3
7	śląskie	Katowice	Graniczna 54	Medicover	3
8	małopolskie	Kraków	Jasnogórska 1	CM Dantexmed/MediPartner	2
9	małopolskie	Kraków	Świętokrzyska 14	CM Dantexmed/MediPartner	2
10	małopolskie	Kraków	Bora Komorowskiego 25 B	Medicover	2
11	małopolskie	Kraków	Podgórska 36	Medicover	3
12	lubelskie	Lublin	Konrada Wallenroda 4 C	Medicover	3
13	łódzkie	Łódź	Piłsudskiego 3	Medicover	3
14	łódzkie	Łódź	Pomorska 106	Medicover	4
15	wielkopolskie	Poznań	Pl. Andersa 5	Medicover	3
16	wielkopolskie	Poznań	Abp. Baraniaka 88	Medicover	3
17	zachodnio-pomorskie	Szczecin	Malczewskiego 26	Medicover	5
18	mazowieckie	Warszawa	Al. KEN 85	CM Damiana	1
19	mazowieckie	Warszawa	Cybernetyki 7B	CM Damiana	1
20	mazowieckie	Warszawa	Foksal 3/5	CM Damiana	2
21	mazowieckie	Warszawa	Wałbrzyska 46	CM Damiana - szpital	6
22	mazowieckie	Warszawa	Poligonowa 3	Medicover	4
23	mazowieckie	Warszawa	Wołoska 22	Medicover	4

Statystyki

LOKALIZACJA

24	mazowieckie	Warszawa	Aleje Jerozolimskie 96	Medicover	5
25	mazowieckie	Warszawa	Al. Rzeczypospolitej 5	Medicover	4
26	mazowieckie	Warszawa	Al. Rzeczypospolitej 5	Medicover	2
27	mazowieckie	Warszawa	Al. Rzeczypospolitej 5	CM Damiana	1
28	mazowieckie	Warszawa	Al. Rzeczypospolitej 5	Apteka	1
29	mazowieckie	Warszawa	Al. Rzeczypospolitej 5	Drogeria	1
30	mazowieckie	Warszawa	Nowolipie 18	CM Dantexmed/MediPartner	3
31	mazowieckie	Warszawa	Nowolipie 25	CM Dantexmed/MediPartner	5
32	mazowieckie	Warszawa	Jana Kazimierza 28	CM Dantexmed/MediPartner	2
33	mazowieckie	Warszawa	Wałbrzyska 44	CM Damiana	1
34	mazowieckie	Warszawa	Puławska 278	Medicover	5
35	mazowieckie	Warszawa	Inflacka 5	Medicover	5
36	mazowieckie	Warszawa	Jana Pawła II 27 (parter)	Medicover	3
37	mazowieckie	Warszawa	Jana Pawła II 27(piętro)	Medicover	3
38	mazowieckie	Warszawa	Klimczaka 1	Medicover	2
39	dolnośląskie	Wrocław	Strzegomska 36	Medicover	4
40	dolnośląskie	Wrocław	Strzegomska 36	Apteka	1
41	dolnośląskie	Wrocław	Strzegomska 36	Drogeria	1
42	dolnośląskie	Wrocław	Powstańców Śląskich 7a	Medicover	4

Citylighty



Citylighty – lokalizacje sierpień

Region / aglomeracja	Miejscowość	Adres lokalizacji	Nr lok./noś.	Typ nośnika	Data rozpoczęcia	Data zakończenia	Status rezerwacji	Szczegół briefu	Nazwa briefu
Warszawa	Warszawa	Al.Jana Pawła II/Nowolipki 01/Al.Solidarności/Wola (A)	28992/I	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	al.Jana Pawła II/Anielewicz 01/Dzielna/Śródmieście (A)	35547/J	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	al.Jana Pawła II/Kino Femina 08/al.Solidarności/Śródmieście (A)	35915/E	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	al.Jana Pawła II/Rondo Radosława 01/Stawki/Wola (A)	38292/B	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Al.Jerozolimskie/Dw.Centralny 07 BIS/Marszałkowska/Śródmieście (T)	34409/J	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Al.Jerozolimskie/Dw.Zachodni 01/Grzywały-Sokołowskiego/Ochota (A)	35764/A	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	al.Niepodległości/Biblioteka Narodowa 04/al.Armi Ludowej/Śródmieście (T)	35599/E	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	al.Niepodległości/Nowowiejska 02/Koszykowa/Śródmieście (A)	36187/B	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	al.Poniatowskiego/Rondo Waszyngtona 06/Rondo Waszyngtona/Praga Południe (T)	36518/B	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	al.Solidarności/Zajezdnia Wola 06/Młynarska/Wola (T)	35749/B	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Dobra/Zajęcza 01/Zajęcza/Śródmieście (A)	36794/B	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Koszykowa/pl.Zawiszy 07/al.Niepodległości/Ochota (A)	36355/B	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Marszałkowska/Hoża 02/Al.Jerozolimskie/Śródmieście (A)	35864/J	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Most Łazienkowski/Torwar 02/Myśliwiecka/Śródmieście (A)	36692/I	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Odyńca/Odyńca 03/Mokotów	36202/B	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Piękna/pl.Konstytucji 04/pl.Konstytucji/Śródmieście (A)	36311/E	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Pl. Bankowy/Pl. Bankowy 04/al.Solidarności/Śródmieście (A)	87572/F	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	pl.Inwalidów/pl.Inwalidów 01/Dw.Gdański/Żoliborz (A)	36304/I	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	pl.Narutowicza/pl.Narutowicza 08/Kopińska/Ochota (T)	36320/J	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Puławska/Królikarnia 03/Metro Wilanowska/Mokotów (T)	35963/I	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Rondo Wiatraczna/Wiatraczna 06/Garwolińska/Praga Południe (T)	36747/E	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Ślomińskiego/Park Traugutta 04/Dw.Gdański/Śródmieście (T)	36252/E	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Stawki/Muranowska 02/al.Jana Pawła II/Śródmieście (A)	36132/I	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Towarowa/pl.Zawiszy 14/Rondo Daszyńskiego/Ochota (T)	36360/J	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017
Warszawa	Warszawa	Waryńskiego/Metro Politechnika 08/Nowowiejska/Śródmieście (A)	36066/F	Premium Citylight	01.08.2017	31.08.2017	P	SM_Walcz_08_clpP	SM_Walcz_2017

Posty

**Ig Gi**
8 godz. · Warszawa, Masovian Voivodeship · 11

Jak zobaczycie coś takiego, to proszę o uśmiech. Fajna sprawa. Szkoła motywacji- moim zdaniem nie tylko dla osób z SM. Zwłaszcza temat komunikacji międzyludzkiej, relacji i partnerstwa warto sprawdzić na www.szkoła-motywacji.pl Choroba to mała różnica między nami, w gruncie rzeczy walczymy o to samo, o siebie 😊



Super

Komentarze

Ty i 10 innych użytkowników

**Alicja Du** widziałam koło zachodniego 😊
Lubię to! · Odpowiedz · 8 godz.

**Ig Gi** I w radio fruwa

Autobusy- reklama fullback- sierpień, wrzesień



Reklama- spot radiowy- 30 sekund

emisje w TOK FM, RADIO POGODA,
ZŁOTE PRZEBOJE, ROCK FM w sierpniu

czas: 256680 s

emisje: 8556

szczegóły emisji (media plan) w tabeli excel

TVN 24 Polska i Świat

<http://www.tvn24.pl/polska-i-swiat,33,m/medyczny-przelom-w-badaniach,746691.html>

TVN 24 Polska i świat :)



TELEWIZYJNY KURIER WARSZAWSKI:

22.05.2017

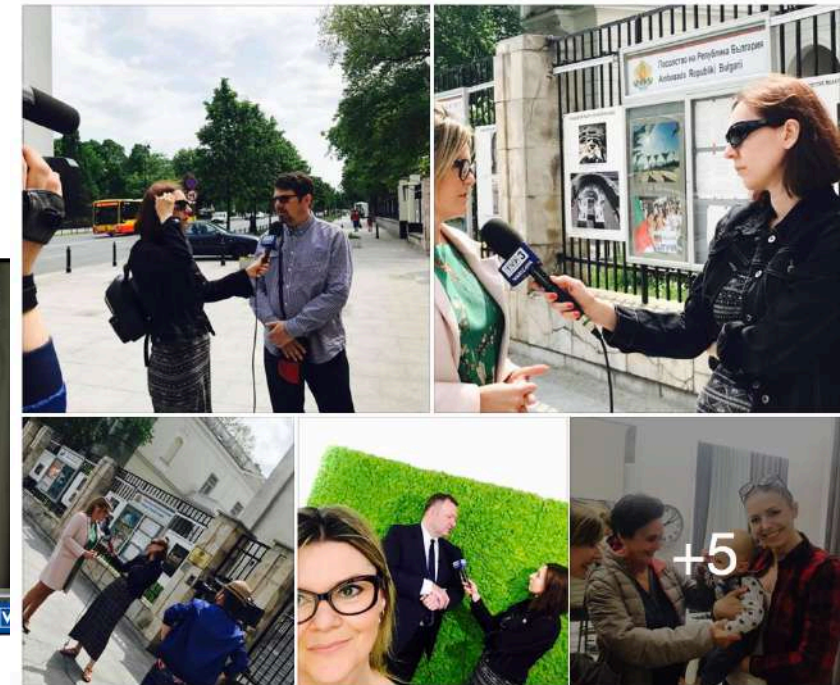
Publikacja: 22 maja 2017, 18:53

<https://warszawa.tvp.pl/30893285/22052017>

Lubię to! 1 Udostępnij Tweetnij



Debata i wywiady, praca dla SM



TELEWIZYJNY KURIER WARSZAWSKI:

22.05.2017

Publikacja: 22 maja 2017, 18:53

Lubię to! 1 Udostępnij Tweetnij



Wiadomości TVP 1, 28.08.2016, godz.19.30

- <https://wiadomosci.tvp.pl/33765462/nowa-lista-lekow-refundowanych>

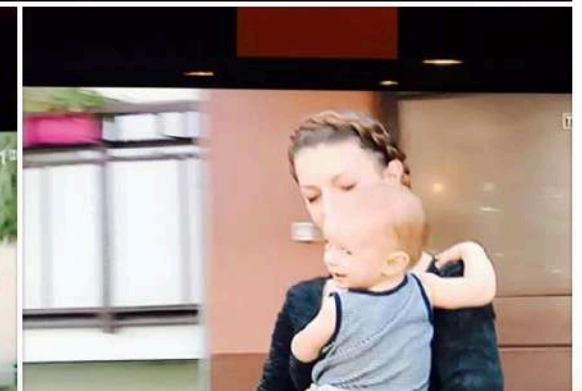
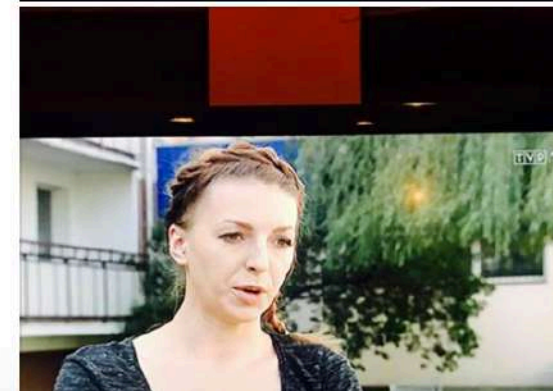


Nowa lista leków refundowanych

Znamy szczegóły nowej listy leków refundowanych, która zacznie obowiązywać od 1 września. Dopisano na nią w sumie 89 specyfików, wśród nich środki stosowane m.in. w leczeniu przewlekłej białaczki limfocytowej, czy w walce z chłoniakami...

WIADOMOSCI.TVP.PL

Dzisiejsze Wiadomości TVP, o zmianach w programie lekowym in plus dla SM:)



Audycja w RDC- 5marca 2017

<http://www.rdc.pl/podcast/wieczor-rdc-portal-dla-pacjentow-z-sm/>



SM - walcz o siebie

Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 6 marca · 🌐

<http://www.rdc.pl/po.../wieczor-rdc-portal-dla-pacjentow-z-sm/>



Wieczór RDC: portal dla pacjentów z SM - RDC

Powstał portal, który dostarcza wiedzy związanej z wielopłaszczyznową komunikacją dla pacjentów z SM i ich rodzin. Naszymi gośćmi były Malina Wieczorek – prezes Fundacji „SM-walcz o siebie!” i prof. Dominika Maison –...

RDC.PL

Polskie Radio Dzieciom- audycja

<http://www.polskieradio.pl/18/4388/Artykul/1771182,Gwiezdne-marzenia-dzieci>

No i jeszcze na dokładkę w czasie MS DAY, wywiad z dr Małgorzatą Bilską i Malina Wieczorek, o SM u dzieci, dorosłych, kampanii, Szkole Motywacji i życiu.... (2-ga godzina programu)

<http://www.polskieradio.pl/.../1771182,Gwiezdne-marzenia-dzieci...>



Gwiezdne marzenia dzieci

Będąc w szpitalu czy domu dziecka można marzyć o czymś więcej niż zdrowiu i rodzinie. Czy książka może w tym pomóc?

POLSKIERADIO.PL



SM - walcz o siebie dodał(a) nowe zdjęcia (5).

Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 10 godz. ·

A o 22.00 można nas słuchać w Polskim Radiu Dzieciom, temat trudny: SM u dzieci...



Audycja w RDC- 17 maja 2017

<http://www.rdc.pl/podcast/wieczor-rdc-nowa-szansa-dla-chorych-na-sm/>



SM - walcz o siebie

Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 17 maja o 23:54 · 🌐

<http://www.rdc.pl/.../wiezor-rdc-nowa-szansa-dla-chorych-na.../>



Wieczór RDC: nowa szansa dla chorych na SM - RDC

O nowej szansie dla chorych na SM, czyli o „Opiece koordynowanej w SM. Spełnione obietnice” opowiedziała w „Wieczorze RDC” Malina Wieczorek z Fundacji „SM-walcz o siebie”.

RDC.PL

Audycja w PR Trójka- 6 lipca 2017

<http://www.polskieradio.pl/9/5527/Artykul/1786137,Walcz-z-SM-walcz-o-siebie>



My w Trójce:) Malina i Tomek



Pomoc w nagłośnieniu mediowym sprawy interwencyjnej



SM - walcz o siebie

Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 8 marca ·

<http://bydgoszcz.tvp.pl/.../chora-na-sm-bez-podjazdu-pod-balk...>



Chora na SM bez podjazdu pod balkon. Dwie sąsiadki mówią nie

Nie może samodzielnie chodzić, wykonywać podstawowych czynności a jej mieszkanie stało się pułapką bez wyjścia. Pani Magdalena od 19 lat choruje na...

BYDGOSZCZ.TVP.PL

RDC 31.08.2017

<http://www.rdc.pl/podcast/kobiety-wieczor-stwardnienie-rozsiane/>

<http://www.rdc.pl/po.../kobiety-wieczor-stwardnienie-rozsiane/>



Malina Wieczorek dodała nowe zdjęcia (3) — w [RDC radio dla Ciebie 101,00](#).
34 min · Warszawa, Masovian Voivodeship ·

Wieczór Kobiety:)

Polskie Radio 24- Czym jest dla nas walka o siebie?

<https://www.polskieradio.pl/130/4763/Artykul/1941692,Codzienne-nasze-walki>

O walce o siebie będziemy opowiadać w Dzień Niepodległości 😊 w Polskim Radio 24



Puls Medycyny

Najnowszy Puls Medycyny



Debata systemowa w PULSIE MEDYCYNY

Debata o nowoczesnym podejściu do SM z Profesorami, Ministrami,
przedstawicielami Pacjentów w Pulsie Medycyny



Na ile zmieniła się sytuacja w związku z nowymi m

Three individual portraits of the jury members are shown side-by-side. From left to right: a woman with short reddish hair, a woman with long brown hair and sunglasses on her head, and a man with grey hair and glasses.

acja chorych na SM ożliwościami terapii

Three individual portraits of the authors are arranged horizontally. From left to right: Mirosław Tomczak, a man with short brown hair wearing a suit and tie; Izabela Okruska, a woman with short dark hair and glasses wearing a black top; and Edyta Malachuk, a woman with shoulder-length brown hair wearing a grey sweater. Each portrait is a headshot with a neutral background.

Na ile zmieniła się sytuacja chorych na SM w związku z nowymi możliwościami terapii

[illegible]

Rzeczpospolita 13.09.2017, dodatek Odporność



Malina Wieczorek
Prezes Fundacji SM-WALCZ O SIEBIE

Dziś mamy dostęp do wielu nowoczesnych leków mogących modyfikować przebieg choroby. W krótkiej perspektywie pojawią się kolejne. Zaczynamy mówić o personalizacji leczenia. Najważniejszym elementem jest szybka diagnoza i włączenie pacjenta w program lekowy. Ale nie tylko, ważne jest holistyczne podejście do pacjenta. Światowym wymiernikiem dobrego leczenia jest osoba stabilna, która w pełni realizuje swoje plany życiowe, stąd tegoroczne motto kampanii „Wiem, że dam sobie radę!”. Stało się to inspiracją do założenia Szkoły Motywacji, jako nieopłatnej, dostępnej dla wszystkich potrzebujących wsparcia i fachowej wiedzy platformy e-learningowej realizowanej w ramach 6 edycji kampanii SM-WALCZ O SIEBIE.



www.sm-walczosiebie.pl



**Szkoła
Motywacji**

www.szkola-motywacji.pl

Dodatek Odporność, a w nim o SM

BYCZDROWYM.INFO

Odporność

WIRUSY Wirusy - niewidoczni,
ale wrogowie. Co warto
wiedzieć?

WYPROWADŹ Wyprowadź nudę
z ucha! s8

ODPORNOŚĆ Odporność i jej
siła s2

MŁYNARSKA
„Zaszczepienia na grype
zawładły jakością mojego życia.
Wszystkim, zarówno starszym,
jak i młodym przewlekłe”.

E: WWW.BYCZDROWYM.INFO
Ten tryb życia wzmacnia odporność.

VITADIET - naturalne WITAMINY
dla Ciebie i Twojej rodziny

• krople • bez konserwantów • 210 dawek • w oliwie z oliwek

Partner obchodów MS DAY



Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego

Ul. Nowolipki 2a
00-647 Warszawa

KRS: 000 008 33 56

REGON: 006237795

NIP: 526-15-73-344

biuro@ptrs.org.pl

www.ptrs.org.pl

tel.: (+22) 856-76-66

fax: (+22) 849-10-65

Numer rachunku bankowego: 37 1440 1390 0000 0000 1568 3902



Zaproszenie

W imieniu Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego mam przyjemność zaprosić Państwa na uroczystość obchodów Światowego Dnia SM. Konferencja z czynnym udziałem osób żyjących z SM oraz przedstawicieli środowiska medycznego odbędzie się 31 maja o godz. 12:00 w Warszawie w gmachu Fundacji im. S. Batorego przy ul. Sapieżyńskiej 10a.

Wydarzenie zostało objęte Patronatem Honorowym przez Pierwszą Dąę,
Panią Agatę Kornhauser-Dudę.

Światowy Dzień SM to okazja do pokazania globalnej solidarności osób chorych. Obchody zawsze planowane są na ostatnią środę maja, w tym roku będzie to 31 maja. Organizatorem jest MSIF (Multiple Sclerosis International Federation) – międzynarodowa organizacja zrzeszająca organizacje pacjenckie z całego świata. Tegoroczne hasło to „Życie z SM”.

Mamy ogromną nadzieję, że zechcą Państwo uczestniczyć w obchodach Światowego Dnia SM. W przypadku dodatkowych pytań bądź wątpliwości prosimy o kontakt, tel. +48 535 535 175, adres e-mail m.trojanowska@ptrs.org.pl

Partnerzy projektu:



Patronat:



Rzecznik Praw Pacjenta

Patronat medialny:



poradnikzdrowie.pl



niepełnosprawni.pl



Partner obchodów MS DAY

MS day

MS DAY 31 maja 2017



Spotkania merytoryczne

A my dziś walczymy o refundację kolejnego leku na SM:)z Prof. Jerzy Kotowicz, Tomasz Połec PTSR i Malina Wieczorek



Parlamentarny Zespół ds SM, dziś o rehabilitacji



Zespoły Parlamentarne ds. SM

26-09-2017 SM - nowe spojrzenie na problemy. 1. II linia leczenia - niebezpieczeństwo przerywania terapii - prof. Jerzy Kotowicz
2. Opieka nad pacjentem leżącym, problem leczenia bólu i spastyczności - dr Jacek Zaborski 3. Ile kosztuje choroba?- prof. Krzysztof Selmaj na podstawie badania Cost of Illness Study (dr Gisela Kobelt) 4. Dyskusja

24-05-2017 Rehabilitacja w SM - stan obecny i perspektywy.

14-02-2017 1) Dostępność do programów lekowych 2) Czas oczekiwania na nowe leki 3) Refundacja środków pomocniczych (pieluchomajtek)

Patron seminarium



Seminarium naukowe pt.:
Leczenie stwardnienia rozlanego (SM) w Polsce – nowe perspektywy
(Warszawa, 23 maja 2017 r.)



Patronat honorowy:




PROGRAM SEMINARIUM

- 9:30-10:00 Rejestracja uczestników
- 10:00-10:10 Fundacja WHC – Otwarcie Seminarium: przedstawienie Komitetu Naukowego oraz uczestników debaty
- 10:10-10:25 Dr n. med. Marek Tombarkiewicz – Wystąpienie Wiceministra Zdrowia
- 10:25-10:40 Dr n. med. Wojciech Matuszewicz (Prezes AOTMIT) – Stwardnienie rozlane – gdzie jesteśmy?
- 10:40-10:55 Prof. dr hab. med. Danuta Ryglewicz – Optymalny model opieki nad pacjentem neurologicznym
- 10:55-11:15 Prof. dr hab. med. Adam Stepień – Postulowane zmiany w programach lekowych SM
- 11:15-11:30 Malina Wleczorek – Szkoła Motywacji SM-WALCZ O SIEBIE
- 11:30-11:50 Przerwa kawowa
- 11:50-12:05 Tomasz Poleć – CZAS ma znaczenie – czy poprawa sytuacji pacjentów z SM jest możliwa?
- 12:05-12:20 Dr Małgorzata Gałgka-Sobotka – Koszty leczenia SM, jako determinanta zmian organizacji opieki
- 12:20-13:00 Dyskusja z konferencją prasową, dotycząca możliwości poprawy dostępu do leczenia SM w Polsce (prowadzenie dyskusji: Renata Furman)
- 13:00-13:30 Poczęstunek i dyskusje nieformalne w foyer

TERMIN: 23 maja 2017 r. (rejestracja uczestników 9:30) **rozpoczęcie o godz. 10:00**

MIEJSCE: Instytut Biocybernetyki i Inżynierii Biomedycznej PAN, ul. Trojdena 4 w Warszawie

KONTAKT: Fundacja Watch Health Care – **516 901 190**; sekretariat@korektorzdrowia.pl

ZGŁOSZENIE UDZIAŁU: prosimy o potwierdzenie uczestnictwa telefonicznie lub mailowo





**LECZENIE STWARDNIENIA ROZSIANEGO W POLSCE
NOWE PERSPEKTYWY**

Relacja pacjent – lekarz (1)

Wieloletni pacjent cierpiący na stwardnienie rozlane (SM) opowiada o swojej sytuacji. Jak jest jego życie? Jak wygląda jego relacja z lekarzem? Jak jest jego dostęp do leczenia? Jak jest jego dostęp do informacji o swojej chorobie?

Wieloletni pacjent – relacja z lekarzem

100% jest zadowolona 40% jest zadowolona 20% jest zadowolona 10% jest zadowolona 5% jest zadowolona

Wieloletni pacjent – relacja z lekarzem

Wieloletni pacjent – relacja z lekarzem

Wieloletni pacjent – relacja z lekarzem

Patronat medialny:



1:55:56





**LECZENIE STWARDNIENIA ROZSIANEGO W POLSCE
NOWE PERSPEKTYWY**

Informacje na temat własnej terapii

Wieloletni pacjent opowiada o swojej sytuacji. Jak jest jego życie? Jak wygląda jego relacja z lekarzem? Jak jest jego dostęp do leczenia? Jak jest jego dostęp do informacji o swojej chorobie?

Informacje na temat własnej terapii

Wieloletni pacjent opowiada o swojej sytuacji. Jak jest jego życie? Jak wygląda jego relacja z lekarzem? Jak jest jego dostęp do leczenia? Jak jest jego dostęp do informacji o swojej chorobie?

Wieloletni pacjent opowiada o swojej sytuacji. Jak jest jego życie? Jak wygląda jego relacja z lekarzem? Jak jest jego dostęp do leczenia? Jak jest jego dostęp do informacji o swojej chorobie?

Patronat medialny:



1:58:26




Kongres Patient Empowerment

Zapraszamy

kwietnia 2017 r.
Olimpijskie PKOl
eże Gdynskie 4,

**I Międzynarodowy
Kongres
Patient Empowerment**

patronat hono
MZ
Ministerstwo Zdrowia
GCPpl
POLSKA
SZKOLA
ONKOLOGICZNA
Biuro Rzecznika Praw Pacjenta
ZUS
ZAKŁAD
UMIĘCZECZEN
SPOŁECZNYCH

KWI
24

I Międzynarodowy Kongres Patie...
24 kwietnia – 25 kwietnia · Centrum Olimpi...
Jan Zdrowotny zaprosiła Cię

★ Zainteresowana

ngres Patient Empowerment



2 dzień Kongresu Patient Empowerment, tym razem panel o kampaniach społecznych



Partner Debaty – opieka koordynowana w SM



Zaproszenie

Fundacja Urszuli Jaworskiej wraz z Partnerami Projektu zaprasza na debatę

Opieka Koordynowana w Stwardnieniu Rozsianym (KOSM)
„Spełnione obietnice”

Studio Pozytywnych Wibracji
„Tomasz Ślódki –LIVE”
Ul. Aleje Ujazdowskie 37/7
w dniu 22 maja 2017 r. o godz. 14-tej

PROGRAM DEBATY

Część I – Opieka koordynowana nad pacjentem z SM w systemie opieki zdrowotnej w Polsce

Marek Tombariewicz – Podsekretarz Stanu w Ministerstwie Zdrowia
Andrzej Jacyna – p.o. Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia
Adam Struzik – Marszałek Województwa Mazowieckiego
Wojciech Matuszewicz – Prezes Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji
Danuta Ryglewicz – konsultant krajowy ds. Neurologii, Instytut Psychiatrii i Neurologii

Część II – Wywiady z Pacjentami SM
Malina, Ola i Piotr
Prezentacja spotu kampanii „SM-Walcz o siebie”

Część III – Merytoryczne omówienie projektu. Opieka Koordynowana w SM (KOSM)

Dr n. med. Lidia Darda-Ledzińska – Ordynator Oddziału Reh. Neurologicznej – Centrum Kompleksowej Reh. Konstancin-Jeziorna
Maciej Milkowski – Zastępca Prezesa NFZ ds. Finansowych
Prof. dr hab. n. med. Krzysztof Selmaj – kier. Katedry i Kliniki Neurologii Uniwersytetu Medycznego w Łodzi
Robert Giersek – ekspert, Fundacja Urszuli Jaworskiej
Artur Falek – ekspert, Rencelaria Doradca Rafał Piotr Janaszewski

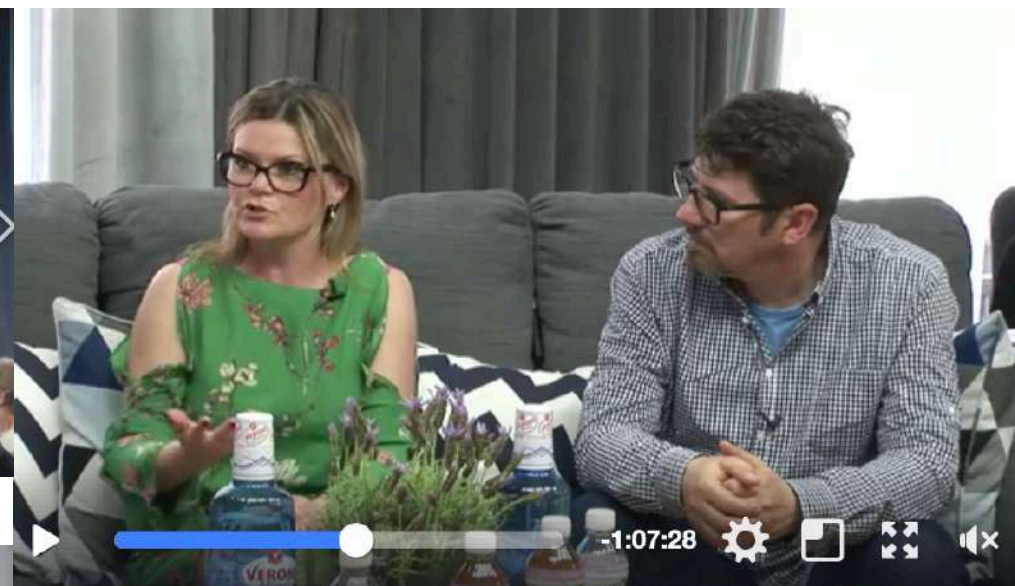
Tłumaczenie symultaniczne debaty: **Agata Gryc i Zofia Sęk**

DEBATA BĘDZIE DOSTĘPNA ON-LINE

ORGANIZATOR

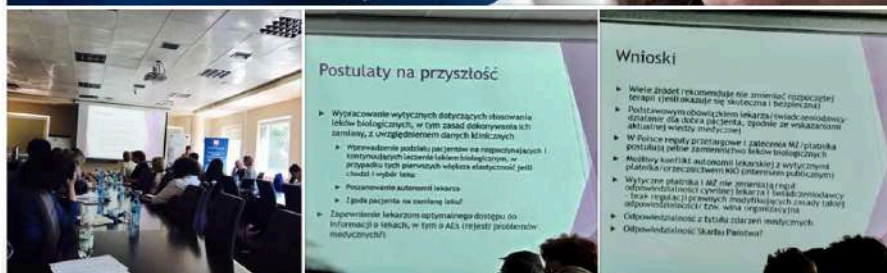


PARTNERZY

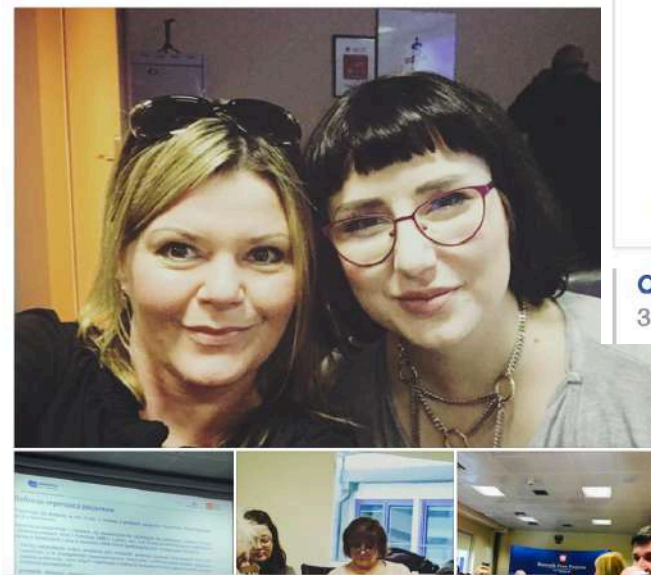


Konsultacje aktów prawnych w ramach KOALICJI OBYWATELE DLA ZDROWIA

Obywatele dla Zdrowia, kolejne spotkanie Koalicji oceniającej akty prawne.



Obywatele dla Zdrowia z Polska Koalicja Organizacji Pacjentów Onkologicznych, Fundacja Urszuli Jaworskiej, Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego



Warto przeczytać.

Prawo i medycyna



Podstawy prawne udziału obywateli w konsultacjach społecznych

Czynny udział organizacji pozarządowych w procesie stanowienia prawa jest częścią szeroko rozumianej partycypacji obywateli w rządzeniu w demokratycznym państwie. Konsultacje społeczne są jedną z form partycypacji, pozwalającą na przekazanie opinii między decydentami a interesariuszami, mając pomóc w wyborze najlepszego rozwiązania.

Mechanizm partycypacji społecznej ma umocowanie w Konstytucji RP, art. 4. **Konstytucji RP** stanowi, że naród (obywatele) sprawuje władzę przez swoich reprezentantów (zasada demokracji przedstawicielskiej) lub bezpośrednio (zasada demokracji bezpośredniej). Bardzo ważne są także konstytucyjne zasady: demokratycznego państwa prawnego, zaufania obywateli do państwa (art. 2.), społeczeństwa obywatelskiego (art. 12.), dialogu społecznego (preambula i art. 20.) oraz subsydiarności (preambula). Poza uregulowaniami konstytucyjnymi, wśród najistotniejszych podstaw prawnych dotyczących konsultacji społecznych są te, związane z **rządowym procesem legislacyjnym**. Tryb przeprowadzania konsultacji

i kompetencji, brak znajomości procesu legislacyjnego, ale także brak szerszej informacji o konsultowanych aktach oraz krótkie terminy konsultacji.

W celu wzmocnienia potencjału organizacji pacjenckich i zwiększenia ich udziału kształtowaniu prawa w Polsce, PKPO w partnerstwie z Rzecznikiem Praw Pacjenta oraz OFOP prowadzi projekt „Obywatele dla Zdrowia”, w ramach którego realizuje konsultacje najważniejszych projektów rozporządzeń i ustaw w ochronie zdrowia, prowadzi bazę konsultacji społecznych oraz wypracowanych opinii i rekomendacji dostępnych na www.obywateladlazedrowia.pl. Od 2017 roku rozpocznie się cykl warsztatowym.

tów dla NGO podnoszących kompetencje z zakresu procesu legislacyjnego, konsultacji i dialogu obywatelskiego. Wszelkie informacje znajdą Państwo na stronie Projektu.

Pragniemy zaprosić wszystkich obywateli do wspólnego uczestnictwa w planowaniu i wdrażaniu zmian w systemie ochrony zdrowia oraz dbaniu o respektowanie przysługujących pacjentom praw. Liczymy na Państwa zaangażowanie. Kwestia zdrowia publicznego powinna być przedmiotem troski wszystkich obywateli.

Beata Ambroziiewicz,
Koordynator Projektu „Obywatele dla Zdrowia”

Obywatele dla Zdrowia

3 stycznia ·

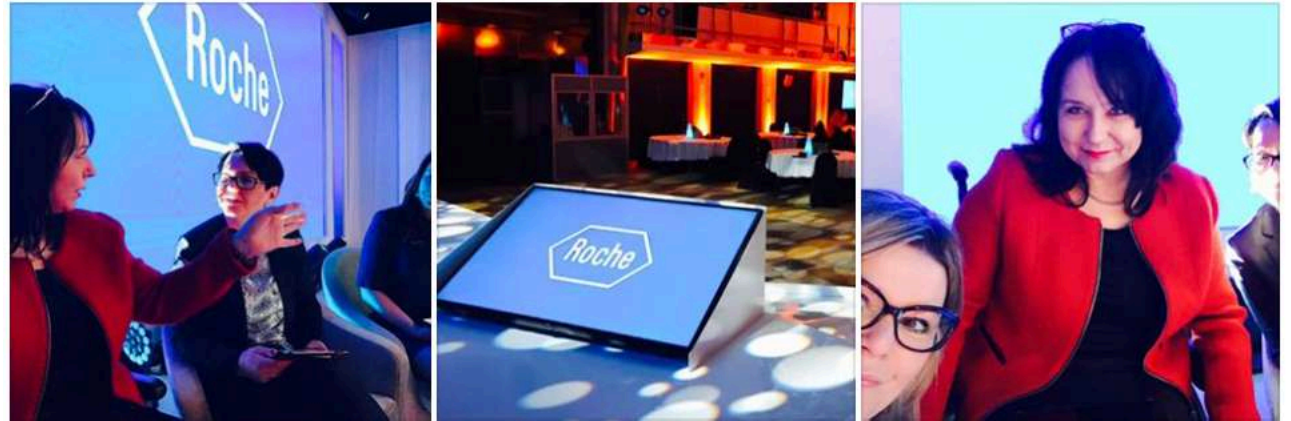
Spotkania partnerskie



SM - walcz o siebie dodał(a) nowe zdjęcia (4).

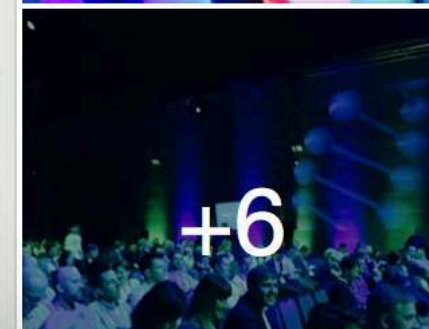
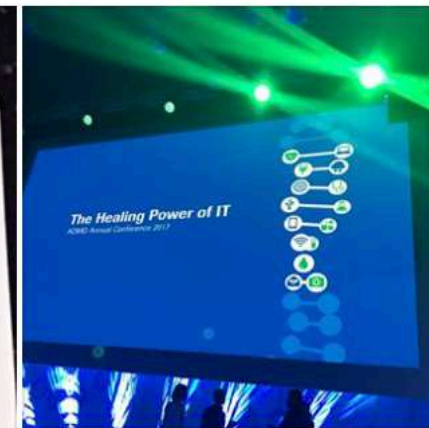
Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 12 stycznia ·

A my opowiadamy i opowiadamy o życiu i działaniach na rzecz SM 😊) z
NeuroPozytywni, Kulawa Warszawa



Nowe technologie dla pacjentów

Działamy, opowiadamy, uwrażliwiamy...



Spotkania cd.



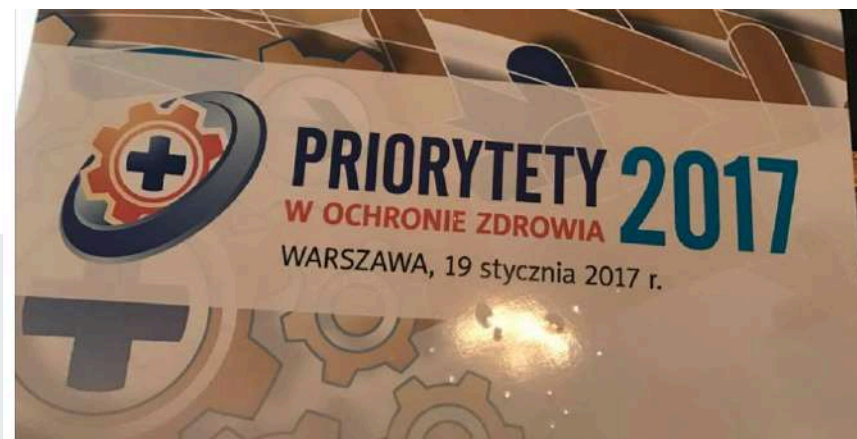
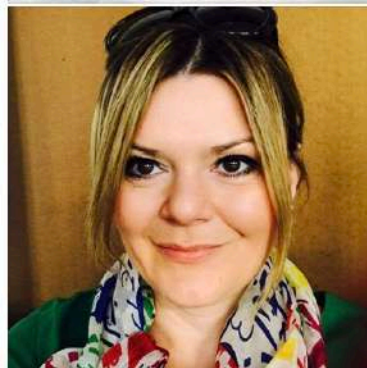
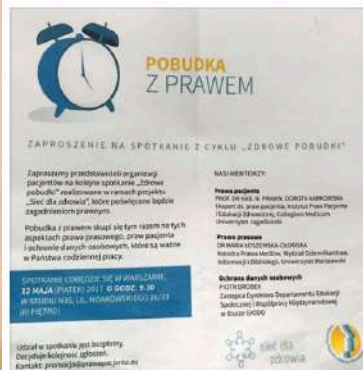
Uczestnictwo w spotkaniach systemowych

SM - walcz o siebie dodał(a) nowe zdjęcia (5) — w 
Mercure Warszawa Centrum.
Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 10 lutego · Warszawa, Masovian Voivodeship · 

XI Forum Organizacji Pacjentów



Sieć dla zdrowia



Wystąpienia w mediach cd

<http://www.medexpress.pl/sm-niezwykle-wazne-jest-by-w.../66435>



SM: Niezwykle ważne jest, by wachlarz leków był coraz większy

O leczeniu SM w Polsce z perspektywy pacjentów z Maliną Wieczorek z Fundacji SM – Walcz o siebie rozmawia Alicja Dusza.

MEDEXPRESS.PL

EMA decyduje o losie pacjentów z pierwotnie postępującą postacią SM



O tym, jak wygląda dostęp do leczenia grupy pacjentów z pierwotnie postępującą postacią stwardnienia rozsianego mówi w rozmowie z Iwoną Schymallą prezes Fundacji SM-Walcz o Siebie Malina Wieczorek.



z SM: Jak "zarządzać" chorobą

o komunikacji w SM mówi nam Malina Wieczorek, prezes Fundacji SM-walcz o

RESS.PL

Wystąpienie na Mazurskich Warsztatach SM- maj 2017



SM - walcz o siebie

Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · Wczoraj o 11:38 · 🌐

2 Dzień warsztatów:)



SM - walcz o siebie

Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 19 maja o 11:55 · 🌐

VII Mazurskie warsztaty stwardnienia rozsianego dla klinicystów. Jesteśmy, nagrywamy wywiady, przywieziemy wiedzę:)

		VII MAZURSKIE WARSZTATY STWARDNIENIA ROZSIANEGO	
KONFERENCJA SZKOLENIOWA		18.05.17 - czwartek	
POD PATRONATEM :		19.00	KOLACJA
Katedry i Kliniki Neurologii		19.05.17 - piątek	
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi		8.00 - 9.00	ŚNIADANIE
USK Nr 1 im. N. Barlickiego		9.00 - 9.10	Otwarcie konferencji - prof. K. Selmaj
Kierownik Katedry i Kliniki Neurologii		9.10 - 9.40	Keynote lecture : PET w obrazowaniu demielinacji - prof. L. Królicki
Prof. dr hab. med. Krzysztof Selmaj		Sesja : Obrazowanie MRI	
Siedlisko Morena		9.40 - 10.10	Obrazowanie istoty szarej - dr M. Pawlak
Stare Juchy		10.10 - 10.35	Znaczenie obrazowania struktur podkorowych - dr A. Kalinowska-Tyszczyk
		10.35 - 11.00	Ewolucja zmian SM - dr M. Siger
		11.00 - 11.15	Przerwa kawowa
		Sesja : Co możemy zrobić poza MRI?	
		11.15 - 11.45	Potencjały wywołane - dr M. Zielińska
		11.45 - 12.15	NOGO - dr hab. A. Jurewicz
		12.45 - 13.15	Przyczyny przerwania leczenia SM i ryzyko związane z odstawieniem terapii - dr hab. M. Mlycko
		13.15 - 13.30	Teriflunomid - nowa doustna opcja terapeutyczna - dr hab. A. Jurewicz
		13.30 - 14.30	OBIAŁ
		Sesja : SM mimics	
		14.30 - 15.00	Choroby małych naczyń mózgowych - dr hab. B. Karaszewski
		15.00 - 15.30	Neurosarkoidoza - dr A. Kempisty
		15.30 - 16.00	Choroby zapalne jelit i mózgu - dr hab. M. Świderek-Matysiak
		16.00 - 16.30	Retinopatie - dr M. Owidzka
		20.00	KOLACJA
		20.05.2017 - sobota	
		8.30 - 9.30	ŚNIADANIE
		Sesja : Nietypowe objawy w SM	
		10.00 - 10.30	Ruchy mimowolne - prof. U. Fischer

Patronat w debatach systemowych w Łodzi i we Wrocławiu

Łódź - debata, której jesteście Partnerem





ORGANIZATORZY:
Instytut Ochrony Zdrowia
Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego
Oddział Łódzki Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego

6 czerwca 2017 r.

Centrum Dydaktyczne
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi,
ul. Pomorska 251, sala 01.11

DEBATA

Kompleksowa opieka medyczna nad pacjentami chorymi na stwardnienie rozsiane – sytuacja województwa łódzkiego

PROGRAM

10:30 Powitanie gości – red. Witold Laskowski, Służba Zdrowia, Medexpress.pl

10:35 „Aktualne możliwości leczenia stwardnienia rozsianego”
– prof. Krzysztof Selmaj, kierownik Katedry i Kliniki Neurologii Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

11:05 „Sytuacja chorych na SM w województwie łódzkim”
– dr n. med. Bożena Adamkiewicz, Konsultant Wojewódzki ds. neurologii

11:35 „Sytuacja w Polsce na tle innych krajów Europy”
– Dominika Czarnota, Rada Główna Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego

11:50 „Relacja i współpraca pacjenta z lekarzem w kontekście wyboru terapii”
– Malina Wieczorek, Fundacja SM Walcz o Siebie

12:10 Głos pacjentów z SM z województwa łódzkiego – Łódzki Oddział PTSR, pacjenci

12:40 „Strategia kompleksowej opieki terapeutycznej nad chorymi z SM w województwie łódzkim – wizja przyszłości” (tbc)
– Katarzyna Tręda-Pisera, Rzecznik Osób Niepełnosprawnych, Urząd Miasta Łodzi;
– Aneta Zapart, Naczelnik Wydziału Gospodarki Lekami Łódzkiego Oddziału Narodowego Funduszu Zdrowia;
– Waldemar Hetmanek, Starszy Inspektor w Wydziale Rodziny i Polityki Społecznej Łódzkiego Urzędu Wojewódzkiego, Oddział Zdrowia Publicznego;
– Włodzisław Skwarka, Dyrektor Łódzkiego Oddziału Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych;
– Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego.

13:10 Lunch

13:30 Warsztat dla pacjentów i przedstawicieli PTSR
„Jak mówić, by być zrozumianym? Jak słuchać, by zrozumieć?” – Instytut Komunikacji Zdrowotnej

14:30 Zakończenie

patronat

SM
WALCZ O SIEBIE

patronat medialny

SŁUŻBA ZDROWIA

Med express.pl

patronat

SM
WALCZ O SIEBIE

patronat medialny

SŁUŻBA ZDROWIA

Med express.pl



ORGANIZATORZY:
Instytut Ochrony Zdrowia
Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego

20 czerwca 2017 r.

Siedziba PTSR Oddział Wrocław,
Creator Klub,
ul. Szybowcowa 23, Wrocław

DEBATA

Kompleksowa opieka medyczna nad pacjentami chorymi na stwardnienie rozsiane – plan dla województwa dolnośląskiego

PROGRAM

10:30 Powitanie gości –

10:35 „Sytuacja chorych
– dr hab. n. med.

11:05 „Dlaczego w leczy
– dr hab. n. med.

11:20 Głos pacjentów z
– Tomasz Połec, f.
– Jolanta Kopyta,
– Ryszard Kuczyński
– Pacjenci

12:00 Dyskusja z udziałem
„Strategia kompleksowej opieki terapeutycznej nad chorymi z SM w województwie dolnośląskim – plan”
– Andrzej Oćwiej,
– Zbigniew Halaś,
– Jolanta Snopko,
– Agnieszka Błaż,
– Bartłomiej Skrz,
– Marcin Sokołowski
– Roman Śnieżko,
– Wanda Golebiec
– Jadwiga Ardelli.
– Jacek Sutryk, Dyrektor Departamentu Spraw Społecznych Urzędu Miasta Wrocławia
– Anna Józefak-Materna, Dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej we Wrocławiu
– Andrzej Mańkowski, Zastępca Dyrektora (ds. Osób z Niepełnosprawnością i Świadczeń) Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej we Wrocławiu

12:40 Lunch

13:00 Warsztat dla pacjentów i przedstawicieli PTSR
„Jak mówić, by być zrozumianym? Jak słuchać, by zrozumieć?” – Instytut Komunikacji Zdrowotnej

13:30 Zakończenie

Szkoła Motywacji 😊 w Centrum Dydaktycznym UM:) dziękuje Instytut Komunikacji Zdrowotnej



Gdynia, 14-16.09.2017

Akademia SM, szkolenie dla pielęgnarek



akademia SM		
14 WRZEŚNIA 2017 czwartek		
14:00	Zameldowanie	Motel Nałkowski, ul. Spodźmunda 2, Gdynia
16:00-16:30	Rejestracja uczestników	
16:30-16:45	Powitanie uczestników	Prof. Płociniak - Dyrektor Medycyny (Warszawa)
16:45-17:45	Program koordynowanej opieki medycznej nad pacjentem z SM	Urszula Zeworska - Fundacja Ursuli Zeworskiej (Warszawa), Andrzej Słomkowski - NFZ (Warszawa)
17:45-18:00	Przerwa kawowa	
18:00-18:30	Rola organizacji pacjentów w opiece nad pacjentami z SM	Prof. Włodarczyk - Fundacja SM - Wzrost o zdrowie (Warszawa)
19:00-19:15	Wprowadzenie do nowego Programu Wsparcia Pacjenta z SM	Aneta Kurekja (Warszawa), Dariusz Chryściak (Warszawa)
19:15-19:30	Raportowanie działań niepożądanych	Aneta Kurekja (Warszawa)
20:00-22:00	Kolacja	Restauracja Hotelowa
15 WRZEŚNIA 2017 piątek		
09:00-09:45	Na czym polegać się planując długoterminową terapię pacjenta z SM	Prof. dr hab. n. med. Anna Zeworska (Warszawa)
09:45-10:00	Przerwa kawowa	
10:00-11:00	Depresja u pacjentów z SM - jak rozpoznać objawy i jak rozmawiać z pacjentem?	Prof. dr hab. n. med. Andrzej Płociniak (Warszawa)
11:00-12:00	SM a życie seksualne - jak rozmawiać i na co zwrócić uwagę w opiece medycznej nad pacjentem?	Dr n. med. Andrzej Płociniak (Warszawa)
12:00-13:00	SM a relacje z bliskimi - rola pielęgniarki w edukacji pacjentów, jak rozmawiać, jak pomóc?	Prof. dr hab. n. med. Andrzej Płociniak (Warszawa)
13:00-13:15	Lunch	
13:15-13:30	Program rozwojowy dla pielęgnarek	Dr n. med. Andrzej Płociniak (Warszawa)
13:30-13:45	Kolacja	Restauracja Hotelowa, ul. Nałkowska 2, Gdynia (w cenie 3 min. spaceru)
16 WRZEŚNIA 2017 sobota		
08:00-09:00	Warsztat Rehabilitacji	
09:00-09:15	Przerwa kawowa	
09:15-10:00	Rehabilitacja pacjentów z SM - zajęcia teoretyczne	Prof. dr hab. n. med. Andrzej Płociniak (Warszawa)
10:00-11:00	Rehabilitacja pacjentów z SM - zajęcia praktyczne	Prof. dr hab. n. med. Andrzej Płociniak (Warszawa)
11:00-11:15	Przerwa i czas na wymeldowanie	
11:15-11:30	Zakończenie warsztatów - pytania i odpowiedzi	Aneta Kurekja (Warszawa), Dariusz Chryściak (Warszawa)
11:30-11:45	Lunch	

Świeradów Zdrój

577.10.2017

-prezentacja badań
dotyczących funkcji
poznawczych

KONFERENCJA NAUKOWO-SZKOLENIOWA SM od Mazur do Gór
Świeradów Zdrój 2017

PRZEWODNICZĄCY KOMITETU NAUKOWEGO
Prof. zw. dr hab. n. med. Krzysztof Selmaj
Kierownik Katedry Neurologii
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

PROGRAM

05.10.2017 Czwartek

19.30 Otwarcie konferencji prof. Krzysztof Selmaj

20.00 Kolacja

06.10.2017 Piątek

Keynote lectures

9.00 - 9.30 Therapeutic decisions in MS prof. Tobias Derfuss, Basel

9.30 - 10.00 Indywidualizacja leczenia w obliczu nowych możliwości terapeutycznych w SM
prof. Krzysztof Selmaj, Łódź

Sesja I: Atrofia – droga od badań naukowych do praktyki klinicznej

prof. Jerzy Walecki

10.00 - 10.30 Konsekwencje atrofi istoty szarej u pacjentów z SM
prof. Przemysław Nowacki, Szczecin

10.30 - 11.00 Rola oceny dynamiki procesu atrofi mózgu związanej z postępem choroby
prof. Jerzy Walecki, Warszawa

11.00 - 11.30 Biotowa ocena długoterminowych zmian w objętości mózgu
w przebiegu stwardnienia rozsianego
dr Mikołaj Pawlak, Poznań

12.30 - 12.45 Przerwa kawowa

Sesja II: Atrofia a nowoczesna terapia SM

prof. Przemysław Nowacki

11.45 - 12.15 Hamowanie zaniku mózgu w SM:
co umożliwiają nowoczesne terapie SM
dr Robert Buncak, Gdansk

12.15 - 12.45 Atrofia a rezerwa neurologiczna u leczonych
immunomodulacyjnie pacjentów z SM
dr Dorota Kostarska, Szczecin

12.45 - 13.00 Dyskusja

13.00 - 14.00 LUNCH

Sesja III: Nowe i ustalone metody leczenia SM

prof. Krzysztof Selmaj

14.00 - 14.30 CLADRIBINE, nowa opcja terapeutyczna w leczeniu SM
prof. Krzysztof Selmaj, Łódź

14.30 - 15.00 Czy IFN beta-1b zaspokaja ważne cele terapeutyczne?
prof. Bogusław Paradowski, Wrocław

15.00 - 15.30 NEDA czy NEDA w ocenie progresji SM
dr Agnieszka Machalska, Łódź

15.30 - 15.45 Przerwa kawowa

Sesja IV: Optymalny model opieki nad pacjentem z SM dr hab. Monika Adamczyk-Sowa

15.45 - 16.15 Optymalny model opieki nad pacjentem - Biomarkery diagnostyczne w stwardnieniu
rozlanym dr Elżbieta Tokarz-Kupczyk, Poznań

16.15 - 16.45 Optymalny model opieki nad pacjentem - Indywidualizacja leczenia
dr Ewa Gruszcza, Wrocław

16.45 - 17.15 Optymalny model opieki nad pacjentem - Wczesna eskalacja leczenia
dr Anna Karbicka, Szczecin

17.15 - 17.45 Konsekwencje odstawienia leków 2-linii: omówienie przypadków
dr hab. Monika Adamczyk-Sowa, Zabrze

18.00-19.00 Sesja interaktywna: A new approach to treating MS: what is an immune
reconstitution therapy (IRT) prof. Gavin Giovannoni, London

20.00 Kolacja

07.10.2017 Sobota

Sesja V: RWE (real world evidence) - najnowsze wyniki badań po-rejestacyjnych prof. Agnieszka Słowik

9.00 - 9.25 Zaburzenia poznawcze SM widziane oczyma pacjentów. Badanie ankietowe
Malina Wieczorek, Warszawa

9.25 - 9.50 Real World Evidence - doświadczenia Polskie (RWE)
dr hab. Anetta Lasek-Bal, Katowice

9.50 - 10.15 Optymalny model opieki nad pacjentem z SM - doświadczenia z krajów Europy
(RWE) dr Agnieszka Słowik, Łódź

10.15 - 10.45 Real-world data- badania PANGAEA and PEARL
prof. Krzysztof Selmaj, Łódź

10.45 - 11.15 Porównanie terapii doustnych stosowanych w leczeniu SM
dr Katarzyna Kurawska, Warszawa

11.15 - 11.45 Parametry oceny skuteczności w SM, badania RCT v. RWE
prof. Agnieszka Słowik, Kraków

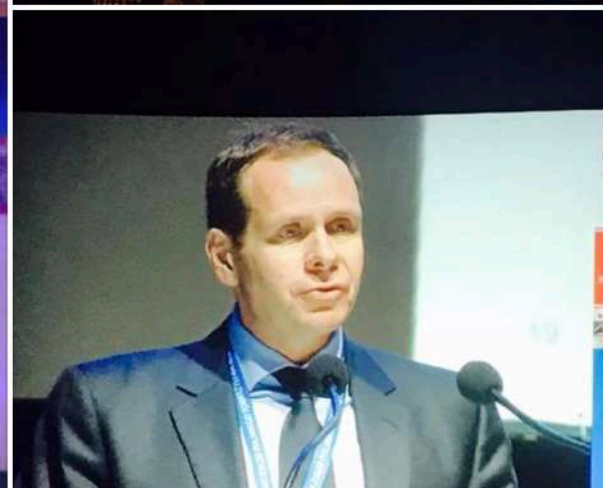
11.45 - 12.00 Dyskusja

12.00 Zakończenie Konferencji prof. Krzysztof Selmaj

WIĘCEJ NA : WWW.SATYSFAKCIALODZ.PL

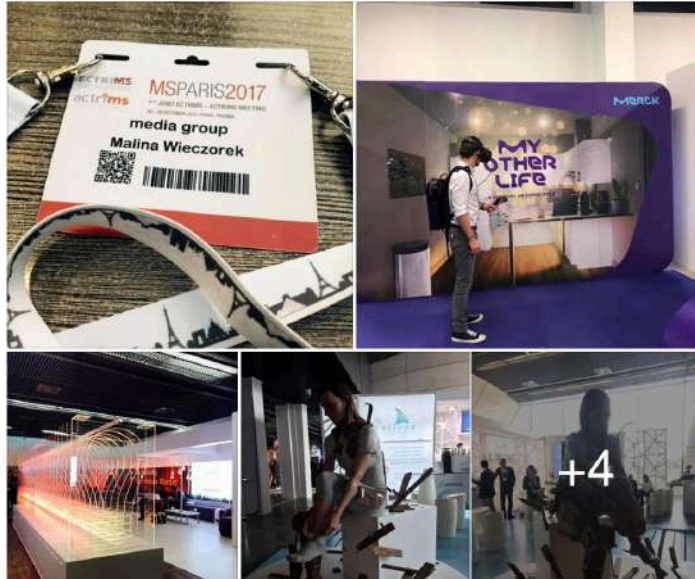
BIURO ORGANIZACYJNE : SATYSFAKCJA, 90-014 ŁÓDŹ, NAWROT 42/4 TEL. +48 503 106 369, satysfakcialodz@gmail.com

XXIII ZJAZD PTN , Gdańsk, 11-14.10.2017



ECTRIMS 2017 PARYŻ

MS Paris 2017 ECTRIMS



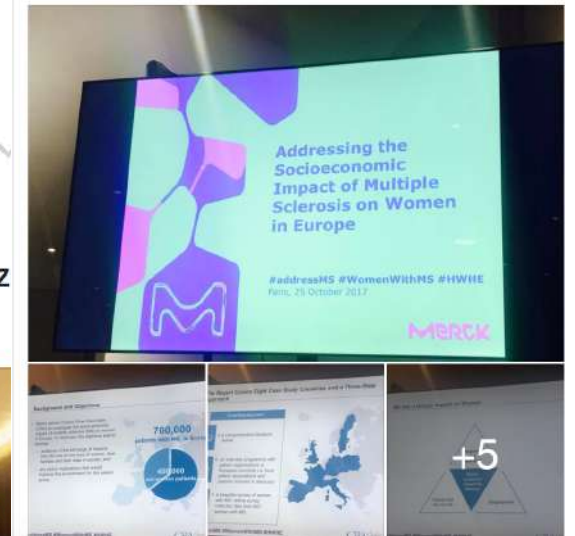
SM - walcz o siebie dodał(a) nowe zdjęcia (2).

Opublikowane przez: Malina Wiecezrek [?] · 25 października o 21:18 ·

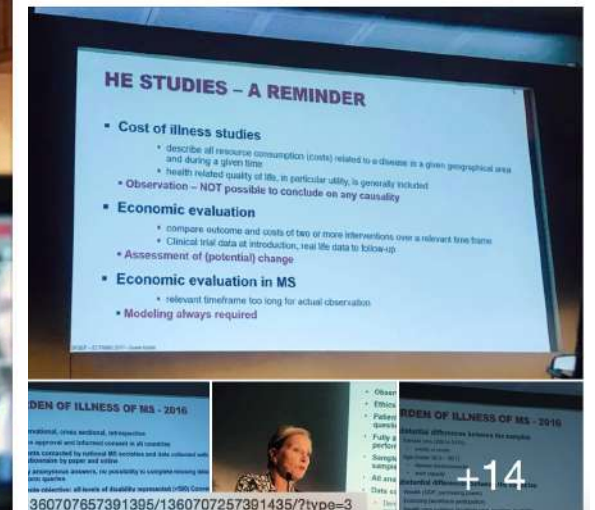
O światowych perspektywach dla osób żyjących z SM rozmawialiśmy z Anne Winslow, EMSP President



Kolejne bardzo ciekawe badanie...



Dzisiaj uczestniczymy w ECTRIMS, a dziś fragmenty prezentacji prof Giseli Kobelt o kosztach leczenia i zaniechania leczenia w SM



Lisbona

POLAND



Malina Wieczorek
PRESIDENT
Foundation SM – walcz o siebie/MS Fight for Yourself

SM
WALCZ O SIEBIE

Malina Wieczorek is President of the, "MS - Fight for Yourself" Foundation which is behind the "MS - FIGHT FOR YOURSELF" media campaign (www.sm-walczosiebie.pl). The campaign started six years ago and every year it is publicised through television, radio, press, the internet and PR. Our social media group has more than 10,000 people with MS. In 2017 we created new MS portal called "School of Motivation" (www.szkola-motywacji.pl). I am a non-profit advisor to many NGOs, as well as being CEO of the social marketing agency TELESCOPE, with more than 100 social campaigns. The awards I have won include Benefactor of the Year, 5 EFFIE Awards, Gold Magellan, Silver Stevie Awards and more.

I am also is an artist, who specialises in painting nude women. (www.malina-wieczorek.art.pl)

Additionally, I have a family and am a happy mum.

I have been livin with MS for 16 years.

Your organisation's key activities for 2018:

- MS – Fight for Yourself campaign. 7th edition

School of Motivation portal

Malina Wieczorek

SM Walcz o siebie
(MS Fight for yourself)

Poland

**Equity & Excellence for
MS Patient Group Sur**

Warszawa, Pollin

😊)nasze TED'xy, Sieć Przedsiębiorczych Kobiet



Warszawa

Town Hall Meeting



Ludzie i medycyna

Kochani, zapraszam Was do posłuchania rozmowy: [Malina Wieczorek](#), która założyła Fundację [SM - walcz o siebie](#) i stworzyła projekt Szkoła Motywacji. Piękny głos.

[#psychologiamedycynie](#)

[#wearenotwaiting](#)



SM = SZKOŁA MOTYWACJI. MALINA WIECZOREK
[AUDIO]

SM = SZKOŁA MOTYWACJI by Ludzie i medycyna Malina Wieczorek jest niezwykłą rozmówczynią - totalnie otwartą na wszystkie kierunki, w...

[LUDZIEIMEDYCYNAPL](#)

Lublin 12.12.2017

Lublin



ZAPROSZENIE

Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego,
Lubelski Oddział Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego,
Instytut Ochrony Zdrowia

zapraszają na debatę pt.

Kompleksowa opieka medyczna nad pacjentami chorymi na stwardnienie rozsiane – wytyczne postępowania

12 grudnia 2017 r. godz. 10.30–14.30

Lubelskie Centrum Konferencyjne, Sala Wielofunkcyjna,
ul. A. Grottgera 2, 20-029 Lublin

PROGRAM:

- 10:30 Powitanie gości i wprowadzenie
red. Witold Laskowski, „Służba Zdrowia”, Medexpress.pl
- 10:35 **DLACZEGO W SM LICZY SIĘ CZAS. AKTUALNE WYTYCZNE POSTĘPOWANIA**
prof. Konrad Rejdak, Konsultant Wojewódzki w dziedzinie neurologii,
Prezes Elekt Polskiego Towarzystwa Neurologicznego, Kierownik Kliniki Neurologii
USK Lublin
- 11:00 **FINANSOWANIE LECZENIA SM W WOJEWÓDZTWIE LUBELSKIM**
Karol Tarkowski, Dyrektor Lubelskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ
- 11:20 **POSTULATY PTSR I GŁOS PACJENTÓW CHORYCH NA SM**
Tomasz Poleć, Rada Główna Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego,
przedstawiciel Lubelskiego Oddziału PTSR, pacjenci
- 11:45 **STRATEGIA KOMPLEKSOWEJ OPIEKI TERAPEUTYCZNEJ NAD CHORYMI Z SM
W WOJEWÓDZTWIE LUBELSKIM – WIZJA PRZYSZŁOŚCI**
Dyskusja z udziałem zaproszonych gości: przedstawicieli Urzędu Marszałkowskiego
Województwa Lubelskiego, Lubelskiego Urzędu Wojewódzkiego, Radnych Woje-
wództwa Lubelskiego, Lubelskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu
Zdrowia, oddziału Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Lublinie oraz przedstawicieli
świadczeniodawców.
- 12:20 **RELACJA I WSPÓŁPRACA PACJENTA Z LEKARZEM W KONTEKście WYBORU TERAPII**
Małina Wieczorek, Prezes Fundacji SM – walcz o siebie
- 12:45 Lunch
- 13:15 Warsztat dla pacjentów i przedstawicieli PTSR **MEDIA O ZDROWIU**
– **JAK KOMUNIKOWAĆ, BY BYĆ ZROZUMIANYM?**, Piotr Barciuk, Medexpress.pl
- 14:00 Zakończenie

PARTNERZY:

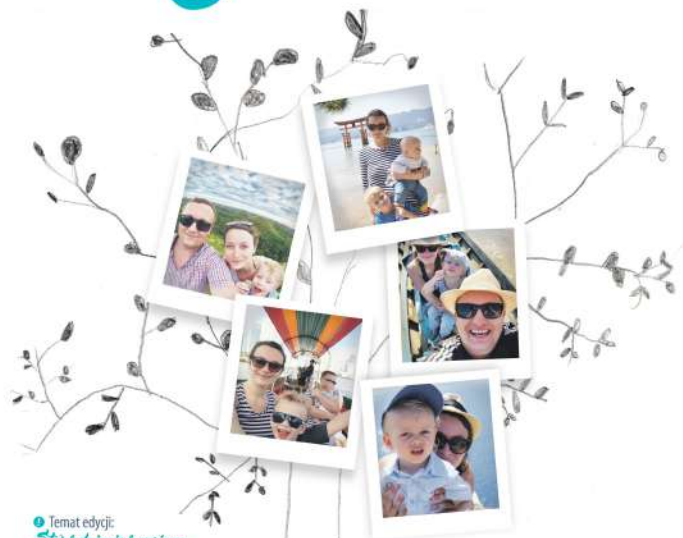
PATRONI MEDIALNI:



Rzeczpospolita, 18.12.2017



Zdrowie RODZINY



Temat edycji:
Stwardnienie rozsiane



Prof. dr hab. n. med.
Krzysztof Selmaj

„Efekt i skuteczność leczenia SM
jest kwestią bardzo indywidualną,
ważne jest więc dopasowanie terapii
do konkretnej osoby.”

Natalia Sitarska i Łukasz Smoliński
z Tasteaway.pl:
Szczęśliwa rodzina daje najwięcej – jest
źródłem ogromnej siły, motywacji, wsparcia do
przezwyciężenia wszelkich przeciwności

Rodzina w obliczu choroby
opieka, motywacja, wsparcie

Choroby *serca* w rodzinie
świadomość profilaktyki

czytaj online
www.dbaizdrowie.info

Miesięcznik dołącz do naszego Medical Media Solutions (dostarczany wraz z dziennikiem „Rzeczpospolita”)



Malina Wiczeorek
Prezes Fundacji SM – Walcz o siebie

Siła i *motywacja* w SM

Wzorem Europy, zaczynamy mówić o personalizacji leczenia – idziemy w dobrym kierunku, mamy coraz szerszy dostęp do leków, czekamy na kolejne, a to dla chorych niezwykle istotne.

Mówi się, że SM jest chorobą o 1000-cu twarzach, każdy choruje inaczej, a zatem szeroki wachlarz leków jest sprawą priorytetową. Wciąż najważniejszym elementem jest szybka diagnoza, natychmiastowe włączenie pacjenta w program lekowy i podejmowanie szybkich decyzji w kontekście zmiany leczenia, jeśli poprzednie już nie działa. Nie można tego procesu powstrzymać. I tu, z nieukrywaniem niepokojem, patrzą na swoją przyszłość pacjenci leczeni w tzw. 2 linii, ponieważ wciąż nie ma decyzji, czy 5-letni okres refundacji leków zostanie zmieniony na bezterminowy, jak ma to miejsce już od lat w tzw. 1 linii leczenia. Trzeba zauważyć, iż w tzw. 2 linii w Europie leczy się ok. 25% pacjentów, u nas tylko 9%.

Kolejną niepokojącą sprawą są powiększające się kolejki. Jak podaje NFZ, w tym momencie prawie 900 osób czeka na refundowane

leczenie. Dla przykładu, w Czechach średni okres oczekiwania na włączenie w program lekowy to 28 dni, u nas – nawet 9 miesięcy. A w tym czasie chory może doznać rzutu, który kolokwialnie mówiąc „posadzi go na wózek”.

Szybkość włączenia terapii i dostępu do leczenia ma ważny aspekt nie tylko społeczny, ale i ekonomiczny. Jak pokazuje szereg badań, w tym ostatnie międzynarodowe badania prof. Giseli Kobelt, lepiej szybko i skutecznie leczyć, dzięki czemu osoba może pracować, nie przechodzi na rentę, nie doświadcza niepełnosprawności, nie wymaga pomocy rodziny. W pełni realizuje swoje życiowe zadania, w tym wspomnianą karierę zawodową i cele rodzicielskie. Musimy pamiętać, że aspekt życia rodzinnego jest niezwykle ważny. Na SM chorują osoby młode, mające całe życie przed sobą, a medycyna

dysponuje już terapiami, które chorobę wyhamowują. Zatem wyznacznikiem dobrego leczenia jest osoba, której stan jest stabilny, taka, która w pełni realizuje swoje plany. Do takiej postawy inspirowujemy również w Szkole Motywacji, nieodpłatnej, dostępnej dla wszystkich potrzebujących wsparcia i fachowej wiedzy platformie e-learningowej, realizowanej w ramach 6. edycji kampanii SM – WALCZ O SIEBIE.

Zbliżny z naszym myśleniem jest obecny przekaz światowy. Tam nie mówi się już o „chorych na SM”, a o „osobach, które żyją z SM”. To przecież czyjeś dzieci, czyjeś rodzice, matki, ojcowie, pracownicy, może wynalazcy, a może osoby władające zwyczajne życie – po prostu ludzie. A człowiek jest wart największej uwagi i szacunku. Czekam ze zniecierpliwieniem na taką narrację w Polsce. ■

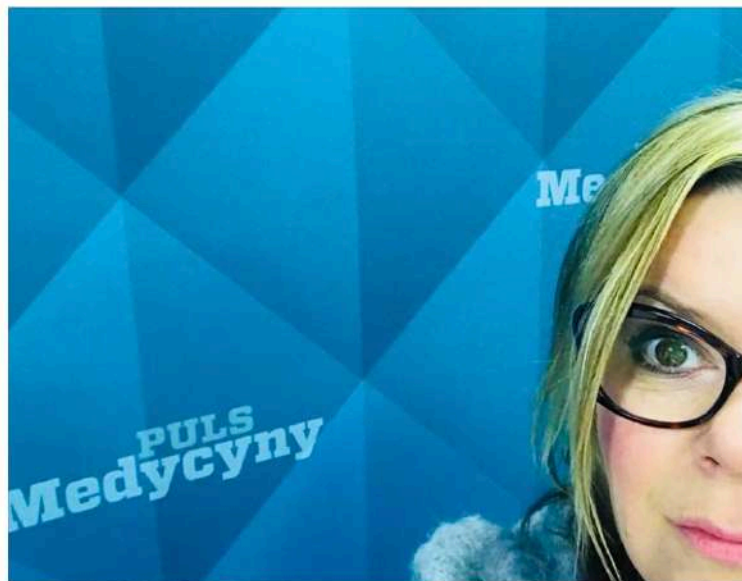


Materiały przygotowane i pochodzące od Medical Media Solutions

Puls Medycyny- debata systemowa

18.12.2017

Debata systemowa, Puls Medycyny



Poznań 20.12.12



20.12.2017
DO
ZOBACZENIA
W POZNANIU!

OSTATNIA SZANSA NA BEZPŁATNE SZKOLENIE W TYM ROKU!

PRAWA PACJENTA Z SM/
MECHANIZM SM/TAJEMNICE
MÓZGU/ KOMUNIKACJA Z
LEKARZEM/

Biurowiec Omega, ul. Dąbrowskiego 79A, sala Wuchta, start: 10:30

POZNAŃ
20
12
17



KOMUNIKACJA Z CHOROBA

W trakcie warsztatu będziemy rozmawiali o:

- przekonaniach wspierających i ograniczających, czyli o stosunku chorego do choroby,
- barierach w komunikacji, czyli czego unikać, żeby się lepiej porozumiewać,
- sztuce zadawania pytań, czyli umiejętności kierowania rozmową,
- postawie asertywnej, czyli egzekwowaniu praw pacjenta z poszanowaniem praw lekarza.

PROGRAM:

- 10.30 **Otwarcie spotkania**
Monika Ruckgaber, Andrzej Juchniewicz, trenerzy Instytutu Komunikacji Zdrowotnej
- 10.35-11.00 **Prawa pacjenta a rola komunikacji interpersonalnej**
mec. Andrzej Ossowski, Kancelaria Adwokacka
- 11.00-11.30 **Ocena funkcji poznawczych oczami pacjentów z SM w kontekście zwiększania rezerwy neurologicznej**
Malina Wieczorek, Prezes Fundacji „SM – walcz o siebie”
- 11.30-12.00 **Mechanizm działania SM**
dr n. med. Alina Kalinowska-Lyszczarz, Uniwersytet Medyczny w Poznaniu
- 12.00-12.15 Przerwa kawowa
- 12.15-14.00 Warsztat **Komunikacja z chorobą – część I**
- 14.00-14.30 Lunch
- 14.30-17.00 Warsztat **Komunikacja z chorobą – część II**



Biurowiec OMEGA
Sala Wuchta, 11 piętro
ul. Dąbrowskiego 79 A
POZNAŃ

Oh!me

<http://ohme.pl/zdrowie/zyciu-sa-dwie-strategie-napotyknajac-trudnosci-mozna-sie-zalamac-lub-wyciagnac-tego-doswiadczenia-niesamowita-sile/>



W życiu są dwie strategie. Napotyknając trudności można się załamać lub wyciągnąć z tego doświadczenia niesamowitą siłę - Oh!me - Magazyn dla kobiet

Facebook

SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Malina Wieczorek [?] · 7 czerwca o 10:55 ·

Kolejny wykład: TERAPIA ESKALACYJNA A INDUKCYJNA
<http://www.szkola-motywacji.pl/.../terapia-eskalacyjna-a-indu...>



szkola-motywacji.pl

Terapia eskalacyjna a indukcyjna. Prof Krzysztof Selmaj - Szkoła Motywacji

Wywiad Szkoły Motywacji z profesorem Krzysztofem Selmajem • Terapia eskalacyjna a indukcyjna. • Czy można typować pacjenta na konkretny rodzaj...

SKOLA-MOTYWACJI.PL

Kolejna dawka wiedzy: REZONANS MAGNETYCZNY A TOMOGRAFIA PET- opowiada prof. Królicki
<http://www.szkola-motywacji.pl/.../zmiany-czynnosciowe-w-mozg...>



szkola-motywacji.pl

Zmiany czynnościowe w mózgu. Rezonans Magnetyczny a PET. Prof. Leszek Królicki - Szkoła Motywacji

SKOLA-MOTYWACJI.PL

Odbiorcy: 4744

Promuj post

SM - walcz o siebie udostępnił(a) link.
Opublikowane przez: wyborcza.pl [?] · 5 czerwca o 17:03 ·



Polacy rozszyfrowali tajemnice stwardnienia rozsianego. Megaodkrycie mikrocząsteczek!

Polscy naukowcy odkryli cząsteczki, których pomiar pozwoli na szybką i wiarygodną diagnozę stwardnienia rozsianego (SM). Odkrycie daje też nadzieję na...

WYBORCZA.PL

Odbiorcy: 26 904

Promuj post

Lubię to! Komentarze Udostępnij

174

Chronologicznie

SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Agnieszka Krok [?] · 12 czerwca o 10:02 ·

Stwarzanie nowych celów w życiu, realizowanie wcześniejszych oraz spełnianie marzeń. To właśnie na tym, a nie na chorobie, powinniśmy się skupiać, dzięki czemu przejdzie ona na drugi plan. Posłuchajcie całego szkolenia Marty Smolińskiej na ten temat: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../sposoby-funkcjonowania-i-m...>



szkola-motywacji.pl

Ja i mój SM

SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Agnieszka Krok [?] · 24 czerwca o 10:26 ·

Macie pytania i wątpliwości związane z lekami, które bierzecie? Działajcie, pytajcie, bądźcie aktywni i konsultujcie każdą niepewność z lekarzem! Sprawdźcie, co na ten temat mówi Marta Smolińska: www.szkola-motywacji.pl/.../sm-moj-wplyw-na-sposob-leczenia-m...



szkola-motywacji.pl

Ja i lekarz

Odbiorcy: 3660

Promuj post

Facebook

**SM - walcz o siebie**

Opublikowane przez: Jakub Wołek [?] · 3 sierpnia o 15:23 · 

Pamiętajcie, że odpowiednio dobrana dieta jest bardzo ważnym element w walce z chorobą, choć zmiana nawyków żywieniowych może być bardzo trudna.

Posłuchajcie, co na temat diety przy chorobach immunologicznych mówi dietetyk kliniczny Magdalena Dorko-Wojciechowska - <http://www.szkola-motywacji.pl/.../dieta-w-chorobach-autoimmu...>



Odbiorcy: 12 713

Promuj post

 **Lubię to!**  **Komentarze**  **SM**

 **Udostępnij**

   106

Chronologicznie

45 ponownych udostępnień

**Bożena Leder** Jestem dietetyczką i też wyróżniona z SM pozwolę sobie dodać ciekawostkę dotyczącą tłuszczu. Zalecam olej kokosowy. Osobiście długi czas używałam z tłuszczu tylko olej kokosowy do wszystkiego. Zrobiłam sobie przerwę ale chyba czas wrócić 🍌 z owoców polecam avokado. Pozdrawiam i życzę spokoju wytrwałości w walce z paskudztwem jakie nas dopadło. 🍌🍌🍌

Lubię to! · Odpowiedz · Wiadomość ·  5 · 5 sierpnia o 10:59

↪ 5 odpowiedzi · 4 godz.

**Mariusz Śródka** Napewno do wykonania jak ktos sie stoluje.....pozdrawiam

Lubię to! · Odpowiedz · Wiadomość ·  1 · 7 sierpnia o 22:43

↪ 1 odpowiedź

**Konrad Wiśniewski** Stosuję dietę Paleo wg dr Whals od 4 lat i sm zatrzymał się, brak postępów choroby, na dowód tego mam trzykrotne badanie MRI, poza tym wiele funkcji "życiowych" wróciło - jeżdżę autobusami, chodzę w zasadzie tyle ile potrzebuję, beż żadnych leków!!!!

Lubię to! · Odpowiedz · Wiadomość ·  2 · 8 sierpnia o 10:39

↪ 1 odpowiedź

**Jasiu Kulesza** Ja pozwolę sobie wyrazić taką teorię, że najważniejsze w oswojeniu SM - i są nie dieta suplementy i tego tam pierdoły ale aktywność ćwiczenia dobra atmosfera w domu brak stresu miłość aktywność seksualna docenienie . Do czasu mojej depresji tylko pogarszało mi się po pokonaniu jej i znalezieniu szczęścia i miłości i docenieniu przez bliskich mojej osoby choroba o mnie zapomniiała.

Lubię to! · Odpowiedz · Wiadomość ·  1 · 12 godz.

**Joana Radek** Dieta? Lodówkę opróżniłam z mięsa. Od dziś warzywa i ryby. Zobaczmy jak długo 🍌



Lubię to! · Odpowiedz · Wiadomość ·  1 · 1 godz.

Gadżet 2017

konkursy:
lipiec- wrzesień



Konkursy



Konkurs 1

Czas na KONKURS! Nagrodami są koszulki SM Walcz o siebie i Szkoły Motywacji. Wystarczy, że odpowiecie na pytanie konkursowe: „Co jest moją motywacją?” i uzasadnicie swoją wypowiedź.

10 osób, które udzielą najciekawszych odpowiedzi otrzyma upominki.
Do dzieła! 😊

Regulamin: <http://bit.ly/2uQ71bl>



Basia Sz Moją motywacją jest rodzina n moja córka niby ma 11lat ale rozumie cz motywacja jest dalsze życie piękne życie miłość i zrozumienie w złych i dobrych ci
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) · 

Sylwia Kowalczyk Moją motywacją jest przychodni , placz dziecka , taniec w dzień bez bólu , truskawki ze śmietaną i zwykle , że aż niezwykle i dla nich warto :
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) · 

Lucyna Łaska Moja motywacja? Życie- dnia się budzę i zasypiam. To że mam p od Pana Boga i to największa motywac tak, by niczego nie żałować. Bo życie to dobrze i szczęśliwie i doceniać każdy dz jedno największe na świecie szczęście. i
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) · 

Grzegorz Szczech Moją główną motywacją są bliscy. Żona oraz córka, która każdego dnia przypomina mi jak ważny jest każdy dzień, każda godzina, każda minuta...dzięki nim nie myślę o chorobie lecz o tym co jest w życiu najważniejsze czyli rodzina!
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  3 · 31 lipca o 14:50

Weronika Dolewska Moją motywacją jest mój koń. Obcowanie z nim jest dla mnie najlepszą rehabilitacją jaka może być. Nie tylko mogę spędzać aktywnie czas co w moim przypadku daje mi radość i dużo satysfakcji oraz możliwość pięcia się w górę (czasami też w dół 😊) moich marzeń, ale też sam przyjazd do stajni niekoniecznie spędzany w siodle jest dla mnie bardzo relaksujący 😊
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  5 · 31 lipca o 14:52

Zofia Kowalczyk Moją motywacją są zdania: jak się jest na samym dnie to jedyna droga prowadzi do góry oraz cytāt z Hemingway- denerwować się to mścić się na własnym zdrowiu za głupotę innych. Oba cenne w zależności od potrzeb i sytuacji 😊

**Izabela Adamik** Moją motywacją jest każdy dzień. Każdy dzień z moją rodziną. Piesek ze schroniska i jego szczęście. Musimy każdego dnia mieć uśmiech na twarzy, czy słońce czy deszcz, bo z naszych twarzy bije miłość i dobroć. Nie może być zawsze pod górę. Pod górę wchodzi się ciężko ale jaka jest satysfakcja gdy ją pokonamy i dotrzemy do celu. Motywacją jest pokonanie przeciwności losu.



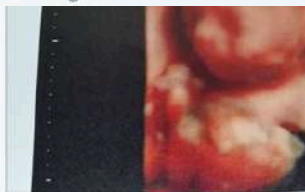
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  1 · 31 lipca o 13:39

**Marzena Sosnowska** Moją Motywacją są moje Dzieci! 7 letni Kacperek który od 6 lat wspiera mnie dzielnie w chorobie rehabilitacji i pomaga wstać po każdym upadku a drugi synuś pojawił się za 65 dni ❤️ zaczynamy 32 tydzień 😊 Bo choroba nie ogranicza w byciu Super Rodzicem! 🙌



... motywacją jest moja r...
...a. Dbamy o siebie wzajemnie, ufamy s...
...o cudowne uczucie mieć przy sobie oso...
...owo i dają mi wsparcie.
...wacją są także moje postępy. Mam coraz...
...ą pewnością siebie i siłę do dalszej walki.
...większą moją motywacją jestem ja sama, czuję wewnętrzną siłę i...
...uczyłam się żyć z chorobą i nie przejmować się nią, po prostu ją...
...wałam. Wiem, że co by się nie działo - i tak dam radę... dla siebie i dla...
...kich.
[Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  1 · Wczoraj o 13:25

Ławska Moja motywacja ma 13 lat. To Ona namówiła m...
...e. Ona mówi kiedy nogi są słabe: dasz radę. Ona...to m...
...i dla Niej - warto zaciśnąć zęby i wziąć się za bary z SM.
[Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) · 19 godz.



[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiad](#)

słowa "kocham Cię Ciociu, nie bój się, ja się Tobą zapiekuje" sprawa, że dzień w dzień wstaję rano i z uśmiechem na twarzy wychodzę żyć. MÓJ PRYWATNY ÓSMY KOLOR TĘCZY- MOJĄ NAJWIĘKSZĄ MOTYWACJĄ!!!! Dlaczego? Bo chcę jak najdłużej cieszyć się możliwością wspólnego biegania, jazdy na rowerze, wspólnych zabaw! Bo chcę jak najdłużej cieszyć się JEJ uśmiechem!!!!
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  5 ·

**Aneta Stankowska** Moja jedyna motywacja s
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  2 · 31

**Mir A. Szwon** Mam jeszcze tyle do zrobienia i sposób wszystkiego wymienić. Motywuje mnie sobie stanowi motywację oraz chwila kiedy w hmmm 😊. Od wielu lat również praca z tymi



...y robić coś swojego więc robi...
...😊 ale taka teraz moja najwięk...
...i córeczka która urodzi 19Wrz...
...nodzić na basen , czy np. Robi...
...ac ❤️❤️❤️❤️❤️❤️

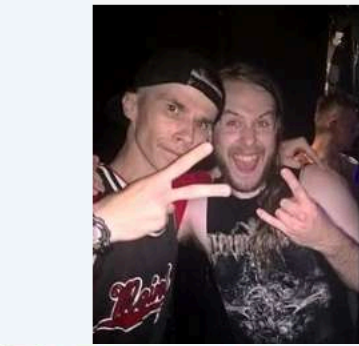
**Iza Mieloszyńska** Moją motywacją jest moja rodzina dla której nie ciężarem ,moja SMowa grupa cudownych ludzi którzy na mnie lic: codziennie wstaję rano i dodaje powitanie ,dla nich szukam zagad z nimi je rozwiązywać bo wiem jak ważne dla Nas chorych jest ów koncentrację.....z nimi razem się wygłupiamy i żartujemy...no i koch więc choć jak najdłużej się nim cieszyć będąc sprawna 😊
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  1 · 31 lipca o 22:28

**Monika Tomczyk** Moja motywacja to ja sama! Pomimo 31 lipca dzielnie wspiera zawsze wiem jedno jak sama nie będę dać radę to przegram bo w dużej mierze wiele zależy od nas sam naszego podejścia i psychiki ja twardo stąkam po ziemi dlatego p sobie przeciw jest tylu ludzi którzy mają gorzej ode mnie a mimo i się nie poddają to przykre choć prawdziwe. Pozdrawiam
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  1 · 31 lipca o 22:32

**Beata Karpińska** Moja motywacja to działalność na rzecz społec! Organizujemy plenery malarskie, imprezy okolicznościowe dla sp naszej wsi, imprezy dla dzieci, robimy pokazy gotowania i piecen powstanie jest przez nas konsumowane na miejsc... Zobaczyć więcej
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  1 · 31 lipca o 22:43

**Irena Dyszy** Moja motywacja to ludzie tacy jak ja, czerpię i otrzym siłę. To moja terapia a radość z naszych nawet najmniejszych osią pozwala mi patrzeć w przyszłość pełna nadziei... Nauczyłam się d pomoc z każdej chwili wycisnąć jak najwięcej pozytywnych rzecz chorobie poznałam ludzi którzy stali się moją SM -ową rodziną .
[Lubię to!](#) · [Odpowiedz](#) · [Wiadomość](#) ·  1 · 31 lipca o 23:35

**Grzesiek Chrzanowski** Moją motywacją jest muzyka. Gdy jest to przenoszę się w inny świat, zapominam o chorobie, balkonik do wspaniałej rodziny, której członkowie nie widzą we mnie tylk Dlatego za każdym razem dostaję kopa i pakuję się do pociągu drogę, bo wiem że ograniczenia są tylko w naszych głowach.



**Blanka Podwysocka** Moją motywacją najważniejszą są skrzywdzone dzieci po przejściach, latami maltretowane fizycznie i psychiczne przez rodziców biologicznych, zaniedbane chorowane. Które przyjmuję pod swój dach i do swojego serca. To dla nich mam siłę rano wstać z łóżka. Historia tych dzieci zmotywowała by niejednego chorego. Jak patrzę jak się zmieniają, jak strach znika z ich twarzy, jak po leczeniu znika ból który towarzyszył im latami. Mam 6 dzieci w rodzinie zastępczej, plus 7 z domu dziecka z Litwy. Na dniach chcemy uratować kolejne przed domem dziecka i od toksycznej rodziny. Kolejną motywacją są góry, co roku jeden szczyt i to nie ważne że potem wózek, raz ja daję popalić swojemu esemkowi, potem on mi. w Tym roku spełniłam marzenie życia: Dolina 5 stawów;) Chcę tym pokazać innym chorym że mimo łez i bólu i ataksji na szlaku daje radę. Kolejną motywacją byli moi pacjenci, którym pomagałam wstać o własnych siłach, przychodzili na fizykoterapię z bólem a wychodzili szczęśliwi. Ale niestety na rzecz dzieci musiałam z kochanej pracy zrezygnować. Nie da się pomóc wszystkim, i Sm nie raz nie pozwala. Ale kocham to co robię i to daje mi olbrzymiego kopa. Tym bardziej jak widzę to moi znajomi z SM że mimo choroby można dawać siłę i motywację innym. Szczególnie nowo zdiagnozowani dziękują mi za porady i pokazanie że z SM można normalnie żyć. 😊😊



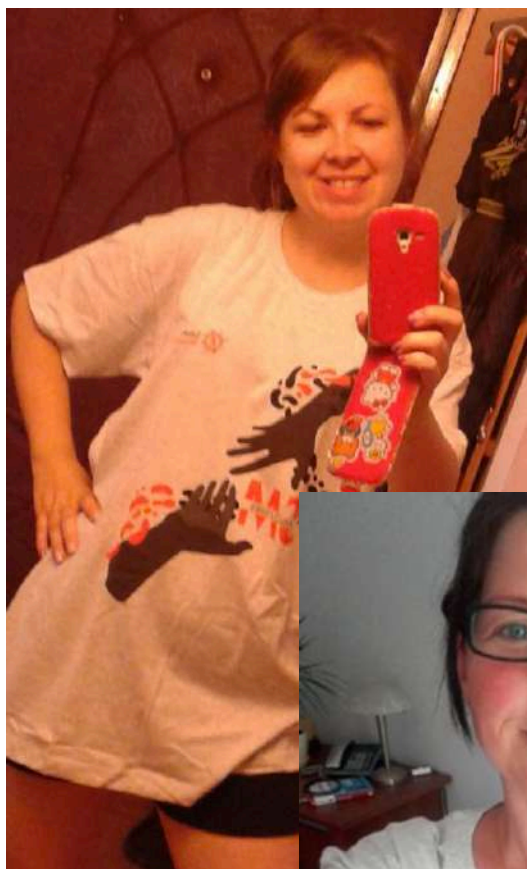


Matylda Rychlewicz ▶ **SM - walcz o siebie**

15 godz. · 🌐

Wczorajszy Parkrun Poznań 😊 Biegam choć od 13 lat mam SM 😊

Dziękuję za koszulkę ❤️



Grzesiek Chrzanowski

W drodze do Warszawy na kolejny koncert 😊
Pozdrawiam serdecznie całą załogę.

Akcja FOTO



SM - walcz o siebie

Opublikowane przez: Jakub Wołek [?] · 5 godz. ·

Halo mieszkańcy **Miasto Stołeczne Warszawa**! Chcecie zdobyć jeden z naszych gadżetów - fantastyczną czapkę, która uchroni Was przed słońcem? Wystarczy, że znajdziecie nasz citylight i zrobicie sobie na jego tle selfie, a następnie zdjęcie umieścicie pod postem. 😊

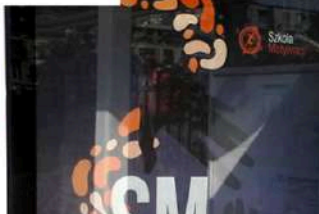
Oto lista miejsc, gdzie zobaczycie nasze plakaty:

Al.Jana Pawła II/Nowolipki 01/Al.Solidarności/Wola

al.Jana Pawła II/Anielewicz 01/Dzielnia/Śródmieście ... [Zobacz więcej](#)



Szkoła
Motywacji



Szkoła
Motywacji



Konkurs 2



SM - walcz o siebie

Opublikowane przez: Ola Polańska [?] · 58 min ·

Ważne, aby wyznaczać sobie cele, planować działania, nawet te najprostsze. Jak wygląda to u Was?

Weźcie udział w naszym konkursie i pokażcie nam swój plan działań na dzień, tydzień, miesiąc i zgarnijcie gadżety.

Na Wasze zgłoszenia czekamy do 10 września.

Regulamin: <http://bit.ly/2xMN7yq>





**Szczegółowy raport z zewnętrznych działań
komunikacyjnych**

na profilu SM – walcz o siebie

KWIECIEŃ – CZERWIEC | 2017

LIPIEC – WRZESIEŃ | 2017

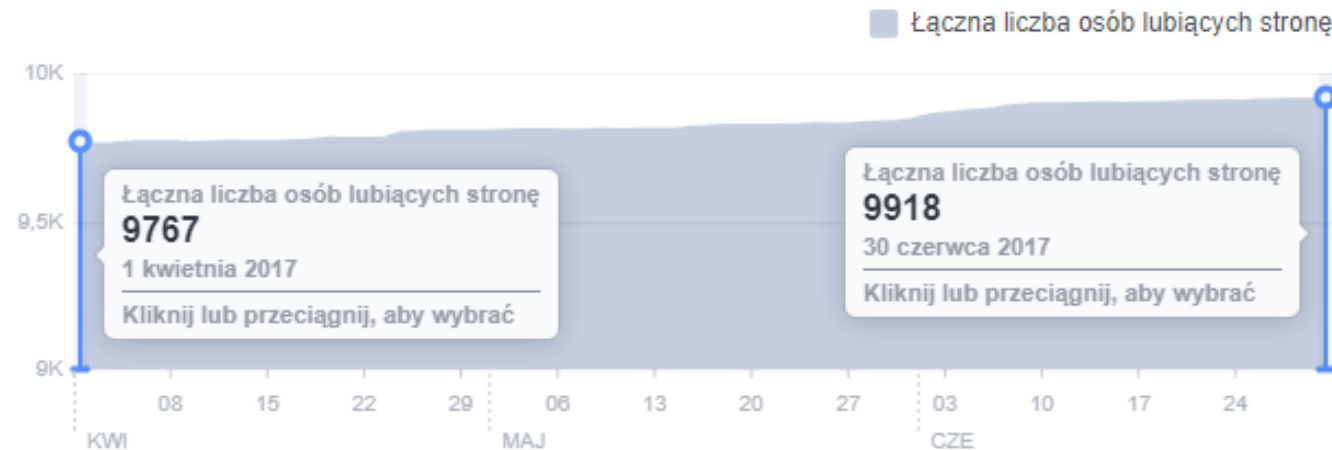
Komunikacja kwiecień -czerwiec



Od początku kwietnia do końca czerwca przygotowaliśmy i opublikowaliśmy 16 postów.

W tym czasie liczba fanów wzrosła o 151.

Całkowita liczba polubień strony (stan na dziś): 10 313



Post 1 – 7 kwietnia



 **SM - walcz o siebie**

Opublikowane przez: Jakub Wolek · 7 kwietnia ·

Zastanawialiście się, o co najczęściej pytają dzieci, kiedy dowiadują się o chorobie? Jeśli chcecie poznać odpowiedzi na trudne pytania, zapraszamy do obejrzenia krótkiego filmiku. Dorota Zawadzka podpowiada, jak rozmawiać z dziećmi o chorobie: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../o-co-dzieci-pytaja-dorota-...>

Rodzic z SM

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 4003 

  25

2 komentarzy · 2 udostępnień 

4003 Liczba odbiorców

38 Reakcje, komentarze i udostępnienia

26  Lubię to!	23 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
2  Super	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
2 Komentarze	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
8 Udostępnienia	2 Dotyczące posta	6 Dotyczące udostępnień

206 Kliknięcia posta

96 Liczba wyświetleń zdjęcia	45 Liczba kliknięć w link	65 Inne kliknięcia
---------------------------------	------------------------------	-----------------------

NEGATYWNE OPINIE

1 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach.

Post nie był promowany. Dotarł do 4 003 odbiorców i zdobył 38 reakcji – 26 polubieni, 2 inne reakcje oraz 2 komentarze i 8 udostępnień.

Post 2 – 13 kwietnia



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Agnieszka Krok [?] · 13 kwietnia · €

Zdarza Wam się myśleć w sposób negatywny, destrukcyjny? Uważacie, że nikt nie jest w stanie Was zrozumieć? Jeśli borykacie się z takimi problemami, koniecznie wysłuchajcie krótkiego szkolenia dr hab. Marioli Kosowicz - psychologa oraz psychoonkologa: <http://www.szkoła-motywacji.pl/.../depresja-predyspozycje-do-...>



Ja i mój SM

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 4173 

  19  3 komentarzy  2 udostępnień 

 Lubię to!  Komentarze  Udostępnij

4173 Liczba odbiorców

33 Reakcje, komentarze i udostępnienia

18  Lubię to!	18 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
2  Super	1 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
7 Komentarze	5 Dotyczące posta	2 Dotyczące udostępnień
6 Udostępnienia	2 Dotyczące posta	4 Dotyczące udostępnień

169 Kliknięcia posta

52 Liczba wyświetleń zdjęcia	43 Liczba kliknięć w link	74 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

1 Ukryj post	1 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 4 173 odbiorców i zdobył 33 reakcji – 18 polubień, 2 inne reakcje oraz 7 komentarzy i 6 udostępnień.

Post 3 – 18 kwietnia



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Jakub Wolek [?] · 18 kwietnia · 🌐

Czy Wy już nauczyliście się w nim tańczyć?



SM Szkoła Motywacji

"W życiu nie chodzi o czekanie, aż burza minie... Chodzi o to, by nauczyć się tańczyć w deszczu".
- Vivian Green

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 12 069 [Promuj post](#)

👍❤️👏 137 2 komentarzy 33 udostępnień **SM**

👍 Lubię to! 💬 Komentarze ➦ Udostępnij

12 069 Liczba odbiorców

278 Reakcje, komentarze i udostępnienia

213 👍 Lubię to!	122 Dotyczące posta	91 Dotyczące udostępnień
21 👏 Super	13 Dotyczące posta	8 Dotyczące udostępnień
3 😱 Wow	2 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
6 Komentarze	2 Dotyczące posta	4 Dotyczące udostępnień
35 Udostępnienia	33 Dotyczące posta	2 Dotyczące udostępnień

313 Kliknięcia posta

110 Liczba wyświetleń zdjęcia	2 Liczba kliknięć w link	201 Inne kliknięcia 📱
---	------------------------------------	---------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post 2 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam 0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 12 069 odbiorców i zdobył 278 reakcji – 213 polubieni, 24 inne reakcje oraz 6 komentarzy i 35 udostępnień.

Post 4 – 24 kwietnia



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Jakub Wolek [?] · 24 kwietnia · 🌐

Negatywne myśli dotyczące przyszłości nie dają Wam spokoju, zakładacie same najgorsze scenariusze i nie potraficie się z nimi uporać? Jeśli tak, koniecznie obejrzyjcie to 3 minutowe szkolenie przeprowadzone przez Martę Smolińską i dowiedźcie się, jak możecie sobie z nimi radzić:
<http://www.szkola-motywacji.pl/.../negatywne-myslenie-o-przys...>



"Skoro martwi się nie żywią,
to po co żywi się martwią?"

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 5358 [Promuj post](#)

  28 11 udostępnień 

 [Lubię to!](#)  [Komentarze](#)  [Udostępnij](#)

5358 Liczba odbiorców

57 Reakcje, komentarze i udostępnienia

40  Lubię to!	24 Dotyczące posta	16 Dotyczące udostępnień
5  Super	4 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
0 Komentarze	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
12 Udostępnienia	11 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień

167 Kliknięcia posta

62 Liczba wyświetleń zdjęcia	36 Liczba kliknięć w link	69 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 5 358 odbiorców i zdobył 57 reakcji – 40 polubieni, 5 innych reakcji oraz 12 udostępnień.

Post 5 – 27 kwietnia



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Jakub Wolek · 27 kwietnia ·

Szukacie motywacji, aby zacząć żyć na nowo po rozpoznaniu u Was choroby? Postawiona diagnoza to nie koniec szczęśliwego życia bądź koniec marzeń, to swego rodzaju szansa na nowe, często lepsze i bardziej świadome cele.

Zobaczcie, co na ten temat mówi Mariola Kosowicz - psycholog i psychoonkolog: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../choroba-jako-krytyczne-wyd...>



Ja i mój SM

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 3920 [Promuj post](#)

 Kinga Monika, Piotr Wencik i 28 innych użytkowników · 3 udostępnień 

 Lubię to!  Komentarze  Udostępnij

3920 Liczba odbiorców

43 Reakcje, komentarze i udostępnienia

30  Lubię to!	27 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
4  Super	3 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
0 Komentarze	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
9 Udostępnienia	3 Dotyczące posta	6 Dotyczące udostępnień

149 Kliknięcia posta

70 Liczba wyświetleń zdjęcia	32 Liczba kliknięć w link	47 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post

0 Ukryj wszystkie posty

0 Zgłoś jako spam

0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 3 920 odbiorców i zdobył 43 reakcje – 30 polubieni. 4 inne reakcje oraz 9 udostępnień.

Post 6 – 8 maja



**SM - walcz o siebie**

Opublikowane przez: Jakub Wołek (7) · 8 maja ·

Mamy nadzieję, że nigdy nie zabraknie Wam motywacji do działania oraz liczymy na to, że jedyna droga, jaką oberzecie, będzie tą zwycięską!





"Poddający się - nigdy nie wygrywa,
a wygrywający - nigdy się nie
poddaje." - Napoleon Hill

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 4523 [Promuj post](#)

 Kinga Monika, Iwona Wiazło i 56 innych użytkowników · 2 udostępnień 

 Lubię to!  Komentarze  Udostępnij

4523 Liczba odbiorców

77 Reakcje, komentarze i udostępnienia

65  Lubię to!	53 Dotyczące posta	12 Dotyczące udostępnień
5  Super	5 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
0 Komentarze	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
7 Udostępnienia	2 Dotyczące posta	5 Dotyczące udostępnień

71 Kliknięcia posta

43 Liczba wyświetleń zdjęcia	1 Liczba kliknięć w link	27 Inne kliknięcia
---------------------------------	-----------------------------	-----------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	1 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 4 523 odbiorców i zdobył 77 reakcje – 65 polubień, 5 innych reakcji oraz 7 udostępnień.

Post 7 – 16 maja



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Jakub Wólek (7) · 16 maja ·

Na SM najczęściej chorują dorośli, jednak chorobę diagnozuje się również u dzieci. Zastanawialiście się, co jeśli na stwardnienie rozsiane zachoruje Wasze dziecko? Dorota Zawadzka podpowiada, jak powinni zachować się rodzice. Zapraszamy do zapoznania się z materiałem: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../gdy-na-sm-zachoruje-dzieck...>



Dziecko z SM

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 4684 Promuj post

  11 1 udostępnienie 

 **Lubię to!**  **Komentarze**  **Udostępnij**

4684 Liczba odbiorców

39 Reakcje, komentarze i udostępnienia

25  Lubię to!	10 Dotyczące posta	15 Dotyczące udostępnień
1  Super	0 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
1  Przykro mi	1 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
3 Komentarze	0 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
9 Udostępnienia	1 Dotyczące posta	8 Dotyczące udostępnień

151 Kliknięcia posta

54 Liczba wyświetleń zdjęcia	32 Liczba kliknięć w link	65 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 4 684 odbiorców i zdobył 39 reakcje – 25 polubień, 2 inne reakcje oraz 3 komentarze i udostępnień.

Post 8 – 22 maja



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Agnieszka Krok [?] · 22 maja · €

Zastanawialiście się kiedyś, czy osoby z SM mogą wiązać się i bez przeszkód prowadzić normalne, spokojne życie z partnerem/partnerką? Posłuchajcie krótkiej wypowiedzi Marty Smolińskiej, z której dowiedziecie się wielu ciekawych informacji: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../sm-a-relacje-partnerskie-m...>



Ja i partner

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 5749 **Promuj post**

38 12 udostępnień SM

Lubię to! Komentarze Udostępnij

5749 Liczba odbiorców

55 Reakcje, komentarze i udostępnienia

41 Lubię to!	37 Dotyczące posta	4 Dotyczące udostępnień
2 Super	1 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
0 Komentarze	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
12 Udostępnienia	12 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień

244 Kliknięcia posta

92 Liczba wyświetleń zdjęcia	100 Liczba kliknięć w link	52 Inne kliknięcia
---------------------------------	-------------------------------	-----------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 5 749 odbiorców i zdobył 55 reakcji – 41 polubień, 2 inne reakcje oraz 12 udostępnień.

Post 9 – 29 maja



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Agnieszka Krok · 29 maja ·

Jak często myślicie o przyszłości? 😊





“Tak młody jak dziś nie będziesz już nigdy. Wykorzystaj to z myślą o Twoim jutrze.”

Norman Cousins

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 3854 [Promuj post](#)

   46 2 komentarzy 3 udostępnień 

 **Lubię to!**  **Komentarze**  **Udostępni**

3854 Liczba odbiorców

62 Reakcje, komentarze i udostępnienia

46  Lubię to!	42 Dotyczące posta	4 Dotyczące udostępnień
1  Super	1 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
2  Wier	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
8 Komentarze	2 Dotyczące posta	6 Dotyczące udostępnień
5 Udostępnienia	3 Dotyczące posta	2 Dotyczące udostępnień

158 Kliknięcia posta:

52 Liczba wyświetleń zdjęcia	0 Liczba kliknięć w link	106 Inne kliknięcia
--	------------------------------------	-------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 3 854 odbiorców i zdobył 62 reakcje – 46 polubień, 3 inne reakcje oraz 8 komentarzy i 5 udostępnień.

Post 10 – 5 czerwca



**SM - walcz o siebie**
5 czerwca · 🌐

Czy widzieliście już apel Doroty Zawadzkiej, skierowany do rodziców oraz lekarzy prowadzących? Serdecznie zapraszamy do obejrzenia:
www.szkola-motywacji.pl/.../apel-do-rodzicow-i-lekarzy-w-spra...



Dziecko z SM

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 840 osób.

Odbiorcy: 3660 [Promuj post](#)

 **Bożena Szarota, Małgorzata Mo i 10 innych użytkowników**

 **Lubię to!**  **Komentarze**  **Udostępnij**

3660 Liczba odbiorców

17 Reakcje, komentarze i udostępnienia

15 Lubię to!	12 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
1 Super	0 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
0 Komentarze	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
1 Udostępnienia	0 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień

82 Kliknięcia posta

22 Liczba wyświetleń zdjęcia	42 Liczba kliknięć w link	18 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 3 660 odbiorców i zdobył 17 reakcji – 15 polubień oraz 1 inną reakcję i udostępnienie.

Post 11 – 12 czerwca



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Agnieszka Krok [ry] - 12 czerwca ·

Stwarzanie nowych celów w życiu, realizowanie wcześniejszych oraz spełnianie marzeń. To właśnie na tym, a nie na chorobie, powinniśmy się skupiać, dzięki czemu przejdzie ona na drugi plan.
Posłuchajcie całego szkolenia Marty Smolińskiej na ten temat:
<http://www.szkola-motywacji.pl/.../sposoby-funkcjonowania-i-m...>





Ja i mój SM

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 4523 **Promuj post**

  42 12 udostępnień 

 **Lubię to!**  **Komentarze**  **Udostępnij**

4523 Liczba odbiorców

74 Reakcje, komentarze i udostępnienia

55  Lubię to!	39 Dotyczące posta	16 Dotyczące udostępnień
6  Super	3 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
1 Komentarze	0 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
12 Udostępnienia	12 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień

120 Kliknięcia posta

44 Liczba wyświetleń zdjęcia	22 Liczba kliknięć w link	54 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

1 Ukryj post	1 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 4 523 odbiorców i zdobył 74 reakcje – 55 polubień, 6 innych reakcji oraz 1 komentarz i 12 udostępnień.

Post 12 – 19 czerwca



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Agnieszka Krok · 19 czerwca ·

Jak ważne są rozmowy o chorobie rodziców i jak rozmawiać z dziećmi, aby nas rozumieli. Zajrzyjcie na naszą stronę i zobaczcie, co na ten temat mówi dr. hab. Mariola Kosowicz: www.szkola-motywacji.pl/.../choroba-rodzica-aspekt-psychologi...



Rodzic z SM

4496 Liczba odbiorców

27 Reakcje, komentarze i udostępnienia

20 Lubię to!	20 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
2 Super	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
2 Komentarze	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
3 Udostępnienia	2 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień

94 Kliknięcia posta

32 Liczba wyświetleń zdjęcia	30 Liczba kliknięć w link	32 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 4496 **Promuj post**

22 2 komentarze 2 udostępnienia

Lubię to! Komentarze Udostępnij

Post nie był promowany. Dotarł do 4 496 odbiorców i zdobył 37 reakcji – 20 polubień, 2 inne reakcje oraz 2 komentarze i 3 udostępnienia.

Post 13 – 22 czerwca



**SM - walcz o siebie**
22 czerwca · 🌐

Ze skrajności w skrajność: od niechęci do proszenia o pomoc po czerpanie korzyści i nadużywanie faktu choroby. Wszystko na temat pomocy ze strony osób najbliższych znajdziecie w szkoleniu, które przeprowadziła Marta Smolińska.
Zapraszamy: www.szkola-motywacji.pl/.../rodzina-czy-i-jak-prosic-o-wsparc...



Ja i partner

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 5243 [Promuj post](#)

  33  3 udostępnień 

 [Lubię to!](#)  [Komentarze](#)  [Udostępnij](#)

5243 Liczba odbiorców

39 Reakcje, komentarze i udostępnienia

32  Lubię to!	32 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
1  Ha ha	1 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
0 Komentarze	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
6 Udostępnienia	3 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień

145 Kliknięcia posta

50 Liczba wyświetleń zdjęcia	58 Liczba kliknięć w link	37 Inne kliknięcia 
--	-------------------------------------	--

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 5 243 odbiorców i zdobył 39 reakcje – 32 polubienia, 1 inną reakcję oraz 6 udostępnień.

Post 14 – 24 czerwca



**SM - walcz o siebie**
24 czerwca · 🌐

Macie pytania i wątpliwości związane z lekami, które bierzecie? Działajcie, pytajcie, bądźcie aktywni i konsultujcie każdą niepewność z lekarzem! Sprawdźcie, co na ten temat mówi Marta Smolińska: www.szkoła-motywacji.pl/.../sm-moj-wplyw-na-sposob-leczenia-m...



Ja i lekarz

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 3672 Promuj post

 9 Komentarze: 1 1 udostępnienie 

 **Lubię to!**  **Komentarze**  **Udostępnij**

3672 Liczba odbiorców

12 Polubienia, komentarze i udostępnienia

9 Polubienia	9 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
1 Komentarze	1 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
2 Udostępnienia	1 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień

81 Kliknięcia posta

36 Liczba wyświetleń zdjęcia	15 Liczba kliknięć w link	30 Inne kliknięcia ⓘ
--	-------------------------------------	--------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

1 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach.

Post nie był promowany. Dotarł do 3 672 odbiorców i zdobył 13 reakcji – 9 polubień oraz 1 komentarz i 2 udostępnienia.

Post 15 – 28 czerwca



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Agnieszka Krok (wy) · 28 czerwca ·

Jeśli Wasze dziecko choruje na SM i chcielibyście wiedzieć, w jaki sposób dobrze przeprowadzić je przez chorobę, jakich zasad należy przestrzegać, a jakich zachowań unikać, koniecznie obejrzyjcie film z wypowiedzią naszej psycholog i psychoonkolog – Marioli Kosowicz.
Zapraszamy: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../chore-dziecko-aspekt-psych...>

**Dziecko z SM**

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 3299 [Promuj post](#)

 Piotr Wencka, Regina Malicka i 9 innych użytkowników

 Lubię to!  Komentarze  Udostępnij

3299 Liczba odbiorców

12 Reakcje, komentarze i udostępnienia

10  Lubię to!	10 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
1  Super	0 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
1  Przykro mi	1 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
0 Komentarze	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
0 Udostępnienia	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień

80 Kliknięcia posta

32 Liczba wyświetleń zdjęcia	17 Liczba kliknięć w link	31 Inne kliknięcia
--	-------------------------------------	------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

2 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 3 299 odbiorców i zdobył 12 reakcji – 10 polubień oraz 2 inne reakcje.

Post 16 – 30 czerwca



SM - walcz o siebie
30 czerwca · 🌐

A jakie są Wasze cele w życiu? 😊



3745 Liczba odbiorców

62 Reakcje, komentarze i udostępnienia

50 👍 Lubię to!	17 👉 Dotyczące posta	33 🔄 Dotyczące udostępnień
2 👉 Super	1 👉 Dotyczące posta	1 🔄 Dotyczące udostępnień
1 😡 Przykro mi	0 👉 Dotyczące posta	1 🔄 Dotyczące udostępnień
3 💬 Komentarze	0 👉 Dotyczące posta	3 🔄 Dotyczące udostępnień
6 🔄 Udostępnienia	2 👉 Dotyczące posta	4 🔄 Dotyczące udostępnień

64 Kliknięcia posta

37 Liczba wyświetleń zdjęcia	2 Liczba kliknięć w link	25 Inne kliknięcia 📄
--	------------------------------------	--------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 940 osób.

Odbiorcy: 3745 [Promuj post](#)

👍👉👎 18 2 udostępnień 

👍 Lubię to! 💬 Komentarze 🔄 Udostępnij

Post nie był promowany. Dotarł do 3 745 odbiorców i zdobył 62 reakcje – 50 polubień, 2 inne reakcje i komentarze oraz 6 udostępnień.

Komunikacja lipiec - wrzesień



Od początku lipca do końca września przygotowaliśmy i opublikowaliśmy 14 autorskich postów, w tym 2 konkursy oraz 1 akcję promocyjną.

Promowaliśmy głównie posty niosące merytoryczne treści, publikowane zarówno przez nas (Agencja) jaki i przez moderatora ze strony Fundacji.

W tym czasie liczba fanów wzrosła o 338.

Całkowita liczba polubień strony (stan na dziś): 10 307



Post 1 – 6 lipca



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Ośa Polańska (7) · 6 lipca · €

W relacji z lekarzem nie bądźmy bierni i pamiętajmy o naszych prawach – możliwości zadawania pytań, zarówno na temat leczenia, jak i leków. Nie zapominajmy o najważniejszej zasadzie: **NIE MA NIEMĄDRYCH PYTAŃ!** 😊

Jak wygląda Wasz kontakt z lekarzem? 😊





 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 2967 [Promuj post](#)

 Stanisław Mermer, Maja Winnicka i 9 innych użytkowników · 4 komentarzy

 [Lubię to!](#)  [Komentarze](#)  [Udostępni](#)

2967 Liczba odbiorców

16 Polubienia, komentarze i udostępnienia

11 Polubienia	11 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
5 Komentarze	4 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
0 Udostępnienia	0 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień

75 Kliki na posta

33 Liczba wyświetleń zdjęcia	0 Liczba kliknięć w link	42 Inne kliknięcia
---	---	---

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 2 967 odbiorców i zdobył 16 reakcji – 11 polubień oraz 5 komentarzy.

Post 2 – 12 lipca



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Ota Polańska 191 · 12 lipca ·

Wizja zdobycia nagrody jest często jednym z najbardziej skutecznych motywatorów do działania i osiągania założonych celów. Pochwalcie się swoimi ostatnimi sukcesami - zarówno dużymi, jak i tymi najmniejszymi! 😊
Jak dobrze się motywować? Zajrzyjcie tutaj - <http://www.szkoła-motywacji.pl/.../zmotywuji-mnie-doktorze-zbi...>



Moja motywacja

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 6664 Promuj post

 27 5 komentarzy · 4 udostępnienia 

 Lubię to!  Komentarze  Udostępnij

6664 Liczba odbiorców

73 Reakcje, komentarze i udostępnienia

38  Lubię to!	27 Dotyczące posta	11 Dotyczące udostępnienia
1  Super	0 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnienia
25 Komentarze	10 Dotyczące posta	15 Dotyczące udostępnienia
9 Udostępnienia	4 Dotyczące posta	5 Dotyczące udostępnienia

197 Kliknięcia posta

73 Liczba wyświetleń zdjęcia	18 Liczba kliknięć w link	106 Inne kliknięcia
---------------------------------	------------------------------	------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post nie był promowany. Dotarł do 6 664 odbiorców i zdobył 73 reakcje – 39 polubień oraz 25 komentarzy i 9 udostępnień.

Post 3 – 19 lipca



 **SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Ola Polańska 171 · 19 lipca · €

Odrzućmy to, co nas blokuje!



**Nie ma nierealnych marzeń.
Są tylko nasze psychiczne
blokady.**

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 9449 [Promuj post](#)

90 5 komentarzy 21 udostępnień SM

Lubię to! Komentarze Udostępnij

9449 Liczba odbiorców

174 Reakcje, komentarze i udostępnienia

133 Lubię to!	83 Dotyczące posta	50 Dotyczące udostępnień
9 Super	5 Dotyczące posta	4 Dotyczące udostępnień
2 Przykro mi	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
9 Komentarze	7 Dotyczące posta	2 Dotyczące udostępnień
21 Udostępnienia	21 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień

229 Kliknięcia posta

74 Liczba wyświetleń zdjęć	0 Liczba kliknięć w link	155 Inne kliknięcia
--------------------------------------	------------------------------------	-------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	1 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post z cytatem nie był promowany. Dotarł do 9 449 odbiorców i zdobył 147 reakcje – 133 polubień, 11 innych reakcji oraz 9 komentarzy i 21 udostępnień.

Post 4 – 26 lipca



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Ola Polańska (7) · 26 lipca · 🌐

Chcecie wygrać naszą koszulkę? Obserwujcie nasz profil! Już niebawem będziecie mogli ją zdobyć w naszym konkursie. 😊



Wygraj koszulkę!

👍 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 5468 [Promuj post](#)

👍❤️ 63 5 udostępnień SM ▼

👍 Lubię to! 💬 Komentarze ➦ Udostępnij

5468 Liczba odbiorców

85 Reakcje, komentarze i udostępnienia

65 👍 Lubię to!	55 👉 Dotyczące posta	10 👉 Dotyczące udostępnień
8 👍 Super	8 👉 Dotyczące posta	0 👉 Dotyczące udostępnień
2 💬 Komentarze	0 👉 Dotyczące posta	2 👉 Dotyczące udostępnień
10 👉 Udostępnienia	5 👉 Dotyczące posta	5 👉 Dotyczące udostępnień

96 Kliknięcia posta

49 Liczba wyświetleń zdjęcia	2 Liczba kliknięć w link	45 Inne kliknięcia 📄
---------------------------------	-----------------------------	-------------------------

NEGATYWNE OPINIE

1 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post z zapowiedzią konkursu nie był promowany. Dotarł do 5468 odbiorców i zdobył 85 reakcji – 65 polubień, 8 innych reakcji oraz 2 komentarze i 10 udostępnień.

Post 5 – 31 lipca - konkurs



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Ota Polańska (P) · 31 lipca ·

Czas na KONKURS! Nagrodami są koszulki SM Walcz o siebie i Szkoły Motywacji. Wystarczy, że odpowiecie na pytanie konkursowe: „Co jest moją motywacją?” i uzasadnicie swoją wypowiedź.
10 osób, które udzielią najciekawszych odpowiedzi otrzyma upominki. Do dzieła! 😊
Regulamin: <http://bit.ly/2uQ71bl>



Konkurs „Moja motywacja „

SM Szkoła Motywacji

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 8675 [Promuj post](#)

  28  52 komentarzy  1 udostępnienie 

 Lubię to!  Komentarze  Udostępnij

8675 Liczba odbiorców

122 Reakcje, komentarze i udostępnienia

25  Lubię to!	24 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
4  Super	4 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
88 Komentarze	76 Dotyczące posta	12 Dotyczące udostępnień
5 Udostępnienia	1 Dotyczące posta	4 Dotyczące udostępnień

579 Kliknięcia posta

142 Liczba wyświetleń zdjęcia	22 Liczba kliknięć w link	415 Inne kliknięcia
--	--	------------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

2 Ukryj post	3 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Pierwszy z konkursów dotyczył motywacji. Rozpoczął się 31 lipca i zakończył 7 sierpnia. Nagrodzonych zostało 18 osób.

Post konkursowy nie był promowany. Dotarł do 8 675 odbiorców i zdobył 122 reakcje – 25 polubień, 4 inne reakcje oraz 88 komentarzy i 9 udostępnień.

WALCZ O SIEBIE

Post dotyczący diety był promowany. Dotarł do 12 826 odbiorców i zdobył 207 reakcji – 122 polubień i 12 innych reakcji oraz 27 komentarzy i 47 udostępnień.

Post 7 – 11 sierpnia



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Jakub Wolek (7) · 11 sierpnia · €

Halo mieszkańcy Miasta Stołeczne Warszawa! Chcecie zdobyć jeden z naszych gadżetów - fantastyczną czapeczkę, która uchroni Was przed słońcem? Wystarczy, że znajdziecie nasz citylight i zrobicie sobie na jego tle selfie, a następnie zdjęcie umieścicie pod postem. 😊

Oto lista miejsc, gdzie zobaczycie nasze plakaty:
Al. Jana Pawła II/Nowolipki 01/Al.Solidarności/Wola
al.Jana Pawła II/Anielewicza 01/Dzielnia/Śródmieście ... Zobacz więcej



Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 5561 [Promuj post](#)

👍❤️ 20 5 komentarzy 3 udostępnienia **SM**

👍 Lubię to! 💬 Komentarze ➦ Udostępnij

5561 Liczba odbiorców

77 Reakcje, komentarze i udostępnienia

42 Lubię to!	18 Dotyczące posta	24 Dotyczące udostępnień
2 Super	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
25 Komentarze	7 Dotyczące posta	18 Dotyczące udostępnień
8 Udostępnienia	3 Dotyczące posta	5 Dotyczące udostępnień

269 Kliknięcia posta

75 Liczba wyświetleń zdjęcia	2 Liczba kliknięć w link	192 Inne kliknięcia
---------------------------------	-----------------------------	------------------------

NEGATYWNE OPINIE

1 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post dotyczący akcji w Warszawie. nie był promowany. Dotarł do 5 561 odbiorców i zdobył 77 reakcji – 42 polubienia oraz 25 komentarzy i 8 udostępnień.

Post 8 – 20 sierpnia



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Ola Polańska 19j · 20 sierpnia · 🌐

Co było dla Was największą przeszkodą i jak ją pokonałście?



SM Szkoła Motywacji

„Każdy zawsze trafia na jakieś przeszkody po drodze. Kiedy się pojawia, zastanów się jak je pokonać, a nie myśl o tym, że to już koniec drogi.”
- Michael Jordan

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 6965 [Promuj post](#)

👍❤️ 60 6 komentarzy 11 udostępnień **SM** ▼

👍 Lubię to! 💬 Komentarze ➦ Udostępnij

6965 Liczba odbiorców

95 Reakcje, komentarze i udostępnienia

72 👍 Lubię to!	56 Dotyczące posta	16 Dotyczące udostępnień
5 👉 Super	4 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
7 Komentarze	6 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
11 Udostępnienia	11 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień

130 Kliknięcia posta

31 Liczba wyświetleń zdjęcia	2 Liczba kliknięć w link	97 Inne kliknięcia 📊
--	------------------------------------	--------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	1 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach

Post z cytatem nie był promowany. Dotarł do 6 965 odbiorców i zdobył 95 reakcji – 72 polubienia, 5 innych reakcji oraz 7 komentarzy i 11 udostępnień.

Post 9 – 24 sierpnia



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Jakub Wolek (19) · 24 sierpnia · 🌐

Możliwość polegania na drugiej osobie to jedna z ważniejszych spraw dla osób z SM. Prowadzenie rozmów na wszystkie tematy, wspólne spędzanie czasu i pomoc nawet w najdrobniejszych sprawach, może być wielkim wsparciem.

Jak radzić sobie w związku, jak prowadzić relacje? Posłuchajcie, co na ten temat mówi dr Mariola Kosowicz: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../relacje-partnerskie-oczeki...>



SM **Szkola Motywacji**

Ja i partner

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 4523 **Promuj post**

👍❤️👎 38 5 udostępnień 506 ▼

👍 Lubię to! 💬 Komentarze ➦ Udostępnij

4523 Liczba odbiorców

51 Reakcje, komentarze i udostępnienia

39 👍 Lubię to!	32 👉 Dotyczące posta	7 🔄 Dotyczące udostępnień
3 👉 Super	3 👉 Dotyczące posta	0 🔄 Dotyczące udostępnień
0 💬 Komentarze	0 👉 Dotyczące posta	0 🔄 Dotyczące udostępnień
9 🔄 Udostępnienia	5 👉 Dotyczące posta	4 🔄 Dotyczące udostępnień

107 Kliknięcia posta

24 Liczba wyświetleń zdjęcia	33 Liczba kliknięć w link	50 Inne kliknięcia (👁️)
---------------------------------	------------------------------	----------------------------

NEGATYWNE OPINIE

2 Ukryj post	0 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Statystyki mogą być opóźnione w porównaniu ze statystykami podanymi przy postach.

Post nie był promowany. Dotarł do 4 523 odbiorców i zdobył 51 reakcji – 39 polubień, 3 inne reakcje oraz 9 udostępnień.

Drugi z konkursów dotyczył planu dnia. Rozpoczął się 30 sierpnia i zakończył 10 września. Nagrodzonych zostało 13 osób.

Post konkursowy był promowany. Dotarł do 17 524 odbiorców i zdobył 429 reakcji – 281 polubień, 14 innych reakcji oraz 19 komentarzy i 55 udostępnień.

Post 11 – 8 września



**SM - walcz o siebie**
Opublikowane przez: Ola Polańska 171 · 8 września o 12:17 · €

Stwardnienie rozsiane to choroba, przy której pacjent potrzebuje kompleksowej opieki ze strony lekarza, pielęgniarki i fizjoterapeuty. Odpowiednie zorganizowanie leczenia w takich przypadkach jest bardzo ważnym aspektem.
Prof. Dorota Karkowska wyjaśnia zasady podtrzymania ciągłości leczenia i mechanizmy prawne z tym związane: <http://www.szkola-motywacji.pl/.../prawo-pacjenta-do-ciaglosci...>





 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 12 963 

   172 27 komentarzy 50 udostępnień 

12 963 Liczba odbiorców

277 Reakcje, komentarze i udostępnienia

157  Lubię to!	147 Dotyczące posta	10 Dotyczące udostępnień
4  Super	3 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
3  Ha ha	3 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
3  Wow	3 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
16  Przykro mi	13 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
3  Wr	3 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
40 Komentarze	34 Dotyczące posta	6 Dotyczące udostępnień
51 Udostępnienia	50 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień

570 Kliknięcia posta

83 Liczba wyświetleń zdjęcia	106 Liczba kliknięć w link	381 Inne kliknięcia
--	--------------------------------------	-------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

5 Ukryj post	6 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Aktywność w statystykach jest raportowana według czasu pacyficznego. Aktywność w reklamach jest raportowana według czasu strefy przypisanej do konta reklamowego.

Post był promowany. Dotarł do 12 963 odbiorców i zdobył 277 reakcji – 157 polubień, 29 innych reakcji oraz 40 komentarzy i 51 udostępnień.

Post 12 – 15 września



**SM - walcz o siebie**

Opublikowane przez: Ola Polańska | 91 · 15 września o 12:49 · €

Z pozoru błahe sprawy mogą złożyć się na Twój osobisty sukces!





Zacznij od robienia tego,
co konieczne; potem zrób to,
co możliwe; nagle odkryjesz,
że dokonałeś niemożliwego.

św. Franciszek z Asyżu

 Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 5804

Promuj post

 101

Komentarze: 1 · 37 udostępnień



Lubię to!

Komentarze

Udostępnij

5580 Liczba odbiorców

181 Reakcje, komentarze i udostępnienia

119 Lubię to!	82 Dotyczące posta	37 Dotyczące udostępnień
22 Super	19 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
4 Komentarze	1 Dotyczące posta	3 Dotyczące udostępnień
38 Udostępnienia	37 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień

141 Kliknięcia posta

47 Liczba wyświetleń zdjęcia	0 Liczba kliknięć w link	94 Inne kliknięcia
---------------------------------	-----------------------------	-----------------------

NEGATYWNE OPINIE

0 Ukryj post	1 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Aktywność w statystykach jest raportowana według czasu pacyficznego. Aktywność w reklamach jest raportowana według czasu strefy przypisanej do konta reklamowego.

Post z cytatem był promowany. Dotarł do 5 580 odbiorców i zdobył 181 reakcje – 119 polubień. 22 inne reakcje, 4 komentarze oraz 38 udostępnień.

Post 13 – 22 września



SM - walcz o siebie
Opublikowane przez: Jakub Wołek (17) · 22 września o 13:22 ·

Diagnoza choroby to nie tylko szok dla dziecka, ale także dla rodziców. Posłuchajcie co na ten temat mówi Dorota Zawadzka - Supermiania, psycholog rozwojowy, doradca rodzinny, trener umiejętności społecznych.
<http://www.szkola-motywacji.pl/.../jak-moze-zmienic-sie-zycie...>



Dziecko z SM

Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień
Promuj ten post za 4 zł, aby dotrzeć do nawet 970 osób.

Odbiorcy: 11 762

101 Reakcje · 5 komentarzy · 39 udostępnień

Lubię to! · Komentarze · Udostępnij

11 762 Liczba odbiorców

186 Reakcje, komentarze i udostępnienia

Reakcja	Dotyczące posta	Dotyczące udostępnień
94 Lubię to!	82	12
2 Super	2	0
2 Wow	1	1
19 Przykro mi	16	3
31 Komentarze	22	9
39 Udostępnienia	39	0

399 Kliknięcia posta

Liczba wyświetleń zdjęcia	Liczba kliknięć w link	Inne kliknięcia
116	128	155

NEGATYWNE OPINIE

Ukryj post	Ukryj wszystkie posty
4	1
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Aktywność w statystykach jest raportowana według czasu pacyficznego. Aktywność w reklamach jest raportowana według czasu strefy przypisanej do konta reklamowego.

Post był promowany. Dotarł do 11 762 odbiorców i zdobył 186 reakcje – 94 polubień, 24 inne reakcje, 31 komentarzy oraz 39 udostępnień.

Post 14 – 28 września



**SM - walcz o siebie**

Opublikowane przez: Ola Polarska [?] · Wczoraj o 10:01 ·

Czy informować pracodawcę o chorobie? Na to pytanie odpowiedzi udzieli Wam radca prawny Anna Skuza.
A Wy jakie macie doświadczenie w tym temacie?
<http://www.szkola-motywacji.pl/.../czy-informowac-pracodawce-...>





Ja i pracodawca

 **Uzyskaj więcej polubień, komentarzy i udostępnień**
Promuj ten post za 6 zł, aby dotrzeć do nawet 910 osób.

Odbiorcy: 3834



Promuj post

 41

6 komentarzy

15 udostępnień



 **Lubię to!**

 **Komentarze**

 **Udostępnij**

3834 Liczba odbiorców

73 Reakcje, komentarze i udostępnienia

42  Lubię to!	38 Dotyczące posta	4 Dotyczące udostępnień
2  Super	2 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień
2  Wier	1 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
12 Komentarze	11 Dotyczące posta	1 Dotyczące udostępnień
15 Udostępnienia	15 Dotyczące posta	0 Dotyczące udostępnień

208 Kliknięcia posta

33 Liczba wyświetleń zdjęcia	62 Liczba kliknięć w link	113 Inne kliknięcia
---	--	--------------------------------------

NEGATYWNE OPINIE

1 Ukryj post	1 Ukryj wszystkie posty
0 Zgłoś jako spam	0 Nie lubię tej strony

Aktywność w statystykach jest raportowana według czasu pacyficznego. Aktywność w reklamach jest raportowana według czasu strefy przypisanej do konta reklamowego.

Post był promowany. Dotarł do 3 843 odbiorców i zdobył 73 reakcje – 24 polubienia, 4 inne reakcje, 12 komentarzy oraz 15 udostępnień.

Facebook



Na przestrzeni wspomnianych miesięcy miała miejsce promocja postów. Poniżej wypisane są podstawowe dane dotyczące tej promocji. Promocja miała miejsce w dwóch grupach odbiorców:

1. Fani
2. Osoby interesujące się tematem stwardnienia rozsianego z wyłączeniem fanów

Zasięg: 29 673

Wyświetlenia: 148 840

Liczba aktywności: 4 394

Wydatki: 1361,86 zł



FB

Nasza strona na FB liczy ponad 10 tys aktywnych fanów.

Print screen z FB (18.09 2017)


10 249 osób lubi to


9685 użytkowników obserwuje to



Przykładowe statystyki postów:

22.08.2017 12:14	 PACJENT CZYLI "KTO"? - opowiada			13,9K		258 216	
21.08.2017 12:11	 Kochani, rozpoczynamy cykl porad pra			23,3K		628 582	
20.08.2017 11:00	 Co było dla Was na jwiększą przeszkod			7K		130 94	
30.08.2017 22:31	 http://www.medexpress.pl/nowa-opcja-t			7,5K		468 119	
30.08.2017 15:14	 Ważne, aby wyznaczać sobie cele, pla			17,5K		678 426	
8.09.2017 12:17	 Stwardnienie rozsiane to choroba, przy			13K		568 275	
5.09.2017 10:55	 A CO JEŚLI LEKARZ NIE CHCE ZAP			17,1K		624 221	

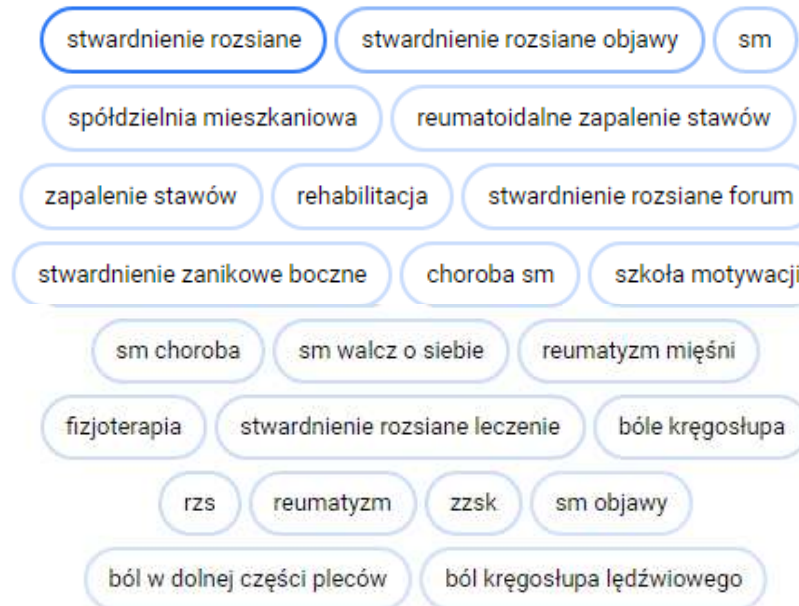
Google AdWords



Na przestrzeni kwiecień-wrzesień 2017 uzyskaliśmy następujące statystyki z kampanii:



Wyszukiwane słowa kluczowe:



Reklamy z najwyższym wskaźnikiem CTR:

Stwardnienie rozsiane
porady prawne dla chorych
www.szkola-motywacji.pl
Pacjent czyli kto? Szeroko rozumiane prawa pacjenta. Odpowiada kancelaria KRK.

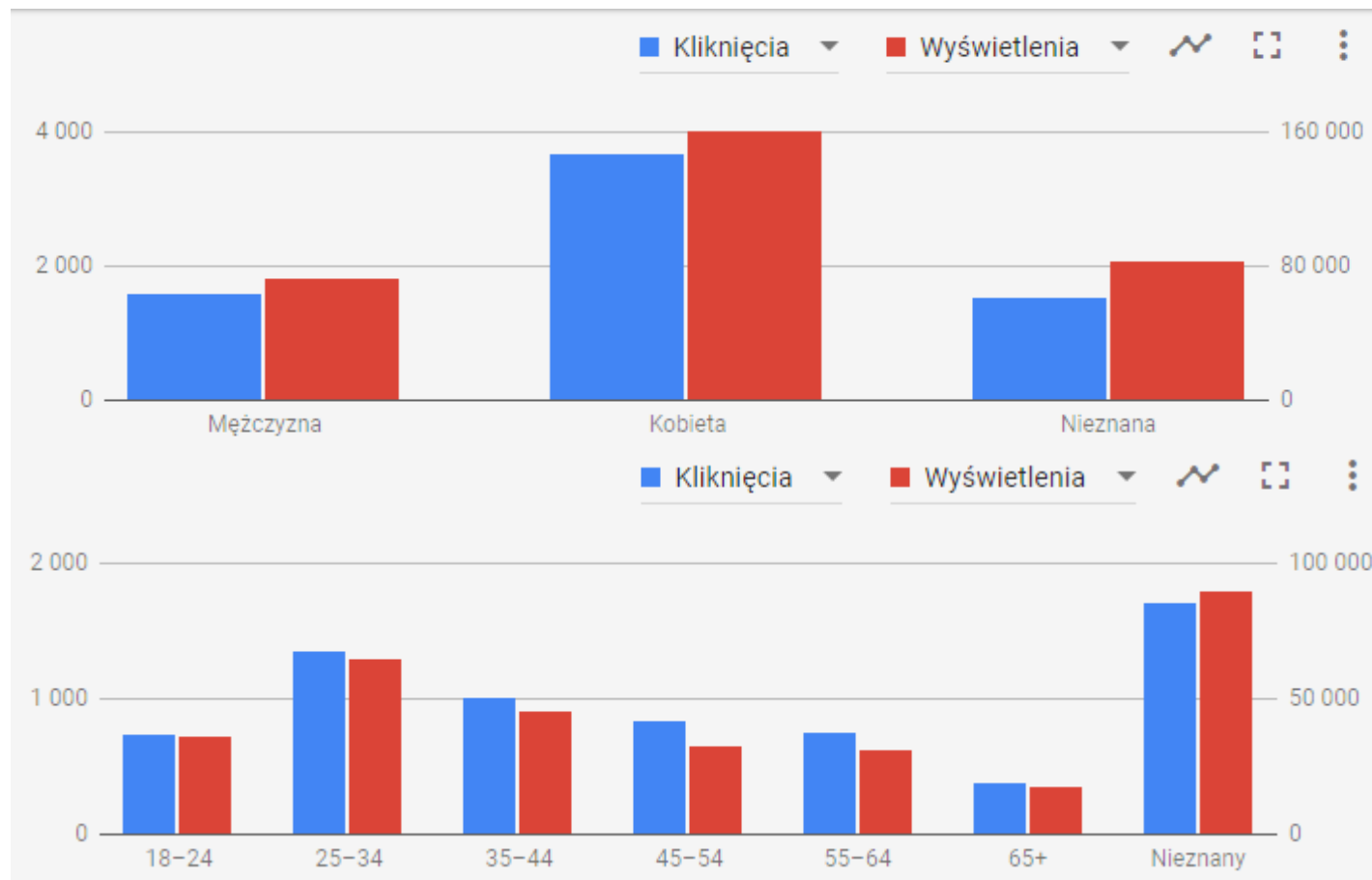
Szkoła Motywacji: Fundacja SM
walcz o siebie
www.szkola-motywacji.pl
Zapraszamy wszystkich zainteresowanych tematem Stwardnienia Rozsianego!

Stwardnienie rozsiane
drugi mózg w jelitach [video].
www.szkola-motywacji.pl
Zastanawiasz się jaki wpływ ma na Twoje SM to, co jesz? Odpowiada prof. Kotowicz

Google AdWords



Demografia odbiorców



YOUTUBE



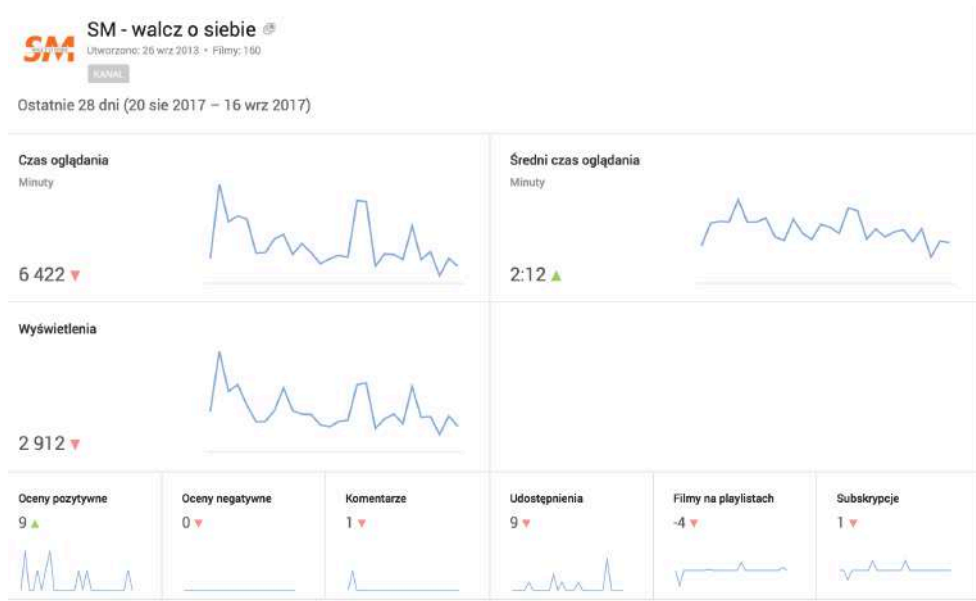
SM - walcz o siebie

ZOBACZ KANAŁ



78 877

Wyświetleń



10 najpopularniejszych filmów

Przeglądaj wszystkie treści

Film	↓ Czas oglądania (w minutach)	↓ Wyświetlenia	↓ Oceny pozytywne	↓ Komentarze
Dieta w chorobach autoimmunologi...	518 8,1%	125 4,3%	0	0
Zdarza się niechęć lekarzy do nowy...	476 7,4%	144 4,9%	0	1
Relacje partnerskie – oczekiwania, ...	369 5,8%	76 2,6%	1	0
Co nowego w badaniach nad SM? - ...	316 4,9%	85 2,9%	0	0
Prawo pacjenta do informacji. Prof...	306 4,8%	100 3,4%	0	0
Historia Anny [SM - walcz o siebie]	291 4,5%	109 3,7%	1	0
Prawa chorych na SM w świetle pra...	277 4,3%	64 2,2%	1	0
Rehabilitacja w stwardnieniu rozsia...	179 2,8%	67 2,3%	0	0
Jak zapanować nad negatywnymi ...	156 2,4%	64 2,2%	2	0
Prawo pacjenta do ciągłości leczen...	147 2,3%	61 2,1%	1	0

YOUTUBE



SM - walcz o siebie

ZOBACZ KANAŁ

78 877

Wyświetleń

Prawo pacjenta do ciągłości leczen...

147 2,3%

61 2,1%

1

0

Główne regiony

Czas oglądania

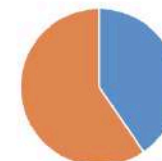
Polska (94%)
Niemcy (1,4%)
Wielka Brytania (1,4%)
Holandia (0,8%)
Szwecja (0,2%)



Płeć

Wyświetlenia

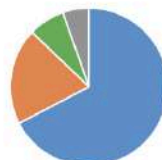
Mężczyźni (40%)
Kobiety (60%)



Źródła wizyt

Czas oglądania

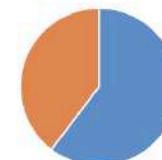
Zewnętrzne (67%)
Proponowane filmy (20%)
Wyszukiwarka w YouTube (7,4%)
Pozostałe (5,4%)



Miejsca odtwarzania

Czas oglądania

Umieszczone w witrynach i aplikacjach zewnętrznych (60%)
Strona odtwarzania filmu w YouTube (40%)



Szkoła Motywacji zaangażowani eksperci:



Prof. Krzysztof Selmaj
Prof. Przemysław Nowacki
Prof. Andrzej Potemkowski
Prof. Adam Czapliński
Prof. Jerzy Kotowicz
Prof. Konrad Rejdak
Prof. Danuta Ryglewicz
Prof. Adam Stępień
Prof. Leszek Królicki
Dr Marcin Myćko
Dr Robert Bonek
Dr Alicja Kalinowska
Dr Małgorzata Siger
Dr Dorota Koziarska
Dr Andrzej Depko
Dr Lidia Ledzion

Dr Mariola Kosowicz
Dr Marek Balicki
Prof. Dorota Karkowska
Mec. Natalia Łojko
Mec. Anna Skuza
Mec. Adam Krenke
Zbigniew Kowalski
Marta Smolińska
Katarzyna Pawlikowska
Dorota Zawadzka
Magdalena Dorko-Wojciechowska
Urszula Łach
Justyna Żyłka
Monika Bełdowska
Małgorzata Zakrzewska
Beata Derkowska

Systemowe działania Fundacji



- Członek Zespołu projektu OBYWATELE DLA ZDROWIA- spotkania w trybie comiesięcznym
- Członek Zespołu Parlamentarnego ds. SM
- Współpraca z MZ
- Fundacja udzieliła 2 sublicencji do materiałów Kampanii dla FUJ i PTSR (emisje w TVP)
- Konferencja prof. Selmaja– Łódź, 17-18.03
- I Międzynarodowy Kongres Patient Empowerment 24-25.04, patronat, prelegent 2 sesji
- Debata Stwardnienie Rozsiane-Puls Medycyny 8 .05
- Partonat dla wydawnictwa: Szczęście możliwe "Pamiętnik SM" oraz do modułu badania funkcji ruchowo-poznawczych (forma zegarka)
- Innowacje w leczeniu SM- WHC 23.05- partonat , prelegent
- VII Warsztaty Mazurskie 18-19 maja- prelegent
- Opieka koordynowana, 22.05, prelegent
- Światowy Dzień SM- PTSR, partner, prelegent
- Kompleksowa opieka medyczna...- Instytut Ochrony Zdrowia, - Łódź, Wrocław, - partner, prelegent
- Liczne spotkania firmowe z pracownikami
- Pobudka ze Zdrowiem- spotkania dotyczące zagadnień prawnych
- Przeprowadzenie badania społecznego dotyczącego funkcji poznawczych na grupie ponad 400 pacjentów
- Udział w międzynarodowym badaniu skutków choroby w kontekście kobiet, wyniki będą prezentowane podczas spotkania na Ectrims
- AKADEMIA SM 14-16.09
- SM OD MAZUR DO TATR 5-7.10, Świeradów Zdrój, prelegent
- Zjazd PTN 11-14.10
- ECTRIMS 24-27.10
- Zdrowy Dialog, Warszawa 9-10 .11
- Konferencja MS Expert Meeting- prelegent
- LISBONA 20-21.11
- TEDx- Sieć Przedsiębiorczych Kobiet 22.11, Be Yourself, prelegent
- Lublin- debata systemowa, 12.12 2017 - parton, prelegent

Podsumowanie wyników dotarcia

- Wyniki dotarcia w roku 2017 są imponujące:
- PR (dane: Instytut Monitorowania Mediów):
- 6 420 368 PLN - całkowite dotarcie przekazów na temat Fundacji „SM - walcz o siebie” zebranych od 1 stycznia do 14 listopada 2017 roku.
- 607 047 PLN - ekwiwalent reklamowy przekazów na temat Fundacji „SM - walcz o siebie” zebranych od 1 stycznia do 14 listopada 2017 roku
- 2 820 057 PLN – uzyskana wartość działań reklamowych - rate card TV, prasa, OOH, radio, Kina (dane: Nielsen Audience Measurement, Kantar Media, Media People)

LISTA MOCY !!!



LISTA MOCY 100:) bardzo dziękuję za docenienie mojej pracy:)





www.sm-walczosiebie.pl