

# Kryształowy Koliber 2020



Przedstawiamy tegorocznych laureatów nagrody Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków „Kryształowy Koliber”:

**Dr neurolog Marzena Kargul – „Lekarz Roku 2020”** – Dr Marzena Kargul od 11 lat prowadzi programy edukacyjne dla diabetyków z województwa zachodniopomorskiego. Wykłady obejmują zagadnienia dotyczące cukrzycy oraz jej bardzo poważnych powikłań. W wykładach uczestniczą sami diabetycy, jak również ich rodziny. Dr Marzena Kargul, wiedząc jak bardzo ważny jest poziom wiedzy, którą dysponuje sam chory, z własnej inicjatywy zaproponowała lekarzowi diabetologowi podjęcie się bezinteresownego poprowadzenia „Szkoły Cukrzycy”. Dodatkowo doktor prowadziła wykłady skierowane dla nauczycieli szkół i przedszkoli. Dr

Marzena Kargul to człowiek oddany i bardzo zaangażowany w pracę na rzecz chorych na cukrzycę. Dzięki niej diabetycy zdobywają wiedzę nt. swojej choroby i tym samym stają się partnerami lekarzy w prowadzeniu cukrzycy, co przekłada się bezpośrednio na dłuższe i lepsze życie.

**Halina Kręt – „Pielęgniarka Roku 2020”** – Halina Kręt swoją działalnością przyczyniła się do poprawy opieki nad chorymi na cukrzycę. Od 6 lat prowadzi badania m.in. poziomu cukru we krwi i cholesterolu na terenie miasta i gminy Biłgoraj. Dodatkowo jako członek Koła PSD w Biłgoraju na każdym spotkaniu edukuje wszystkich diabetyków jak np. podawać insulinę, jak dobrze się odżywiać i jak ważna jest aktywność fizyczna. Dzięki jej zaangażowaniu w pracę społeczną na rzecz chorych na cukrzycę, Koło PSD w Biłgoraju jest bardzo cenione i znane. Pielęgniarka Halina Kręt odznacza się fachowością i bezinteresownością w działaniu, jest bardzo ceniona i lubiana przez wszystkich diabetyków, jej praca bezpośrednio przyczynia się do poprawy życia chorych na cukrzycę.

**Henryk Domagała – „Społecznik Roku 2020”** – Henryk Domagała od 11 lat jest członkiem Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków, od 5 lat pełni funkcję prezesa Koła PSD w Zduńskiej Woli. Jest inicjatorem wielu działań na rzecz chorych na cukrzycę, jak również działań profilaktycznych w kierunku wykrycia cukrzycy. Organizuje prelekcje lekarzy, pielęgniarek diabetologicznych oraz spotkania i wyjazdy integracyjne dla swoich członków. Dzięki niemu co roku prowadzone są badania uczniów w całym powiecie zduńskowolskim. Współpracuje z władzami miasta i powiatu, jak również z różnymi organizacjami i instytucjami społecznymi i aktywnie pozyskuje sponsorów na działalność stowarzyszenia. Pan Henryk Domagała z wielkim oddaniem angażuje się w działalność społeczną wśród diabetyków, młodzieży szkolnej i szeroko pojętego społeczeństwa. Jest osobą ambitną, pogodną, odpowiedzialną i chętnie niosącą pomoc innym.

**Anna Ściążko – „Wolontariusz Roku 2020”** – Anna Ściążko od wielu lat aktywnie poświęca czas na pracę społeczną, czynnie angażując się w życie Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków. Anna Ściążko bierze udział w wielu akcjach charytatywnych oraz współpracuje z wieloma różnymi instytucjami, niosąc pomoc na rzecz osób potrzebujących. Jest osobą godną zaufania, wspiera wiedzą merytoryczną podlegające koła terenowe. Jest osobą życzliwą, odpowiedzialną, pełną empatii, energii, wszystkie swoje obowiązki wykonuje sprawnie i sumiennie.

**Michał Pomykała – „Młody Wolontariusz Roku 2020”** – Michał Pomykała od najmłodszych lat udziela się społecznie, ponieważ jego rodzice prowadzą Koło PSD w Drzewicy. Wraz z dorastaniem zdobywał wiedzę i doświadczenie, a tym samym jego rola wolontariusza stawała się bardziej odpowiedzialna. Obecnie Michał Pomykała odpowiada za bezpieczeństwo informatyczne w kole, jest administratorem RODO. Stworzył stronę internetową stowarzyszenia, na której umieszcza m.in. relacje z różnych wydarzeń, które nagrywa kamerą i fotografuje. Współpracuje i wspiera rodziców, których dzieci są chore na cukrzycę. W trakcie wyjazdów opiekuje się małymi diabetykami. Jest osobą odpowiedzialną, ambitną a przy tym życzliwą, która bezinteresownie poświęca swój czas na pomoc innym.

**Bogusław Stachowski – “Wydawnictwo Roku 2020”** – Bogusław Stachowski jest wieloletnim aktywistą Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków Oddziału Miejsko-Powiatowego w Łasku. W bieżącym roku ukazała się jego monografia pt.: “30. Letnia Historia Łaskiego Oddziału PSD – Nie warto cukrzycy oddawać życia walkowerem!”. Książka chronologicznie przedstawia historię Oddziału, a także zmiany w leczeniu cukrzycy jakie zaszły na przestrzeni lat. Autor w książce zachęca do edukacji i aktywności fizycznej, tak ważnych w leczeniu cukrzycy i uniknięciu poważnych powikłań. Bogusław Stachowski podkreśla, że aby żyć z cukrzycą jak najdłużej, trzeba ją dobrze poznać i się z nią zaprzyjaźnić.

**Jan Mieczysław Zrajko – pośmiertnie “Społecznik Roku 2020”** – Jan Mieczysław Zrajko był prezesem Oddziału Rejonowego PSD w Przemyślu, długoletnim prezesem Koła Terenowego nr 15 w Przemyślu, członkiem Głównej Komisji Rewizyjnej w latach 2015-2019, w bieżącej kadencji był skarbnikiem Zarządu Głównego PSD. Uehonorowany został wieloma wysokimi odznaczeniami państwowymi. Jan Zrajko był człowiekiem niezwykle aktywnym, pełnym życia, zawsze chętnym do pracy, mającym mnóstwo pomysłów, oddanym ludziom i sprawom cukrzycy, odważnie głoszący swoje zdanie. Był zawsze uśmiechnięty, życzliwy, chcący dla wszystkich jak najlepiej. Niewielu mogło dorównać mu zapałem i entuzjazmem, okazywanym nie tylko wobec podejmowanych przedsięwzięć, ale także wobec codziennego życia. Jego postawa i zaangażowanie w pracę społeczną na rzecz innych osób jest wzorem do naśladowania.