



BALANCE



Better well-being And Lifestyle Among
Nurses in Chronic shift-work Environments

Zaproszenie do udziału w badaniu BALANCE

Szanowni Państwo,

Serdecznie zapraszamy do udziału w badaniu naukowym BALANCE. Celem badania jest ocena dobrostanu wśród pielęgniarek i pielęgniarzy aktywnych zawodowo oraz identyfikacja potrzeb w zakresie działań mogących poprawić dobrostan wśród przedstawicieli zawodu pielęgniarstwa. Naszym celem jest także stworzenie programów edukacyjnych pomocnych w dbaniu o własny dobrostan oraz ocena ich skuteczności.



Skąd pomysł na takie badanie?

Zawód pielęgniarstwa wiąże się z wysokim poziomem obciążenia fizycznego i psychicznego, stresem oraz skutkami pracy zmianowej, co zwiększa ryzyko chorób przewlekłych, absencji chorobowych i przedwczesnego opuszczania zawodu. Wzmocnienie edukacji w zakresie profilaktyki zdrowotnej i ergonomii pracy powinno stać się istotnym elementem rozwoju zawodowego, uzupełniającym formalne kształcenie, i wspierać jakość oraz stabilność systemu opieki zdrowotnej.

Kto może wziąć udział?

Wszystkie **pielęgniarki i pielęgniarze**, aktywni zawodowo, niezależnie od wieku, płci, miejsca pracy czy miejsca zamieszkania.



Jak zgłosić chęć udziału?

Wystarczy wypełnić formularz zgłoszeniowy pod adresem:

<https://forms.gle/dbJFDp57BFFeFMr6t6>

lub wysłać maila na adres:

badanie.balance@wum.edu.pl



Jaki będzie przebieg badania?

Po wysłaniu zgłoszenia, weźmiesz udział w badaniu ankietowym. Formularze będziemy wysyłać drogą mailową w odstępach 2-tygodniowych. Spośród osób zgłoszonych do badania, wylosujemy 100 uczestników, którym udostępniemy **BEZPŁATNY** kurs **“Well-being i ergonomia pracy w zawodzie pielęgniarstwa”** (możliwe uzyskanie punktów edukacyjnych). Po realizacji kursu ponownie przeprowadzimy badanie ankietowe.



Korzyści z udziału w badaniu:

Bezpłatny dostęp do materiałów szkoleniowych z zakresu “Well-beingu i ergonomii pracy w zawodzie pielęgniarstwa” dla **WSZYSTKICH** uczestników badania po jego zakończeniu. Realny wpływ na poprawę własnego dobrostanu.



Zespół badawczy:

dr n. o zdr. Katarzyna Wesołowska-Górniak

dr n. med. i n. o zdr. Karolina Kruszewska-Bąk

mgr Aniela Gołębiowska