



Prof. Univ. Dr. VERONICA MOCANU – Educație pentru sănătate și echilibru durabil

În lumea medicinei, există specialiști care tratează boli și există vizionari care construiesc sănătate.

Prof. Dr. VERONICA MOCANU face parte din a doua categorie – un medic care și-a dedicat cariera promovării unui stil de viață sănătos, prevenirii obezității și educației pentru sănătate, inspirând mii de oameni să își schimbe viața prin echilibru și cunoaștere.

Absolventă a **Universității de Medicină și Farmacie „Grigore T. Popa” din Iași**, unde este astăzi **profesor universitar** și **șef al Disciplinei de Fiziologie**, **Prof. Univ. Dr. Veronica Mocanu** a format generații de medici, fiind totodată una dintre cele mai respectate voci în domeniul nutriției, metabolismului și prevenției bolilor cronice.

Este fondatoarea și coordonatoarea **Centrului de Cercetare privind Obezitatea și Comorbiditățile** din cadrul UMF Iași – un spațiu în care știința se împletește cu pasiunea pentru sănătatea publică. Sub conducerea sa, centrul a dezvoltat programe de screening și educație pentru copii, adolescenți și adulți, contribuind la îmbunătățirea stării de sănătate a comunității ieșene și nu numai.

De-a lungul carierei sale, **Prof. Univ. Dr. Veronica Mocanu** a fost implicată în numeroase proiecte naționale și internaționale dedicate **prevenției obezității, nutriției sănatoase și promovării activității fizice**. A publicat cărți, studii și ghiduri de specialitate, a coordonat campanii de educație pentru sănătate în școli și a colaborat cu autorități și organizații medicale pentru dezvoltarea de politici publice în domeniu.

Pentru **Prof. Univ. Dr. Veronica Mocanu**, medicina nu înseamnă doar știință, ci și responsabilitate socială. În viziunea sa, prevenția începe cu educația, iar educația trebuie să fie accesibilă tuturor:

„Sănătatea este un capital care se construiește în fiecare zi, prin decizii mici, conștiente, făcute cu respect față de propriul corp și minte.”

Prin activitatea sa, **Prof. Univ. Dr. Veronica Mocanu** inspiră o **schimbare de paradigmă** – de la tratarea bolilor la cultivarea echilibrului, de la pasivitate la responsabilitate personală. Munca sa

reprezintă un exemplu de **excelență medicală, integritate academică și devotament pentru sănătatea publică.**

Contact: veronica.mocanu@gmail.com

Telefon pentru programari: 0745 603 137

Adresa ridicare kit digital: Str. Mircea cel Batran, nr 1, Bl A1, Farmacia Dona.

INFORMAȚII DESPRE ÎNSCRIEREA ÎN PROGRAMUL DONA LIFESTYLE – PROF. UNIV. DR. VERONICA MOCANU

Dacă alegeți să vă înscrieți în programul coordonat de Prof. Univ. Dr. Veronica Mocanu, vă aducem la cunoștință următoarele:

Pachetul “Dona LifeStyle” – Prof. Univ. Dr. Veronica Mocanu are o valoare totală de 2.422 lei, din care Fundația farmaciilor DONA acoperă suma de 2.100 lei. **Diferența de 322 lei va fi achitată de beneficiar, în 2 tranșe:** una – la prima consultație, care se va desfășura după semnarea contractului de participare în proiect, a doua – la a treia consultație. **Ședințele se desfășoară ONLINE.**

CE INCLUDE CONTRIBUȚIA ACOPERITĂ DE FUNDAȚIE (2.100 LEI):

- a. **Analize medicale specifice** (neacoperite de CNAS, ex: Indicele HOMA, analiza corporală Tanita- la început și final de proiect, hemoglobina microzilită, proteina totală serică), în limita a **300 lei**, în cadrul clinicii **Hope &Care Medical SRL.**
- b. **Sesiuni de consiliere nutrițională personalizată – 4 consultații cu medic nutriționist, și 2 sesiuni de terapie cognitiv-comportamentală**, ce includ:
 - a. evaluarea stării de sănătate, metabolice și a riscurilor asociate cu obezitatea
 - b. stabilirea obiectivelor,
 - c. plan alimentar individualizat și adaptări în funcție de obiectiv și progres,
 - d. monitorizare și motivare continuă,
 - e. suport emoțional,
 - f. abordări de nutriție și igienă alimentară.
- c. **Acces la activități online**, precum:
 - Sesiuni de antrenamente de **fitness online, săptămânale**, adaptate nivelului fiecăruia.
- d. **Echipamente pentru auto-monitorizare:**
 - cântar smart, centimetru, glucometru, jurnal tipărit.
 - **Ceasul inteligent** va fi oferit ca instrument motivațional după ce participantul a slăbit minimum **3 kg.**

BENEFICII SUPLIMENTARE OFERITE DE FUNDAȚIE:

Participarea gratuită la **4 workshop-uri educaționale**, susținute de medicii nutriționiști implicați în proiect,

Participarea săptămânală a beneficiarilor la o sesiune online de 30-45 de minute de întrebări și răspunsuri (Q&A), susținută de medicii implicați în proiect, **suport si Q&A pe grupul de whatsapp** al proiectului.

Suport din partea **farmaciștilor voluntari**, constând în:

- Informarea pacienților despre proiect și îndrumarea către platforma Fundației pentru înscriere.
- Promovarea programului în mod etic (fără promovarea de produse comerciale).
- Distribuirea de materiale educaționale despre nutriție și stil de viață sănătos – disponibile gratuit în farmaciile partenere sau pe site-ul oficial: www.fundatiadona.ro
- Ghidaj în utilizarea corectă a echipamentelor de auto-monitorizare (ex: glucometru, tensiometru), fără interpretări medicale directe.
- Sprijin săptămânal pentru participanți prin:
 - recomandarea de resurse utile,
 - asistență la instalarea aplicațiilor necesare (dacă este cazul),
 - transmiterea datelor către echipa proiectului, cu respectarea normelor GDPR.
- Informații educaționale de bază privind sănătatea, nutriția și obiceiurile sănătoase – în limitele competențelor farmaceutice.
- Îndrumare și suport continuu pentru parcurgerea etapelor programului.
- Posibilitatea participării la sesiuni de tip Q&A, mentorat online sau discuții de grup, în funcție de disponibilitate.
- Suport general, în farmacie sau online (email, telefon), fără a substitui consultul medical, în conformitate cu normele etice ale profesiei de farmacist.