



HUBERT, Ambasador Fundacji



ANIA, Dawczyni szpiku



SŁAWEK, Dawca szpiku



JOLANTA, Pedagog z życiem



MAX, żyje dzięki Dawcy szpiku



KAMIL, Pracownik Fundacji

Drodzy Dawcy i Dawczynie,

w życiu pełnimy wiele ról. Jedne są bardzo osobiste, kolejne pojawiają się w przestrzeni, którą współtworzymy z innymi. W Fundacji DKMS te role spotykają się każdego dnia.

Są z nami **Dawcy – potencjalni i faktyczni, Pacjenci, Darczyńcy, Wolontariusze, Studenci, Nauczyciele, Influencerzy, Lekarze i Personel Medyczny oraz Partnerzy Fundacji**. Każda z tych grup wnosi coś innego, każda jest potrzebna, każda ma znaczenie.

Niezależnie od tego, czy jesteś z nami od roku, pięciu czy piętnastu lat – **dziękujemy**. Za zaangażowanie, wsparcie i za to, że po prostu jesteś. Dzięki Tobie idea dawstwa szpiku dociera dalej, a pomoc staje się realna.

Choć różnimy się rolami, łączy nas jeden wspólny mianownik. Jest nim **DOBRO**, które zaczyna się od decyzji, od gotowości, od obecności. Dobro, które – gdy raz zostanie wprowadzone w ruch – potrafi zataczać coraz szersze kręgi.

Gazeta, którą trzymasz w rękach, jest opowieścią właśnie o tym. O ludziach, ich rolach i dobru, które wspólnie niesiemy dalej. Życzymy Ci dobrej lektury!

**17 lat**

Fundacji DKMS

**16 500**

Dawców faktycznych

**2 113 520**

potencjalnych Dawców szpiku w naszej bazie

Rok, w którym dobro miało Twoje imię

To był dobry rok, w którym tysiące osób zrobiło pierwszy krok ku zostaniu Dawcą szpiku lub krwiotwórczych komórek macierzystych, a inni wreszcie usłyszeli, że znaleziono ich „bliźniaka genetycznego”. Rok, w którym edukacja zamieniała się w decyzję, decyzja w gotowość, gotowość w działanie, a działanie w szansę na czyjś powrót do zdrowia. Droga Dawcy szpiku to nie jeden moment – to łańcuch zdarzeń, który niesie nadzieję dalej, niż możemy sobie wyobrazić. A wszystko zaczyna się od Ciebie i od osób takich jak Ty.

Edukacja – kiedy rodzi się świadomość i chęć działania

Każda donacja zaczyna się na długo przed momentem pobrania krwiotwórczych komórek macierzystych. Jej początkiem jest świadomość – wiedza, która porusza i skłania do działania. Nie inaczej było w 2025 roku.

Nowa kampania społeczna „**Nie mogę bez Ciebie żyć**” z udziałem naszych Pacjentów i Ambasadorów, uruchomienie podcastu „**Dopasowani**”, którego można posłuchać na YouTube i Spotify, oraz dziesiątki działań edukacyjnych sprawiły, że idea dawstwa szpiku dotarła do tysięcy osób w całej Polsce. Towarzyszyły temu liczne inicjatywy terenowe i partnerskie: współprace z influencerami internetowymi i znanymi osobami, akcja „**Strażak na Szlaku**” angażująca setki strażaków w szerzenie idei dawstwa szpiku, obecność



Kadr z kampanii „Nie mogę bez Ciebie żyć”



Półmaraton warszawski
„Biegam dobrze”

na festiwalach muzycznych, konkurs dla bibliotek, a także sportowe projekty, takie jak „**Biegam Dobrze**”, w ramach którego biegacze nie tylko zakładali koszulki Fundacji DKMS, ale również wspierali nasze działania finansowo.

Październik, w którym obchodzimy **Ogólnopolski Dzień Dawcy Szpiku**, stał się czasem szczególnej mobilizacji wokół budowania świadomości idei dawstwa szpiku. To właśnie w takich chwilach rodzi się myśl: „Może to jest coś, co mogę zrobić dla innych?”. Dzięki tym działaniom dawstwo przestaje być abstrakcyjnym pojęciem, a zaczyna być dobrem, które można ofiarować drugiemu człowiekowi.

Rejestracja – gest, który może zmienić czyjąś historię

W minionym roku do społeczności potencjalnych Dawców szpiku dołączyło **110 448** nowych osób. Co piąty Pacjent w Polsce nie znajduje zgodnego Dawcy, mimo że w naszej bazie zarejestrowało się już ponad **2,1 mln** osób gotowych nieść pomoc. Dlatego nieustannie skupiamy się na rejestracji nowych Dawców przez stronę internetową **dkms.pl**, podczas akcji pacjenckich, w trakcie licznych akcji rejestracyjnych w całej Polsce, a także w ramach projektów skierowanych do uczniów i studentów, które już na stałe wpisały się w mapę dobra – **Komórkomanii oraz Helpers' Generation**. Każda osoba, która zamawia pakiet rejestracyjny przez internet lub wypełnia formularz stacjonarnie podczas akcji, dopisuje swój rozdział w historii walki z nowotworami krwi. Rejestracja trwa kilka minut. A jej pozytywne konsekwencje mogą trwać całe życie.

Pozostawanie w kontakcie – małe aktualizacje, które mają ogromne znaczenie

Dla wielu Pacjentów czas jest najcenniejszą walutą. Dlatego w 2025 roku tak mocno stawialiśmy na edukację Dawców w zakresie aktualizacji danych. Dzięki tysiącom zaktualizowanych numerów telefonów, adresów i informacji zdrowotnych mogliśmy działać szybko i skutecznie, gdy pojawiała się szansa na pomoc Pacjentowi. To etap często niewidoczny, ale absolutnie kluczowy. Czasem jedno odebrane połączenie decyduje o tym, czy procedura pobrania szpiku lub komórek macierzystych może ruszyć natychmiast.

Donacja – gdy gotowość zamienia się w dar życia

W ciągu 2025 roku wykonaliśmy **11 113** telefonów do potencjalnych Dawców z naszej bazy z informacją o wstępnej zgodności z Pacjentem potrzebującym pomocy od niespokrewnionego Dawcy. W efekcie **1 795** osób oddało krwiotwórcze komórki macierzyste lub szpik swoim „bliźniakom genetycznym” z Polski i ze świata. Tym samym jest nas już ponad **16 500** Dawców faktycznych.

Za każdym z tych numerów stoi konkretna historia: Dawcy, który podniósł słuchawkę, powiedział „tak” i rozpoczął proces, który dał komuś nadzieję, oraz historia Pacjenta i jego rodziny – to moment, który zapamiętują na całe życie, ponieważ oznaczał szansę na powrót do zdrowia.



Ogólnopolski Dzień Dawcy Szpiku



KACPER, strażak

Po donacji – dobro, które toczy się dalej

Droga Dawcy nie kończy się w dniu pobrania. Pod naszą opieką znajduje się już 16 181 Dawców, z którymi pozostajemy w kontakcie przez kolejne 10 lat, obserwując ich stan zdrowia i bezpieczeństwo po procedurze donacji. Wielu z nich decyduje się pójść o krok dalej – dołączają do „**Klubu Dawcy**”, społeczności faktycznych Dawców szpiku, którzy dzielą się swoim doświadczeniem i niosą ideę dawstwa dalej. Angażują się w akcje edukacyjne i rejestracyjne, wspierają nas darowiznami, edukują innych i inspirują kolejne osoby do rejestracji. Ich historie – czasem wzruszające, czasem pełne humoru – pokazują, że dobro nie kończy się na jednym gościu, ale potrafi zataczać coraz szersze kręgi.



Plan zdjęciowy z nagrania teledysku „Jakby co, to jestem”

Wsparcie Pacjentów – dopełnienie naszej misji

Jesteśmy organizacją, która wspiera Pacjentów na każdym etapie leczenia. W 2025 roku w ramach **Programu Rozwoju Hematologii i Wsparcia Pacjentów**:

- wsparliśmy **15** klinik hematologicznych łączną kwotą **3 205 000 zł**,
- sfinansowaliśmy wsparcie psychologiczne **61** osób,
- zrealizowaliśmy **300** konsultacji w poradni żywieniowej i przygotowaliśmy **100** planów żywieniowych,
- dotowaliśmy **21** projektów poprawiających dobrostan Pacjentów i ich bliskich, które są realizowane przez inne organizacje pacjenckie.

To konkretne działania, które w realny sposób poprawiają codzienność osób mierzących się z chorobą – nie tylko w dużych miastach, ale także tam, gdzie dostęp do specjalistycznej opieki bywa ograniczony.

Kierunek 2026 – ciąg dalszy historii, którą tworzymy razem

Nadzieja nie gaśnie. W tym roku będziemy:

- szerzyć ideę dawstwa szpiku poprzez liczne działania edukacyjne,
- konsekwentnie rozwijać bazę Dawców, dbając o jakość i aktualność danych,
- wspierać kliniki oraz rozwijać infrastrukturę hematologiczną,
- budować silną społeczność Pacjentów, Dawców i specjalistów, którzy wspólnie chcą zmieniać system ochrony zdrowia.

Dziękujemy, że jesteś częścią tej drogi. Twoja obecność w gronie potencjalnych Dawców, Twoja odpowiedzialność, Twoja otwartość na wiedzę – to wszystko składa się na realną pomoc dla Pacjentów, którzy każdego dnia czekają na swoją szansę na życie.

Dobro rodzi dobro

Historia Weroniki i Adriana pokazuje, że nawet gdy jest naprawdę trudno, może pojawić się nadzieja – taka, która z czasem zamienia się w konkretne, dobre działania. Weronika odzyskała życie dzięki Dawcy szpiku z Niemiec. Kilka lat później jej siostrzeniec i chrześniak, Adrian, zainspirowany historią cioci, sam został Dawcą szpiku – i do tego 15-tysięcznym w Polsce.

Nadzieja rodzi się w najtrudniejszym momencie

Weronika usłyszała diagnozę białaczki w marcu 2021 roku, w czasie pandemii, która potęgowała poczucie izolacji, niepewności i lęku o jutro. Jeszcze chwilę wcześniej była mamą skupioną na codzienności i bliskości z dziećmi – nagle jej świat



zawęził się do szpitalnych korytarzy, badań i walki o powrót do zdrowia.

Najtrudniejsze chwile przyszły w izolatce, w ciszy przerywanej jedynie dźwiękiem aparatury, gdy zmęczenie i zwątpienie mieszały się z ogromną tęsknotą za normalnym życiem. Ale wtedy przyszła jej do głowy także jedna myśl – nagła, jakby podpowiedziana z innego miejsca. „Umówiłam się z Panem Bogiem, że jeśli pozwoli mi wrócić do moich dzieci, to przeżyję to życie dobrze i będę pomagać innym. Zawsze to robiłam, ale wtedy

zrozumiałam, że muszę mówić głośniejszym głosem, działać mocniej” – wspomina. Choroba nie tylko wystawiła ją na próbę, ale dała początek czemuś znacznie większemu. Dzięki zgodnemu Dawcy z Niemiec jej życie zaczęło się na nowo, a z wdzięczności narodziło się Stowarzyszenie Dłoni Białej Mamy, które wspiera Pacjentów zmagających się z nowotworami krwi.

Od iskry nadziei do płomienia dobra

Kilka lat później dobro, które zapoczątkowała obietnica złożona w szpitalnej izolatce, dotarło dalej, niż mogła przypuszczać. Jej chrześniak, Adrian, obserwował z bliska jej walkę – i cud, który wydarzył się dzięki Dawcy. Gdy Weronika wróciła do zdrowia, on również podjął decyzję. Zarejestrował się w bazie Fundacji DKMS, nie wiedząc jeszcze, że ten gest odmieni kolejne życie. „Gdyby nie ciocia, nigdy bym tego nie zrobił” – mówi dziś.

Po niespełna dwóch latach telefon z Fundacji zmienił jego codzienność. Ktoś potrzebował jego krwiotwórczych komórek macierzystych. „Zadzwoń do cioci od razu. Powiedziałem jej, że to dzięki niej mogę komuś pomóc. To była rozmowa, której nie zapomnę do końca życia”.

Adrian oddał krwiotwórcze komórki macierzyste w maju 2025 roku. Okazało się, że jest **15-tysięcznym faktycznym Dawcą szpiku w Polsce** – symbolicznym ogniwem ogromnego łańcucha dobra. Weronika, patrząc na jego decyzję, widzi w niej domknięcie kręgu, a może nawet jego dalsze rozszerzenie. „Jeszcze nie tak dawno to ja potrzebowałam pomocy. Dziś mój chrześniak ratuje życie komuś innemu. Ta historia

pokazuje, że dawstwo dotyka nas wszystkich – czasem jako Pacjentów, czasem jako Dawców. I że dzięki ludziom takim jak Adrian możemy wrócić do rodzin i zacząć drugie życie”.

Siła dobra mnoży się z każdym gestem

Dobro bywa niepozorne, rodzi się w cichych obietnicach, w małych gestach, w jednej podjętej decyzji. Ale gdy trafi na podatny grunt – zaczyna krząć i przybiera na sile. Weronika otrzymała szpik. Ona dała innym wsparcie, siłę i głos. Adrian dał komuś szansę na przeżycie. A osoba, której dał szansę na zdrowie? Ona także może kiedyś dodać kolejne ogniwo do tego łańcucha dobra.

A Ty? Zawsze możesz zrobić coś jeszcze

Ten artykuł jest historią o nadziei, która rozświetla nawet najtrudniejsze chwile, i o dobru, które wraca – zawsze w większej postaci. Możesz dodać własne ogniwo do tego łańcucha dobra. Zaktualizuj swoje dane, aby być gotowym, kiedy ktoś będzie Cię potrzebował. Zachęć bliskich, by się zarejestrowali. Podziel się tą historią. Jeśli możesz – wesprzyj Fundację. Bo nigdy nie wiemy, czy to właśnie Twoja decyzja nie stanie się dla kogoś początkiem nowego życia.



Aktualizujesz dane? Pomagasz!

Twoja obecność w bazie potencjalnych Dawców szpiku to gest, który naprawdę może odmienić czyjeś życie. Aby jednak w kluczowym momencie móc skutecznie połączyć Cię z Pacjentem, potrzebujemy jednego: aktualnych danych i informacji o Twoim zdrowiu. Dzięki nim Twój profil pozostaje aktywny wtedy, gdy ktoś będzie Cię potrzebował najbardziej.

Po pierwsze – zmiany w Twoim zdrowiu

Nie wszystkie choroby pozwalają na udział w procedurze dawstwa, a wiele z nich czasowo wyklucza możliwość donacji. Dlatego tak ważne jest, aby trafiły do nas informacje o:

- nowych diagnozach lub trwającej diagnostyce,
- poważniejszych problemach zdrowotnych,
- przyjmowanych lekach czy planowanych zabiegach,
- ciąży lub okresie karmienia piersią.

W czasie diagnostyki lub ciąży Twój profil zostaje tymczasowo zablokowany – dla Twojego bezpieczeństwa i bezpieczeństwa Pacjenta. Po sześciu miesiącach od porodu profil kobiety automatycznie przywracamy do bazy i ponownie jest dostępna, aby pomóc Pacjentowi. Po otrzymaniu diagnozy ustalimy, czy możesz być aktywnym Dawcą.



GOSIA,
Dawczyni szpiku

Wyjazd za granicę? Daj nam znać

Jeśli opuszczasz kraj na dłużej niż miesiąc lub przeprowadzasz się za granicę, poinformuj nas o tym. W tym czasie nie możemy przeprowadzić badań ani rozpocząć procedury, dlatego Twój profil powinien być w tym okresie nieaktywny. Gdy wrócisz – reaktywujemy go w kilka chwil.

Każda jasna odpowiedź ma znaczenie

Kiedy dzwonimy z informacją, że możesz zostać Dawcą, liczy się Twoja spokojna, świadoma decyzja. Twoje „tak” uruchamia całą procedurę. Dawstwo szpiku jest dobrowolne, dlatego również uszanujemy Twoją odmowę. Najtrudniejsza jest cisza. Brak odpowiedzi opóźnia proces i może realnie zaszkodzić Pacjentowi, który czeka na przeszczepienie. Dlatego prosimy: odbierz telefon lub oddzwoń do nas.

Bądźmy w kontakcie z Twoimi danymi kontaktowymi

Możemy otrzymać informację, że jesteś zgodny z Pacjentem, ale jeśli Twój numer telefonu, adres e-mail lub adres zamieszkania są nieaktualne, to nie będziemy mogli nawiązać z Tobą kontaktu. I to w czasie, gdy liczy się każdy dzień.

Zmiana numeru? Przeprowadzka? Nowy e-mail? Daj nam znać – to dosłownie minuta, która może decydować o czymś zdrowiu.

Jak zgłosić zmiany w danych?



Zmiany w stanie zdrowia:

medyczne@dkms.pl



Wyjazdy dłuższe niż miesiąc:

kontakt@dkms.pl



Aktualizacja danych:

dkms.pl/zaktualizuj-dane

Obecność, słowa i gesty, które wspierają

Gdy bliska osoba słyszy diagnozę nowotworu, świat na chwilę staje w miejscu. Boimy się powiedzieć coś niewłaściwego, nie wiemy, jak zareagować. Tymczasem najważniejsze nie jest to, co powiemy, lecz to, że jesteśmy. Wsparcie zaczyna się od obecności.

Wszystko zaczyna się od obecności

Rozmowa z osobą chorującą na nowotwór nie wymaga specjalnych umiejętności – wymaga bliskości. Czasem jedno zdanie wypowiedziane szczerze znaczy więcej niż długie przemówienie. Warto zacząć od prostych komunikatów: „Nie wiem, co powiedzieć, ale jestem” lub też: „Możesz mówić tyle, ile chcesz – albo milczeć”.

Wasza relacja to kompas zachowań

Choroba nie zmienia tego, kim jesteście dla siebie. Jeśli wcześniej żartowaliście na co dzień, nie musisz nagle przechodzić na ton pełen patosu. Utrzymanie relacji w kształcie i na zasadach jak przed diagnozą buduje poczucie bezpieczeństwa, a to w chorobie jest bezcenne.

Zostaw przestrzeń na emocje Pacjenta

Frazy typu „będzie dobrze” czy „musisz być silny” często zamykają rozmowę. Osoba zmagająca się z chorobą potrzebuje możliwości powiedzenia: „boję się”, „nie wiem”, „potrzebuję czasu”. Zamiast podpowiadać rozwiązania, warto zapytać: „Czego potrzebujesz?” lub: „Jak mogę ci towarzyszyć?”.

Czasem najwięcej mówi cisza

Delikatny dotyk, obecność w milczeniu, wspólne siedzenie przy herbacie – to gesty, które często znaczą więcej niż słowa. Osoba w trakcie leczenia jest przeciążona nadmiarem informacji i emocji. Twoja spokojna obecność może stać się dla niej bezpiecznym ukojeniem.

Proponuj konkrety, nie ogólniki

Wsparcie jest realne wtedy, gdy jest wykonalne. „Jutro zrobię Ci zakupy” lub: „Mogę zadzwonić do lekarza i uporządkować informacje” – takie komunikaty odciążają, zamiast dokładać kolejnych obowiązków.



ANDRZEJ, żyje dzięki Dawcy szpiku,
z wspierającą go ASIA

Towarzysz, nie doradzaj

Sugestie alternatywnych terapii czy „sprawdzonych metod” mogą wprowadzić chaos i niepotrzebny niepokój. Najważniejsza jest perspektywa chorego i wskazówki zespołu medycznego. Możesz natomiast pomóc uporządkować to, co już zostało powiedziane.

Razem z Pacjentami – tak działamy

Pamiętaj, że wspieranie osoby chorej na nowotwór nie jest egzaminem z umiejętności wypowiedzi. Najcenniejsze jest to, że próbujemy być blisko w sposób dla nas możliwy i akceptowalny dla chorego. Jeśli Twój dobór słów będzie autentyczny i spójny z Waszą relacją, to będziesz na dobrej drodze, by wzmocnić poczucie bezpieczeństwa i bycie widzianym przez osobę, którą chcesz wspierać.

Wsparcie Fundacji dla Pacjentów

Fundacja DKMS każdego dnia towarzyszy Pacjentom w diagnozie, leczeniu i drodze do zdrowia – od wsparcia psychologicznego, przez projekty realizowane z innymi organizacjami, aż po edukację bliskich. Wzmacniamy systemową opiekę nad chorymi, wspierając kliniki, specjalistów oraz inicjatywy, które realnie poprawiają jakość leczenia i codziennego funkcjonowania Pacjentów. To właśnie relacje, małe gesty i uważność tworzą sieć, która podtrzymuje Pacjentów w najtrudniejszych momentach.



Jeśli Ty lub ktoś z Twoich bliskich zmagacie się z nowotworem krwi, to Fundacja DKMS oferuje możliwość wsparcia psychologicznego.

Skontaktuj się z nami, pisząc na:
pacjenci@dkms.pl

Twoja darowizna pomaga Pacjentom już dziś.

Bycie potencjalnym Dawcą szpiku to ogromna gotowość do pomocy. Ale dla wielu Pacjentów z nowotworami krwi pomoc potrzebna jest teraz – dziś, w trakcie leczenia, w czasie hospitalizacji, w chwilach największego zmęczenia i niepewności.

Dlatego darowizna ma tak wielką moc. To konkretna pomoc tu i teraz.

Dzięki Twojemu wsparciu możemy:



rejestrować kolejnych potencjalnych Dawców szpiku, zapewniać Pacjentom



opiekę psychoonkologiczną i wsparcie żywieniowe, doposażać oddziały



hematologiczne w niezbędny sprzęt medyczny, poprawiać warunki leczenia



w szpitalach w całej Polsce.

Zeskanuj kod i pomóż!



Przeznacz 1,5% podatku

To decyzja, która może zmienić czyjeś życie.

Dla osób chorych na nowotwory krwi największym marzeniem często są zwyczajne chwile: rozmowa z bliskimi, spacer bez zmęczenia, myślenie o przyszłości innej niż kolejna wizyta w szpitalu.

Twój 1,5% podatku może przybliżyć Pacjentów do tej codzienności.

Wpisz w formularzu PIT:

KRS 0000 318 602

lub rozlicz się online na stronie:
dkms.pl/1-5procent

Dzięki wsparciu z 1,5%:



w ciągu ostatnich 6 lat wsparliśmy ponad **50 szpitali**, w tym **16 dziecięcych**,



przekazaliśmy **ponad 24,7 mln zł** na poprawę leczenia i opieki nad Pacjentami,



realizujemy programy poprawiające jakość życia Pacjentów.

Na co przeznaczymy Twój 1,5%?



modernizację i wyposażenie oddziałów hematologicznych,



rozwój infrastruktury i projektów systemowych,



długofalowe programy pacjenckie i poprawę standardów leczenia.



JAKUB, Pacjent czekający na Dawcę szpiku