



UTRIP

Letnik XXI
Številka 8
November 2013

Glasilo Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

Poštnina plačana pri pošti 1102 Ljubljana

Uvodnik

Zdravstvena nega v luči krize

Iz društev

DMSBZT Celje je praznovalo 50 let

Predstavljamo vam

Predavateljica Majda Šlajmer Japelj
častna doktorica Univerze v Mariboru



Spoštovane članice in člani, vsi izvajalci zdravstvene in babiške nege, vodstva zdravstvene in babiške nege v zavodih,

ker se v zavodih in med posamezniki pojavljajo različna tolmačenja glede vpisa v register in izdaje licenc, zlasti zaradi akreditacij bolnišnic (kjer se od zaposlenih zahtevajo licence), naj vas obvestimo, da je naloge, ki jih je do preteka javnega pooblastila (4. 5. 2012) opravljala Zbornica - Zveza, prevzelo Ministrstvo za zdravje RS, ki izdaja odločbe o **vpisu v register** izvajalcev zdravstvene in babiške nege in izdaja, podaljšuje in odvzema **licence** izvajalcem zdravstvene in babiške nege.

Strošek, ki ste ga plačali za izdajo odločbe o vpisu v register ali za izdajo odločbe o podelitvi licence v času, ko je bilo javno pooblastilo podeljeno Zbornici – Zvezi, je **upravna taksa**, katere plačilo je zahteval *Zakon o upravnih taksah* (Ur. l. RS, št. 106/2010, UPB5). **Upravna taksa ni bila prihodek Zbornice – Zveze, ampak prihodek Proračuna Republike Slovenije, saj je z njo upravljalo Ministrstvo za finance RS.**

Če ste vložili vlogo za izdajo licence na Zbornico – Zvezo in plačali upravno takso, odločbo o podelitvi licence pa vam bo izdalo Ministrstvo za zdravje, vam upravne takse ni treba ponovno plačati, saj ste jo že plačali.

Svetujemo Vam, da se za **vsa morebitna vprašanja, vezana na postopek vpisa v register oziroma pridobitve licence, obrnete na Ministrstvo za zdravje**, Štefanova 5, 1000 Ljubljana, telefonska številka: 01 478 60 01.

Zbornica – Zveza

Spoštovani sodelavci v socialnovarstvenih zavodih,

Uspelo nam je pripraviti knjižico Nabor aktivnosti zdravstvene nege in oskrbe v socialnovarstvenih zavodih in verjamem, da nam bo v pomoč pri organizaciji dela in predvsem pri utemeljevanju potreb po diplomiranih medicinskih sestrarh, tehnikih zdravstvene nege in bolničarjih. Upam, da nam uspe doseči tudi spremembo kadrovskih normativov in da bomo v bližnji prihodnosti dosegli cilj in upravičili namen knjižice, kar bo pomenilo, da bomo zaposleni v zdravstveni negi in oskrbi izvajali tista dela, za katera smo si pridobili teoretična in praktična znanja v sklopu izobraževalnih programov za posamezen poklic. Vsebina knjižice naj ne povzroči razdora med nami, ampak nam naj služi kot strokovna podlaga za postopne spremembe organizacije dela v prihodnosti. Hvala vsem, ki ste sodelovali pri oblikovanju za nas zelo pomembnega dokumenta.

Jelka Černivec, predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v socialnih zavodih

Na sedežu Zbornice – Zveze lahko naročite knjižico, v kateri so objavljene

»Aktivnosti zdravstvene nege in oskrbe na področju socialno varstvenih zavodov«,
po ceni 8,50 evrov.



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije –
Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

**AKTIVNOSTI ZDRAVSTVENE NEGE
IN OSKRBE
NA PODROČJU
SOCIALNO VARSTVENIH ZAVODOV**

strokovno informativni bilten
Zbornice zdravstvene in babiške
nege Slovenije – Zveze strokovnih
društev medicinskih sester, babic in
zdravstvenih tehnikov Slovenije.

letnik XXI

Številka 8, 2013

GLAVNA UREDNICA:

Darinka Klemenc

ODGOVORNA UREDNICA:

Biserka Marolt Meden

UREDNIŠKI ODBOR:

Irena Kešič, Tatjana Nendl, Ksenija Pirš,
Veronika Pretnar Kunstek in
Monika Ažman po položaju.

NAKLADA:

15.500 izvodov

NASLOV UREDNIŠTVA:

UTRIP, Ob železnici 30 a, Ljubljana,
T. 01/544 5480, F. 01 544 5481

TRR ZDMSZTS pri NLB,

posl. Tavčarjeva 7, Ljubljana,
številka: 02031-0016512314

OGLASI:

Zbornica zdravstvene in babiške nege
Slovenije – Zveza strokovnih društev
medicinskih sester, babic in zdravstvenih
tehnikov Slovenije.
T. 01/544 5480, F. 01 544 5481
trzenje@zbornica-zveza.si

OBLIKOVANJE

BETON & VRBINC Co.
Ulica miru 6 c, 1000 LJUBLJANA

RAČUNALNIŠKI PRELOM:

STARLING, d.o.o.,
Opekarska cesta 38, Vrhnika,
T. 01/7557-850, e-mail: starling@starling.si

TISK:

SET d.o.o.

SPLETNA STRAN ZBORNICE – ZVEZE:

www.zbornica-zveza.si Utrip (Online)

ELEKTRONSKI NASLOV UTRIPA:

utrip@zbornica-zveza.si

SPREMEMBE V ZVEZI Z

NASLOVI POŠILJAJTE NA:
clanarina@zbornica-zveza.si

ISSN 1581-3738

Revija izhaja 9-krat letno.

Datum natisa: 6. 11. 2013

Fotografija na naslovnici: Josip Meden

Vsebina

UVODNIK

- 4 Zdravstvena nega v luči krize

DELO ZBORNICE – ZVEZE

- 5 Dogodki na Zbornici – Zvezi v oktobru 2013
- 9 Pripombe Zbornice – Zveze k predlogu Odredbe o seznamu poklicev v zdravstveni dejavnosti

INTERVJU

- 12 Ob mednarodnem tednu dojenja – pogovor z doc. dr. Silvestro Hoyer

ŽIVLJENJE MEDICINSKE SESTRE

- 14 Cvetka Založnik – Blažević

ICN

- 15 Poudarek na zdravju srca
- 17 ICN in ICRC o vlogi zdravstvenih delavcev v oboroženih spopadih in drugih izrednih razmerah

MEDNARODNA SREČANJA

- 18 Lajšanje bolečine je dolžnost vsakega zdravstvenega delavca

PREDSTAVLJAMO VAM

- 19 Predavateljica Majda Šlajmer Japelj častna doktorica Univerze v Mariboru
- 21 Rožnati oktober – svetovni mesec boja proti raku dojke kdaj in kako smo ga in ga obeležujemo v Sloveniji
- 22 Varnostne hlačke kot medicinsko tehnični pripomoček na enotah intenzivne nege in terapije novorojenčkov
- 23 Dosežena pomembna zmaga: ohranjenih 30 milijonov evrov za izvajanje zdravstvenega varstva

NA KRAJKO

- 24 1. oktober je mednarodni dan starejših, 4. oktober je svetovni dan varstva živali.

IZ DRUŠTEV

- 25 DMSBZT Celje je praznovalo 50 let
- 27 Ob odhodu Olge Nezman in Nataše Augustinčič iz Vokalne skupine Čvet
- 28 DMSBZT LJ Situacijsko vodenje v zdravstveni negi
- 29 Člani DMSBZT Gorenjske na izletu v Sarajevu



- 29 DMSBZT Gorenjske Vadba pilatesa
- 30 Upokojene medicinske sestre DMSBZT Gorenjske na izletu v Idriji
- 30 DMSBZT Gorenjske Izdelovanje novoletnih voščilnic
- 31 DMSBZT NG Utrinki s strokovnih ekskurzij v Istanbulu in Olimiju



- 32 Refleksno-conska masaža stopal in akupresura zopet med člani in članicami DMSBZT Nova Gorica
- 33 DMSBZT Novo mesto Razpis za podelitev srebrnega znaka

IZ DELA ZDRAVSTVENIH ŠOL

- 34 Poletna šola Visoke zdravstvena šole v Celju – Erasmus IP “PREVENTION FOR ACTIVE AGING”
- 39 Uvajalni teden za bruce na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Mariboru
- 39 Dijaki-prostovoljci Srednje zdravstvene šole Murska Sobota v Ljubljani
- 41 Zdravstvena šola Novo mesto praznuje 50 let

V SPOMIN

- 43 Nastja Lipovec 1966 – 2013

ŽIVIMO ZDRAVO

- 44 Še vedno je kralj! Zajtrk namreč!



PREJELI SMO

- 46 Pesmi

PRILOGA 35 – 38

Prijavljajmo nasilje v družini!

IZOBRAŽEVANJA 48 – 49

PLANI AKTIVNOSTI IN STROKOVNIH IZPOPOLNJEVANJ REGIJSKIH DRUŠTEV V LETU 2014 50 – 63

PLANI AKTIVNOSTI IN STROKOVNIH IZPOPOLNJEVANJ STROKOVNIH SEKCIJ V LETU 2014 64 – 69

- 47 Nagradna križanka Tosama



Zdravstvena nega v luči krize

Jesen je. Čudovit čas, ko je narava odeta v prekrasne jesenske barve, ko kmetje pobirajo svoje pridelke in se pripravljajo na zimo. Žal pa je marsikdo, tudi letos, ostal brez pridelka - brez službe in morda celo strehe nad glavo. Nepredvidljive vremenske razmere in vsesplošna kriza v državi bodo za marsikoga zimo naredile še bolj mrzlo, kot bi bilo treba ...

In kakšne pridelke bomo lahko pobrali zaposleni v zdravstveni negi?

Pravijo, da je vsaka kriza priložnost za nekoga, da uspe. Morda je ravno zdaj pravi trenutek za razvoj zdravstvene nege na primarnem nivoju zdravstvenega varstva. Gledano nazaj, je bila zdravstvena nega na primarnem nivoju nekoliko prepuščena sami sebi. Če se je že koga omenjalo, so bile to patronažne medicinske sestre, ki se jih spomnimo vsake toliko časa, ko govorimo o dolgotrajni oskrbi in o potrebi starostnikov po čim daljši oskrbi doma. Ob kakšnih svetovnih dnevih se je slišalo kaj o zdravstveno vzgojnih centrih, potem pa je bilo zgodbe o zdravstveni negi na primarnem nivoju konec.

Veseli me, da je danes zgodba precej drugačna. Država se zaveda pomembnosti primarnega nivoja v zagotavljanju zdravstvenega varstva državljanom, predvsem v smislu zmanjševanja stroškov. Z uvedbo referenčnih ambulant v družinski medicini so ogromno pridobili pacienti, še več pa zdravstvena nega, saj smo končno pridobili 0,5 dipl.m.s. v ambulate družinske medicine. Tako je obravnava pacientov v zdravstvenem varstvu odraslih, zaradi dispanzerske metode dela, primerljiva z obravnavo pacientov v ostalih dispanzerjih (otroški, šolski, zdravstveno varstvo žensk ...) in prinaša zavidljive rezultate. Zdravnik, dipl. m. s. in srednja medicinska sestra skupaj skrbijo za svoje paciente. Vsak izmed njih prispeva pomemben delež h kakovostni obravnavi pacientov. Dipl. m. s. v referenčni ambulanti družinske medicine tesno sodeluje z zdravstveno vzgojnimi centri in s patronažno službo. V celoti opravlja preventivna presejanja in vodi urejene kronične bolnike. V Zdravstvenem domu Ljubljana imamo trenutno 43 referenčnih ambulant, kjer so diplomirane medicinske sestre v obdobju od junija 2012 – junija 2013, pri preventivnem presejanju 11.472 pacientov, odkrile 8.306 pacientov z dejavniki tveganja in 1.098 kroničnih bolnikov. Ostali (2.068) so bili

zdravi. Zagotovo se vsi zavedamo, kako velik prispevek je to h kakovostni obravnavi naših pacientov. Pravočasno odkriti dejavniki tveganja in kronična bolezen, ki je potem ustrezno vodena, zmanjšajo število komplikacij, napotitev na sekundarni nivo in podaljšujejo življenjsko dobo ter kvaliteto življenja kroničnih bolnikov. In medicinske sestre imamo pri tem bistveno vlogo.

A si lahko želimo še kaj več, kar se tiče umeščenosti zdravstvene nege v ambulantah družinske medicine? Vedno je lahko še kaj več, npr. povečanje kadrovskega normativa za dipl. m. s., razširitev kompetenc ... A kljub temu mislim, da smo lahko zelo zadovoljni z bero pridelkov na naši njivi obravnave pacientov na področju zdravstvene nege odraslih. Sploh če dodamo še to, da smo v zadnjem letu izobrazili približno 50 medicinskih sester za izvajanje Manchestrskega triažnega sistema in ga tudi uspešno vključili v proces dela.

Kot ste lahko prebrali v prejšnjem Utripu, smo bili zelo aktivni tudi na področju zdravstvene nege v zdravstvenem varstvu šolskih otrok in mladine, kjer smo organizirali 17. Bialno mednarodno konferenco medicinskih sester v primarnem zdravstvenem varstvu šolskih otrok in mladine, ki nam je podala nove izzive na področju organizacije zdravstvene nege na tem področju.

Večina zdravstvenih domov se intenzivno ukvarja s standardi kakovosti. V Zdravstvenem domu Ljubljana smo se lotili celo mednarodne akreditacije standarda DNV, ki je prinesel ogromno izboljšav v samem procesu in organizaciji dela. Tudi na tem področju nas čaka še ogromno dela, predvsem v smislu enotnih standardov zdravstvene nege, protokolov obravnave in kazalnikov kakovosti. Verjamem, da nam bo s timskim delom, z zaupanjem vase in v druge, tudi to uspelo.

S krizo se povečujejo potrebe po zdravstveni oskrbi in s tem tudi po zdravstveni negi. Izkoristimo priložnost, ki se nam ponuja in s skupnimi močmi ponudimo najboljše kar lahko. ■

Dogodki na Zbornici – Zvezi v oktobru 2013

Oktobar je čas spravila pridelkov, obiranja plodov; o tem lepo piše Robertina Benkovič v uvodniku, priporočam v branje. Je čas barvanja narave, jesenskega podleska, pečenega kostanja, začetek študijskega leta in tudi meglenih juter, je čas za pogled, kaj smo v tem letu že naredili in kaj nas še čaka do njegovega konca. Je mesec, ko na deloviščih tako v službi, v šolah in fakultetah kot v naših strokovnih sekcijah in regijskih strokovnih društvih in tudi v pisarni Zbornice – Zveze intenzivno delamo. Aktivni delovni mesec torej. Ne trdimo, da premikamo gore, a delo napreduje: ukvarjamo se s svojimi strokovnimi vsebinami, s statutarnimi nalogami, čakajoč med drugim na odločitev ministra glede javnih pooblastil. Poklicne aktivnosti in kompetence na področju socialno varstvenih zavodov so natisnjene v lični publikaciji, nekaj protokolov potrjenih, vrstijo se številni dogodki (in odmevi). Stanovski sindikat, RSKN in naše strokovno združenje delajo z roko v roki. Kriza tudi združuje.



Zdaj pa k našemu delu:

V Skopju je od **25. do 28. septembra** v organizaciji makedonskega združenja medicinskih sester potekala 99. konferenca Evropske zveze nacionalnih organizacij medicinskih sester (European Federation of Nurses Association - EFN), ki se jo je udeležila predsednica Zbornice – Zveze. Predsednica makedonskega združenja Velka Lukić je s svojo ekipo pripravila lepo srečanje, čeprav so ključne vsebinske zadeve vodene iz Bruslja, kjer je tudi sedež EFN. Zanimivo in intenzivno je na teh konferencah vedno tudi delo. EFN je med drugim lobiistično telo za EU parlament, kar pomeni močan, enoten glas medicinskih sester v Evropi. Poleg stalnih točk dnevnega reda na konferenci vedno poteka tudi okrogla miza, kjer udeleženci diskutiramo na vnaprej določeno temo; tokrat so bile to štiri kategorije profilov v zdravstveni negi. Upoštevajoč ICN definicije je tudi EFN poudaril sledeče kategorije, ki jih navajam kar v angleškem jeziku, da bo besedilo originalno:

- **Healthcare Assistant** - An auxiliary that assists directly in nursing care in institutional or community settings under the standards and the direct or indirect supervision of nurses (Ref: ICN definition)
- **Registered Nurse** - A self-regulated health care professional who works autonomously and in collaboration with others and who has completed a nursing education programme and is qualified and authorised in their country to practice as a nurse. Has successfully completed a programme of education approved by the nursing board/council; has passed the required assessments established by the nursing board/council for entry into the profession; continues to meet the standards of the nursing board/council (Ref: ICN definition)
- **Specialist Nurse** - A nurse prepared beyond the level of a nurse generalist and authorised to practice as a specialist with advanced expertise in a branch of the nursing field Ref: ICN definition)
- **Advanced Nurse Practitioner** - A registered nurse who has acquired an

expert knowledge base, complex decision making skills and clinical competencies for expanded practice; the characteristics of which are shaped by the context and/or country in which s/he is credentialed to practice (Ref: ICN definition)

Ocenjujemo, da je zelo važno tudi povezovanje z drugimi organizacijami v EU, saj gre za naše podobno regijsko, kulturno, zgodovinsko, ekonomsko in zdaj tudi politično področje delovanja. S skupščine je bilo poslanih tudi več pomembnih sporočil, usmerjenih v EU poslance in tudi na zdravstvena ministrstva v posamezne države EU.

1. oktober

Delovna skupina za terminološki slovar se je sestala na svojem rednem sestanku. Skupina počasi zaključuje z obsežnim in izčrpnim delom. Članice delovne skupine bi v decembru predstavile večino opravljenega dela, do marca predale gradivo. Vsebine slovarja (termine) bi dali na vpogled in v razpravo na splet, tako da bi morebitne popravke in dopolnitve še uskladili do izdaje; računamo, da bi bil slovar (v tiskani obliki) lahko predan v uporabo strokovni javnosti ob naših majskih dogodkih, česar se veselimo.

Fakulteta za zdravstvene vede Univerza v Mariboru je tudi letos na prvi študijski dan organizirala aktivnosti, namenjene študentom, sodelavcem fakultete in zunanjim gostom. Tako je Ksenija Pirš, koordinatorica regijskih strokovnih društev in predsednica DMSBZT Maribor, predstavila delovanje njihovega društva, možnosti vključevanja študentov, številne aktivnosti, Darinka Klemenc pa delovanje Zbornice – Zveze. Na fakulteti so odprli tudi razstavo

»Prelomni trenutki v 20-tih letih delovanja fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru«. Čestitamo za zanimiv in koristen dogodek.

Zdravstvena fakulteta Univerza v Ljubljani je isti dan svečano podelila diplome svojim diplomantom različnih študijskih smeri; med drugimi so jih prejele tudi medicinske sestre in babice. Počaščeni smo bili tudi na Zbornici – Zvezi, saj smo tokrat prvič prisostvovali slovesnosti; predsednica je imela čast nagovoriti prisotne kar dvakrat v tem popoldnevu. Čestitamo vsem diplomantkam in diplomantom in hvala vodstvu fakultete za povabilo.

2. Oktober

Seja **Delovne skupine za nenasilje** je potekala v delovnem vzdušju in pripravah na oblikovanje vsebin za spletno stran. Dorekli smo vsebine in določili datum Dneva odprtih vrat, ko se že tradicionalno (v času mednarodnih dni boja proti nasilju nad ženskami, ki potekajo od 25. novembra do 11. decembra) posvečamo tej zahtevni temi. Tudi letos bomo 10. decembra ves dan na voljo našim članicam in članom, ki se na svojih delovnih mestih srečujejo z različnimi oblikami nasilja. Letos bomo posebno pozornost posvetili zakonodaji, ki nam že nekaj let nalaga kot zdravstvenim delavcem obvezno prijavljanje nasilja v družini, s katerim se srečujemo na delovnih mestih. V ta namen bo organiziran tudi posvet, kjer bomo gostili pomembne strokovnjake s tega področja.

Zbrali smo se na **zaključnem srečanju organizatorjev »School Nurse«**, svetovne konference šolskih medicinskih sester, ki nas je v zadnjih dveh letih dodobra zaposlovala. Zadovoljstvo, da je konferenca odlično uspela, da smo tudi finančno »preživel« in da se nove pobude na temo šolskih medicinskih sester kar vrstijo, je veliko. Tako smo v pripravah za pobudo, da bi šolsko medicinsko sestro uvedli tudi v naše vrtnice in šole. Z zanimanjem bomo spremljali, kako bodo idejo, ki je realnost v mnogih državah sveta, sprejeli odločevalci v naši državi. Hvala še zadnjič vsem, ki ste poskrbeli, da je bil dogodek »School nurse« vreden svojega imena in smo naj ponosni.

3. oktober

Splošna bolnišnica Jesenice jev sodelovanju z Visoko šolo za zdravstveno nego Jesenice in Ministrstvom za zdravje organizirala že **6. strokovno srečanje - Dneve Angele Boškin** z naslovom »Kako organizacijska kultura izboljšuje klinično kakovost?«. Zanimiva tema, nikoli izpeta, ki v lepem številu privabi publiko, ki so ji mar kakovost, varnost in drugo, povezano s to temo. Ob tem ne gre spregledati, da se kakovost, zlasti pa organizacijska kultura v timih, gradita skupaj, kar je neposredno dokazalo kompletno vodstvo Splošne bolnišnice Jesenice, ki je aktivno spremljalo in prisostvovalo dogajanju.

Seja Odbora strokovnih sekcij je potekala v okviru dnevnega reda; ta je poleg stalnih točk vseboval: 30 minut za praktične nasvete vodenja strokovne sekcije (nacionalni protokoli, aktivnosti zdravstvene in babiške nege, potrditev obrazcev za prijavo na razpise, pri menjavi članov in predsednika v odboru strokovnih sekcij), poročilo o poslovanju strokovnih sekcij in Zbornice – Zveze januar – junij 2013, oblikovanje plana 2014, program dela strokovnih sekcij v letu 2014 – usklajevanje aktivnosti Zbornice – Zveze, oblikovanje kataloga delavnic in drugih krajših izobraževanj strokovnih sekcij, drugo.

V organizaciji **Inštituta za varovanje zdravja RS** in v sodelovanju z **ministrstvom za zdravje** je na Brdu pri Kranju potekala konferenca »Skupaj za zdravje« in istočasno obeležitev 10-letnice Nacionalnega programa primarne preventivne srčno-žilnih bolezni. Poleg zanimivega strokovnega programa in okroglega mize, kjer smo sodelovali tudi predstavniki zdravstvene nege, še posebej tisti s primarnega nivoja zdravstvenega varstva in predsednica Zbornice – Zveze, so organizatorji prepoznali velik in dolgoletni prispevek zdravstvene nege na tem področju.

Preventivno zdravstveno varstvo se izvaja v ambulantah splošne oziroma družinske medicine v zdravstvenih domovih in pri zasebnih zdravnikih, do brezplačnega preventivnega pregleda pa so upravičeni moški od 35. do vključno 65. leta in ženske od 45. do vključno 70. leta starosti. Na Inštitutu za varovanje zdravja RS

(IVZ) ugotavljamo, da je bilo v tem času v okviru tega programa opravljenih več kot 900.000 preventivnih pregledov odraslih Slovencev, po podatkih Registra oseb, ki jih ogrožajo srčno-žilne bolezni pa je skoraj četrtina izmed njih zelo ogrožena za pojavljanje zapletov srčno-žilnih bolezni. Osebe z veliko ogroženostjo zaradi bolezni srca in žilja so bile deležne pomoči pri spreminjanju nezdravega življenjskega sloga v zdravstvenovzgojnih programih v okviru mreže 61 preventivnih (zdravstvenovzgojnih) centrov po vsej Sloveniji. V zadnjih dvajsetih letih se je število smrti zaradi vseh vrst bolezni srca in ožilja prepolovilo, glede na leto 2000 pa je število smrti zaradi teh bolezni letno manjše za okoli 1.200, od tega lahko vsaj okoli 600 ohranjenih življenj pripišemo uspešnim preventivnim programom. Da bomo v prihodnje oblikovali prave preventivne programe, pa IVZ junija in julija izvaja četrto nacionalno raziskavo Z zdravjem povezan vedenjski slog 2012, s katero bomo pridobili nove podatke o vedenjih, ki neugodno vplivajo na naše zdravje in ga ogrožajo. Zato pozivamo vseh 16.000 naključno izbranih prebivalcev Slovenije, da anketo izpolnijo in s tem aktivno sodelujejo pri oblikovanju programov za izboljšanje zdravja nas vseh.

Prijetno presenečeni in počaščeni smo bili, ko smo lahko v imenu izvajalcev zdravstvene vzgoje v zdravstvenovzgojnih centrih, diplomiranih medicinskih sester v referenčnih ambulantah družinske medicine in zdravstvenih tehnikov v ambulantah družinske medicine prevzeli **PLAKETO ZA IZJEMNE DOSEŽKE**, skupaj z lepo stekleno skulpturo, ki krasi naše poslovne prostore in je v vsakem trenutku vsem na ogled, enako tudi na spletnih straneh. Obrazložitev prestižnega priznanja je v nadaljevanju Utripa.

8. oktober

Seja Častnega razsodišča I. stopnje

9. oktober

Sestanek, vezan na aktualne probleme v patronažnem varstvu, se je nanašal na več področij, o katerih so se patronažne medicinske sestre že letos večkrat (na strokovnih srečanjih, sestankih) pogovarjale, zlasti o dveh aktualnih problemih v patronažnem varstvu, ki jih lahko rešijo v

sodelovanju z zdravniki (specialisti družinske in urgentne medicine) in pravnikom. Gre za vprašanje aplikacije zdravil na terenu (način, vrsta,...), izvajanje nekaterih zahtevnejših posegov in postopkov ter hkrati za ukrepe v primeru zapletov (oprema, protokoli,...). Spomladi so s kratkim poizvedovanjem pregledali dogajanje v posameznih patronažnih službah in ugotovili, da gre za zelo različne pristope. V določenih okoljih aplicirajo i. v. terapijo ne glede na vrsto, v nekaterih patronažnih službah imajo opremo v skladu z dokumentom Aktivnosti zdravstvene nege v patronažnem varstvu, druge tega nimajo. Ker okviru posameznih zdravstvenih domov različno urejajo to področje, bi bilo po njihovem smiselno urediti to področje na nacionalni ravni. V tej smeri je potekal sestanek, ki zagotovo ni bil zadnji.

10. oktober

Seja **Uredniškega odbora Obzornika zdravstvene** nege je potekala v prizadevanjih za nadgradnjo edine naše strokovne revije (predlogi izboljšav za številko 4 in za 2014, vsebina številke 4, članki, roki za postavitev, tisk, stanje v google doc, priprave na izboljšave v letu 2014, seznam literature in navajanje literature v tekstu, navodila za pripravo članka, Spletna stran, zunanja podoba revije, postavitev člankov, predlogi, predstavitev Open Journal System v slovenskem prevodu).

11. oktober

Seja **Odbora regijskih strokovnih društev v Kopru** je bila namenjena tudi poslovitvi od dolgoletne predsednice DMSBZT Koper Boje Pahor (ki bo sicer še naprej aktivna v društvu) in dobrodošlici nove predsednice istega društva Doroteji Dobrinja. V intenzivni razpravi je bilo veliko govora o načrtih dela regijskih strokovnih društev v letu 2014, področju obveznih vsebin, stroškom teh izobraževanj, interesnih dejavnostih, občnih zborih, novostim v društvih.

Predsednica Zbornice – Zveze je po končani seji prisostvovala tudi popoldanskemu programu **Sekcije medicinskih sester babic**, ki je bila isti dan na Debelem Rtiču pri Ankaranu.

14. oktober

Seja **Upravnega odbora Zbornice – Zveze** z obsežnim dnevnim redom je med drugim »prinesla« potrdene sklepe:

Sklep 249/17

Strokovni sekciji študentov v zdravstveni in babiški negi predlagamo pogostejše sodelovanje z mentorjem, ki bo od sedaj naprej mag. Brane Bregar. Mag. Tamara Štemberger Kolnik in mag. Brane Bregar se udeležita naslednjega sestanka izvršnega odbora strokovne sekcije.

Sklep 257/17

Člani UO sprejmejo dokument Aktivnosti zdravstvene nege in oskrbe na področju socialno varstvenih zavodov. Dokument se posreduje za sprejem na RSKZN.

Sklep 258/17

Člani UO sprejmejo Pravilnik o delu delovnih skupin Zbornice - Zveze.

Sklep 260/17

Člani UO sprejmejo Pravilnik o notranji kontroli izvajanja javnega pooblastila Zbornice - Zveze. Sklep stopi v veljavo takoj.

Sklep 265/17

Prevede se vprašalnik, za katerega smo zaprosili s strani EFN z naslovom "Vrednotenje okvirnega sporazuma o preprečevanju poškodb z ostrimi pripomočki (predmeti) v bolnišnicah in zdravstvenem sektorju".

Vprašalnik bo distribuiran na čim več e naslovov medicinskim sestram in zdravnikom.

15. oktober

Volilni občni zbor **Društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Ljubljana**.

16. oktober

V Celju v Narodnem domu je potekala slovesnost ob **50 obletnici Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje**. Dijaki Srednje zdravstvene šole Celje so na zanimiv način uprizorili gledališko predstavo - zgodovinski prikaz življenja in dela Florence Nightingale, sledilo je nekaj lepih opernih utrinkov, društvo pa ni pozabilo na vse predsednice, ki so skozi tkanje 50 letne zgodovine doprinesle svoj prispevek k delovanju društva. Na

Zbornici – Zvezi smo v posvetilo k izdatnemu in lepo urejenemu zborniku dopisali: »V teh dneh, ko praznujete, bo priložnosti za obujanje spominov veliko. Naj bodo to prijazni, lepi spomini, iskrene zahvale, smeli trenutki druženja; kljub težkim kriznim časom naj bo tudi priložnost za spodbudo, za osvežitev dejstva, da le s skupnimi močmi in skupnim nastopom zmoremo, da le združeni v skupno organizacijo kaj dosežemo«.

17. oktober

Seja **Delovne skupine za pripravo zakona v zdravstveni negi**. Delovna skupina, ki jo je vodil mag. Branko Bregar, in kjer je veliko pomagala Andreja Peternej ter naš pravnik Andrej Vojnovič, vključeni so bili tudi nekateri člani UO Zbornice – Zveze, je zaključila z delom. Sledijo postopki razprave in potrjevanja na naših telesih in organih, potem pa, srečno, zakon o zdravstveni negi in babiški negi in oskrbi!

Sindikatski delavci v zdravstveni negi Slovenije je na Ptuj organiziral koristen seminar s predstavitvijo **Modre knjige standardov in normativov v zdravstveni negi in oskrbi**, kamor so bili vabljeni vsi sindikalni zaupniki in člani republiškega odbora sindikata, pa tudi Zbornica – Zveza in RSKZN. Koristna predstavitev vsebin, ki bodo predmet pogajanja med vlado, sindikati in stroko, je bila predstavljena s strani tistih, ki so vodili posamezne delovne skupine pri oblikovanju standardov in normativov. Zanimiva, na trenutke ne čisto homogena razprava, je bila zagotovo koristna, a človek bi lahko dejal: kot da se nismo iz naše bližnje ali daljne preteklosti česa naučili; če kdaj, je treba zdaj nemudoma stopiti skupaj! Hvala sindikatu za koristen posvet.

18. oktober

V Mladinskem zdravilišču Debeli Rtič je potekala slovesna prireditev **60 let Otroškega oddelka Splošne bolnišnice Izola**. Slovesen začetek z zanimivim pregledom organizacije in dela samega, ki se je nadaljeval v popoldanski strokovni del, je kolegica Doroteja Dobrinja strnila nekaj zgodovinskih dejstev, ki pričajo o drugih časih in drugi stroki, tako da smo vendarle lahko ponosni, kako smo v teh 60 letih razvili našo stroko. ■

Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije in Ministrstvo za zdravje sta izvajalcem zdravstvene vzgoje v zdravstvenovzgojnih centrih, diplomiranim medicinskim sestram v referenčnih ambulantah družinske medicine in zdravstvenim tehnikom v ambulantah družinske medicine ob slovesni obeležitvi 10. obletnice izvajanja Nacionalnega programa primarne preventive srčno-žilnih bolezni podelil najvišje priznanje,

PLAKETO ZA IZJEMNE DOSEŽKE,

ki jo prejmejo **vsi izvajalci zdravstvene vzgoje v zdravstvenovzgojnih centrih, diplomirane medicinske sestre v referenčnih ambulantah družinske medicine in zdravstveni tehniki v ambulantah družinske medicine** za aktivni prispevek pri izvajanju programa.

Zdravstveni tehniki v ambulantah družinske medicine so pomembni člani timov, ki s svojim strokovnim znanjem in poslušom za paciente pripomorejo k celovitemu izvajanju preventivnih pregledov in usmerjanju visoko ogroženih za razvoj bolezni srca in žilja v zdravstvenovzgojne centre.

Leta 2011 pa so se timom v ambulantah družinske medicine za polovični delovni čas prvič pridružile tudi **diplomirane medicinske sestre**, ki izvajajo preventivne preglede na področju srčno-žilnih bolezni, pa tudi sladkorne bolezni, astme, kronične obstruktivne pljučne bolezni in depresije, ter spremljajo bolnike z urejeno kronično boleznijo. S tem so diplomirane medicinske sestre dobile priložnost, da v tej novi vlogi uporabijo širok spekter

interdisciplinarnih znanj, ki jih imajo, ter tako pomembno prispevajo h kakovostnejši in stroškovno učinkovitejši obravnavi pacientov.

Izvajalci programirane zdravstvene vzgoje za odraslo populacijo iz 61 zdravstvenovzgojnih centrov v programu aktivno sodelujejo že od samega začetka. Od leta 2002 do leta 2012 so skupno opravili več kot 41.000 zdravstvenovzgojnih delavnic in individualnih svetovanj, v katere je bilo vključenih skoraj 360.000 oseb. Zdravstvenovzgojna intervencija predstavlja vitalni del programa, kjer gre za izvajanje svetovanja za spreminjanje nezdravega življenjskega sloga, to je načrtovanih in sistematičnih ukrepov za spreminjanje profila ogroženosti za

razvoj kroničnih nenalezljivih bolezni. Delo v zdravstvenovzgojnem centru je zelo izzivno – od medicinskih sester zahteva interdisciplinarna znanja, nenehno prilagajanje in upoštevanje tako družbeno-ekonomskih sprememb, specifik lokalne skupnosti, v kateri delujejo, spremljanje strokovnega razvoja vseh področij, ki jih pokrivajo, pa tudi znanja in veščine vodenja, komuniciranja, sodelovanja in vzpostavljanja podpornih mrež v lokalnem okolju. Vse to medicinske sestre v zdravstvenovzgojnih centrih izvajajo z entuziazmom, osebno angažiranostjo, subtilnostjo, zavzetostjo in poslušom za ljudi, s čimer so v veliki meri pripomogle k prepoznavnosti programa in vse večjemu vključevanju ljudi v zdravstvenovzgojne programe. ■

ČESTITKA

*Kadar hočemo ustvariti nekaj velikega,
moramo tudi sanjati in ne le delovati;
treba je verjeti in ne samo načrtovati.*

Anita Jelen

je magistrirala
na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani.

Izvršni odbor Strokovne sekcije medicinskih sester
in zdravstvenih tehnikov v enterostomalni terapiji
ji iskreno čestita.

ČESTITKA

*»Uspeh ni ključ do sreče, sreča je ključ do uspeha.
Če imaš rad, to kar delaš, boš uspešen.«*

(Alber Schweizer, zdravnik in misionar)

V petek 27. 9. 2013 je na Fakulteti za zdravstvene
vede Maribor, z odliko diplomiral

Danijel Matečko

iz Oddelka za perioperativno medicino
in pridobil naziv diplomirani zdravstvenik.

ISKRENE ČESTITKE

Sodelavci Oddelka za perioperativno medicino
in Strokovni svet zdravstvene nege
SB Murska Sobota

Pripombe Zbornice – Zveze k predlogu Odredbe o seznamu poklicev v zdravstveni dejavnosti

Ministrstvo za zdravje RS je v javno razpravo posredovalo predlog **Odredbe o seznamu poklicev v zdravstveni dejavnosti**. Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (v nadaljnjem besedilu: Zbornica – Zveza) je Ministrstvu za zdravje RS posredovala pripombe k predlogu **Odredbe o seznamu poklicev v zdravstveni dejavnosti**, v nadaljevanju pa bi vas želeli seznaniti z naslednjimi posredovanimi pripombami;

1. V prilogi 1 Seznam zdravstvenih delavcev bi bilo potrebno med seznam poklicev zdravstvenih delavcev uvrstiti tudi medicinsko sestro babico

Srednješolsko strokovno izobraževanje za **medicinsko sestro babico** je potekalo na Babiški šoli v Ljubljani. Z uvedbo osemletke leta 1960 se je Babiška šola preimenovala v štiriletno Šolo za zdravstvene delavce ginekološko - porodniške smeri, leta 1971 pa se je preimenovala v Šolo za medicinske sestre babice. S prehodom na usmerjeno izobraževanje leta 1981 je bila ta šola ukinjena. V času podeljenega javnega pooblastila za področje zdravstvene in babiške nege Zbornici – Zvezi, je bilo v register izvajalcev zdravstvene in babiške nege vpisanih **429 medicinskih sester babic**. V prilogi 1 *Seznam zdravstvenih delavcev* bi bilo potrebno med seznam poklicev zdravstvenih delavcev uvrstiti tudi medicinsko sestro babico

2. V prilogi 1 Seznam zdravstvenih delavcev bi bilo potrebno v stolpcu »Kvalifikacija« pod zaporedno številko 12 in 15 upoštevati, da diplomirana medicinska sestra in diplomirana babica, ki sta zaključili z Direktivo Evropskega parlamenta in Sveta 2005/36/ES o priznavanju poklicnih kvalifikacij usklajen visokošolski študij, ne opravljata pripravništva in strokovnega izpita

Zakon o zdravstveni dejavnosti (Uradni list RS, št. 23/2005, UPB-2, v nadaljnjem besedilu: ZZDej) v 64. členu določa, da smejo zdravstveni delavci in zdravstveni sodelavci,

razen zdravnikov, samostojno opravljati delo v zdravstveni dejavnosti po končani pripravniški dobi in opravljenem strokovnem izpitu. Vendar smejo, ne glede na prvi odstavek 64. člena, delo v zdravstveni dejavnosti samostojno opravljati diplomirana medicinska sestra in diplomirana babica po končanem najmanj triletnem ali 4.600 ur trajajočem študiju s teoretičnim in praktičnim izobraževanjem.

Iz navedenega sledi, da omenjena opredelitev v stolpcu »Kvalifikacija« ne upošteva dejstva, da diplomirana medicinska sestra in diplomirana babica, ki sta zaključili z Direktivo Evropskega parlamenta in Sveta 2005/36/ES o priznavanju poklicnih kvalifikacij usklajen visokošolski študij v obsegu 4.600 ur s teoretičnim in praktičnim izobraževanjem, ne opravljata pripravništva in strokovnega izpita.

3. V prilogi 1 Seznam zdravstvenih delavcev bi bilo potrebno med seznam poklicev zdravstvenih delavcev uvrstiti tudi medicinsko sestro specialistko

Diplomirana medicinska sestra specialistka ni kot poklic opredeljena v prilogi 1 *Seznam zdravstvenih delavcev* v predlogu *Odredbe o seznamu poklicev v zdravstveni dejavnosti*. Na različnih študijskih programih za pridobitev specializacije npr. študijskem programu gerontološke zdravstvene nege, patronažne zdravstvene nege, perioperativne zdravstvene nege so diplomirane medicinske sestre opravile specializacijo in pridobile strokovni oziroma znanstveni naslov npr. specialistka gerontološke

zdravstvene nege, specialistka patronažne zdravstvene nege, specialistka perioperativne zdravstvene nege. Diplomirana medicinska sestra specialistka bi pridobila kompetence v skladu z opravljeno specializacijo.

4. Bolničar negovalec naj bo opredeljen kot zdravstveni sodelavec in ne zdravstveni delavec, zato ga je treba kot zdravstvenega sodelavca uvrstiti na Seznam zdravstvenih sodelavcev.

Bolničar negovalec ni zdravstveni delavec, je zdravstveni sodelavec in tako ne more biti član negovalnega tima – lahko le sodeluje v zdravstveni negi in oskrbi.

5. Bolničar negovalec ne more izvajati nekaterih aktivnosti, opredeljenih v njegovi poklicni dejavnosti (kompetencah)

Glede na stopnjo izobrazbe, glede na strokovno usposobljenost in stopnjo odgovornosti za odločitve, bolničar negovalec ne more opravljati naslednjih aktivnosti, opredeljenih v njegovi poklicni dejavnosti (kompetencah): ugotavljanje potreb stanovalcev, načrtovanje, izvedba in analiza negovalnih postopkov ter prepoznavanje in ukrepanje ob poškodbah in nenadnih obolenjih, lahko izvaja le posamezne negovalne postopke.

Celoten dokument je dostopen na spletnih straneh Zbornice – Zveze na elektronskem naslovu www.zbornica-zveza.si, v rubriki aktualna obvestila. Vsem, ki ste s svojimi pripombami sodelovali pri pripravi omenjenega dokumenta, se iskreno zahvaljujemo. ■

Obvestilo

Če ne želite prejemati Utripa v papirni verziji, ker ga prebirate preko spleta, nam sporočite na e-naslov: clanarina@zbornica-zveza.si.

Hvala za razumevanje.



Članstvo v Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezi strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (Zbornica – Zvezi)

Spoštovana kolegica, kolega,

veseli nas, da ste naša članica ali član. Hvala za zaupanje. Morda razmišljate, da bi to postali? Lepo povabljeni. Z vpisom se vključujete v enotno 85 let staro nacionalno stanovsko organizacijo, ki združuje preko 16.000 medicinskih sester, babic, zdravstvenih tehnikov in bolničarjev v državi.

Kratka zgodovina: 27. novembra 1927 je bila ustanovljena "Organizacija absolventk šole za sestre v Ljubljani". Leta 1951 se je združenje preimenovalo v Društvo medicinskih sester, leta 1963 v **Zvezo društev medicinskih sester Slovenije** ter se povezovalo v Zvezo društev medicinskih sester Jugoslavije. 15. 12. 1992 je bila v okviru Zveze društev ustanovljena še **Zbornica zdravstvene nege Slovenije**; tako organizacija lahko izvaja tudi naloge regulacije stroke.

Organiziranost: Zbornica – Zveza je pravna oseba zasebnega prava (društvo) in je **ni mogoče deliti samo na »zbornični del« ali samo na »zvezo društev« oz. »društvo«**. Sestavlja jo **enajst regijskih strokovnih društev**; posameznik/ca se sam/a odloči, kateremu regijskemu strokovnemu društvu želi pripadati (Ljubljana, Maribor, Celje, Pomurje, Ptuj-Ormož, Nova Gorica,

Koper, Slovenj Gradec, Novo mesto, Velenje, Gorenjska). Obstaja tudi možnost vključitve **fizičnih članov** oz. aktivna fizičnih članov, če kdo ne bi želel biti član regijskega strokovnega društva. Člani regijskih strokovnih društev in aktivna fizičnih članov so tudi člani Zbornice – Zveze. V organizaciji deluje **31 strokovnih sekcij**, ki povezujejo izvajalke/ce na ožjih strokovnih področjih po vsej državi, ter več začasnih ali stalnih delovnih skupin in teles.

Včlanitev: preko pristopne izjave. Na osnovi slednje vsak/a član/ica prejme najprej začasno potrdilo o članstvu in nato še člansko izkaznico, s katero lahko koristi ugodnosti članstva.

Članstvo v Zbornici – Zvezi je **prostovoljno**.

Članarina znaša 0,6 odstotka bruto mesečnega osebnega dohodka za redno zaposlene, za upokojene in študente 20 € letno, za čas porodniškega dopusta in brezposelnosti pa 3€ mesečno.

Članstvo fizični osebi preneha: na podlagi pisne izjave, da izstopa, in vrnjene članske izkaznice, če eno leto ne plačuje članarine in je ne plača tudi po opominu, z izključitvijo, če ne deluje v skladu s statutom, če krši Kodeks etike medicinskih sester in

zdravstvenih tehnikov Slovenije ali Kodeks etike za babice Slovenije, če s svojim ravnanjem škoduje delu in ugledu Zbornice – Zveze in s smrtjo. Zbornica – Zveza na podlagi pisne izjave o izpisu obvesti delodajalca in regijsko društvo.

Ponovni vpis: če se je član/ica izpisal/a iz organizacije in se v tekočem letu želi ponovno vpisati, za ponovni vpis v register članov Zbornice – Zveze, za izdajo potrdila in članske izkaznice plača pavšalno članarino od izstopa dalje. Če je član/ica prekinil/a članstvo v preteklem letu ali letih nazaj, za ponovni vpis poravnava pavšalno članarino v višini 35€.

Spremembe podatkov: v pisarni Zbornice – Zveze si prizadevamo, da bi bili podatki o članstvu pravilni in ažurni. Zato vas prosimo, če nam spremembe, vezane na delodajalca, status (študent, zaposlen, upokojenec), naslov prebivališča, porodniški dopust ipd. pisno javljate na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30 a, 1000 Ljubljana ali po e-pošti – clanarina@zbornica-zveza.si. Najhitrejša možnost sporočanja vaših podatkov je preko portala članov na naši spletni strani www.zbornica-zveza.si – zavihek »pripombe«.

TOSAMA
Since 1923



Prve konfektionerke 1928

Kupon za stalni popust

- 10% splošni popust
- akcijski popust na naravno kozmetiko dr. Pasha
- akcijski popust na obutev Alegria

Kupon velja do 31.12.2013. Kupon velja ob predložitvi članske izkaznice Zbornice-Zveze. Popusti se ne seštevajo in ne veljajo za izdelke v akciji.



Prednosti in ugodnosti članstva:

- številne možnosti za **vseživljenjsko učenje**: izobraževalni dogodki v okviru strokovnih sekcij, regijskih strokovnih društev, delovnih skupin, drugo;
- vključevanje posameznikov ali skupin v področje **raziskovanja lastne stroke**;
- različne **interesne dejavnosti**: skrb za zdrav življenjski slog, izletništvo, kulturne, športne in druge prostoročne aktivnosti, zlasti v okviru regijskih strokovnih društev;
- možnost enkratnega letnega zaprosila za **sredstva iz sklada za izobraževanje**;
- možnost **pravnega svetovanja**;
- možnost **koriščenja različnih popustov**, odvisno od trenutne ponudbe;
- možnost **reševanja osebnih stisk in težav** tako na delovnem mestu kot v zasebnem življenju (v sodelovanju z SOS telefonom);
- možnost **individualnih obravnav primerov nasilja na delovnem mestu** v sodelovanju z zunanjo strokovnjakinjo v okviru Delovne skupine za nasilje v zdravstveni negi;
- drugo.

Pravice člana/ice:

voliti in imenovati ter biti voljen/a in imenovan/a v organe Zbornice – Zveze, uresničevanje poklicnih interesov preko svojih predstavnic/kov ali neposredno v organih Zbornice – Zveze, soodločanje o zadevah, ki so pomembne za zdravstveno in babiško nego za izboljševanje kakovosti, varnosti, humanosti in učinkovitosti zdravstvene oskrbe, posredovanje idej, pobud, vprašanj organom in telesom Zbornice – Zveze, prejemanje informativnega biltena.

Dolžnosti člana/ice: spoštovanje statuta in drugih pravnih aktov in sklepov Zbornice – Zveze, delovanje v skladu z etičnimi načeli stanovskih kodeksov, širitev poslanstva in delovanje v skladu z vrednotami organizacije, redno plačevanje članarine in redno obveščanje odgovornih o spremembah podatkov, ki so potrebni za vodenje registra članstva in dobro delo pisarne Zbornice – Zveze.

Združeni v enotni nacionalni stanovski organizaciji – za kakovostno in varno stroko, za solidarnost med nami, za boljšo prepoznavnost in več vpliva v družbi.

Vaša Zbornica – Zveza ■



Delovna Skupina Za
Nasilje v Zdravstveni Negi

Delovna skupina za nasilje v zdravstveni negi



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije –
Zveza strokovnih društev medicinskih sester,
babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije



Društvo SOS telefon za ženske in otroke – žrtve nasilja

SVETOVALNI TELEFON ZA OSEBE Z IZKUŠNJO NASILJA NA DELOVNEM MESTU

031 722 333

vsak torek, od 17. do 20. ure

Telefonsko svetovanje je **anonimno in zaupno**. Namenjeno je osebam, ki:

- so žrtve nasilnih dejanj na delovnem mestu,
- imajo izkušnjo spolnega nadlegovanja ali nadlegovanja zaradi osebne okoliščine: invalidnosti, zdravstvenega stanja, starosti, politične, etnične ali verske pripadnosti, istospolne usmerjenosti ... ,
- imajo izkušnjo besednega nasilja, podcenjevanja in omalovaževanja,
- preživljajo sistematično psihično nasilje in poniževanja,
- so na delovnem mestu socialno izločene in diskriminirane,
- na delovnem mestu nimajo zagotovljenega dostojanstva in varnosti,
- so zaradi izkušnje z nasiljem v stiski in potrebujejo pomoč,
- bi rade ustavile nasilje, ukrepale ali pomagale sodelavki/sodelavcu, pa ne vedo, kako.

POKLIČITE NAS, POSKUŠALI VAM BOMO POMAGATI!



Ob mednarodnem tednu dojenja - pogovor z doc. dr. Silvestro Hoyer

Docentka doktorica Silvestra Hoyer je avtorica univerzitetnih učbenikov za zdravstveno vzgojo *Pristopi in metode v zdravstveni vzgoji* (2006), *Zdravstvena vzgoja in zdravstvena prosveta* (1995) in več učbenikov za področje zdravstvene nege otroka (prvi je iz leta 1991, prenovljena in dopolnjena izdaja pa iz leta 1994). Iz dela pri predmetu zdravstvena nega otroka se je specializirala za dojenje in nastal je učbenik *Dojenje – Učbenik za zdravstvene delavce*. Priročnik *Uspešno dojenje za dobro zdravje otrok in mater* je edini, ki ga že od leta 1996 ob rojstvu novorojenčka dobi vsaka ženska v Sloveniji (prenovljene in dopolnjene izdaje pokloni materam UNICEF Slovenija). Kot upokojena je še vedno nosilka izbirnega predmeta *Dojenje in laktacija* na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani.

■ Doc. dr. Hoyer, kako ste začeli svojo profesionalno pot? Kdaj vas je pot zanesla na pedagoško področje?

Leta 1971 sem diplomirala na takratni Višji šoli za zdravstvene delavce (VŠZD) in se zaposlila kot višja medicinska sestra v UKC Ljubljana na Kliniki za maksilofacialno kirurgijo. Delala sem kot oddelčna medicinska sestra in kasneje kot instrumentarka. Kmalu sem želela več znanja. Vodstvo klinike ni podpiralo moje želje po izobraževanju, zato sem se leta 1979 zaposlila na Srednji zdravstveni šoli in že čez eno leto na VŠZD. Obakrat sem prevzela področje pediatrične zdravstvene nege. Potem sem si pridobila različna nova znanja in diplome ter prevzela predmetno področje zdravstvene vzgoje.

■ Z dvema področjema ste se skozi desetletja intenzivno ukvarjali: z zdravstveno vzgojo in dojenjem. Kaj vas pripeljalo k temu, da ste se kot pionirka v slovenskem prostoru posvetili dojenju?

Z dojenjem sem se najbolj intenzivno spoprijela po rojstvu dveh mojih otrok. Ob zdravstveni negi otroka na VŠZD pa sem se tega lotila strokovno in znanstveno. Za magistrski študij iz Javnega zdravja na Medicinski fakulteti v Zagrebu sem se odločila raziskati, kaj se dogaja z dojenjem v Sloveniji. Dobila sem zanimive rezultate, ki so kar klicali po intervenciji. To je bilo obdobje, ko se je dojenje začelo dogajati tudi na nivoju WHO in UNICEF. Dr. Dunja Obersnel Kveder z IVZ me je povezala z dr. Andrejo

Černak Meglič iz UNICEF in poti so se odprle. Skupaj z dr. Lilijano Kornhauser Cerar sva izdelali prvi elaborat korakov in ukrepov, kako pomagati materam k boljšemu dojenju in izboljšati rezultate dojenja.

■ **Bili ste pobudnica za ustanovitev Nacionalnega odbora za spodbujanje dojenja (NOSD). Kdaj je to bilo in kako se spominjate teh začetkov?**

Res sem bila pobudnica za ustanovitev NOSD, toda ne sama, skupaj z dr. Andrejo Černak Meglič, takratno predsednico UNICEF Slovenija. Poznala sem kar nekaj ljudi, ki jih je tema zanimala. Sklicali smo jih na ustanovni sestanek 30. maja 1996. Povabljeni so bili strokovnjaki različnih področij (medicinske sestre, babice, pediatri, ginekologi) in odločili so se, kdo bo sodeloval. Izvolili smo predsednika dr. Boruta Brataniča, ki je to še danes. Prva aktivnost je bila izdaja moje knjižice Uspešno dojenje za dobro zdravje otrok in mater. Le ta je nastala iz razumevanja problema dojenja v Sloveniji, na osnovi podatkov obširne raziskave v mojem magistririju. Napisana je tako, da se hitro bere, v razumljivem jeziku z nazornimi ilustracijami in je razumljiva vsaki bralki. Pripomogla naj bi k znanju in motivaciji mater za dojenje.

■ **Kakšna je vloga Nacionalnega odbora za spodbujanje dojenja (nekoč in danes)?**

NOSD ima pomembno vlogo. Entuziasti, člani odbora smo se najprej sami izobrazili za Novorojencem prijazne porodnišnice (NPP) in se tudi usposobili za mednarodne ocenjevalce za ta projekt. Potem je bilo treba izvesti množico izobraževanj za zaposlene v porodnišnicah, pridobiti nekatere ključne osebe na vodilnih položajih v porodnišnicah, da so se prelevili v zagovornike projekta. Na videz enostavnih deset korakov do uspešnega dojenja, ki so osnova za NPP, je pravzaprav kar težko doseči. Prav tako je bilo treba spremeniti razmišljanje o reklamiranju nadomestkov materinega mleka, ki je bilo prisotno povsod. Mednarodni kodeksi o trženju nadomestkov ženskega mleka prepoveduje

vsakršno prisotnost reklam, logov, dajanje vzorcev mlečne formule materam preko zdravstvenega sistema ali podarjanje te hrane porodnišnici. Po zadostitvi vsem tem in še mnogim drugim pogojem smo izvedli prvo ocenjevanje v Porodnišnici Ljubljana leta 1998, še istega leta tudi v Celju. Postopoma so sledile tudi druge porodnišnice in danes imamo 13 od 14 slovenskih porodnišnic z nazivom NPP. Te rezultate moramo pripisati delovanju celotnega NOSD.

■ **Sodelovali ste tudi pri projektih Novorojenčkom prijazna porodnišnica in Dojenju prijazna zdravstvena ustanova. Kakšen je odziv naših zdravstvenih ustanov? In če se primerjamo s tujino?**

O pozitivnih rezultatih uvajanja NPP poročajo v več evropskih in svetovnih raziskavah. Tudi moja raziskava na vzorcu skoraj 1000 žensk je pokazala bistveno izboljšane rezultate po 15 - letnem obdobju od prve raziskave. Problem v Sloveniji je, da še vedno ni urejenega sistematičnega spremljanja dojenja na državni ravni in ne vemo, kaj se dogaja pri starejših dojenčkih in malčkih. Imamo samo nekaj presečnih študij. Ker izključno dojenje po odpustu iz porodnišnice dokaj hitro upada, se je pokazala potreba po nadaljevanju pobude iz NPP na Dojenju prijazne zdravstvene ustanove (DPZU). Naše zdravstvene ustanove delujejo različno. Tam, kjer se najde motivirana ključna oseba, se stvari hitro premaknejo v pravo smer. Problem vidim v aktualni družbeno ekonomski situaciji, ko res zmanjkuje sredstev za osnovne stvari, med katere uvrščam tudi izobraževanje. Brez dodatno izobraženih nosilcev in izvajalcev pa projekta ni in ne more biti.

Tudi kar se tiče NOSD poteka vso delo ljubiteljsko, na prostovoljni osnovi, v prostem času in s samo deklarativno podporo uradnih institucij.

■ **Poleg strokovne podpore zdravstvenih delavcev, babic in medicinskih sester potrebujejo ženske v času dojenja podporo doječih žensk - svetovalk, združenih v Društvo svetovalcev za laktacijo in dojenje Slovenije. Kako**

vidite to sodelovanje doječa mati – svetovalka – zdravstveni delavci?

V Društvu svetovalcev za dojenje delujejo strokovnjaki, posebej izobraženi za dojenje na različnih nivojih, do najbolj zahtevnega s certifikatom IBCLC (International Board Certified Lactation Consultant). Ti delujejo v okviru svojih institucij, so pa njihovi kontakti dosegljivi tudi na spletu in jih matere lahko kontaktirajo praktično kadarkoli.

Deluje pa tudi skupina laičnih žensk svetovalk v okviru LLLI (La Leache League International). Tudi te imajo objavljene svoje kontakte na spletu. To so tudi zelo izobražene gospe z opravljenim izpitom svetovalke. Pogoj, da sploh lahko pristopijo, pa je dojenje lastnega otroka najmanj eno leto.

Prepričana sem, da smo vsi potrebni. Matere imajo mnogo problemov in stisk, ki jih rešujejo z različnimi ljudmi. Velik problem sodobne matere je socialna izolacija. Velikokrat je zelo osamljena, zaprta z dojenčkom v stanovanje z malo ali nič stikov, kjer čaka partnerja, ki se vrača pozno popoldne ali zvečer iz vse bolj naporene službe s polno negotovosti. Tako včasih mati pokliče svetovalko za dojenje z nepomembnim vprašanjem, samo zato, da je vsaj z nekom v komunikaciji. Seveda pa imajo matere tudi zelo resne probleme, skratka, dela je za vse, zdravstvene delavce in LLLI svetovalke.

■ **Po zaključku profesionalne poti ste se polni bogatih izkušenj in koristnih nasvetov o dojenju in laktaciji posvetili družini in vnukom.**

Hvaležna sem, da sem imela v življenju toliko priložnosti, pravih izbir in odločitev. Rada sem hodila v službo, veliko sem delala, ker me je to veselilo in me izpolnjevalo. Sedaj me pa enako veseli »tretje« življenjsko obdobje. Družina me zelo osrečuje in izpolnjuje, družina je največja vrednota. Srečna sem, da mi je ta vrednota dana, negujem jo z modrostjo, ki sem si jo pridobila skozi zelo pestro življenje in obogateno z mnogimi različnimi izkušnjami.

Hvala za pogovor.

Cvetka Založnik – Blažević



■ Zakaj ste se odločili za poklic medicinske sestre?

Delati v dobro sočloveka je smisel mojega življenja in delovanja. To me je izpolnjevalo in dajalo neizmeren občutek zadovoljstva že od nekdaj, bilo pa je tudi vodilo k izbiri poklica medicinske sestre.

■ Kje ste končali šolanje?

Po končani osnovni šoli v Vitanju sem nadaljevala šolanje na Srednji zdravstveni šoli v Celju, nato pa na Visoki šoli za zdravstvo v Ljubljani – smer zdravstvena nega, kjer sem leta 1999 diplomirala.

■ Katera je bila vaša prva zaposlitev?

Moja prva zaposlitev je bila na Kliničnem oddelku za nefrologijo v Kliničnem centru v Ljubljani, kjer sem ostala 9 let. Sedaj sem šesto leto zaposlena kot patronažna medicinska sestra v Zdravstvenem domu v Kamniku.

■ Katera je vaša značilnost, ki jo pri sebi cenite in katera, ki je ne marate?

Pri sebi cenim potrpežljivost, vztrajnost in občutek odgovornosti. Ne maram pa svoje trme.

■ Od koga ste na poklicni poti največ pridobili?

Na svoji poklicni poti sem vsekakor veliko pridobila od svojih starejših sodelavk in sodelavcev na Nefrološki kliniki. Posebej pa sem hvaležna vsem svojim sodelavkam in sodelavcu z bogatimi in neprecenljivimi izkušnjami v patronažni službi – od njih sem pridobila največ.

■ Kakšen nasvet bi danes dali nekому na začetku poklicne poti?

Svetovala bi mu, naj bo na svoji poklicni poti pogumen z veliko mero odgovornosti, altruizma, humanosti, strpnosti in empatičnega odnosa do sočloveka. Ob tem naj ne pozabi na stalno izobraževanje in izpopolnjevanje, pa tudi na »polnjenje lastnih baterij«.

■ S čim ste najbolj zadovoljni?

V veliko zadovoljstvo mi je hvaležen pogled bolnika in objem ter podarjena risbica od mojih sinov.

■ Na kateri svoj dosežek ste najbolj ponosni?

Moj največji dosežek sta moja sinova, na katera sem neizmerno ponosna.

■ Če bi v zdravstveni negi lahko kaj spremenili, kaj bi to bilo?

Če bi v zdravstveni negi lahko kaj spremenila, bi bilo to olajšanje dela na področju »papirne vojne«. Medicinske sestre bi imele več časa za kakovostno obravnavo bolnikov.

■ Kaj vas drži »budno«?

»Budno« me drži zavest o poslanstvu mojega poklica.

■ Kakšen bi bil vaš najljubši konec tedna?

Moj najljubši in najlepši konec tedna je preživet z družino nekje v hribih.

■ Koga bi po vaši izbiri povabili na kosilo in zakaj?

Na kosilo bi povabila gospo Jelko Reichman. Njene ilustracije so mi bogatile otroštvo, še danes pa jih občudujem skupaj z mojima sinovoma. Zame je to gospa neizmerne talenta in občutka do otroške domišljije. ■

Poudarek na zdravju srca – rezultati svetovne raziskave so pokazali, da le eden od štirih ljudi ve, koliko prehodi vsak dan

ICN poziva medicinske sestre, naj se pridružijo izzivu za izboljšanje zdravja srca



Ženeva, Švica, 26. september 2013 –

Več kot četrtina anketiranih v najnovejši raziskavi ne zna opredeliti, koliko časa na dan namenijo živahni hoji pri hitrosti, potrebni za pospešitev srčnega utripa. Svetovna zdravstvena organizacija poroča, da stopnja telesne dejavnosti na globalni ravni upada, in tudi omenjena anketa, opravljena v šestih državah, razkriva, da od 14 do 37 odstotkov odraslih ne namenja nobene pozornosti eni od najpreprostejših oblik skrbi za zdravje – hoji.

ICN na Svetovni dan srca, 29. septembra, v sodelovanju s Svetovno zvezo za srce (World Heart Federation) poziva medicinske sestre in njihove paciente, naj povečajo svojo telesno dejavnost, da okrepijo srce in zmanjšajo tveganje bolezni srca in ožilja, npr. kapi.

Dr. Kathryn Taubert, glavna raziskovalna direktorica Svetovne zveze za srce, je povedala:

„Ozaveščanje je prvi korak na poti do zdravega srca. Namenjati pozornost temu, koliko hodimo, bi moralo biti tako preprosto kot skrbeti za to, kaj jemo. Na Svetovni dan srca pozivamo ljudi, naj se zavzamejo za bolj zdrav srce. Številne prezgodnje smrti je mogoče preprečiti z upoštevanjem priporočenih 30 minut zmerne rekreacije na dan, kar vključuje hitro hojo vsaj petkrat tedensko.“

Izsledki nedavne večnacionalne raziskave, ki jo je Svetovna zveza za srce izvajala v Braziliji, na Kitajskem, v Indiji, Španiji, Veliki Britaniji in ZDA, kažejo naslednje:

- Približno eden od treh odraslih v ZDA in Veliki Britaniji ne ve, koliko vsak dan prehodi - v primerjavi z le enim od šestih odraslih v Indiji.
- V vseh šestih državah, ki so sodelovale v anketi, kar 55 odstotkov anketiranih meni, da za hitro hojo običajno porabijo manj kot 30 minut na dan.

- Državljeni ZDA in Velike Britanije hodijo manj kot prebivalci držav v razvoju - dve tretjini anketiranih meni, da za hitro hojo običajno porabijo manj kot 30 minut na dan, medtem ko je v Braziliji in Indiji podobno odgovorila manj kot polovica odraslih.

Spremljanje telesne dejavnosti je v času pametnih telefonov in različnih športnih pripomočkov lažje kot kdaj koli prej. Raziskave kažejo, da ljudje, ki pri hoji uporabljajo števec korakov, svojo telesno dejavnost povečajo za skoraj 27 odstotkov.

„Medicinske sestre imajo idealno priložnost, da okrepijo dejavnosti za spodbujanje zdravja in zmanjšanje tveganja bolezni srca in ožilja,“ meni David Benton, izvršni direktor ICN. *„Medicinske sestre po vsem svetu spodbujamo, naj delujejo kot vzornice, učiteljice in zagovornice bolj zdravega življenjskega sloga ter si tako prizadevajo za zmanjšanje tveganja bolezni srca in kapi.“*

Svetovna zveza za srce in Bupa, vodilna svetovna zdravstvena zavarovalnica, sta v počastitev letošnjega Svetovnega dneva srca sprožili nov globalni izziv, ki ga spremlja brezplačna aplikacija za beleženje hoje, cilj pa je, čim več ljudi spodbuditi, da postanejo aktivni in začnejo redno hoditi. Ta izziv, imenovan *Ground Mile*, je namenjen motiviranju ljudi, da začnejo skrbeti za zdravje svojega srca, z aplikacijo pa lahko izmerijo prehojeno razdaljo in sčasoma dosežejo zastavljene cilje.

Johanna Ralston, izvršna direktorica Svetovne zveze za srce, pravi: *„Želimo si, da bi ljudje po vsem svetu več hodili in tako zmanjšali tveganje za nastanek bolezni srca in ožilja. Naš cilj je, da bi do konca letošnjega leta vsi skupaj prehodili 8 milijonov kilometrov.“*

Ozaveščanje o dejavnostih tveganja za nastanek bolezni srca in ožilja, kot

so telesna nedejavnost, nezdrava prehrana, prekomerna telesna teža/debelost in kajenje, je prvi korak na poti k preprečevanju tveganja za nastanek bolezni srca in kapi.

Zmerna telesna dejavnost – na primer hoja, kolesarjenje ali sodelovanje v skupinskih športih – je izjemno koristna za srce. Hkrati je hoja ena od najcenejših in najširše dostopnih oblik telesne dejavnosti na svetu. Ljudje, ki se zmerno gibljejo vsaj priporočenih 30 min na dan, pet dni na teden, lahko po mnenju Mednarodnega sveta medicinskih sester in Svetovne zveze za srce pričakujejo:

Daljšo življenjsko dobo – že 15 minut zmerne telesne dejavnosti na dan (kar vključuje hitro hojo) lahko znatno vpliva na izboljšanje zdravja in tudi za tri leta podaljša pričakovano življenjsko dobo.

Občutno zmanjšanje tveganja za nastanek bolezni srca in ožilja – raziskave kažejo, da se tveganje lahko zmanjša celo za 11 odstotkov.

Pokurijo več maščobe kot pri lahnem teku – ura zmerne teka na dan sicer za skoraj pet odstotkov zmanjša tveganje za nastanek bolezni srca, vendar pa lahko ljudje, ki s hitro hojo porabijo enako količino energije kot pri teku, to tveganje zmanjšajo za več kot devet odstotkov.

„Vaše srce lahko z vašimi nogami v življenju pride zelo daleč,“ je povzel dr. Srinath Reddy, predsednik Svetovne zveze za srce.

ICN je v sodelovanju s farmacevtsko družbo Pfizer objavil spletno stran *Grow your wellness*, kjer so zdravstvenim delavcem na voljo številne informacije o nenalezljivih boleznih in zdravem staranju.

O anketi

Spletno anketo je avgusta letos izvajalo podjetje YouGov v imenu Svetovne zveze za srce, in sicer v Braziliji, na Kitajskem, v Indiji,

Španiji, Veliki Britaniji in ZDA. Vanjo je bilo vključenih 7.367 odraslih po dopolnjenem 18. letu starosti. Anketa je vsebovala dve vprašanji: 1) Koliko časa – po vaši oceni - približno porabite za lahkotno počasno/normalno hojo na običajen dan? in 2) Koliko časa – po vaši oceni - približno porabite za hitro hojo v tempu, ki je hitrejši od običajnega? Rezultati so bili nato izračunani na podlagi odgovorov na drugo vprašanje.

O Svetovnem dnevu srca

Svetovni dan srca je leta 2000 uvedla Svetovna zveza za srce, da bi ljudi po vsem svetu ozaveščala o nevarnosti bolezni srca in ožilja, ki predstavljajo vodilni vzrok smrti in zaradi katerih vsako leto umre kar 17,3 milijona ljudi. Svetovna zveza za srce tako skupaj s svojimi člani vsako leto 29. septembra izvaja ukrepe, s katerimi želi poudariti dejstvo, da je z obvladovanjem dejavnikov tveganja, kot so kajenje, nezdrava prehrana in telesna nedejavnost, mogoče preprečiti vsaj 80 odstotkov vseh prezgodnjih smrti zaradi bolezni srca in kapi. Svetovni dan srca združuje ljudi iz različnih držav in okolij v boju proti posledicam bolezni srca in ožilja ter navdihuje in spodbuja mednarodne ukrepe za promocijo zdravega življenja po vsem svetu. Letošnji Svetovni dan srca, ki je potekal pod geslom „Po poti, ki vodi do zdravega srca“, se je osredotočal na preprečevanje in obvladovanje bolezni srca in ožilja v vseh starostnih skupinah, s poudarkom na zdravem življenjskem slogu, predvsem pri ženskah in otrocih, saj zdravi otroci odrastejo v zdrave odrasle, zdravi odrasli pa so del zdravih družin in skupnosti.

Glavni cilj je bil ozaveščati ljudi o tem, da lahko do bolezni srca pride v kateri koli starosti, z izpostavljenostjo dejavnikom tveganja, kot sta nepravilna prehrana ali kajenje, pa se ta nevarnost le še okrepi. Če ljudje ne bodo ozaveščeni in če ne bodo sprejeti ukrepi, ki bi omogočali zdrav način življenja, bodo bolezni srca in ožilja še naprej glavni vzrok smrti v svetovnem merilu, do leta 2030 pa bodo povzročile kar 23,6 milijonov smrti na leto. Informacije o Svetovnem dnevu srca so na voljo na spletni strani

www.worldheartday.org, na Facebooku (www.facebook.com/worldheartday) in Twitterju (#worldheartday).

Svetovni dan srca finančno podpirajo neomejene subvencije za izobraževanje, ki jih omogočajo družbe Astra Zeneca, Bayer HealthCare, Bristol-Myers Squibb, Bupa, Pfizer in Schiller.

O Mednarodnem svetu medicinskih sester (ICN)

Mednarodni svet medicinskih sester (ICN) je zveza več kot 130 nacionalnih združenj, ki predstavljajo milijone medicinskih sester po vsem svetu. ICN na mednarodni ravni vodijo medicinske sestre in vodilni strokovnjaki s področja zdravstvene nege, glavni cilj organizacije pa je zagotavljati kakovostno zdravstveno nego za vse in preudarno svetovno zdravstveno politiko.

O Svetovni zvezi za srce

Svetovna zveza za srce se v okviru svoje skupnosti, ki šteje več kot 200 članskih organizacij in združuje moč društev in fundacij za srce iz več kot 100 držav, bori proti boleznim srca in kapi v globalnem merilu - s poudarkom na državah z nizkimi in srednjimi dohodki. Svoja prizadevanja usklajuje s ciljem Svetovne zdravstvene organizacije, ki določa, da naj bi do leta 2025 za 25 odstotkov zmanjšali število prezgodnjih smrti zaradi bolezni srca in ožilja. Svetovna zveza za srce si skupaj s svojimi članicami prizadeva za globalno zdravje srca in ožilja na ravni politike, oblikuje in si izmenjuje ideje, deli najboljše prakso, posreduje znanstvene izsledke in spodbuja prenos znanja za reševanje problema bolezni srca in ožilja, ki so trenutno najpogostejši vzrok smrti na svetu. Le z združenimi močmi lahko ljudem po vsem svetu pomagamo, da bodo živeli dlje in bolj zdravo.

Za več informacij obiščite www.worldheart.org, www.facebook.com/worldheartfederation ali twitter.com/worldheartfed.

O izzivu Ground Miles

Svetovna zveza za srce in družba Bupa sta vzpostavili globalno partnerstvo, da bi svet spodbudili k hoji in pripomogli k zmanjšanju tveganja za nastanek bolezni srca in

ožilja. Na Svetovni dan srca sta objavili nov svetovni izziv, imenovan *Ground Miles*. Globalni cilj je prehoditi 8 milijonov kilometrov. Svetovna zveza za srce in Bupa vas pozivata, da si brezplačno prenesete novo aplikacijo *Ground Miles* - za motivacijo in merjenje razdalje, ki jo prehodite. Vsi, ki si prenesete aplikacijo, boste imeli možnost sodelovanja v nagradni igri. Za prenos aplikacije v trgovini aplikacij Apple ali Android poiščite „*Ground Miles*“, za več informacij pa obiščite spletno stran

www.worldheart.org/groundmiles ali www.bupa.com/heart.

Več kot 200 članskih organizacij Svetovne zveze za srce in 62.000 zaposlenih v družbi Bupa po vsem svetu se je zavezalo, da bodo hodili in spodbujali svoje prijatelje, družinske člane, sodelavce in sosede, naj se pridružijo izzivu in pomagajo doseči cilj. Ko bomo skupaj prehodili 8 milijonov kilometrov, bo Bupa Svetovni zvezi za srce omogočila finančna sredstva za pomoč programom, ki na tisoče otrok v Afriki in južni Aziji varujejo pred odpovedjo srca in prezgodnjo smrtjo zaradi bolezni srca.

O družbi Bupa

Namen dejavnosti družbe Bupa je omogočiti daljše, bolj zdravo in bolj srečno življenje. Bupa je vodilna mednarodna družba na področju zdravstvenega varstva z več kot 14 milijoni strank v več kot 190 državah. Nudi različne oblike zdravstvenega zavarovanja in dostopa do zdravstvenih storitev, vodi bolnišnice, omogoča storitve zdravstvenega varstva na delovnem mestu, zdravstvene preglede in storitve za obvladovanje kroničnih bolezni ter oskrbo starejših občanov (domovi za ostarele, varovana stanovanja). Ker družba nima delničarjev, ves svoj dobiček vlaga v izboljšanje in širjenje svojih storitev. V Bupi je zaposlenih več kot 62.000 ljudi, največ v Veliki Britaniji, Avstraliji, Španiji, Poljski, Novi Zelandiji in ZDA, pa tudi v Saudovi Arabiji, Hong Kongu, Indiji, Tajski, na Kitajskem in po vsej Latinski Ameriki.

Za več informacij obiščite spletno stran www.bupa.com. ■

ICN in ICRC o vlogi zdravstvenih delavcev v oboroženih spopadih in drugih izrednih razmerah

Ženeva, Švica, 22. oktober 2013 – Mednarodni svet medicinskih sester (ICN) in Mednarodni odbor Rdečega križa (ICRC) sta danes podpisala memorandum o soglasju za promocijo projekta »Zdravstvena nega v nevarnih razmerah«, katerega glavni cilj je omogočiti varnejši dostop do zdravstvene nege v primerih oboroženega nasilja.

»Veseli nas, da se je tako ugledna organizacija, kot je ICN, odločila za sodelovanje v projektu,« je povedal Pierre Gentile, koordinator projekta »Zdravstvena nega v nevarnih razmerah«. »ICN nam bo lahko pomagal pri pripravi in posredovanju priporočil, ki bodo zdravstvenim delavcem olajšala reševanje težav, s katerimi se soočajo v spopadih in drugih izrednih razmerah.«

Memorandum opredeljuje obseg sodelovanja ICN v tem projektu, kar vključuje tudi prispevanje znanja in izkušenj nacionalnih združenj medicinskih sester - zlasti glede etičnih vprašanj - v razprave, povezane s projektom; sodelovanje pri organizaciji okroglih miz z

izvajalci zdravstvene nege; obveščanje članskih združenj o razvoju dogodkov v okviru projekta; in posredovanje projektnih publikacij in drugih dokumentov, vključno z globalnim poročilom o zdravstveni negi v nevarnih razmerah, članicam in drugim organizacijam, na primer Svetovnemu združenju zdravstvenih delavcev (WHPA).

»Naša temeljna dolžnost je zaščititi medicinske sestre in druge zdravstvene delavce, da lahko nemoteno pomagajo tistim, ki jih potrebujejo,« je dejala Judith Shamian, predsednica ICN.

»Prepričani smo, da imajo medicinske sestre pomembno vlogo pri odpravljanju posledic oboroženih spopadov na dolgoročne zdravstvene potrebe civilistov in ranjenih vojakov, zato zahtevamo zaščito vseh zdravstvenih objektov in zdravstvenih ter humanitarnih delavcev na območjih spopadov in v drugih izrednih razmerah.«

ICN poziva nacionalna združenja medicinskih sester, naj v primeru oboroženega spopada storijo

naslednje:

- Pozovejo svoje vlade, naj spoštujejo mednarodno pravo in nemudoma zagotovijo humanitarno pomoč, vključno z zdravstveno nego, beguncem in razseljenim osebam ter olajšajo prost in usklajen dostop do mednarodnih humanitarnih organizacij na prizadetih območjih.
- Preučijo posledice za svoje države in skupaj z lokalnimi vladnimi uradi, agencijami Združenih narodov in nevladnimi organizacijami na nacionalni in lokalni ravni sprejmejo ukrepe za zagotavljanje zdravstvenih storitev vsem, ki jih potrebujejo, brez razlikovanja.
- Pozovejo svoje vlade, naj zagotovijo, da bodo medicinske sestre in drugi zdravstveni delavci lahko neovirano opravljali svoje delo.

Več informacij o kampanji »Zdravstvena nega v nevarnih razmerah«, vključno s študijo »Primeri nasilja, ki vplivajo na zdravstveno nego« ter fotografijami in videoposnetki, je na voljo na spletni strani www.healthcareindanger.org. ■

Visokokalorična tekoča prehrana
prilagojena onkološkemu bolniku.

Rp/ Supportan
200 ml 4x
Da scat. orig. No. XV
(quindecim)
Repetatur: 2x
S: 2 x 1 / dan



... ko gre zares, ko potrebujete pomoč,
podporo, suport, potrebujete ...

Supportan®

Lajšanje bolečine je dolžnost vsakega zdravstvenega delavca

Hrvaško združenje za lajšanje bolečine je oktobra pripravilo mednarodni kongres o lajšanju bolečine, ki se je odvijal v Opatiji. Štiridnevni kongres je ponudil bogat in strokoven program predavateljev iz Švedske, Francije, Makedonije, Srbije, Hrvaške in tudi Slovenije, ki so predstavili primere lajšanja kronične in akutne bolečine ter lajšanja bolečine v terminalni fazi bolnikovega življenja.



Josip Božič in Julijana Kozel

4. mednarodnega kongresa na Hrvaškem sta se kot predavatelja udeležila dva zaposlena iz Splošne bolnišnice dr. Jožeta Potrča Ptuj, Robert Stajnko in Julijana Kozel. Tema diplomiranega zdravstvenika Roberta Stajnka je bila Ocenjevanje in merjenje bolečine v ptujski bolnišnici – element zagotavljanja kakovostne zdravstvene obravnave. Srednja medicinska sestra Julijana Kozel pa je udeležencem predstavila Lajšanje bolečine s podkožno elastomerno črpalko v bolnišnici Ptuj. S predavanjem na kongresu in po pogovoru s predavatelji in strokovnjaki iz drugih evropskih držav lahko z gotovostjo rečem, da je za lajšanje bolečine – tako kronične kot akutne – v ptujski bolnišnici dobro urejeno. Imamo standard o ocenjevanju in merjenju bolečine, ki

se izvaja na vseh oddelkih, ambulantna za zdravljenje bolečine pa poskrbi za bolnike, ki potrebujejo kontinuirano lajšanje bolečine z različnimi črpalkami.

Udeleženci kongresa so se strinjali, da je lajšanje bolečine človekova osnovna pravica in dolžnost vsakega zdravstvenega delavca. Kongres je potekal pod geslom **Lajšanje bolečine, življenje dostojnega človeka, z znanjem in izkušnjami do uspešnosti** in je združil mednarodni tim za lajšanje bolečine, kar gre velika zahvala predsedniku hrvaškega društva za lajšanje bolečine Josipu Božiču. Pod njegovo taktirko so se na enem mestu zbrali strokovnjaki in predavatelji z več koncev Evrope. Iskrena zahvala za možnost sodelovanja na kongresu gre tudi vodstvu bolnišnice Ptuj. ■

Popravek

Zamenjava avtoric prispevkov

V 7. številki Utripa (oktober 2013) nam jo je zagodel tiskarski škrat.

Avtorica prispevka na strani 32 Utripa **Uporaba mobilne telefonije v onkološki zdravstveni negi – sodelovanje v mednarodnem projektu Smile – on** je **Mojca Kotnik** in ne Jasna Korak.

Jasna Korak je avtorica prispevka na 34. strani Utripa **Kronični bolnik v gastroenterologiji in endoskopiji**.

Za nenamerno zamenjavo se opravičujemo.

Odgovorna urednica

Naslednja številka Utripa izide decembra 2013. Prosimo, da prispevke oddate pravočasno, do 20. novembra 2013. Datume izidov v letu 2014 bomo objavili v januarski številki Utripa, predvidoma bodo enaki kot v letu 2013. Torej Utrip prvič izide v letu 2014 v januarju (prispevke bo treba oddati do 20. decembra 2013).

Uredništvo Utripa

Predavateljica Majda Šlajmer Japelj častna doktorica Univerze v Mariboru

Univerza v Mariboru je predavateljici Majdi Šlajmer Japelj na predlog Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru ob slovesnosti DIES ACADEMICUS ob 38-letnici Univerze v Mariboru, 18. 9. 2013, podelila naziv »častna doktorica Univerze v Mariboru« za izjemne uspehe, dosežke in zasluge na izobraževalnem, znanstvenoraziskovalnem področju in ne nazadnje za pred več desetletji prepoznavanje pomena mednarodnega sodelovanja in povezovanja ter umeščanja slovenske zdravstvene nege in Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru v mednarodni prostor.

Predavateljica Majda Šlajmer Japelj se je po maturi na Klasični gimnaziji v Mariboru vpisala v prvo generacijo Višje šole za medicinske sestre v Ljubljani in diplomirala leta 1955. Po diplomu si je nabirala izkušnje v Švici, v eni od bolnišničnih baz Šole za medicinske sestre v Bernu. Medicinske sestre v Sloveniji v lastni stroki niso mogle doseči univerzitetne izobrazbe, zato se je odločila še za študij sociologije na Univerzi v Ljubljani. Podiplomski študij na področju epidemiologije in javnega zdravja je opravila v Zagrebu, na šoli dr. Andrije Štampar.

Kariero je nadaljevala v Ljubljani na Višji šoli za medicinske sestre, kjer je ostala do leta 1960. Nato se je vrnila v Maribor in bila 18 let ravnateljica Srednje zdravstvene šole. V času vodenja Srednje zdravstvene šole v Mariboru je zasnovala program polivalentne patronaže ter uredila lastno terensko učno bazo v Miklavžu na Dravskem polju. Za določen čas je bila dekanica Višje zdravstvene šole v Ljubljani.

Dolga leta je bila direktorica Kolaborativnega centra Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) za primarno zdravstveno nego. Vrsto let je delovala v Glavnem uradu SZO v »Odboru strokovnjakov zdravstvene nege«. V evropski regiji SZO je bila svetovalka za primarno zdravstveno nego za dodiplomske izobraževalne programe ter za programe kontinuiranega izobraževanja medicinskih sester. Med njenimi izjemnimi dosežki velja izpostaviti obsežno mednarodno raziskavo »Potrebe ljudi po zdravstveni negi«, ki jo je vodila na področju Jugoslavije. Cilj raziskave je bil odkriti boljše metode dela v zdravstveni negi, boljše načrtovanje in organizirano vrednotenje



Dekanica FZV UM, izr. prof. dr. Majda Pajnkihar, Častna doktorica UM, predav. Majda Šlajmer Japelj, in rektor UM, prof. dr. Danijel Rebolj

rezultatov dela. Prav tako je skozi delovanje v okviru Kolaborativnega centra SZO za primarno zdravstveno nego v Slovenijo vpeljala projekt EU TELENURSE/TELENURSING, ki je v Evropo uvedel ICNP – Mednarodno klasifikacijo zdravstvene nege.

Vzporedno s pedagoškim in raziskovalnim delovanjem je vedno znova odločujoče posegala in vplivala na sistemska področja, zlasti na izobraževalni sistem zdravstvene nege. V prvem mandatu slovenskega parlamenta je bila članica Državnega sveta Republike Slovenije, kjer je zastopala področje zdravstva.

Predavateljica Majda Šlajmer Japelj je ena redkih medicinskih sester, ki je svoje strokovno delovanje zabeležila z obsežnim opusom skript, učbenikov, objav člankov, priročnikov, publikacij in prevodov, s katerimi zapušča pisno sled v teoriji in praksi zdravstvene nege.

Njeno vsestransko delovanje je zajemalo delo v Rdečem križu Slovenije, v Društvu medicinskih sester Maribor, v krovni organizaciji

Zbornici – Zvezi, Savezu društva medicinskih sestara Jugoslavije ter International Council of Nurses (ICN). Je dobitnica številnih priznanj doma in v tujini, med njimi je treba izpostaviti prestižno častno članstvo v Kraljevem združenju medicinskih sester Velike Britanije.

Na izobraževalnih zavodih v Sloveniji in tujini je predavala družinsko sociologijo, sociologijo dela ter sociologijo zdravja in bolezni. Pred dvajsetimi leti je bila ena od pobudnic za ustanovitev Višje zdravstvene šole Univerze v Mariboru. Na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Mariboru še vedno aktivno deluje na kot visokošolska učiteljica, raziskovalka in mentorica.

Spremlja jo sloves nesebične pripravljenosti razdajanja in prenašanja znanja ter izkušenj na mlade, na kolege in na sodelavce. Znano je njeno veliko zadovoljstvo in ponos ob tem, kadar lahko ugotovi napredovanje svojih nekdanjih učencev, dijakov in študentov, še zlasti, če osvojijo novo kakovost



Častna doktorica Univerze v Mariboru predav. Majda Šlajmer Japelj

znanja. Iz zakladnice njenega znanja so se izobraževale generacije izvajalcev in nosilcev zdravstvene nege za prevzemanje odgovornosti kritičnega presojanja za profesionalno zavedanje timskega delovanja in spoznavanje avtonomnosti zdravstvene nege in odločanja o njej.

Predavateljica Majda Šlajmer Japelj je priznana strokovnjakinja zdravstvene nege nacionalnega in mednarodnega slovesa, saj je bistveno vplivala na razvoj izobraževanja medicinskih sester, raziskovanja v zdravstveni negi in na prepoznavnost slovenske zdravstvene nege doma in v tujini.

Na podlagi sklepa Senata Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru z dne 25. aprila 2013 in sklepa Senata Univerze v Mariboru z dne 18. junija 2013, smo rektorju Univerze v Mariboru, prof. dr. Danijelu Rebolju predlagali, da predavateljici Majdi Šlajmer Japelj podeli častni naziv »častna doktorica Univerze v Mariboru«.

Vsi zaposleni na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Mariboru predavateljici Majdi Šlajmer Japelj iskreno čestitamo in ji želimo uspešno raziskovalno in pedagoško delo tudi v prihodnje. ■

Spoštovane kolegice in kolegi,

ker prihaja zelo pogosto do napačnega poimenovanja oziroma nazivanja diplomiranih medicinskih sester in diplomiranih zdravstvenikov, vas želimo ponovno spomniti, da je okrajšava za žensko obliko **dipl. m. s.** (s presledki med črkami) in za moško **dipl. zn.**

Naslednja številka Utripa

izide decembra 2013. Prosimo, da prispevke oddate pravočasno, do 20. novembra 2013. Datume izidov v letu 2014 bomo objavili v januarski številki Utripa, predvidoma bodo enaki kot v letu 2013. Torej Utrip prvič izide v letu 2014 v januarju (prispevke bo treba oddati do 20. decembra 2013).

Uredništvo Utripa



preprečuje in odpravlja BAKTERIJSKE VAGINOZE

- pri neobičajnem vaginalnem izcedku neprijetnega vonja ali nenavadnih simptomih v intimnem predelu (srbenje, pekoč občutek)
- po antibiotičnem zdravljenju vaginalnih vnetij
- pri večjih dejavnikih tveganja za porušeno vaginalno mikrofloro (zdravljenje z antibiotiki, pogosti spolni odnosi, menstruacija, menopavza, nosečnost, uporaba materničnih vložkov, prekomerna intimitna nega)



GYNO-LACT



vsebuje 3 naravne seve mlečnokislinskih bakterij

- ✳ MAJHNA VAGINALETA
- ✳ NE KAPLJA IN NE PUŠČA MADEŽEV NA PERILU
- ✳ UPORABA LE ENKRAT DNEVNO

Rožnati oktober – svetovni mesec boja proti raku dojk

kdaj in kako smo ga in ga obeležujemo v Sloveniji

Mesec oktober smo letos v Sloveniji že deseto leto zapored obeležili kot svetovni mesec boja proti raku dojk. Rožnati oktober je v Sloveniji zadnja leta že dobro poznan. Predstavniki civilne iniciative (Društvo onkoloških bolnikov Slovenije, Europa Donna, Zveza slovenskih društev za boj proti raku) opozarjamo družbo na problematiko raka dojke, ki je v Sloveniji kot tudi drugje po svetu najbolj pogost rak med ženskami. Ko smo si pripeli rožnato pentljo, smo sebe in druge opominjali na pomen rednega samopregledovanja dojk in mamografij. Kljub žalostnemu podatku, da v Sloveniji vsak dan za rakom dojke zbolijo tri ženske in ena umre, pa je razveseljivo, da bolezen s sodobnimi mnogoterimi načini zdravljenja, postaja vse bolj obvladljiva.

Prva pobuda množičnega osveščanja

Pobudo za množično ozaveščanje o pomembnosti samopregledovanja in rednega opravljanja mamografij je dala ameriška skupina prostovoljk leta 1998. Ideja je hitro zaživela in se razširila po svetu in tudi v Sloveniji. Podpira jo Mednarodno združenje za boj proti raku (UICC), znotraj katerega je še posebej dejavna Mednarodna zveza prostovoljk (RRI). Članice te zveze smo tudi slovenske prostovoljke, ki delujemo v okviru Društva onkoloških bolnikov Slovenije (DOB) v programu organizirane samopomoči bolnikov z rakom **Pot k okrevanju**. Prostovoljke smo ženske z lastno izkušnjo raka dojke, posebej usposobljene za individualno svetovanje na novo obolelim ženskam; obiskujemo jih v bolnišnicah takoj po operaciji in delujemo v dveh INFO centrih – na Onkološkem inštitutu v Ljubljani in v UKC Maribor. Na voljo smo tudi za telefonsko svetovanje. Skupinsko samopomoč pa izvajamo v 20. skupinah za samopomoč, ki delujejo po različnih krajih Slovenije.

Pogled 10 let nazaj

2003 sem se kot predstavnica Društva onkoloških bolnikov Slovenije udeležila srečanja Alpe Adria, ki ga je v Trstu organiziral ANDOS Italia - italijansko združenje žensk z rakom dojke. V okviru Barkolane – mednarodne jadralne regate, na kateri se zbere veliko število gledalcev in obiskovalcev, so postavile stojnico, katere notranjost

je žarela v roza barvi. Z informativnimi zloženkami o zgodnjem odkrivanju raka dojk in rožnatimi pentljami so mimoidoče osveščale o tej bolezni. Vsak dan pa so v stojnici gostili različne goste iz strokovnih in političnih krogov. Na srečanju tistega dne, pa smo predstavnice Italije, Avstrije, Hrvaške in Slovenije spregovorile o mednarodnem povezovanju in dejavnostih, ki jih društva v posameznih državah izvajajo z namenom zgodnjega odkrivanja raka dojk. Idejo sem prenesla domov in v poročilu obiska za revijo OKNO, besedo Pink oktober preimenovala v rožnati oktober (po zgledu risanke pink panter).

2004 smo se slovenske prostovoljke DOB prvič aktivno udeležile 3. Festivala za tretje življenjsko obdobje v Cankarjevem domu z namenom ozaveščanja o raku dojke. Prvo leto smo pentlje izdelale kar same, poleg tiskanega gradiva pa smo na silikonskih modelih učile samopregledovanje dojk.

Kot uvod v rožnati oktober je Slovensko združenje za boj proti raku dojk EUROPA DONNA prvič organiziralo Tek in hojo za upanje v parku Tivoli, ki so ga poimenovali Tek za mamotom.

Sredstva startnine so bila v celoti namenjena nakupu mamotoma, aparata za zgodnje odkrivanje raka dojk.

2005 smo obeležili s skupnimi akcijami vseh treh zgoraj omenjenih humanitarnih organizacij. Tokrat

smo šli v Državni zbor, kjer nam je 11 članski delegaciji, predsednik DZ ob navzočnosti številnih poslank in poslancev ter predstavnikov medijev pripravil sprejem. Predstavili smo aktivnosti Rožnatega oktobra. Predsedniki vseh treh društev so se med drugim tudi zavzemali, da bi zakon o bolnikovih pravicah čim prej prišel v parlamentarno obravnavo. Najširšo javnost so po vseh večjih slovenskih mestih Slovenije opozarjali veliki jumbo plakati z geslom, ki smo ga v tem letu poimenovali „Najboljši pregled je samopregled - po 50. letu mamografija.“

2006 je bil ponovno obeležen v skupni akciji vseh treh društev na prav poseben način. Ljubljanski grad je bil cel mesec osvetljen z rožnato barvo. Po vsej Sloveniji so društva na svojih stojnicah delila informativna gradiva in rožnate pentlje. V avli Onkološkega inštituta je bila velika rožnata pentlja ob njej pa so na stojnici prostovoljke delile informacije in nasvete. Ključna sporočila so bila podprta z obeškami in nalepkami na mestnih avtobusih v Ljubljani, jumbo plakati po celi Sloveniji in tiskanimi oglasi v številnih revijah. Spet smo bili v državnem zboru, s pomočjo Mestne občine smo organizirali okroglo mizo o problematiki raka dojk, v Ljubljani in Sloveniji. Aktivnosti rožnatega oktobra pa so se zaključile z mednarodno fotografsko razstavo Brest Friend, v kateri sva Slovenijo zastopala Majda Šmit in sošolec ter stanovski kolega Vili Resnik.



Rožnati oktober – svetovni mesec boja proti raku dojk

2007 je predsednik Državnega zbora pripravil 3. tradicionalni sprejem nekoliko drugače. Srečanje je bilo združeno z dobrodelnim koncertom Za novo upanje, ki ga je izvajal Parlament dixie band v preddverju vhoda v veliko sejno dvorano. V tem letu smo z Apelom pozvali zdravstveno politiko, da čim prej ustvari pogoje za zgodnje odkrivanje raka dojke, enako dostopnost za takojšnje in učinkovito zdravljenje po evropskih smernicah za vse ženske v Sloveniji in tako zniža umrljivost za 25 do 30 odstotkov. Vsem obolelim pa naj zagotovi programe celostne rehabilitacije, ki bodo pomembno prispevali h kakovosti njihovega življenja.

2008 je poleg nešteti aktivnosti zaživel nacionalni presejalni program za raka dojke DORA (RAK Dojk). Cilj programa je v presejani populaciji žensk med 50 in 69 letom starosti z mamografskim pregledom dojke vsaki

dve leti zmanjšati umrljivost žensk za rakom dojke za 25 do 30 odstotkov.

IN KJE SMO DANES?

Rožnati oktober in rožnata pentlja, sta se lahko rečemo „prijeli“ in sta prepoznavna simbola v boju proti tej bolezni. Preživetje za rakom dojke se je tako pri nas kot v razvitem svetu zelo izboljšalo. Število živih žensk s to diagnozo (prevalenca) je že več kot 12.000, kar gre zahvala predvsem dobri diagnostiki in sodobnemu zdravljenju. Ozaveščenost o pomembnosti samopregledovanja dojke se je v zadnjih letih povečala. Žal pa je državni program DORA zaživel le v osrednji Sloveniji, Zasavju in v Mestni občini Maribor, kar predstavlja 30 odstotkov ciljne populacije. V teh letih je bilo na sikanje vabljenih več kot 81.000 žensk, ugotovljenih je bilo 477 rakov pri več kot 70-odstotni udeležbi

vabljenih žensk.

Že nekaj let se 15. oktober obeležuje kot „evropski dan zdravih dojke“, ko se javnost med drugim osvešča tudi o zdravem življenjskem slogu.

NAŠE ŽELJE

Želja mnogih, ki se srečujemo z rakom dojke na različne načine je:

da bi program DORA v celoti zaživel in s tem poskrbel za enako dostopnost do zdravja in zdravstvenih storitev vsem ženskam v državi.

da bi vsem ženskam že v mladosti prešlo v navado redno mesečno samopregledovanje dojke. Pri tem je pomemben podatek, da si kar devet od desetih rakov, ženske odkrijejo same.

In za konec: Raka se ne smemo bati, temveč iskati. Upanje pa vedno ostaja! ■

Varnostne hlačke kot medicinsko tehnični pripomoček na enotah intenzivne nege in terapije novorojenčkov

Martina Lekan

Gastroezofagealni refluks (GER) je nehotno vračanje želodčne vsebine v požiralnik, zaradi motnje v delovanju spodnjega ezofagealnega sfinkterja. Pogosti klinični znaki, kot sta polivanje in bruhanje, so lahko prisotni že v neonatalnem obdobju. Vračanje želodčne vsebine draži sluznico požiralnika in povzroči njeno vnetje. Otrok postane razdražljiv, njegova obdobja spanja in mirne budnosti so krajša, veliko joka in zavrača hrano.



Novorojenček v »varnostnih hlačkah« na Kliničnem oddelku za neonatologijo, Pediatrične klinike UKCL. Foto: Martina Lekan

Številna obolenja dihal v neonatalnem obdobju so prav tako posledica refluksa. Vzroki za GER so različni in zdravljenje je prilagojeno vzrokom. Dvignjeno vzglavje je eden izmed ukrepov, ki ga zdravniki priporočajo in se izvaja že v času

hospitalizacije in nato v domači oskrbi.

Večina neonatalnih oddelkov je opremljenih s sodobnimi ogrevanimi ležišči, ki omogočajo visoko dvignjeno vzglavje. Slabosti teh ležišč so izredno nizke zaščitne ograjice, ki se odprejo z ročnim dvigom. Novorojenček ob visoko dvignjenem vzglavju drsi po ležišču navzdol, zlahka zdrsne pod odejo in z nogami pritiska v spodnjo zaščitno ograjo. Ograjice nimajo dodatnih varoval, zato se ob večjem pritisku in ob površnem zaprtju zlahka odprejo.

V strokovni literaturi o padcih novorojenčkov iz ogrevanih ležišč ne poročajo, vendar to ne pomeni, da ta nevarnost ne obstaja. Na Kliničnem oddelku za neonatologijo smo pri svojem delu spoznali, da dvignjeno vzglavje pri ogrevanih ležiščih, predstavlja tveganje za padec novorojenčka iz postelje. Zato so šivilje Kliničnega centra, po naših načrtih izdelale posebne »varnostne

hlačke«, ki preprečujejo padec novorojenčka iz postelje ob dvignjenem vzglavju.

Varnostne hlačke so podobne previjalni plenički. Sešite so iz pralnega bombaža; z vrvicami jih pričvrstimo na ležišče in jih okoli oblečenega otroka zapnemo s pomočjo »ježkov«. Velikost hlačk je prilagojena otrokovi telesni teži. Hlačke preprečujejo drsenje novorojenčka pod odejo in proti vznožju ležišča. Omogočajo lego na levem ali desnem boku in v izjemnih primerih tudi na trebuhu.

Novorojenčkove noge in roke so ob uporabi varnostnih hlačk proste, otrok lahko obrača glavo in z rokami seže v usta. Okoli novorojenčkov namestimo tudi gnezda, ki so jih že pred nekaj leti izdelale šivilje Univerzitetne kliničnega centra Ljubljana po naših navodilih. Gnezdo podpira novorojenčkovo fiziološko lego in mu nudi občutek varnosti. ■

Iz dela Državnega sveta

Dosežena pomembna zmaga: ohranjenih 30 milijonov evrov za izvajanje zdravstvenega varstva



Med najpomembnejšimi zadevami v zakonodajnem telesu je bila obravnava in sprejem sprememb Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju (ZZVZZ-M), poimenovanega tudi interventni zakon, katerega glavni namen je zagotoviti dodatna sredstva v zdravstveno blagajno.

Gre za izjemno pomembne spremembe, saj le te uvajajo rešitve, povezane s stabilizacijo obstoječega finančnega stanja na področju zdravstvenega varstva (spremembe višine prispevnih stopenj oziroma določitev najnižjih osnov, od katerih se plačujejo prispevki za posamezne kategorije zavarovanih oseb, izenačitev osnov za določene kategorije zavarovanih oseb in uvedba prispevka od nove osnove). Državni svet je načelno podprl vse tiste rešitve predloga zakona, ki izboljšujejo finančno stabilnost sistema zdravstvenega varstva. Žal pa sta vlada in koalicija očitno odstopili od osnovno načrtanega načela »vsak prihodek šteje«, saj predlog zakona ne vsebuje več določb o prispevkih iz naslova najemnin in dividend, kar bi sicer zagotovilo veliko večji priliv sredstev za namene izvajanja zdravstvenega zavarovanja (po prvotnem predlogu čez 70 milijonov evrov, po aktualnem predlogu le malo čez 42 milijonov evrov). Vpliv kapitalskih interesnih skupin je ponovno premagal interes in potrebe prebivalcev Slovenije po zdravju.

Zakon po našem mnenju neutemeljeno širi obseg baze podatkov o zavarovanih osebah, ki jih v svojih evidencah vodi ZZS, saj sprememba sedaj uveljavlja tudi zbiranje podatkov o individualnem zdravstvenem stanju zavarovanih oseb, vključno z diagnozo, prav tako pa tudi podatke o elektronski pošti in telefonu zdravstvenega delavca pri vsakem izvajalcu. V zvezi s prvo navedeno širitvijo baz podatkov je temu nasprotovala tudi informacijska pooblaščenka. Treba se je zavedati, da bodo po novem imeli podatke o zdravstvenem stanju vsakogar, tudi uradniki ZZS. Ob tem je bilo

zagotavljano, da so baze teh podatkov 100-odstotno varne, kot da bi ne živeli v času najrazličnejših »liksov«.

Prav tako se nismo strinjali s tem, da otroci ne morejo koristiti pravic, ki jim gredo po Direktivi o čezmejnem koriščenju zdravstvenih storitev, saj je vlada in koalicija izrecno prepovedala povračilo stroškov za spremstvo in namestitev staršev; pa čeprav so se vsi zaklinjali, da so pravice in blaginja otrok najpomembnejša pravica. Tako smo predlagali amandmaje, ki pa jih je koalicija gladko povozila.

Kar je zanimivo, je tudi to, da v tem odboru sedijo poslanci zdravniki in bivši skrbniki otrokovih pravic.

Predlagatelj je novelo zakona hotel izkoristiti tudi za to, da bi zbran denar zavarovancev, namenjen zdravstvenemu varstvu pretvoril v kapitalske rezerve zasebnih zavarovalnic, ki tržijo dopolnilno zdravstveno zavarovanje. Le te so namreč morale polovico dobička, ki so ga ustvarile iz premij zdravstvenega zavarovanja voditi na posebnem rezervnem skladu, namenjenem za zdravstveno varstvo. Vlada se je ob tem sklicevala na sodbo Sodišča EU, ki pa v resnici le tega ni zahtevala od Slovenije, kar smo tudi dokazali. Zavarovalniški lobi in na njihove seske priklopljene najrazličnejše skupine (direktor ZZS, Samo Fakin je izjavil, da gre za 4,5 mio donacij, ki jih zasebne zdravstvene zavarovalnice namenijo najrazličnejšim skupinam) je uspel prodati zgodbo, ki je ni bilo. Teh rezerviranih sredstev je za 30 milijonov evrov, kar je krvavo potreben denar v zdravstvenem sistemu. **A tu smo uspeli prepričati vlado in koalicijo, da je o tem dobro premislila in zakon v tej obliki ni**



bil sprejet, temveč ostaja teh 30 milijonov na razpolago za izvajanje zdravstvenega varstva v letu 2014.

Žal pa zmaga nad grabežljivci ni dokončna, saj zavarovalnicam od sedaj dalje ni več treba oblikovati polovice rezerv iz dobička na področju zdravstvenega zavarovanja (to, da ima javna blagajna in celoten zdravstveni sektor izgubo, medtem ko zasebne zdravstvene zavarovalnice kujejo dobičke nikomur, vsaj po izjavah, »ni jasno« nikomur, a proti temu ne storijo pristojni nič!).

Ta bitka nas še čaka, kajti tu gre za denar zavarovancev, ki ga namensko zbiramo za plačevanje zdravstvenih storitev in ne za to, da se bodo bogатели kapitalsko povezani posamezniki. ■

1. oktober je mednarodni dan starejših oseb

Pismo mojemu otroku

Dragi sin, draga hči, nisva še ostarela, ako naju bosta nekega dne videla taka, bodita potrpežljiva in naju skušajta razumeti, če se bova med jedjo umazala in če se ne bova znala sam obleči. Spomnita se ur, ki sva jih porabila, da sva vaju tega naučila. Če bova v pogovoru ponavljala stvari, nama prisluhnta, kot sva midva vama, ko sva morala isto zgodbo prebirati znova in znova, preden sta zaspala. Če opazita najino nepoznavanje nove tehnologije, nama dajta čas in ne glejta na naju s posmehom, kajti midva sva bila tista, ki sva vaju učila mnogih stvari za vstop v življenje. Če bova v pogovoru kaj pozabila in izgubila nit, nama dajta nekaj časa, da se spet spomniva. In če se ne bova, se ne vznemirjajta, saj za naju ni najpomembnejši pogovor, ampak to, da sva z vama in da naju poslušata. Ko nama utrujene noge ne bodo več dovolile hoditi, nama podajta roko, enako, kot sva jo midva vama, ko sta delala prve korake. In če vama bova nekega dne rekla, da nočeva več živeti, da hočeva umreti, se ne jezita, kajti nekoč bosta spoznala, da se v starosti ne živi, temveč preživlja. Spoznala bosta tudi to, da sva vama kljub mnogim napakam, ki sva jih naredila, želela le najboljše in vaju skušala pripraviti na življenjsko pot. Ne bodita žalostna, jezna ali malodušna, ko naju gledata ob sebi. Bodita ob naju, skušajta naju razumeti in nama pomagati, kot sva vama midva, ko sta začela živeti. Bodita nama v oporo, pomagajta nama končati pot z ljubeznijo in potrpežljivostjo. Poplašala vama bova z nasmehom in neizmerno ljubeznijo, ki sva jo vedno čutila do vaju. Vajin oče, vajina mati (besedilo videa, ki ga je v priredbi in prevodu prva objavila spletna stran sponka.com 2009). ■

Objavljeno v Nedeljskem dnevniku 10. julija 2013



4. oktober je svetovni dan varstva živali.

Morda »Mila pasja prošnja« več pove kot tisoče besed:



»Moje življenje je dolgo samo 10 do 15 let. Vsako slovo od tebe, kadar kam odideš, je zame bolečina. Prosim, premisli o tem, preden me vzameš za svojega. Daj mi dovolj časa, da bom razumel, kaj hočeš od mene. Zaupaj mi, od tega živim. Nikoli se ne jezi name in ne zapiraj me za kazen. Ti imaš svoje delo, svojo zabavo, svoje prijatelje, jaz imam samo tebe. Prosim, govori kdaj pa kdaj z menoj. Čeprav ne razumem tvojih besed, poznam tvoj glas in te prosim, da je včasih zame. Kakorkoli že ravnaš z mano, dobro ali slabo, nikoli ne pozabim. Preden me udariš, pomisli na to, da bi te s svojimi čeljustmi z lahkoto zgrabil za roko in ti jo zdrobil, vendar tega nikoli ne storim. Preden me kregaš, pomisli na to, da me morda muči neprimerna prehrana, morda sem bil predolgo na soncu ali mi je oslabilo srce. Skrbi zame, ko ostarim, saj boš tudi ti nekoč star. Spremljaj me na moji zadnji poti in ne reci: »Tega ne morem gledati«, s teboj mi je vse lažje. ■

(prepisano s starega časopisnega izrezka - avtorji so otroci, ki še zanjo prisluhnti svojemu srcu, arhiv D. Klemenc)

Častitljivo obletnico je DMSBZT Celje praznovalo 16. oktobra v Narodnem domu Celje

Večkrat se nam v življenju zgodi, ko bi si za določene trenutke želeli, da bi trajali večno in se nikoli končali. Teh trenutkov je kar nekaj.

Takšno je bilo tudi praznovanje naše petdesetletnice delovanja društva.



DRUŠTVO MEDICINSKIH SESTER,
BABIC IN ZDRAVSTVENIH
TEHNIKOV CELJE

V času petdeset let smo prehodili skupno pot druženja, povezovanja in dosegali osebnostno rast.

Prehojena pot, ki je za nami, je pustila dober pečat, da smo danes tu, kjer smo. Da smo danes v tako močnem društvu, ki je tretje največje v Sloveniji po številu članstva. Najlepši dokaz o dobrem in uspešnem delovanju društva, kažejo tudi številna priznanja, ki so jih članice in člani našega društva zaslužili za svoje strokovno delo.

S starim ljudskim glasbilom – z lajno smo začeli našo proslavo, s katero Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje obeležuje 50 let svojega delovanja. Naše praznovanje je povezovala gospa **Marjana Novak**, ki je z nami že vrsto let in je tudi naša častna članica. Melodija, ki jo je izvajal iz lajne **Vlado Nunčič** iz Šmarja pri Jelšah, ki je edini slovenski izdelovalec lajn, nas je popeljala v čas sredi 19. stoletja. In prav tako so storili tudi dijaki 3. e, Srednje zdravstvene šole Celje, ki so v odrski predstavitvi obudili spomin na življenje in delo Florence Nightingale. Tiste Florence, ki je naša vzornica in prva teoretičarka zdravstvene nege, ki je dokazala pomen bolniške nege, njene organiziranosti ter kvalitetnega izvajanja. Po njenih poteh stopajo dijaki, ki so zgodbo zavrteli v čas od leta 1820 do 1910. Njeno življenjsko zgodbo so predstavili Aleksandra Jurak, Tajda Skok, Luka Kopinšek, Patricija Deteček, Urh Arzenšek in Damjan Zupanc. Odrsko predstavitev pa je pripravila njihova mentorica, **prof. Vesna Božiček**.

Zahvaljujemo se **Darinki Klemenc**, predsednici Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev in medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije, ki nas je nagovorila: « Naj vam ob tem lepem jubileju tudi vsi, ki se



Foto: Miran Salobir

zavedamo pomena stanovskega, tudi regijskega združevanja, sporočimo, da smo ponosni na vas, da smo hvaležni tudi v krovni nacionalni organizaciji Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezi strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (Zbornica – Zveza), da je DMSBZT Celje vsa desetletja intenzivno razvijalo pripadnost tako stroki kot organizaciji in bilo prisotno ter prepoznavno tako na regijskem kot tudi na nacionalnem nivoju. « Za ta jubilej je iskreno čestitala vsem članom in članicam DMSBZT Celje in dejala: « Praznujte s ponosom, z veseljem in hvaležnostjo, da je društvo dočakalo zavidljivo okroglo obletnico, ki se je ne bi branilo nobeno društvo ali sorodna organizacija. « Ob tej priložnosti smo člani in članice DMSBZT Celje dobili tudi priznanje za tako častitljivo obletnico Zbornice – Zveze, ki nam ga je izročila gospa Darinka Klemenc.

Pa pogledjmo spet malce v zgodovino. Samostojno društvo medicinskih sester Slovenije je bilo ustanovljeno leta 1952, ko so ustanovili tudi šest podoborov, med njimi tudi celjskega. Žal ni znano, kdo vse je vodil celjski podobor Društva medicinskih sester Slovenije od ustanovitve do leta 1963. Morda pa vas zanima, koliko je znašala –

recimo – letna članarina tega leta? 1.000 dinarjev. To so bili neki drugi časi, ko smo na nek način vsi lagodno živeli v drugi širši domovini.

Takrat je bilo v Sloveniji 2.440 medicinskih sester, v Celju pa je bil **4. oktobra 1963** ustanovni občni zbor društva medicinskih sester.

Med gosti nas je pozdravil tudi **župan občine Laško g. Franc Zdolšek**, ki je iskreno čestital vsem članom in članicam in dejal, da se dejansko zavedamo pomena dela zaposlenih v zdravstveni negi šele takrat, ko jih potrebujemo. Prisotnost nas zaposlenih v zdravstveni negi je vsekakor od samega začetka – torej rojstva in tja do smrti zelo pomembna.

Ob tej priložnosti so nas obiskale tudi kolegice iz društev DMSBZT Novo mesto, Maribor, Slovenj Gradec, Ljubljana, Pomurje. Vsem se iskreno zahvaljujemo za podporo in pomoč.

Naša Vokalna skupina Cvet nas je razveselila z dvema pesmima in klavirsko spremljavo. Čakalo nas je pa še nekaj veselega in sicer šaljiv duet osvajanja dekleta v trgovini s kravatami in operete »Pardon, gospod« v izvedbi Primoža in Mojce Hladnik, na klavirju prof. Mojce Krajnc.

Brez ljudi, ki bi društvo vodili v pravo smer, v dobrih in manj dobrih časih, društva ne bi bilo, saj bi



Darinka Klemenc in Tomica Kordiš

Foto: Miran Salobir

aktivnosti oziroma delo zamrlo. In v tisto smer - navzdol - gre vedno lažje kot navzgor. Zato je **še kako prav**, da smo se ob prazniku društva, ob 50-letnici spomnili in se zahvalili predsednicam, ki so društvo vodile od leta 1963 pa do danes.

Prva predsednica društva medicinskih sester je bila MARIJA DEŽELAK, ki je bila ena glavnih pobudnic za njegovo ustanovitev. Orati ledino, sejati plodno seme in skrbeti za njegov razvoj je zelo zahtevno. Za seboj je pustila neizbrisno sled, ki še vedno žari v spominu mnogih medicinskih sester, ki jih je vpeljala v ta humani poklic. Prav je, da se je na tem mestu ponovno spomnimo.

Bila je medicinska sestra, ki je leta 1944 zaključila šolanje na Šoli za medicinske sestre v Ljubljani in se zaposlila v tedanji ljubljanski Vojni bolnici. Novi poklicni izzivi so jo popeljali na Golnik, kjer je opravljala dela in naloge glavne medicinske sestre. Pot jo je vodila v Celje, kjer se je leta 1949 zaposlila v Dečjem domu. Po njegovi ukinitvi se je zaposlila v Splošni bolnišnici Celje in bila leta 1961 imenovana za prvo glavno medicinsko sestro Splošne bolnišnice Celje. To delo je opravljala vse do leta 1973, ko se je invalidsko upokojila. Žal je danes ni več med nami.

Leta 1969 je v zapisnikih, ki jih hrani v svojem arhivu Zbornica – Zveza, kot predsednica celjskega društva podpisana **VIKTORIJA REHAR**. Kot višja medicinska sestra in prof. zdravstvene vzgoje je delovala na področju zdravstvenega varstva vse od leta 1963. Predana zdravstveno-vzgojnemu delu in področju preventive se je zaposlila na Zavodu za zdravstveno varstvo na referatu za zdravstveno vzgojo. Vseskozi se je izobraževala ter iskala

in bogatila znanje v različnih podiplomskih izobraževanjih doma in v tujini. Znanje je bogato ilustrirala v pisani besedi kot avtorica mnogih strokovnih in poljudnih člankov. Skozi generacije in še danes širi pridobljeno znanje na področju zdravstvenega varstva. Med številnimi aktivnostmi, ki jih je opravljala, je bilo tudi predsedovanje društvu medicinskih sester Celje v dveh mandatih od leta 1969 do 1973 in od 1981 do 1982.

Za svoje delo je Viktorija Rehar prejela razna priznanja in nagrade: red zaslug za narod leta 1972, zlato plaketo Svetovne zdravstvene organizacije, za dolgoletno uresničevanje ciljev na področju promocije zdravlja in preprečevanja kajenja, zlato plaketo, ki so ji jo podelili Zdravstveni center Celje, Zdravniško društvo Celje in Društvo medicinskih sester Celje leta 1987 in še več drugih priznanj. Leta 1999 se je upokojila.

Iz arhivskih podatkov Zbornice-Zveze je razvidno, da je kot **predsednica društva v letu 1974 podpisana FANIKA ŠUC, ki je društvo predsedovala do leta 1976.**

Društvo medicinskih sester Celje je leta 1977 štel 374 članov. Celjsko društvo je bilo po številu članov tretje največje v Sloveniji. Predsedniško žezlo je iz rok Fanike Šuc prevzela **LJUDMILA MARKOVIČ.**

Gimnazijka, ki se je po opravljeni maturi vpisala na Višjo šolo za zdravstvene delavce v Ljubljani, je diplomirala leta 1970. Zaposlila se je na Ginekološko-porodniškem oddelku Splošne bolnišnice Celje. Na začetku poklicne poti je opravljala delo sobne sestre in delovne naloge medicinske sestre – instrumentarke. Bila je tudi vodilna medicinska sestra na odseku za patološko nosečnost. **Od leta 1972 dalje pa je kvalitetno in odgovorno opravljala dela in naloge glavne medicinske sestre Ginekološko-porodniškega oddelka. Ob tej zadolžitvi je bila nekaj let tudi glavna medicinska sestra TOZD-a Centra za varstvo žena Celje.** V letu 1989 je uspešno opravljala naloge vršilke dolžnosti glavne medicinske sestre TOZD-a bolnišnice. Z jasno vizijo o pomembnosti zdravstvene nege, s sposobnostjo dobre organizacije in vztrajnostjo, jih je tudi uspešno izpeljala. Vedno je poudarjala

pomembnost razvoja stroke zdravstvene nege, strokovnost, poštenost, natančnost, prijaznost, odgovornost, veliko znanje in dobre medsebojne odnose. Prav tako je vedno poudarjala visok etični in human odnos do bolnika.

Bila je med pobudnicami dokumentiranja zdravstvene nege in negovalne dokumentacije. Bila je mentorica številnim medicinskim sestram, izvajala je predavanja o etiki in odnosu do bolnika ter o komunikaciji. Poudarjala je pomen timskega dela. V svoji bogati poklicni karieri pa je našla tudi čas za vodenje Društva medicinskih sester Celje. **Delo predsednice je opravljala od leta 1977 do 1980.**

Leta 1982 je postala predsednica regijskega društva medicinskih sester OLGA NEZMAN. Medicinska sestra Olga Nezman se je po Srednji šoli za medicinske sestre zaposlila na Ginekološko- porodniškem oddelku bolnišnice Celje, pa v regionalnem zdravstvenem domu, v patronažni in babiški službi. Po Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani je bila imenovana za predstojnico delovne enote patronaža in kasneje je prevzela dela in naloge glavne medicinske sestre TOZD-a Splošna medicina v Zdravstvenem centru Celje. Ob reorganizaciji je sprejela mesto glavne medicinske sestre Zdravstvenega doma Celje. Svojo poklicno kariero je končala na delovnem mestu koordinatorja, organizatorja in predavatelja na področju zdravstvene vzgoje. Gospa Olga Nezman je bila aktivna kot samoupravljavka in aktivistka, ko je šlo za uveljavitev napredka na področju zdravstvene nege. **Leta 1982** je bila izvoljena v Republiški odbor Zveze društev medicinskih sester Slovenije in preko njega tudi v Savez medicinskih sester Jugoslavije. Več let je sodelovala v ekipi prve pomoči na Vlaku bratstva in enotnosti in tkala vezi med Celjem in Čuprijo. Bila je med ustanoviteljicami in dolgoletna predsednica Sekcije medicinskih sester v splošni medicini in članica Izvršnega odbora Sekcije medicinskih sester v patronaži ter opravljala še vrsto drugih nalog. V celjskem stanovskem društvu je ustanovila najprej nonet, nato pa pevsko skupino CVET, s katero uspešno promovira slovensko ljudsko in umetno pesem ter pevske zaklade

drugih narodov. Je dobitnica številnih priznanj in zahval na lokalnem in državnem nivoju. Njim ob bok bo odslej stala tudi ZAHVALA za delo predsednice od leta 1982 do 1988 in od 1990 do 1996.

Leta 1988 je bila na predlog članov za vodenje društva izvoljena ALENKA BOŽINOVIČ. Alenka Božinovič je po Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani našla prvo zaposlitev v Splošni bolnišnici Celje, na Ginekološko-porodniškem oddelku. Več let je opravljala delo intervencijske in glavne medicinske sestre Neonatalnega oddelka. Leta 1981 se je zaposlila v Zdravstvenem domu Žalec, na mestu glavne medicinske sestre in to delo opravljala vse do upokojitve.

Vsakozi je bila aktivna članica društva. Dve mandatni obdobji je bila članica Izvršnega odbora in en mandat od 1988 do 1990 tudi predsednica DMS Celje. Danes uživa zaslužen pokoj

Na občnem zboru Društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Celje leta 1996 je bila za predsednico izvoljena MARJANA VENGUŠT.

Po Srednji zdravstveni šoli v Celju se je zaposlila v Zdravstvenem domu Celje, v patronaži, kjer dela še danes in marsikje obiskuje že tretjo generacijo in družini. Svoje znanje je nadgradila na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani. V

več kot treh desetletjih predanega dela je opravila številna izobraževanja in usposabljanja, veliko dijakov pa se je spominja kot zavzete mentorice.

Vodenje Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje je prevzela leta **1996 in ga zaradi svojih izrednih sposobnosti in podpore ožjega in širšega delovnega okolja vodila do leta 2012.** Društvo je v 16-ih letih predsednikovanja uspela približati članstvu in tako združiti zaposlene na vseh področjih zdravstvene in babiške nege v naši regiji. V delovanje društva je pritegnila tudi upokojene članice in člane. Aktivno je sodelovala na različnih strokovnih srečanjih, delavnicah, okroglih mizah, velikih jih je tudi organizirala in vodila. Ob mednarodnem dnevu medicinskih sester in babic je vsako leto organizirala regionalno proslavo s podelitvijo srebrnih znakov, prav tako se je na proslavah zahvalila kolegicam in kolegom, ki so prenehali s svojim aktivnim delovanjem v preteklem letu in odšli v pokoj.

Trudila se je za dobro delovanje društva, z željo prispevati k boljšemu statusu poklica zdravstvene nege. Organizirala je različna strokovno-izobraževalna srečanja. Z različnimi kulturnimi prireditvami, družabnimi srečanji doma in v tujini je prispevala k boljšemu vzdušju med člani. Morda bi lahko ob predaji zahvale za njeno 16-letno predsedovanje društvu

zaključili kar z obrazložitvijo, ki je bila podana ob predaji zlatega znaka Marjani Vengušt. Takole so med drugim zapisali: »Naša Marjanca je »srce« našega društva. Je naša učiteljica, naša prijateljica, naša »mama«, naša vzornica.«

Vsem dosedanjim predsednicam smo se iskreno zahvalili za njihovo dosedanje delo.

Verjamem, da so bili tudi v preteklosti časi, ko je bilo težko in nemogoče mogoče.

Tudi danes je tako. Nič ni samoumevnega in za vse se je treba truditi, dati več od sebe in verjeti v poslanstvo, ki ga imamo. Menim, da je prav, da v tem trenutku rečem hvala vsem tistim, ki so društvu stali ob strani v vseh teh letih in mu tako ali drugače pomagali. Da bomo uspešni še naprej, pa ni treba vedno gledati samo na koristi, ampak je treba kdaj postoriti tudi več, kot zgolj velevala dolžnost. Na svoj način smo hvaležni za kamne spotike, ki smo jih uspešno preskočili in postali le še močnejši. Je že tako, da je do pravega uspeha pot skoraj vedno posuta s trnjem. Krize ni, treba je samo spremeniti način razmišljanja, se prilagoditi problemom in jih z vsem znanjem, ki ga imamo, rešiti.

»Per aspera ad astra«, trnova je pot do zvezd in zato smo danes tukaj, kjer smo: močni in v vsem povezani.

Ostanimo takšni tudi naslednjih 50 let! ■

Ob odhodu Olge Nezman in Nataše Augustinčič iz Vokalne skupine Cvet

Nastop Vokalne skupine Cvet ob 50. obletnici Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje, ki je bil, 16. 10. 2013, v Narodnem domu v Celju, je imel kar nekaj mejnikov. Vokalna skupina Cvet je bila ustanovljena pred 20. leti na pobudo takratne predsednice društva gospe Olge Nezman in prav na tem nastopu sta se dva »cvetova«, Olga in Nataša, poslovili in zaključujeta več kot uspešno pevsko pot v vokalni skupini.

Olga Nezman je med drugim zapisala: »Število naših nastopov ima neverjetne številke, ki v sebi skrivajo pestro, kakovostno in težko ponovljivo vsebino. Na naše aktivnosti je bilo društvo vsa leta do sedaj ponosno in z nami zelo hitro prepoznavno. Nikoli nismo stopile na oder, da ne bi že v dogovorih, na nastopu in po njem povedale, kdo smo in čigave smo. Poudarjam, da brez notranje podpore društva (dosedanjih predsednic, Upravnega odbora) in članic ter članov zunaj društva zagotovo ne bi zmogle vseh naporov v takšnem obsegu in danes

ne bi mogle govoriti o mnogih uspehih Vokalne skupine Cvet.«

Pevke želimo Olgi in Nataši povedati, da dobre stvari zaslužijo hvalo, saj nas k njim napotijo vrline.

Močna volja, intuicija, razsodnost, obvladanost in pogum so Olgine vrline, ki so aktivnosti v Cvetu dve desetletji vodile po poti veselja do petja ter dodajale vrednost kakovostnemu kulturnemu delu v najširšem pomenu besede in preživljanju prostega časa izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter drugim.

Nataša je v vseh letih s »Cvetom«

delovala čustveno umirjena, čeprav so jo valovi življenja premetavali od čeri do čeri. S svojim veseljem do petja, presojo, delavnostjo, navdušenostjo ob danih situacijah, ljubeznivostjo, strpnostjo, vljudnostjo in potrpežljivostjo je dve desetletji stala ob strani svoji mami pri sami organizaciji ter dodala velik pečat Vokalni skupini Cvet.

Naše besede ob slovesu izžarevajo zahvalo za vajn prispevek, pogum, kvaliteto, hkrati pa spodbudo na vajini poti, ki sta jo izbrali za vnaprej.

Vajine »Cvetke« z umetniško vodjo ■



Situacijsko vodenje v zdravstveni negi

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana je organiziralo strokovno izpopolnjevanje pod naslovom »Situacijsko vodenje v zdravstveni negi«, ki je bilo 26. in 27. 9. 1013 v prostorih društva. Strokovno izpopolnjevanje je vodila gospa Sonja Peklenik iz podjetja Kratos. Glede na to, da nimam vodstvenih izkušenj, me je zanimalo, kako delavce, ki so zaposleni v zdravstvu, voditi, jih motivirati in hkrati uspešno manevrirati med različno populacijo, ki je zaposlena v zdravstvu. Zanimala me je tematika predavanj in morebiti izziv, kako postati boljši, odličen in sočuten vodja delavcev v zdravstveni negi (v nadaljevanju v ZN).

Povem vam, da takšnega konstruktivnega in skupinskega izpopolnjevanja še nisem doživel. V skupini nas je bilo 8, od tega je bilo 7 vodilnih medicinskih sester na posameznih oddelkih v različnih institucijah/podjetjih. Koliko problemov, koliko vprašanj in koliko odgovorov želijo pridobiti glede vodenja delavcev v ZN. Moramo se zavedati, da vodenje zahteva od osebe predanost delovni skupini, pozitivno energijo, znanje in strokovnost ter odgovornost posameznih medicinskih sester, da lahko vodijo delavce, oddelke in hkrati opravljajo svoja tekoča dela. Vsaka medicinska sestra, ki vstopi v proces vodenja, in hkrati vsaka »že izkušena« vodilna sestra, bi morala vsako leto obnavljati svoje znanje in se izobraževati, ne samo, da svoje znanje poglobi, temveč se na takšnih izpopolnjevanjih naučijo novih veščin, znanja ter kako spretno voditi svoje zaposlene delavce v ZN. Vsako leto obnavljati znanje, ne zase, temveč za delavce, ki so pomemben člen pri vodenju. Delavci v ZN potrebujejo odločno, zanesljivo in spretno vodjo. Slovenski trg ponuja toliko znanja in izpopolnjevanj, le zagrabiti jih je potrebno. Novih tehnik vodenja se učijo vsi, tudi direktorji, zakaj se ne bi učile tudi vodje v ZN. Da postaneš vodja ali

oseba z določeno odgovornostjo (in funkcijami) ni tako težko, da si pravilno podkovan z znanjem, situacijami in strokovnostjo, je pa težja naloga. Vsak vodja bi moral hrepeneti po novih veščinah in znanjih, in ne biti pasiven v času, ko ima funkcijo vodje.

»Zastarelo« vodenje, ne mislim preveč natančno pisati, kakšno je to vodenje, nima več pomena pri delavcih. Delavci želijo pravične, izboljšane vodje, ki so kos vsaki posamezni situaciji. Hkrati morajo vodje začrtati že na začetku jasne meje. Saj veste, delavci pač radi preizkušamo meje drug drugih. Pri tej temi se naučijo marsikaj koristnega in uporabnega, mogoče celo lahko nadzoruješ samega sebe pri svojih nalogah pri vodenju. Hkrati pa kot posameznik v skupini izveš, s kakšnimi težavami/problemi se srečujejo druge vodilne sestre, kot vodje delavcev. Vodja je kreator klime in pravil v kolektivu. Po Druckerju (2001) velja, da organizacije nič več ne temeljijo na moči, vse bolj temeljijo na zaupanju. Zaupanje ne pomeni, da imajo ljudje radi drug drugega. Pomeni, da ljudje zaupajo drug v drugega. Kar pomeni, da ko vodja nad tabo upravlja preko moči, ni pravi vodja. Pravi vodja ustvarja zaupanje v kolektivu. Na teh izpopolnjevanjih se naučiš prav tega,

kako ustvariti zaupanje v kolektivu ter kako iz vsakega posameznika poiskati najboljše lastnosti in odigrati konstruktivno vlogo v kolektivu. Poleg tega smo se naučili kako motivirati zaposlenega, kaj je bistvo situacijskega vodenja in še mnogo več. Poleg tega je delovanje v skupini aktivno, sodelovanje v skupini te ne pusti ravnodušnega in ti lahko prinese za poklicni razvoj pomembne podatke ter predavateljica te aktivno vključi ter sprašuje določena vprašanja, ki so naravnana nate in na tvoje delo.

Če želite novi in mladi vodje in hkrati »dolgoletne« vodje izboljšati svoje vodenje, potem vam priporočam, da se izobražujete. Izgubili ne boste, ne svoj čas in ne boste zapravljali niti svojega denarja, temveč boste imeli možnost obnoviti in poiskati načine, kako postati boljši vodja delavcev v ZN. Tisti ravnodušni vodje pa, ki mislite, da znate in ste odlični pri svojem delu, bi vas opomnil, da še enkrat razmislite o tej svoji trditvi. In vas hkrati nagovarjam, udeležite se naslednjč »Situacijskega vodenja« in videli boste, kaj se lahko naučite na novo.

»Delavci so takšni, kot želi vodja, da so«, protitež, »Koga grajamo, ko nogometaši izgubijo, igralce ali trenerja?«. ■



Pakiranje 30 in 60 tablet.



BRUSNICE+
MLEČNOKISLINSKE
BAKTERIJE

LACTO
Lady



Dnevni odmerek (2 tableti) vsebuje:

- visoko koncentriran izvleček brusnice - 36 mg aktivnih proantocianidinov
- 4 sevi naravnih mlečnokislinskih bakterij - 1 milijarda (edinstvena zaščita bakterij z dvojno beljakovinsko oblogo omogoča preživetje bakterij v kislem okolju želodca)

Na voljo v lekarnah in specializiranih trgovinah brez recepta.

EDINSTVENA sestava

www.vitalbalans.si Vitalbalans oy

Člani DMSBZT Gorenjske na izletu v Sarajevu

V petek, 27. 9. 2013, se nas je 51 članic DMSBZT Gorenjske in prijateljic odpravilo na izlet v Sarajevo, ki je eno od najpomembnejših mest na Balkanu.



Ob popisu leta 1991 je imelo mesto 416.000 prebivalcev. Po nočni vožnji smo se ob prihodu v mesto ustavile ob izviru reke Bosne (Vrelo Bosne), sprehodile smo se po lepo urejenem parku. Po namestitvi v hotelu Hollywood smo se odpeljale z lokalnim vodičem na krožni ogled mesta. Srhljivji so bili pogledi na velika pokopališča, ki spominjajo na vojne grozote v tem mestu. Vožnja nas je vodila tudi mimo dvorane Zetra, kjer so se leta 1984 odvijale olimpijske igre. Ob prijetni predstavitvi smo si prvi dan ogledale Carevo mošejo, Principov most, Inatkučo, Vječnico (mestna hiša, danes narodna in univerzitetna knjižnica). Videli smo mesto, kjer je

atentator Gavril Princip ustrelil prestolonaslednika nadvojvodo Franca Ferdinanda in s tem dal Avstro-Ogrski povod za vojno proti Srbiji, ki je prerasla v prvo svetovno vojno. Sprehodile smo se po Baščaršiji s sebiljem, videle mošejo Gazi Husrev-bega, katedralo in sinagogo ter zaključile z ogledom v zanimivi kavarni Moriča han, kjer smo pile pravo bosansko kavo. Nekatere smo obiskale poznano avstro-ogrsko pivnico pri sarajevski pivovarni. Imele smo dovolj časa za uživanje ob stojnicah in nakup spominkov. Zvečer smo se družile ob večerji v hotelu Hollywood in se zabavale ob sarajevski živi glasbi. Naslednji dan smo šle ne ogled

muzeja in tunela Spasa (Dobrinja-Butimir), ki je bil leta 1993 narejen pod letališko stezo z namenom prenosa hrane, orožja in cigaret. Tam nas je s svojo pripovedjo presunil tamkajšnji vodič. Po ogledu smo imeli dovolj prostega časa za obisk čevapdžinice, burekdžinice in aščinic.

Ob 14. uri smo zadovoljne zapustile bosansko prestolnico. V Slovenijo smo se vrnile v poznih nočnih urah, malo utrujene, a zadovoljne. Naužile smo se skupnega druženja medicinske sestre iz celotne Gorenjske, ponovno smo osvežile naše vezi in med potjo rekle tudi kakšno strokovno besedo. ■

Vadba: PILATES

Datum, kraj, lokacija dogodka: Vsako sredo (razen med počtnicami in prazniki), Kranj, OŠ Franceta Prešerna na Kokrici

Organizator: DMSBZT GORENJSKE v sodelovanju Sport & Fun klubom

Program dejavnosti: ROGRAM JE OBJAVLJEN NA SPLETNI STRANI DMSBZT GORENJSKE.

Plačilo, število udeležencev: Cena je 50 evrov na članico/člana. Cena zajema 26 vadbenih ur - od oktobra 2013 do konca aprila 2014

Dodatne informacije: Prijavite se neposredno na vadbi Sport & Fun ge. Lei ali ge. Katici Zlatari

Upokojene medicinske sestre DMSBZT Gorenjske na izletu v Idriji

Upokojene članice DMSBZT Gorenjske smo se v petek, 20. 9. 2013, udeležile enodnevnega izleta v severozahodno slovensko mesto, ki se ponaša z bogato kulturno, tehnično in naravno dediščino. Izlet, namenjen tudi druženju stanovskih kolegic, pa je bil dopolnjen še z obiskom Psihiatrične bolnišnice Idrija.



Psihiatrična bolnišnica Idrija je kot prva psihiatrična ustanova v Sloveniji in ena redkih v Evropi dobila mednarodni certifikat kakovosti in varnosti zdravstvene obravnave bolnikov. Po prijaznem sprejemu nam je pomočnica direktorja za zdravstveno nego, ga. Lidija Mrak, predstavila razvoj bolnišnice, način dela in organiziranost njene dejavnosti, ki pokriva področje severne in južne Primorske ter Notranjske. Sledil je še ogled psihoterapevtskega oddelka in prostorov delovne terapije.

Po programu izleta je sledil ogled Antonovega rova, najstarejšega dela rudnika živega srebra. V spomin na pol tisočletno rudarjenje je preurejen v turistični rudnik in je od leta 2012 uvrščen na Unescov seznam svetovne dediščine. Zaščitene s površniki in čelado smo se ob strokovnem vodstvu sprehodile do kapele Sv. Trojice, se spustile po jašku in na 1200 m dolgi poti spoznale različne načine odkopavanja rude in življenje rudarjev.

Po ogledu rudnika smo se ustavile na mestnem trgu v galeriji ČIPKA ART 2000, ki s pomočjo Društva klekljaric idrijske čipke skrbi za

ohranjanje klekljanja – ene najbolj zahtevnih ročnih spretnosti in je pomemben del slovenske kulturne dediščine.

V času kosila so nam v Gostilni Kos postregli lokalno specialiteto – idrijske žlikrofe. Pripravljajo jih še ročno kot njihovi predniki in so pridobili certifikat Zajamčena tradicionalna posebnost, zaščitena v EU.

V uri in pol, ki smo jo namenili kosilu, smo si nabrale novih moči za ogled mestnega središča z lokalno vodičko. Razložila nam je zgodbo o

nastanku in razvoju najstarejšega slovenskega rudarskega mesta in ogledali smo si glavne znamenitosti.

Izlet smo zaključili v neposredni bližini Idrije, z ogledom smaragdno zelenega Divjega jezera. Jezero je kot biser slovenske naravne dediščine zavarovan kot naravni spomenik in urejen v prvi slovenski muzej v naravi.

Z ogledom Psihiatrične bolnišnice Idrija je naš izlet pridobil dodatno strokovno vrednost. Zato bom svoj prispevek zaključila z vtisi kolegice Ane, ene od udeleženk izleta:

»Iz bolnišnice sem odnesla zelo dober vtis. Prijazen sprejem in dobro predstavitev predavanja mi je dalo čutiti, da so bolniki pri njih res na prvem mestu. Všeč mi je, da je osnovna metoda dela komunikacija in mehak pristop do pacienta, brez prisile. Da skrbijo za bolnike tudi po odpustu, še celo leto - z obiski na domu. Njihovo zavzetost za izobraževanje in dvig kakovosti pri delu potrjuje tudi ogled delovne terapije in predstavitev njihovega dela. Imajo res široko paleto zaposlitvenih dejavnosti – od slikanja do kuhanja, kiparjenja, fitnesa, knjižnice. Imeli smo možnost videti, kaj vse pod skrbnim mentorstvom delajo pacienti. In tudi to, da so zadovoljni vsi - pacienti in zaposleni.« ■

Delavnica: IZDELOVANJE NOVOLETNIH VOŠČILNIC

Datum, kraj, lokacija dogodka: Četrtek, 14. 11. 2013 od 16. do 20. ure, v prostorih Biotehničnega centra Naklo.

Organizator: DMSBZT GORENJSKE

Program dejavnosti: ROGRAM JE OBJAVLJEN NA SPLETNI STRANI DMSBZT GORENJSKE.

Plačilo, število udeležencev: Cena delavnice je 10 EUR za člane društva in 5 EUR za upokojene člane.

Število udeležencev je omejeno na 20.

Dodatne informacije: Prijavite se:

KATICA ZLATAR, tel. št. 031 807 108 ali na

e-poštni naslov: katica.zlatar@klinika-golnik.si

Utrinki s strokovnih ekskurzij v Istanbulu in Olimiju



Letos smo se v Društvu MSBZT Nova Gorica podali kar na dve ekskurziji. V juniju smo obiskali muzej Florence Nightingale v Istanbulu, oktobra pa smo si ogledali staro lekarno v Olimju.

6. junija smo se z letalom iz letališča Jožeta Pučnika odpeljali v Istanbul, v mesto z bogato zgodovino in pisanim prebivalstvom. Istanbul je mesto, v katerem so se mešale razne kulture in verstva, zato je v njem veliko število zgodovinskih cerkva, mošej, sinagog in palač.

Kot zanimivost naj vam zaupam, da smo bili med prvimi iz Slovenije, ki smo obiskali muzej naše vzornice, Florence Nightingale v Istanbulu. Muzej je nameščen v vojašnici, ki jo je zgradil Mahmud II leta 1828. Na tem mestu je bila najprej vojašnica, ki jo je postavil Selim III leta 1799. Med krimsko vojno je vojašnica postala vojaška bolnišnica. Florence Nightingale je skupaj s študenti zdravstvene nege vpeljala inovativne metode zdravstvene nege, s katerimi je bistveno zmanjšala smrtnost ranjenih vojakov. Nekaj obeležij njenega delovanja hranijo v tem muzeju. Ogledali smo si pripomočke, ki jih je takrat uporabljala, njen delovni prostor z originalnim pohištvom in originalna pisma, s katerimi je opozarjala različne organizacije in vlade na razmere v bolnišnicah ter predlagala ukrepe, da bi se te razmere izboljšale. Kot nam zgodovina pove, ji je uspelo. V njenem dolgem življenju je pripomogla k izboljšanju razmer v bolnišnicah in k razvoju stroke zdravstvene nege. V spomin na njene zasluge praznujemo medicinske sestre celega sveta vsako leto 12. maja, na rojstni dan naše vzornice, Florence Nightingale. Poleg omenjenega muzeja, smo si v Istanbulu ogledali veliko znamenitosti in krajev, poskusili več njihovih dobrot in barantali na njihovih tržnicah, si ogledali orientalske plesne in bili priča prvih nemirov v Taksimu.

V domovino smo se vrnili 9. junija, polni vtisov iz Istanbula, ki je z okolico največje mesto v Evropi in mesta, ki edino leži na dveh kontinentih, v Evropi in Aziji.

Ker nam je bilo v Istanbulu nadvse lepo in, ker se nam mnogi iz



Tako smo obeležili naš obisk Istanbula Foto: Vesna Malič

našega društva takrat niso mogli pridružiti, smo se odločili, da izpeljemo še enodnevno strokovno ekskurzijo v Olimje. Tam smo obiskali staro lekarno, ki je v minoritskem samostanu. Deležni smo bili ogleda čudovitih fresk, razlage zdravilnih učinkovin iz zelišč in imeli možnosti nakupa zdravilnih mešanic čajev. V bližini lekarne je čokoladnica, kjer smo si lahko ogledali, poskusili in kupili ročno izdelane čokolade in praline različnih oblik.

Na poti v Olimje smo si ogledali kartuzijanski samostan in muzej na

prostem v Pleteljah, posavski muzej na brežiškem gradu, repnice na Bizeljskem, se okrepčali in poskusili peneca vina znanega proizvajalca Istenič.

Dobre volje in prijetno utrujeni smo se v poznih večernih urah odpeljali z dvema avtobusoma proti domu.

Zadovoljni, da smo si ogledali toliko znamenitosti, občutili utrip drugih krajev, se zahvaljujemo gospe Jasni Smeh iz turistične agencije Jazon-6, ki nam je pripravila program in nas spremljala na obeh strokovnih ekskurzijah. ■



Obisk stare lekarne v Olimju Foto: Slavica Babič.

Refleksno-conska masaža stopal in akupresura zopet med člani in članicami DMSBZT NOVA GORICA

Skoraj vse, kar počnete, se vam bo zdelo nepomembno.
Toda zelo pomembno je, da to počnete.

Mahatma Gandhi

5 temi besedami se je začelo naše srečanje z dr. Mileno Plut Podvršič v Ajdovščini. Z njo smo se družile 11. in 12. oktobra letos z namenom, da izvedemo kaj več o refleksno- conski masaži stopal in akupresuri.



Že v uvodu nam je povedala, da bi z znanjem in uporabljanjem te tehnike lahko zmanjšale obisk v splošnih ambulantah za 80 odstotkov, saj je večina težav, ki so vzrok za obisk, psihosomatskih.

Z refleksno-consko masažo, ki je naravna tehnika zdravljenja, očistimo telo strupov, sprožimo emocionalno čiščenje in aktiviramo samozdravilne moči organizma. Poleg tega pa še globoko sprošča organizem in nas napolni z energijo. Refleksno-conska masaža spodbuja vzpostavitev ravnovesja v telesu in skladnost celotnega energijskega polja. Deluje tako, da preko periferije (stopala, dlani, uhlja) deluje na centralni živčni sistem, le-ta pa deluje na vse dele telesa.

Izvedele smo, da je stopalo človek v malem. Prsti na stopalu predstavljajo cone glave, blazinica pod prsti in zgornji del narta predstavljajo prsni del, notranji, mehki del stopala predstavlja trebušne organe in v peti imamo cone medenice. Notranji del stopala

predstavlja cono hrbtenice in zunanji del stopala cono roke ter kolena.

Tehnike, ki jih uporabljamo pri refleksno-conski masaži so glajenje, gnetenje, vtiranje, pritiskanje, udarjanje, zibanje, stresanje, vibriranje, raztezanje. Najpomembnejša tehnika pa je palčni hod, s katerim razbijamo kristalčke, ki so se kot posledica energetskih blokad pojavili pod kožo stopala.

Dr. Milena Plut Podvršič nam je ob vsem tem odstirala še veliko drugih tančic o nas in našem telesu. Naučila nas je, naj nikoli ne gledamo izolirano samo določen organ, ampak vedno glejmo in delujmo holistično.

Sežnanila nas je s „teorijo con“. Da je človeško telo razdeljeno na 10 vertikalnih in 3 horizontalne cone. Da so strukture organov ene cone povezane in da motnja kjerkoli vzdolž ene cone vpliva na ostale strukture v tej coni. Prav tako pa tudi obdelava refleksnega področja v neki coni deluje na ostale strukture v tej coni.

Sežnanila nas je, da je v naših jetrih doma jeza, sovražnost in depresija, v žolčniku grenkoba, želodcu skrb in prestrašenost, da vzrok porasta diabetesa ni samo v prehrani, ampak, da imajo pri tem pomembno vlogo tudi skrbi in preobremenjenost z delom.

Naučila nas je, da lahko največ storimo, če lahko najdemo mir v sebi in tega in pozitivne misli širimo na ljudi okoli sebe.

In moram reči, da je to njej prav dobro uspevalo.

Za vse podano znanje, predvsem pa za ogromno pozitivne energije, se ji iz srca zahvaljujemo. Prav tako se zahvaljujemo Društvu MSZT Nova Gorica in kolegici Mariji M. Kodrič za organizacijo in toplo, ustvarjalno vzdušje.

**STOPALA SO VRATA V
ČLOVEKOVO NOTRANJOST.
PREDEEN VSTOPIMO, POTRKAMO
IN VSTOPIMO LE, ČE SE
ODPREJO. ■**



**Upravni odbor DMSBZT Novo mesto na
podlagi Pravilnika o priznanjih društva
objavlja**

RAZPIS ZA PODELITEV SREBRNEGA ZNAKA za leto 2013

Merila za podelitev srebrnega znaka:

- članstvo v društvu 10 let in več,
- dolgoletno aktivno delo v društvu in uspešno poklicno delo na področju zdravstvene in babiške nege,
- prispevek k večji kakovosti in prepoznavnosti zdravstvene in babiške nege,
- prispevek k humanizaciji odnosov med uporabniki in izvajalci,
- skrb za višjo raven znanja v strokovni in laični javnosti.

Kandidate za priznanje lahko predlagajo člani, delovna telesa in organi društva.

Podeljenih bo največ pet priznanj. Priznanja bodo podeljena na slovesnosti, ki bo 12. decembra 2013 na Prepihu.

Pisne predloge z utemeljitvijo pošljite do 25. novembra 2013 na naslov:

Marica Parapot, Komisija za priznanja,
Šmihelska c. 1, 8000 Novo mesto
(elektronska pošta:
marica.parapot@sb-nm.si).

Komisija bo upoštevala le pravočasno prispele predloge, ki bodo ustrezali razpisnim pogojem.

*Predsednica DMSBZT Novo mesto
Jožica Rešetič*

HEMEROIDI? RAGADE, FISURE, VNETJA v predelu zadnjika?



Proktis-M®

Rektalno MAZILO / SVEČKE

- zmanjšujejo otekline, krvavitve
- delujejo protivnetno
- pospešijo celjenje in obnovo sluznice



Aktivna PENA za umivanje zadnjika



VSAKODNEVNA uporaba za:

- ublažitev SRBENJA in DRAŽENJA zadnjika
- podporo pri CELJENJU
- učinkovito HIGIENO

NEPOGREŠLJIVA pri
proktoloških obolenjih in
po proktoloških posegih.

BRp

www.proktis-m.si **Dr. Gorkič**

Poletna šola Visoke zdravstvena šole v Celju – Erasmus IP “PREVENTION FOR ACTIVE AGING”

Visoka zdravstvena šola v Celju si je kot eno od pomembnih usmeritev delovanja visokošolskega zavoda zastavila krepitev mednarodnega sodelovanja tako v obliki izmenjav visokošolskih učiteljev in strokovnega osebja kot skupnih projektov s tujimi visokošolskimi institucijami, delujočimi na sorodnih študijskih in raziskovalnih področjih.



Udeleženci poletne šole

Tako je kot plod sodelovanja štirih tujih partnerskih institucij nastala poletna šola v obliki Erasmus Intenzivnega programa z naslovom »Prevention for Active Aging, ki je potekala od 2. do 15. junija 2013 v Celju. Pri zasnovi in izvedbi programa so sodelovale partnerske visokošolske institucije s področja zdravstvene nege, in sicer Medicinska fakulteta Univerze na Rijeki (Hrvaška), CESPU - Advanced Polytechnic and University Cooperative - Polytechnic Health Institute of the North, Porto (Portugalska), Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa, Krosno (Poljska) ter Visoka zdravstvena šola v Celju (Slovenija).

Štirinajstredna poletna šola je bila namenjena proučevanju različnih aktivnosti, ki jih v posameznih partnerskih državah izvajajo za promocijo aktivnega staranja prebivalstva, predstavitvi dobrih praks v slovenskem prostoru ter oblikovanju predlogov za nadaljnje aktivnosti na tem področju. Na šoli se sodelovalo 24 študentov zdravstvene nege iz partnerskih institucij, njihovo delo pa je usmerjalo več kot 10 tujih in domačih predavateljev ter strokovnjakov iz prakse.

Študenti so se v uvodnem delu

poletne šole seznanili z najpomembnejšimi statističnimi podatki o starajoči se populaciji, o potrebi po spremembi odnosa do starajočih ter na delavnici razpravljali o tem, kako lahko medicinske sestre ter študenti zdravstvene nege promovirajo aktivno staranje. V naslednjih dneh so bila predavanja namenjena pomenu skupin za samopomoč, vlogi medicinskih sester pri ustvarjanju pozitivnega odnosa do starejših in pripravi družbe na zdravo staranje ter potrebi po spremembi zdravstvenih sistemov z vidika starajoče se populacije. Posebna pozornost je bila dana tudi uporabi IKT-ja v diagnostiki in zdravljenju, proaktivni preventivi ter pomenu patronažnih medicinskih sester pri spodbujanju aktivnega staranja.

Študenti so bili aktivni že pred začetkom poletne šole, saj so vsak v svoji državi pripravljali raziskavo o uporabi IKT tehnologije med starejšimi in jo nato na poletni šoli predstavili svojim kolegom v obliki delavnic.

Poleg predavanj in intenzivnega dela v obliki delavnic so študentje sodelovali in se družili s starejšimi pri učenju nordijske hoje ter opravljali teste hoje na 2 kilometra.

Poleg tega so spoznali delovanje in aktivnosti Inštituta Antona Trstenjaka v Ljubljani na področju medgeneracijskega sodelovanja in aktivnega staranja, imeli možnost proučiti vključevanje prostovoljcev Univerze za tretje življenjsko obdobje v prostovoljno delo v muzejih (na primeru sodelovanja med Univerzo za 3. življenjsko obdobje Ljubljana in Slovenskim etnografskim muzejem) ter spoznali unikaten slovenski medgeneracijski prostovoljski projekt na področju računalniškega opismenjevanja starejših – Simbioza. Študenti so bili navdušeni nad možnostjo vključevanja v dve skupini za samopomoč, in sicer v skupino starejših Drenke iz Celja ter skupino Spominčica za izboljšanje kakovosti življenja ljudi z demenco in njihovih družinskih članov.

Študenti so obiskali tudi Dom Nine Pokorn Grmovje ter Splošno bolnišnico Celje. Pomemben del poletne šole je bilo tudi spoznavanje Slovenije (ogledi Celja, Ljubljane, Bolnišnice Franje, ...) ter pestre družabne in športne aktivnosti.

Ob zaključku šole so študenti pripravili izsledke svojega dvotedenskega dela in pripravili predloge za prihodnje aktivnosti na področju aktivnega staranja, predvsem z vidika zdravstvene nege. Na poletni šoli so tako študentje kot predavatelji razširili svoja znanja in veščine na področju aktivnega staranja, ki jih bodo kot bodoče medicinske sestre oz. zdravstveniki koristno uporabljali pri svojem delu, predavatelji pa z novimi spoznanji nadgrajevali vsebine predmetov s področja zdravstvene nege starostnikov in promocije aktivnega staranja.

Ob koncu poletne šole smo naredili tudi evalvacijo, ki je pokazala veliko zadovoljstvo udeležencev tako z vsebino in organizacijo poletne šole, kar nam daje energijo za pripravo podobnih projektov tudi v prihodnje. ■



PRIJAVLJAJMO NASILJE V DRUŽINI!

Spoštovane kolegice, spoštovani kolegi,

ob mednarodnih dneh boja proti nasilju nad ženskami, ki vsako leto v več kot 100 državah potekajo med 25. novembrom in 10. decembrom, vas **želi Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni negi** tokrat v prilogi Utripa **spodbuditi k ponovnemu razmisleku o nasilju v družini in o naši vlogi pri njegovi zaznavi ter prijavljanju.**

Zakon o preprečevanju nasilja v družini je zdravstvene delavce v letu 2008 obvezal k prijavi nasilja v družini, če ga zaznajo pri opravljanju svojega dela. Najbolj pogoste žrtve nasilja v družini in partnerskih odnosih so otroci, ženske, starejši, osebe s hendikepom ali invalidnostjo - osebnostno, položajno in družbeno šibkejši subjekti. **Če ugotovimo, da gre pri pacientki ali pacientu za fizično nasilje, (stare) poškodbe, psihična in čustvena trpinčenja in poniževanja, grožnje, ustrahovanje, spolno nasilje, sistematično izničevanje dostojanstva, materialno izkoriščanje, zanemarjanje ali druge oblike zlorabe, moramo to zaznano nasilje PRIJAVITI pristojnemu centru za socialno delo in policiji.**

Ministrstvo za zdravje je v letu 2011 sprejelo **Pravilnik o pravilih in postopkih pri obravnavanju nasilja v družini pri izvajanju zdravstvene dejavnosti**, ki vključuje tudi **obrazec za prijavo nasilja v družini**. Ta dokument ponovno objavljamo v nadaljevanju priloge, saj ugotavljamo, da vsi zaposleni v zdravstveni in babiški negi ne poznajo njegove vsebine, čeprav so pravno formalno zavezani k uporabi pravilnika in obrazca za prijavo nasilja v družini.

Strokovni posvet: SOOČANJE Z NASILJEM V DRUŽINI V ZDRAVSTVENI NEGI

Ker se pri soočanju s primeri nasilja v družini zaposleni v zdravstveni negi srečujejo tudi z grožnjami in agresivnostjo storilcev ali pa z nerazumevanjem problematike, minimalizacijo ter zanikanjem nasilja v družini pri sodelavcih oziroma v zdravstvenih zavodih, se je Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni negi odločila pripraviti **strokovni posvet na temo soočanja z nasiljem v družini v zdravstveni negi, ki bo 10. 12. 2013 ob 15. uri na sedežu Zbornice – Zveze, Ob železnici 30 A, Ljubljana.**

Na posvet želimo, poleg kolegic iz urgence, patronažne službe, ginekoloških in referenčnih ambulant ter pediatrije, povabiti tudi predstavnike policije, centrov za socialno delo, Ministrstva za zdravje, nevladnih organizacij ter pravne in druge strokovnjake, ki delujejo na tem področju. V diskusiji želimo izpostaviti izkušnje z obravnavo nasilja v družini na naših delovnih mestih in opozoriti predstavnike in predstavnice pristojnih institucij na težave pri prijavljanju nasilja.

SPREGOVORITE O IZKUŠNJAH S PRIJAVLJANJEM NASILJA V DRUŽINI!

Kolegice in kolegi, spregovorite o svojih izkušnjah s prijavljanjem nasilja v družini! Podelite jih z Delovno skupino za nenasilje v zdravstveni negi. Tako bomo lahko na strokovnem posvetu predstavili primere vaše prakse na tem področju in skupaj z drugimi strokovnjaki iskali rešitve. Pišete nam lahko na nenasilje@zbornica-zveza.si, pokličete v pisarno Zbornice – Zveze ali zapis pošljete po pošti.

Priporočamo vam, da pravilnik in obrazec za prijavo nasilja v družini iztrgate ali fotokopirate in ju imate na svojih delovnih mestih, saj vam bosta koristila pri ukrepanju ob zaznavi nasilja v družini.



Na podlagi tretjega odstavka 10. člena Zakona o preprečevanju nasilja v družini (Uradni list RS, št. 16/08) izdaja minister za zdravje v soglasju z ministrom za delo, družino in socialne zadeve

PRAVILNIK

o pravilih in postopkih pri obravnavanju nasilja v družini pri izvajanju zdravstvene dejavnosti

1. člen

- (1) Ta pravilnik ureja pravila in postopke, način obveščanja ter organe obveščanja za usklajeno delovanje zdravstvenih delavcev pri izvajanju zdravstvene dejavnosti v zvezi z obravnavo žrtev nasilja v družini (v nadaljnjem besedilu: žrtve nasilja).
- (2) Obravnava iz prejšnjega odstavka se nanaša na:
- prepoznavanje nasilja v družini,
 - pravila in postopke pri obravnavi žrtev nasilja,
 - izobraževanje zdravstvenih delavcev na področju nasilja v družini.

2. člen

- (1) Nasilje v družini se obravnava kot pomemben zdravstveni problem, pri katerem žrtve nasilja utrpijo kratkotrajne ali dolgotrajne fizične oziroma psihične posledice na zdravju.
- (2) Pri obravnavi nasilja v družini zdravstveni delavci ravnavo spoštljivo in sočutno z žrtvami nasilja in jih ne obsojajo, njihovo zdravje in varnost pa sta na prvem mestu.
- (3) Sestavni del obravnave nasilja v družini obsega tudi psihološko podporo, svetovanje, posredovanje informacij o drugih oblikah pomoči žrtvam nasilja in postopke obveščanja o nasilju v družini.

3. člen

Zdravstveni delavci pri svojem delu sledijo strokovnim smernicam za obravnavo nasilja v družini, ki jih potrdi Zdravstveni svet.

4. člen

Poizvedovanje o izpostavljenosti nasilju v družini se izvaja v vseh primerih, pri katerih iz okoliščin in zdravstvene obravnave obstaja sum, da je obravnavana oseba žrtev nasilja.

5. člen

- (1) Zdravstveni delavec, ki pri svojem delu izve za okoliščine, na podlagi katerih je mogoče sklepati, da se izvaja nasilje v družini, o tem najpozneje v 24 urah obvesti pristojni center za socialno delo, razen če žrtev nasilja temu izrecno nasprotuje in ne gre za sum storitve kaznivskega dejanja, ki se

preganja po uradni dolžnosti. Obvestilo se posreduje pisno, v elektronski obliki ali po telefonu.

- (2) Ne glede na prejšnji odstavek, v nujnih primerih, ko je ogroženo življenje žrtve nasilja ali njenih otrok, zdravstveni delavec takoj obvesti policijo na telefonsko številko 113 ali pristojni center za socialno delo.

- (3) V primeru nasilja v družini nad otroci, zdravstveni delavec najpozneje v 24 urah o tem obvesti pristojni center za socialno delo, policijo ali državno tožilstvo. Obvestilo se posreduje pisno, v elektronski obliki ali po telefonu.

- (4) Obvestilo po telefonu iz prvega, drugega in tretjega odstavka tega člena, zdravstveni delavec najpozneje v treh dneh od obvestila posreduje tudi pisno.

- (5) Obvestilo iz prvega, drugega in tretjega odstavka tega člena zdravstveni delavec najpozneje v treh dneh od obvestila v vednost pošlje tudi izbranemu zdravniku oziroma pediateru osebe, ki naj bi bila žrtev nasilja.

- (6) Pisno obvestilo iz tega člena se posreduje na obrazcu iz Priloge, ki je sestavni del tega pravilnika.

6. člen

Izbrani zdravnik oziroma pediater ali drug zdravstveni delavec se vključi v obravnavo žrtev nasilja ter sodeluje v multidisciplinarnem timu za obravnavanje nasilja v družini pri pristojnem centru za socialno delo.

7. člen

- (1) Zdravstveni delavec ob vsaki obravnavi žrtve nasilja oceni njeno ogroženost in ogroženost morebitnih otrok žrtve nasilja.

- (2) Zdravstveni delavec z natančnim opisom zdravstvenega stanja osebe oziroma okoliščin, na podlagi katerih je mogoče sklepati, da gre za nasilje v družini, sum nasilja evidentira v zdravstveni dokumentaciji obravnavane osebe.

8. člen

- (1) Za prepoznavanje nasilja v družini se izvaja izobraževanje zdravstvenih

delavcev o nasilju v družini.

- (2) Izobraževanja o nasilju v družini se morajo udeležiti zdravstveni delavci, ki opravljajo zdravstveno dejavnost:

- na področju splošne oziroma družinske medicine, pediatrije, ginekologije, psihiatrije in patronažne službe,
- v urgentnih oziroma travmatoloških ambulantah in oddelkih bolnišnic,
- v svetovalnih službah.

- (3) Zdravstveni delavci iz prejšnjega odstavka se udeležijo izobraževanja o nasilju v družini vsakih pet let, v obsegu najmanj 5 ur.

- (4) Vsebina izobraževanja je določena s programom, ki ga določi minister, pristojen za zdravje.

- (5) Izobraževanje o nasilju v družini se izvaja pri izvajalcih zdravstvene dejavnosti v okviru stalnega izobraževanja zdravstvenih delavcev.

9. člen

Zdravstveni delavci sodelujejo z drugimi organi v prizadevanju za zmanjševanje nasilja v družini in se vključujejo v lokalno in širšo skupnost pri obravnavi zdravstvenega vidika nasilja v družini.

10. člen

Izvajalci zdravstvene dejavnosti opravijo prvo izobraževanje zdravstvenih delavcev iz 8. člena tega pravilnika najpozneje v roku enega leta od njegove uveljavitve.

11. člen

Ta pravilnik začne veljati petnajsti dan po objavi v Uradnem listu Republike Slovenije.

Št. 012-18/2008

Ljubljana, dne 21. februarja 2011

EVA 2010-2711-0033

Dorijan Marušič l. r.
Minister za zdravje

Soglašam!
dr. Ivan Svetlik l. r.
Minister za delo, družino
in socialne zadeve



PRILOGA _____

Številka: _____

Datum: _____

Obvestilo o zaznavi nasilja v družini

Podatki o zdravstvenem zavodu oziroma izvajalcu zdravstvene dejavnosti			
Podatki o domnevni žrtvi nasilja v družini	Priimek in ime:		
	Datum rojstva:		
	Spol:		
	Naslov:		
Zapis o stanju oziroma o okoliščinah, na podlagi katerih je mogoče sklepati, da se izvaja nasilje v družini, in datum in čas, ko je žrtev nasilja o tem poročala:			
Ali gre za sum kaznivega dejanja, o katerem je zdravstveni delavec obvestil policijo po telefonu?		DA	NE
Ali gre za okoliščine, na podlagi katerih je mogoče sklepati, da je žrtev nasilja otrok?		DA	NE
Ali gre za nujni primer, ko je ogroženo življenje žrtve nasilja ali njenih otrok?		DA	NE
Obrazložitev:			
Izbrani zdravnik oziroma pediater, ki v skladu s Pravilnikom o pravilih in postopkih pri obravnavanju nasilja v družini pri izvajanju zdravstvene dejavnosti (Uradni list RS, št. 38/11) prejme to obvestilo:			
Ime in priimek: _____			
Zdravstveni zavod oziroma izvajalec zdravstvene dejavnosti: _____			
Ime in priimek zdravstvenega delavca, ki je zapis sestavil: _____			
Zapis zaključen ob: _____			
Podpis zdravstvenega delavca: _____			

Podpis odgovorne osebe in žig zdravstvenega zavoda oziroma izvajalca zdravstvene dejavnosti



Delovna Skupina Za
Nenasilje v Zdravstveni Negi

Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni negi

Vas ponovno vljudno vabi na

Dan odprtih vrat,

ki bo potekal 10. 12. 2013 od 9. do 18. ure na sedežu Zbornice – Zveze,
Ob železnici 30 A v Ljubljani.

Spoštovane kolegice, spoštovani kolegi!

Vabimo vas, da se nam pridružite ob Dnevu odprtih vrat, kjer vam bomo na voljo za pogovore o našem delu in o vaših predlogih za nadaljnje aktivnosti Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi na področju preprečevanja nasilja v medosebnih odnosih.

Prav tako vam bomo na voljo za svetovanje v primeru vaših izkušenj z nasiljem na delovnem mestu ali v družini. Svoj obisk lahko tudi najavite na nenasilje@zbornica-zveza.si in hkrati pošljete opis vašega problema, dileme, stiske. Tako se bomo na reševanje vašega primera lahko že vnaprej pripravili. Zaupnost je zagotovljena.

- 9.00 – 15.00** Seznajanje z delom Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi
Ogled spletne strani Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi
Psihosocialno in pravno svetovanje v primerih nasilja na delovnem mestu
Psihosocialno svetovanje v primerih nasilja v družini
Razdeljevanje zloženek, plakatov in drugih materialov na temo preprečevanja nasilja
- 15.00 – 17.00** Strokovni posvet:
Soočanje z nasiljem v družini v zdravstveni negi
- 17.00 – 18.00** Seznajanje z delom Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi
Ogled spletne strani Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi
Psihosocialno in pravno svetovanje v primerih nasilja na delovnem mestu
Psihosocialno svetovanje v primerih nasilja v družini
Razdeljevanje zloženek, plakatov in drugih materialov na temo preprečevanja nasilja

Vodja Delovne skupine za nenasilje
Irena Špela Cvetežar

Predsednica Zbornice - Zveze
Darinka Klemenc

Uvajalni teden za bruce na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Mariboru

Z novim študijskim letom 2013/2014 smo na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Mariboru v sklopu uvajalnega tedna za bruce organizirali aktivnosti namenjene študentom, sodelavcem fakultete in zunanjim obiskovalcem.

30. septembra 2013 smo začeli s predavanjem viš. predav. mag. Vide Gönc in doc. dr. Sabine Fijan z naslovom »Varnost pri delu«, v katerem sta študentom predstavili podobo, urejenost, zaščitno opremo in uniformo na kliničnem usposabljanju ter opremo na laboratorijskih vajah, posebej pri delu z kemikalijami in mikroorganizmi.

Vodja knjižnice FZV UM, Nevenka Balun, je prisotnim orisala delovanje knjižnice, ki uporabnikom nudi več kot 15.000 enot knjižnega in neknjižnega gradiva, v katerem prevladuje strokovna in znanstvena literatura s področja zdravstvene nege, medicine, bioinformatike družbenih in prirodoslovnih ved in sorodnih znanosti.

Andrej Černi, v. d. prodekana za študentska vprašanja, je pojasnil naloge in temeljne vrednote Študentskega sveta FZV UM ter poudaril pospeševanje kohezivnosti študentske skupnosti, tako da čutijo pripadnost fakulteti, univerzi in stroki. Ni pozabil na družabno življenje študentov fakultete in vse prisotne povabil na Spoznavni večer študentov FZV UM.

Viš. predav. mag. Mateja Lorber je prisotnim predstavila prostovoljstvo na fakulteti in jih povabila, da se jim pridružijo, saj želijo vzpostaviti kontinuirano prostovoljno delo, ki bi glede na interese in sposobnosti prostovoljcev segalo na različna področja. S prostovoljnim delom namreč pridobivamo dragocene izkušnje, znanja, veščine, prijatelje in nepozabna doživetja.

Tutorski sistem na FZV UM, ki temelji na pomoči študentom pri pridobivanju znanja in veščin ter povezovanjem teorije in prakse v kliničnem in praktičnem usposabljanju študentov, kar pripomore k njihovi večji akademski, obštidjski in osebnostni uspešnosti ter pomoči pri razreševanju študijskih in življenjskih problemov na začetku



Palačinke in študenti

študija, med njim, kakor tudi ob njegovem zaključevanju, je študentom predstavila predav. Barbara Donik.

1. oktobra 2013 smo pripravili pester Uvod v semester za novince visokošolskega strokovnega študijskega programa 1. stopnje Zdravstvena nega. Po pozdravu dekanice, izr. prof. dr. Majde Pajnikihar, je viš. predav. mag. Klavdija Čuček Trifkovič, v. d. prodekance za izobraževalno dejavnost, študentom predstavila novo brošuro fakultete »Z znanjem do zdravja in razvoja - Informacije o študiju 2013/2014«, ki vsebuje osnovne informacije o študiju na Fakulteti za zdravstvene vede in Univerzi v Mariboru.

V nadaljevanju je Darinka Klemenc, dipl. m. s., predsednica Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije, predstavila prizadevanja za zagotavljanje sodobne, kakovostne ter varne zdravstvene in babiške nege za vse prebivalce Republike Slovenije ter za ščitenje strokovnih interesov članic in članov društev in sekcij, včlanjenih v Zbornico – Zvezo.

Ksenija Pirš, dipl. m. s.,

predsednica lokalnega Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor, je študentom predstavila regijsko delovanje in sodelovanje profesionalcev, zaposlenih v skrbi za zdravje ljudi, v izobraževalnih, v zdravstvenih, v socialno-varstvenih in v drugih ustanovah.

Predav. Majda Šlajmer Japelj, častna doktorica Univerze v Mariboru in ena od pobudnic ustanovitve takratne Višje šole za zdravstveno nego Maribor, je novi generaciji študentov zdravstvene nege razložila, da bodo ob prejemu diplom imeli operativna znanja za prevzemanje odgovornosti in kritično presojanje, da bodo ozaveštili profesionalno timsko delovanje ter spoznali suverenost kompetentne zdravstvene nege in odločanja o njej.

Izr. prof. dr. Slavko Cvetek je študentom v predavanju z naslovom »Kako naj študiram?« pojasnil razlike med učenjem in študijem, opredelil značilnosti uspešnega učenja ter učne stile, strategije in tehnike aktivnega učenja.

Sledilo je druženje študentov ter profesorjev ob sladkanju s palačinkami, ki so jih pripravili starejši letniki, člani Študentskega

sveta FZV UM in tutorji študenti ter na ta način v svojo sredino zgledno sprejeli bruce, hkrati pa izrekli ponovno dobrodošlico starejšim kolegom.

V dekanatu fakultete je sočasno potekala otvoritev razstave fotografij ob 20-letnici delovanja FZV UM z naslovom »Prelomni trenutki v 20-ih letih delovanja Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru«, bogat program uvajalnega tedna za bruce pa je zaokrožila razstava »Založniška dejavnost Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru od leta 2003-2013« v knjižnici fakultete.

Vsem brucem in študentom želimo uspešno študijsko leto 2013/2014. ■



Dijaki–prostovoljci Srednje zdravstvene šole Murska Sobota v Ljubljani

Irena Šumak

Letos je v Ljubljani v Cankarjevem domu potekal že 13. festival za tretje življenjsko obdobje (F3ŽO). To je prireditev za starejše v Sloveniji, kjer se povezujejo ideje in ustvarjanje v prid aktivnemu staranju, izboljšanju kakovosti življenja starejših in solidarnosti med generacijami. Je prostor za sodelovanje med generacijami, civilno družbo, prostovoljnimi organizacijami, gospodarskimi, akademskimi in političnimi sferami, katerega namen je prispevati h kakovosti in kvalitetnejšemu življenju starejših. Časovno in vsebinsko se festival navezuje na 1. oktober, ki je mednarodni dan starejših ter na 3. oktober, ki je mednarodni dan otroka.

Na festival sem s kolegico Tanjo Pernet peljala svoje dijake 4. b razreda, ki že četrto leto poleg šolskih obveznosti opravljajo mnogo prostovoljskih dejavnosti in veliko dobrih del: obiskujejo starejše in bolne, se družijo z invalidi, čuvajo otroke v vrtcu, pomagajo pri različnih dobrodelnih aktivnostih. Tudi na festivalu smo bili aktivni. Ogledali smo si stojnice, kjer je vsak našel nekaj zanimivosti zase. Udeležili smo se tudi predavanja. Pri izboru sem dala prednost medicinskim sestram, iz doma starejših Tisje, katerih naslov predavanja je bil Vpliv bolečine na kakovost življenja. Predavateljice: Vide Lukač, Irena Špela Cvetežar, Leonida Razpotnik, so povedale, da se zavedajo, da je življenje brez bolečine nemogoče, se pa trudijo ohranjanje kakovost življenja starih ljudi, upoštevajoč vse vidike njihovih življenj. Z dolгим aplavzom smo se zahvalili za prijetno in strokovno



druženje. V zadovoljstvo mi je bil komentar dijakinje, da so se že v šoli učili veliko poslušane.

Kot nalašč se je 1. oktobra Ljubljana zrcalila v soncu in toplini. Povzpeli smo se na nebotičnik, kjer smo si ogledali Ljubljano in njene

znamenitosti.

Svoj obisk smo zaključili s kavico ob Ljubljanici.

Izlet v Ljubljano je bil za nas darilo, katero nam je podarila ga. ravnateljica Zlatka Lebar. Hvala za darilo! Bilo je čudovito! ■

Zdravstvena šola Novo mesto praznuje 50 let

Življenje je lepo, če je povezano s praznovanjem.

V Novem mestu, na Šolskem centru Novo mesto, na Srednji zdravstveni in kemijski šoli, praznujemo 50. rojstni dan. Praznujemo in radi delamo v odlični šoli, ki izobražuje pomembne poklice v službi človeka. Ljubezen do ljudi je sila, ki povsod ustvarja in obnavlja življenje. Pomembna je ljubezen do dela v zdravstveni negi, v teoriji in praksi.



Šola praznuje 50 let



Prva generacija maturantk zdravstvene šole (na sredini spredaj ravnatelj Jože Škufca, levo učiteljica Trdan, desno medicinska sestra Vrščaj), 1967

Potrebe po usposobljenem kadru za delo z ranjenci so se na Dolenjskem pokazale že med drugo svetovno vojno. Po vojni je razvoj dolenjskega zdravstva narekoval ustanovitev zdravstvene šole. Leta 1956 je začela delovati šola za bolničarje kot nižja strokovna šola, leta 1963 pa je bila v Novem mestu ustanovljena Šola za zdravstvene delavce. Šolanje je začela prva generacija medicinskih sester ambulantnobolnične smeri. Šola je rastle, z njo pa tudi ljudje in vrednote.

Danes praznujemo, obujamo spomine in jih vpletamo v sedanost. Spomnili smo se prve generacije dijakinj zdravstvene šole Novo mesto, ki so obiskovale šolo med leti 1963 in 1967. Povabili smo jih nazaj v šolske klopi. Leta 1963 je bilo v razredu 32 deklet in z osemindvajsetimi smo obujali spomine. Dijaki s spletenim venčkom belih ivanjščic na glavi so jim zapeli in zaplesali belokranjski ples. Skupaj smo si ogledali šolo, specialne učilnice za zdravstveno nego ter trajno zgodovinsko razstavo na šoli. V vitrini so »dijakinje« zdravstvene šole prepoznale

dojenčka, s katerim so pred 50 leti vadile prve strokovne prijeme rokovanja z otrokom.

Organizirali smo medgeneracijsko srečanje z upokoženimi medicinskimi sestrami, ki so na zdravstveni šoli poučevale in vzgajale vse od leta 1963. Ponosni smo nanje, so naš vzor in ob druženju nam povedo marsikaj zanimivega in poučnega iz življenja

in dela. Sprva je bila na šoli zaposlena le ena medicinska sestra, strokovne predmete pa so poučevali zdravniki iz Splošne bolnišnice Novo mesto.

Vedno se ob tem učimo drug od drugega, zato je vsakoletno srečanje učiteljic stroke postalo že naša tradicija.



Belokranjski ples

IZ DELA ZDRAVSTVENIH ŠOL



Medgeneracijsko sodelovanje, razširjeni aktiv zdravstvene nege – upokojene učiteljice stroke v družbi današnjih učiteljic. Od leve proti desni: Marija Oberstar, Jožica Rolih, Mateja Vodnik, Marija Račič, Jožica Rems, Vida Novak, Justina Šetina, Damjana Papež – ravnateljica od 1. 9. 2013, Blažena Berus, Ljubica Glücks – ravnateljica od 1984 do 1990, Tina Benkovič, Barbara Stopar

Med učiteljicami stroke je tudi medicinska sestra, gospa Ljubica Glücks, ki je pred leti vodila Zdravstveno šolo Novo mesto. Povabili smo jo na šolo in v

prijetnem klepetu nam je razkrila svoje spomine na šolo in vodenje. Dijaki so poslušali, kako je bilo v zdravstveni negi nekoč.



Ljubica Glücks (druga z leve), ob njej Marija Račič – učiteljica stroke in dijakinji, levo Samantha Kebelj in desno Tjaša Česnik

V mesecu aprilu smo dijakke šole povabili k sodelovanju na literarnem, likovnem in fotografskem natečaju, kjer so ustvarjali na temo Srce, znanje in prijaznost. Nastala so čudovita razmišljanja in umetnine. Najboljše smo razstavili in nagradili.

V novembru načrtujemo vrhunec slovesnosti. 14. novembra 2013 bomo pripravili svečano otvoritev zgodovinske razstave Petdesetletna zgodovina zdravstvene šole, ki bo v novem prizidku šole. 20. novembra 2013 pa pripravljamo svečano akademijo, na kateri bomo povezali 50-letnico zdravstvene šole s 30-letnico delovanja Šolskega centra Novo mesto, katerega del je zdravstvena šola od leta 1983.

Danes smo velika družina. Z znanjem spajamo preteklost s prihodnostjo in vedno znova učimo abecedo življenja. Učimo dijakke in učimo sebe, pišemo knjige za življenje.

V mislih smo z vsemi, ki so mladost preživeli na Zdravstveni šoli Novo mesto in jih je življenjska pot popeljala na različna delovna mesta doma, po Sloveniji, Evropi in svetu. Bodite v mislih z nami tudi vi, saj vam porumenela slika iz albuma pove, kje ste doma, kje so starši, kje se je začela pravljična življenja. ■

**Mateja Klemenčič, Upanje,
fotografski natečaj**



Nastja Lipovec

1966 - 2013

Prijatelji za vedno

... smo si obljubili ob koncu srednje zdravstvene šole in na zadnji 25. obletnici tega istega dogodka. Obljubili smo si tudi, da se ob trideseti obletnici vnovič srečamo vsi skupaj in to kar za dva dni, ker si v enem dnevu vsega ne moremo povedati.

Zbrali smo se že mnogo prej, zbrala si nas ti, draga Nastja, ob žalostnem dogodku - ob slovesu. Pa vendar, ko smo izvedeli, da si izgubila boj z boleznijo, ki si jo tako pogumno premagovala, so naše misli zbežale v leto, ko smo prvič stopili v srednjo šolo. Takrat smo se spoznali. Bila si vesela, prijazna in vestna srednješolka. Rada si priskočila na pomoč, pri vseh pomembnih nalogah pa tudi pri prepisovanju. Tvoja pisava je bila tako čitljiva, da je bilo lahko prepisovati. Kadar smo manjkali pri pouku, smo si pri tebi izposodili zvezke. Z užitkom smo prepisovali snov, se čudili, kako zmoreš vse tako čitljivo zabeležiti in poleg tega še vsebinsko brezhibno slediti učiteljevi razlagi. Če bi kdaj podeljevali nagrade za najlepše urejene zvezke, bi bila zagotovo zmagovalka, kakšen bi se morda lahko znašel tudi v šolskem muzeju. Svojo pripadnost razrednemu kolektivu si pokazala tudi takrat, ko smo se složno odpovedali prisotnosti pri pouku. Tudi obvestilo, ki smo ga nesli v podpis staršem, te ni zmedlo in je bilo del skupne nagajive zgodbe našega razreda. Bila si med vozači in zaradi zamude avtobusa včasih tudi zamudila pouk. Še danes nekatere čudi, kako to, da je avtobus v višjih letnikih pogostejše zamujal.

Srednjo šolo smo zaključili z maturantskim plesom, kjer je bil vsakemu namenjen svoj verz. Tvoj se je glasil takole:

»Nastja Italo razredno je pisalo,
saj pisava je že lepa, ampak znanje malo šepa,
belo modra halja je ne privlači,
raje se v rdeče oblači.

Potem so se naše poti razšle. Nekateri so se zaposlili, drugi smo šli študirat. Tebe je pot vodila v bolnišnico na porodniški oddelek. Tam si skrbela za novopečene mamice in jim prinašala jokajoče dojenčke. Tudi marsikatera izmed nas je bila deležna tvoje strokovne oskrbe in prijaznega odnosa. Bilo je tako domače. Kakšno srečo smo imele. In novorojenčki tudi. Veš, ime, ki ga damo novorojenčku, nam je vseh tudi zaradi osebe, ki jo s tem imenom poznamo. Zato tvoje ime nosi tudi ena izmed naših prvorojenk. Žal pa vse nismo bile deležne tvoje oskrbe, saj te je službena pot vodila v dom upokojencev, kjer si prav tako delala s srcem in poslušom za starejše ljudi.

Čeprav so se vezi zrahljale, smo vedeli, kaj se dogaja s tabo. Prizadelo nas je, ko smo izvedeli, kako hudo si zbolela. To je bilo še v času, ko še ni bilo mobilnih telefonov, ko smo si še pisali pisma in si jih prebirali večkrat, kot spodbudo, tolažbo. Ne bomo pozabili, da si nam vsakič znova odpisala s ciljem, da se moraš boriti, da moraš vzgajiti dva svoja fantka. Borila si se kot prava borka. Tako dolgo, da sta fantka zrasla v postavna moška in enega od velikih ciljev si zagotovo uresničila. Vsekakor jih je preveč ostalo neizpolnjenih, bolezni se je ponovila mnogo prezgodaj.

Ob naši naslednji obletnici mature, bomo pogrešali tvoj nežni nasmeh. Videli te ne bomo, a v mislih bomo s teboj in ti z nami.

Skrb, delo in trpljenje
tvoje je bilo življenje,
bolečine in trpljenje si prestala,
zdaj lahko boš v grobu mirno spala.

Draga sošolka Nastja, s teboj smo preživeli najlepša mladostna leta. Hvala ti za vse trenutke, ki si jih preživela z nami. Ostala boš v našem spominu. In tako kot smo si obljubili, ostali bomo prijatelji, prijatelji za vedno.

Razredničarka, sošolke in sošolci Srednje zdravstvene šole Jesenice



*Na svetu mnogo je poti,
a samo ena vodi tja, kjer boš ti,
po tej poti za teboj pridemo
mi vsi.*

*Čeprav tvoj glas se več ne sliši,
beseda tvoja v nas živi,
povsod te slišimo mi vsi
ti med nami si.*

Še vedno je kralj! Zajtrk namreč!

Rituali jutranjega prebujanja so vedno nekaj posebnega. Prav vsak človek ima svoje! So ljudje, ki zjutraj dokaj hitro zazivijo, pa drugi, ki se kar nočejo in nočejo sprijazniti s preprostim dejstvom, da je konec prijetnega poležavanja. In v tem trenutku pustimo na miru vse diskusije o kakovosti in trajanju spanja. Ne, da to ne bi bilo pomembno! Še celo zelo pomembno je! A dajmo, potopimo se vsi skupaj v tisto kruto resnico, ki se imenuje »zajtrk«.



Zajtrk nam je nekako odveč! Nepotrebna izguba časa! Le kako bi drugače opisali dejstvo, da nikoli ne zajtrkuje skoraj petina odraslih žensk in kar 23 odstotkov odraslih moških? To kruto dejstvo lahko opišemo tudi drugače, z bolj pozitivnim pogledom v svet in pozitivnimi podatki, ki nam sporočajo, da redno, se pravi, prav vsak dan zajtrkuje kar 65 odstotkov žensk in celo 51 odstotkov moških. A leporečenje nič ne pomaga, podatki so žalostni in nas silijo v razmislek. So moški v jutranjih urah bolj na tesnem s časom? O tem pa naše statistike molče!

Čeprav statistični podatki še zdaleč ne povedo vsega, nas razgaljajo. Statistika je vedno neprijetna! Neusmiljeno in dobesedno v lice nam vrže vse naše hibe. Ali vsaj večino njih, le nekateri odgovori vedno ostajajo skriti, že zato, da smo potem lahko »pametni«. In je zato zanimiv razkorak med podatki o uživanju zajtrka ter med razširjenostjo mnenja, da je zajtrk koristen in pomemben obrok dneva. Tako kar 90 odstotkov Slovencev in nekaj več Evropejcev meni, da je zajtrk najpomembnejši obrok. Ob tem se nam takoj ponuja tiho

vprašanje: »Le zakaj si potemtakem tega ne jemljemo bolj k srcu? Le zakaj več ljudi ne zajtrkuje redno, vsak dan?«

Toliko o naših navadah. Kaj pa naši najmlajši? Večina, žal bolj lokalno obarvanih študij o prehranskih navadah otrok in mladostnikov pravi, da je stanje še slabše, natančneje, »bolj, ko se našemu naraščanju krepijo zobje in bolj, ko jim rastejo peruti, manjša je verjetnost, da bodo zaužili zajtrk, četudi jim ga nekdo pripravi«. Verjetno nas to ne preseneča in pogosto zaradi »ljubega miru« celo toleriramo. Ob tem, jasno, nosijo štafeto v opuščanju zajtrka ravno najstnice. Pač v tipičnem sprenevaločem sloganu, ki pravi »vse za zdravje in vitko telo, pa če tudi do kolen v zaseko!«

Pustimo na miru vprašanje, kako bomo našim bližnjim zagotovili zajtrk, vprašajmo se raje, »kaj počnemo sami?« Pridigamo o zajtrku in smo polni lepih besed, ob tem pa prvi obrok mirno nadomestimo z majhno, vročo, črno kavo (mogoče jo nežno toniramo s kapljico mleka, a razlike ni). Zdravstvene koristi, ki jih iščemo s figo v žepu, so ničeve, prej

ali slej se pokažejo žalostne posledice, vzgleda mlajšim pa tudi nismo dali. Že res, da v najstniških letih vlečejo prav tuji zgledi (in ne mati, ne oče nista med njimi) ampak tudi to enkrat mine in bo vsaj takrat domače tudi dobro.

Zajtrk je obrok, ki »prebudi« telo, obrok, ki spodbudi presnovo, ki pospeši prebavo, ki nahrani že nekoliko lačne celice ter istočasno zagotovi še nekaj rezervne energije za delo, umsko ali fizično, ki se odvija v dopoldanskem času. Ob tem zlahka slišim proteste, vseh, ki večno hujšajo: »Ja, saj ravno v tem je problem – zajtrk prinese skoraj tretjino dnevne energije. In če se temu odpovemo ...« No, če se zajtrku odpovemo, potem odvečne telesne teže ne bomo izgubili, prej ali slej jo bomo še nekoliko oplemenitili. Logično, čeprav ne ravno očitno, večina oseb, ki preskoči jutranji obrok, celotno opuščeno energijo (ne pa tudi z vsemi hranili) nadomesti v naslednjem obroku, ki je običajno, prava energetska bomba. Stradanje preko 12 ur (toliko naj bi znašalo najdaljše še sprejemljivo obdobje »nočnega« stradanja) povzroči izrabo vseh enostavno dostopnih

energetskih rezerv, ki se skrivajo v telesu v obliki glikogena ter prostih maščobnih kislin. In ko teh ni več, se mogoče sproži alternativna izraba maščob, a se istočasno presnova izredno upočasni. Kasneje, ko se taka oseba usede h kasnemu in jasno obilnemu kosilu, z upočasnjeno presnovo ni mogoče »predelati« obilnega dotoka energije, zato se višek enostavno uskladišči. In je žlahtnost bokov, trebuha in zadnjice še nekoliko bolj žlahtna.

Ne, ni nam treba posebej razpravljati o smislu ali nesmislu opuščanja zajtrka. Zajtrk pač mora biti! To potrjujejo prav vse študije, opravljene širom sveta. Večja sposobnost koncentracije, umirjenost, lažje umsko delo, večja vztrajnost in večja mišična moč, je samo nekaj neposrednih koristi dobrega zajtrka. Dolgoročno pa jasno – bolj urejena telesna teža, manjše tveganje za nastanek srčno žilnih obolenj in sladkorne bolezni tipa 2...

Zdravstveni delavci vse to vemo! A jutraj je vseeno tako malo časa, za službo se je treba urediti, pogosto je tu še podmladek, ki terja svoje dragocene minutke za odhod v predšolsko varstvo ali že kar v šolo, namesto nujnega miru vlada stihija in lovljenje zadnjih trenutkov ... Ne jutra zaposlene matere (podobno, mogoče malce manj stihijsko velja tudi za zaposlene očete) niso naklonjena zajtrkom. In potem so tu še pajčevine v marsikaterem želodcu (zdravstveni delavci gor ali dol, ti pajki se radi zaredijo tudi v naših želodcih), ki so včasih tako goste, da v želodcu preprosto ni prostora za »pravo hranok«. Te preproste dileme, ki konec koncev tudi krojijo naš odnos do zajtrka, se ob raznih promocijah samo še krepijo.

Veliko ljudi se sprašuje o »idealnem« zajtrku. Le čemu? Slehera interesna skupina že propagira svoj »idealni« zajtrk, tukaj so še različna nacionalna izhodišča (in verjemite mi, da je pojem zajtrka povprečnemu Indijcu povsem drugačen, kakor povprečnemu Slovincu) in še bi lahko naštevali. Ob vsepričujoči globalizaciji lahko nastane neznosna in težko razumljiva gmota, zato naj veljajo ozka in preprosta strokovna priporočila. Ta pravijo, naj kakovosten zajtrk sestavljajo živila iz vsaj 3 prehranskih skupin: kruh in zamenjave, mleko ali

meso in zamenjave ter sadje ali zelenjava. Širok razpon živil v posameznih prehranskih skupinah omogoča neverjetno široko paleto jedilnikov. Če k temu dodamo še priporočilo, naj zajtrk zagotovi vsaj 25 odstotkov dnevno potrebne energije, smo povedali že vse in je sama izbira že lahko prepuščena odločitvi posameznika.

Potemtakem se mirno lahko zjutraj usedemo za grofovsko pogrnjeno mizo in se okrepimo s kozarčkom sveže iztisnjene pomarančnega soka, koščkom polnozrnatga opečenca, namazanega z jajčno kremo ter obloženega z nekaj rezinami avokada ter skodelico vroče čokolade. Okusno ni kaj in razvajanje bi bilo prijetno, samo ... Da, za kaj podobnega ni časa, ni volje, ni denarja niti v prostih nedeljah, kaj šele v sivem vsakdanu. Torej poskusimo drugače: skodelica kosmičev (pa ne tistih, ki so na debelo oblitli s čokolado ali sladkorjem!), prelitih z vročim mlekom? Ni slabo! Hitro pripravljeno, le zvečenje nam vzame nekaj več časa. Kaj pa italijanska verzija: vroče mleko in nekaj polnozrnatih keksov? Časa ne bo vzelo prav veliko, tekočina, ogljikovi hidrati tako enostavni kakor sestavljeni so tu, mleko s svojimi hranili tudi ... hja, manjka le sadje. Nič hudega – zanj bomo imeli čas kadarkoli preko dneva!

Sodobni čas nam prinaša nekatere odlične komercialne in druge zanimive modne rešitve ter ponudbe zajtrka. Denimo sadno zelenjavne sokove ter smoothije. Takole – prvo, se pravi sadno zelenjavni sok ni zajtrk, je samo del zajtrka! To je tekočina bolj ali manj bogata z vitamini in rudninami, odvisno pač od tega, kdaj je bila pripravljena in katero sadje oz. zelenjava je bila osnova za sočenje. Če je osnova sadje, je bogata tudi z enostavnimi sladkorji. S takšnim napitkom mogoče lahko začnemo zajtrk, nič več. Nato naše telo pričakuje kakovostna makrohranila, ne samo sladkorjev! Poleg tega se smisel teh sokov izgublja, če jih pripravljamo vnaprej – saj hranilne snovi že zaradi samega postopka počasi kopnijo, kdor pa ima čas zjutraj pripraviti sveže iztisnjen zelenjavno sadni sok, ima čas tudi za normalen zdrav in uravnotežen zajtrk!

Nekaj podobnega, vendar sofisticirano nadgrajenega, so smoothiji. Navidezna popolnost sestavin v kremasto tekočem napitku prijetnega okusa – to popijejo celo otroci! To prija celo po prekrokanu noči in tudi v tistih jutrih, po stresno naporni nočni izmeni, prežene pajke in nežno poboža stisnjene želodce. Saj so popularni, trgovci z novci jih že ponujajo na slehernem koraku. Toda – dan na dan tlačiti vase takšne in podobne napitke? Saj to ni fiziološko! Ti kremni napitki, praviloma dobrega okusa so običajno samo energijske bombe, primerne za občasno »cortanje«, vitaminov pa v njih skorajda ni (mogoče nekaj v sveže doma pripravljenih, pa v tistih, ki jih za nas vsako jutro še pred službo za nas pripravljajo prijazne trgovke, - ampak, kje so te trgovine nihče ne ve). So pa idealni napitki za brezzobe gospode in brezzobe dame zelo zrelih let, pa za tiste, ki imajo težave z uživanjem hrane ...

Ne gre drugače – razmišljanja o idealnem zajtrku so naporna. In prav vsak bo imel svoje mnenje. In bo slehernik zagovarjal svojo varianto idealnega zajtrka! Opravičeno in verjetno argumentirano! Zato verjemite mi, pustimo idealne zajtrke na miru. Teh tako ali tako ni! Vsaj na naših mizah ne. Tako, kakor ni idealnih žensk in idealnih mož. So samo tisti, ki jih imamo! In tisti so dobri! So najboljši! Stopimo s tole primerjavo samo en korak vstran: najboljši zajtrk je tisti, ki ga imamo, pa čeprav je še tako mimo priporočil – le brez ne ostanimo. ■

Branje:

Gabrijelčič-Blenkuš et al. *Prehrambene navade odraslih prebivalcev Slovenije z vidika varovanja zdravja*. Ljubljana Pedagoška fakulteta 2009: 46-50.

Mullan BA, Singh M. *A systematic review of the quality content, and context of breakfast consumption*. *Nutr Food Sci*. 2010;40(1):81-114.

Timlin MT, Pereira MA, Story M, Neumark-Sztainer D. *Breakfast eating and weight change in a 5-year prospective analysis of adolescents: Project EAT (Eating Among Teens)*. *Pediatrics*. 2008;121(3):e638-645.

Webb D. *The right start*. TD. 2013 15(7): 24-7.

VIDELA SEM

Sedela sem že pri umirajočih
ko je tišina s spoštovanjem
pometala prostore
in čakala
da se ob zadnjem dihu
dvigne iz njih
duša
karkoli živega ali polživega
kar nas dela ljudi
a videla sem samo
neizbežen konec gibanja
vsega kar smo

Hodila sem že po svetu
in videla
fantiča ki je pomagal slepemu prečkati cesto
smrkoline metati gnezda z vej
mladeniča grobo odriniti starko v vrsti
neustrašne strelce golobov
mater božajoč hčerko v stiski
sina v skrbeh za osamljenega očeta
mного nenapisanih zgodb
sem s srčnimi očmi prebrala med ljudmi

Ležim v postelji
in polžalostna
sprejemam resnico
da dušo lahko vidimo le
dokler so žive oči

PRIDI

Pridi z menoj
od sedmih do sedmih tečejo kazalci
lenobno kot potok v dolini ali
kot hudournik, ki nosi s sabo vse
pridi
bova brisala solze nemoči
znoj rojen iz bolečine
tolažila, ko ni več besed za uteho
pridi greva
k starki polni ran
ugrizov od brezbriznosti najbližjih
pridi
midva sva stratega,
ki ne smeva zgrešiti
ob postavljanju obrambe v žile
pridi
bova božala vso noč kože
lahko jih rešiva mrtve večnosti od sladke bolezni
boš hodil z menoj vso dolgo noč
kapljati skoraj slepemu v oči
brez naju bo v otožnem mraku le še slutil ljubljene
pridi
čas zase bova odložila v robove modrih oblek
tiho bova puščala nasmeh in mir za seboj
ga raztegnila čez mnoge duše
na to toplo jesensko noč

izgubljeni v svojih bitkah
premraženi od osamljenosti
naveličani
obsojajo življenje
druge ljudi
prinesi svojo košaro nežnosti
zdavnaj izgubljenim v svoji nemoči
pridi
da se bova dajala, razlivala, kapljala
Pridi
da boš ozdravel.

NAGRADNA KRIŽANKA TOSAMA

Marko Drešček





										UTRIP	VRTNA RASTLINA ZA ZAČIMBE IN HRANO	NAPAKA, KIKS	MEHKO USNJE IZ KOŽ DIVJADI	ŽUPANIJA NA SEVERU MADŽAR-SKE	SKLADA-TELJ TAKTAKI-ŠVILI	ZDRA-VILNA RASTLINA	ESTETSKI UREJE-VALEC IZLOŽB	
										DUŠEVNA BOLEZEN	13							
										DELAVEC, KI TKANINA DA KONČNI VIDEZ							3	
										IZRAZ PRIZNANJA, HVALE			15					
										RAJMOND DEBEVEC			JUNAKINJA BROCKO-VICH RIMSKA DVOJKA					
										MANE-KENKA MULEJ	11					ŠTEFICA ŽUZEK NAŠ NEKD. POLITIK (IVAN)		
										GR. ČRKA ELEMENT HRVAŠČINE V DRUGEM JEZIKU					STARŠ, KI BRIJE BRADO SMUČI (MEDNAR.)	6		
AVTOR: MARKO DREŠČEK	BONBON	UDELE-ŽENKA TEKMO-VANJA	NEMŠKI SLIKAR IN GRAFIK (DITER)	ANČKA, ANICA	DEL VIJAKA	MALAJSKO BODALO Z VIJU-GASTIM REZILOM	KLICA, POGANJEK SEZNAM NASLO-VOV				GIBANJE, PRAVEC. FRANC. PISATELJ (CLAUDE)							
PRIPADNIK KAKE STRANKE	14			2					KOŠARKAR LAKOVIČ ZASLUZEK ENEGA DNE							LESENO, POLETNO OBUVALO	VNETJE BEDRNEGA ŽIVCA	
ITAL. SLIKAR, ARHITEKT IZUMITELJ IN KIPAR							12											
PRIPRAVA MINE ZA EKSPLO-ZIJO			10									LJUBITELJ, DILETANT	OSNOVNA SOLA					
DUŠAN MRAVLJE			NAGOST	LJUDSTVO V SRED. KAVKAZU OLGA JANČAR					LASJE MAJHNEGA OTROKA							5		
NAŠ OBLIKO-VALEC (OSKAR)						MOŠKI POTOMEČ NAŠ PISATELJ (DANILO)			ITAL. DIRKA-LIŠČE DENARNA KAZEN		8							
OMOT, OVITEK		4			LAZANJA (IZVIRNO) TENISAC SAMPRAS								EDVARD STANIČ					
MEDNA-RODNA BARVNA LESTVICA				PRISTA-NIŠČE, LUKA KMEČKO VOZILO					FRČANJE PO ZRAKU NAŠ PISATELJ (IGO)				TLA V MORJU	ITAL. PEVEC, FILIPPE NEVIANI	TRINI-DADSKI TEKAČ BOLDON			
BITJE, KI MISLI IN GOVORI					9			KOREO-GRAF OTRIN				PISATE-LJICA FERBER EDVARD RUSJAN						
RASTLINA ALI ŽIVAL IZ DALJNIH KRAJEV								KVALI-TETNO TEMNO RDEČE VINO						1				
AVSTRIJ. GEOLOG (FRIED-RICH)				7				OBLIKA ZAPISA MOŠEJE AL AZHAR V KAIRU				GLASBENA SKUPINA PAVLETA KAVEČA						

OZNAČENE ČRKE RAZPORE- DITE V LOK	1	2	3	2	4	1	2	5	6	7	8
	9	10	11	5	2	12	3	13	2	14	15

Naravna kozmetika Dr. Pasha Kar 60 odstotkov vsega, kar naneseš na kožo, preide tudi v telo. Zato je izredno pomembno, kakšno kozmetiko uporabljamo. Naravna kozmetika Dr. Pasha je narejena iz popolnoma naravnih sestavin. Je brez umetnih konzervansov, parfumov in barvil. Odlikuje jo vrhunska kakovost in učinkovitost. Kolekcijo sestavljajo ročno izdelana naravna mila, kvalitetna rastlinska olja in kreme za nego obraza in telesa ter dišeče masažne sveče, bogate z vonji eteričnih olj.

Izmed pravihnih rešitev so na sedežu Zbornice – Zveze izžrebali tri nagrajence nagradne križanke iz oktobrske številke Utripa.

Nagrajenci so: 1. Irena Stefanović, 5000 Nova Gorica; 2. Andreja Dukić, 1330 Kočevje; 3. Tomaž Repovž, 8220 Šmarješke Toplice

Pravilne rešitve - geslo nagradne križanke nam posredujte do 20. novembra na naslov Zbornica - Zveza, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana

ali po e-pošti na naslov clanarina@zbornica-zveza.si in izžrebali bomo 3 nagrajence.

Nagrajenci, članice oziroma člani Zbornice – Zveze, bodo objavljeni v naslednji številki. Poštar jih bo presenetil z nagrado podjetja Tosama d.d.

UKREPANJE ZDRAVSTVA OB VELIKIH NESREČAH - interaktivna delavnica po licenci Evropskega združenja travma-toloških in urgetnih kirurgov za predbolnišnično in bolnišnično okolje

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija:

23. - 25. januar 2014, Vojašnica Franca Uršiča
Straška cesta 26, 8000 Novo mesto

Program izobraževanja: Skladen s programom mednarodne delavnice Medical response to major incidents. Program bo objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze.

Organizator: Zbornica - Zveza, Sekcija reševalcev v zdravstvu v sodelovanje s slovenskim združenjem za ukrepanje zdravstva ob velikih nesrečah - MRMI Slovenije, Društvom travmatologov Slovenije, Slovenskim združenjem kirurgov in Sekcijo za izobraževanje pri European Society for Trauma and Emergency Surgeon.

Kotizacija: Splošne informacije bodo objavljene na spletni strani Zbornice - Zveze
Licenčne točke: Program bo vložen za licenčno vrednotenje in vpis v evidenco strokovnih izpopolnjevanj in izobraževanj pri Zbornici - Zvezi ter pri Zdravniški Zbornici Slovenije

Dodatne informacije in

prijava: Dodatne informacije bodo objavljene na spletni strani Zbornice - Zveze.



STROKOVNI KLINIČNI VEČER V NOVEMBRU FORENZIČNA PSIHIATRIJA

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija:

Četrtek, 21. 11. 2013 ob 17. uri, v veliki predavalnici stolpnice Klinike za kirurgijo UKC Maribor (16. nadstropje), Ljubljanska ulica 5, 2000 Maribor

Program izobraževanja: DUŠEVNE MOTNJE V ZAPORI, asist. mag. Miran Pustoslemšek, dr. med., spec. psihiatrije
PRAVNE PODLAGE ZA SPREJEM, ZDRAVLJENJE IN ODPUST PACIENTOV NA ENOTI ZA FORENZIČNO PSIHIATRIJO, Angela Ficko Zalokar, dr. med., spec. psihiatrije

SPREJEM PACIENTA NA ENOTO ZA FORENZIČNO PSIHIATRIJO, Sabina Finžgar, dipl. m. s.
OBRAVNAVA AGRESIVNEGA PACIENTA NA ENOTI ZA FORENZIČNO PSIHIATRIJO, Alojzija Robar, dipl. m. s.

Organizator: Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor (DMSBZT Maribor)

Kotizacija: Strokovno izpopolnjevanje je za člane DMSBZT Maribor brezplačno, za člane drugih regijskih strokovnih društev znaša kotizacija 25 EUR, za nečlane Zbornice - Zveze 50 EUR (DDV je vključen v ceno). V ceno je vključena organizacija kliničnega strokovnega večera in potrdilo o udeležbi.

Licenčne točke: Strokovno srečanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi. Program bo vložen za licenčno vrednotenje in vpis v evidenco strokovnih izpopolnjevanj in izobraževanj pri Zbornici - Zvezi.

Dodatne informacije in prijava: Kotizacijo nakažete na TR DMSBZT Maribor, številka 0451 5000 0111 670, sklic 0010 pri Nova KBM d. d. Prijavo na strokovni klinični večer opravite na spletni strani društva www.dmsbzt-mb.si pod: PRIJAVA NA STROKOVNI KLINIČNI VEČER V NOVEMBRU.



D R U Š T V O
M E D I C I N S K I
S E S T E R, B A B I C I
I N
Z D R A V S T V E N I H
T E H N I K O V
M A R I B O R

TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA Z VKLJUČENIM AED

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija: Petek, 29. novembra 2013, Kranj, Bleiweisova 22, Zavarovalnica Triglav, velika predavalnica, registracija udeležencev ob 13.30

Program izobraževanja: Program strokovnega izobraževanja je na spletni strani Zbornice - Zveze in spletni strani društva www.dmsbzt-gorenjske.si

Organizator: Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije - Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije
SEKCIJA REŠEVALCEV V ZDRAVSTVU V SODELOVANJU Z DMSBZT Gorenjske

Kotizacija: Cena tečaja znaša 80 EUR (vključen DDV) za člane in 160 EUR za nečlane Zbornice - Zveze ter zajema organizacijo tečaja, gradivo, osvežitve v odmoru ter stroške preverjanja znanja in izdaje potrdila o udeležbi. Kotizacija se poravnava po izstavitvi računa. Do 50 udeležencev.

Licenčne točke: Organizator bo program vložil za licenčno vrednotenje in vpis v evidenco strokovnih izpopolnjevanj in izobraževanj pri Zbornici - Zvezi

Dodatne informacije in prijava: Na izobraževanje se prijavite preko prijavnice na spletni strani društva DMSBZT Gorenjske www.dmsbzt-gorenjske.si ali e-prijave na spletni strani Zbornice - Zveze. Dodatne informacije: alenka.bijol@sb-je.si



Društvo
medicinskih
sester, babic in
zdravstvenih
tehnikov
Gorenjske

POKLICNA ETIKA V PRAKSI ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija:

Petek, 30. 11. 2013, Dom sv. Jožefa, Plečnikova 29, Celje

Registracija od 8. do 8.30. ure

Program izobraževanja: Program je objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze in www.dmsbzt-celje.si

Organizator: DMSBZT Celje, Gregorčičeva 5, 3000 Celje

Kotizacija: Kotizacija znaša 60 evrov, za člane DMSBZT Celje pa je kotizacija s 50-odstotnim popustom in znaša 30 evrov. Kotizacija se plača po izstavitvi računa DMSBZT Celje.

Licenčne točke: Oddana vloga za vpis v evidenco strokovnih izpolnjevanj in izobraževanj pri Zbornici – Zvezi. Izobraževanje bo vrednotilo Ministrstvo za zdravje RS.

Dodatne informacije in prijava: PRIJAVE:

info@dmsbzt-celje.si, preko elektronske prijavnice, ki jo dobite na spletni strani Zbornice – Zveze z izpolnjenimi vsemi podatki in jo pošljete na zgornji naslov. S sabo imejte člansko izkaznico. Prijave do zasedenosti mest. Informacije na: 040 431 941.



ETIKA V PRAKSI ZDRAVSTVENE NEGE

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija:

Četrtek, 5. 12. 2013 Ljubljana

DMBZT Ljubljana, Poljanska 14

Začetek ob 8.30

Registracija udeležencev med 8. in 8.30

Program izobraževanja: Program izobraževanja je objavljen na spletni strani www.zbornica-zveza.si

Organizator: DMSBZT Ljubljana

Kotizacija: Kotizacija z DDV za člane znaša 60 €, za nečlane 120 € in se plača po izstavljenem računu. Število udeležencev je omejeno do 30.

Licenčne točke: Oddana vloga za vpis v evidenco strokovnih izpolnjevanj in izobraževanj pri Zbornici – Zvezi. Izobraževanje bo vrednotilo Ministrstvo za zdravje RS.

Dodatne informacije in prijava: Prijava preko prijavnice na spletni strani DMSBZT

Ljubljana: www.drustvo-med-sester-lj.si

(plačnik/zavod, davčna številka, številka članske izkaznice, številka licence) do 28. 11. 2013, oziroma do zasedenosti mest. Dodatne informacije: Irma Kiprijanovič (041 754 695) -

irma.kiprijanovic@gmail.com



TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA Z VKLJUČENIM AED

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija: Ponedeljek, 16. 12. 2013 v Ljubljani

DMSBZT Ljubljana, Poljanska cesta 14

Začetek ob 8.30

Registracija udeležencev med 8. in 8.30

Program izobraževanja: Teoretična znanja, praktične veščine, preverjanje znanja in veščin za izvajanje temeljnih postopkov oživljanja. Program je v celoti objavljen na spletni strani DMSBZT Ljubljana www.drustvo-med-sester-lj.si

Organizator: Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu.

Kotizacija: Kotizacija z DDV za člane znaša 80 €, za nečlane 160 € in se plača po izstavljenem računu. Število udeležencev je omejeno do 32 udeležencev.

Licenčne točke: Izobraževanje se vodi v evidenci strokovnih izpolnjevanj in izobraževanje pri Zbornici – Zvezi. Vrednotilo ga bo Ministrstvo za zdravje RS.

Dodatne informacije in prijava: Prijava preko prijavnice na spletni strani DMSBZT

Ljubljana: www.drustvo-med-sester-lj.si (plačnik/zavod, davčna številka, številka članske izkaznice, številka licence) do 9. 12. 2013, oziroma do zasedenosti. Dodatne informacije: Irma Kiprijanovič (041 754 695) oz. irma.kiprijanovic@gmail.com



Plan aktivnosti in strokovnih izpopolnjevanj regijskih društev v letu 2014



DMSBZT Celje

JANUAR

- **Učna delavnica –Spoznavanje svojih lastnosti za lažje razumevanje z drugimi**, 23. 1. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletna predavalnica
- **Supervizija**, začetek nove skupine, 15. 1. 2014, Marija Božič, prostori Sonček, Celje, 15:30 - 17:30
- **Predavanja in seminarji za uspešno poklicno delo**, 18.1. 2014, izr. prof. dr. Zdenka Zalokar Divjak, spec. logoterapije, Sv. Jožef, predavalnica.
- Občni zbor DMSBZT Celje, točen datum sporočimo (bo v okviru enega od predavanj)
- Z novim letom začnemo **mesečne pohode** na različne lokacije: okolica Celja in celjske regije pod vodstvom Jane Petelinšek in Anice Kremžar, sproti vas bomo obveščali o lokaciji in datumu pohodov.

FEBRUAR

- **Poklicna etika s področja zdravstvene in babiške nege**, 22. 2. 2014, dr. Marija Božič, družinska RT in supervizorka, Renata Roban dipl. m. s, spec. zakonske in družinske terapije, Heda Zimšek prof. zdr. vzg., Sv. Jožef, predavalnica
- **TPO**, 11. 2. 2014, Sekcija reševalcev v zdravstvu, Branko Kešpert mag. zdr. nege, Tomaž Kavzer, dipl. zn., SZŠ Celje, predavalnica
- **Učna delavnica »Zakaj se ljudje tako različno vedemo?«**, 20. 2. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica
- Začetek **likovne delavnice**, v prostorih SZŠ Celje
- **Polstenje volne**, 12. 2. 2014, prof. Barbara Prodnik, sv. Jožef, 15.30-19.00

MAREC

- **Učna delavnica »Spoznavanje samega sebe za lažje sporazumevanje z drugimi«**, 20. 3. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica
- **Odkrij svobodo, sprost se - male delavnice velikih tehnik sproščanja** (delo z lutko, z zvokom, kreativno pisanje, slikanje, hipnoza), 22. 3. 2014, sv. Jožef, razni predavatelji

APRIL

- **Učna delavnica »Zakaj se ljudje tako različno vedemo?«**, 17. 4. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s.,

master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica

- **TPO**, 15. 4. 2014, Sekcija reševalcev v zdravstvu, Branko Kešpert, mag. zdr. nege, Tomaž Kavzer, dipl. zn., SZŠ Celje, predavalnica
- **Polstenje volne**, 9. 4. 2014, prof. Barbara Prodnik, sv. Jožef, 15.30-19.00

MAJ

- **Svečana prireditev ob 12. maju s podelitvijo srebrnih znakov in zahval** (sredina maja, Narodni dom Celje)
- **Enodnevni izlet za upokojene medicinske sestre in ostale člane DMSBZT Celje**, 24. maj 2014
- **Učna delavnica »Spoznavanje samega sebe za lažje sporazumevanje z drugimi«**, 22. 5. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica
- **Razstava likovnih del naših članov**

JUNIJ

- **Dvodnevni izlet** - prvi vikend v juniju za vse člane in članice DMSBZT Celje
- **Letni koncert Vokalne skupine Cvet**
- **Učna delavnica »Zakaj se ljudje tako različno vedemo?«**, 5. 6. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica

JULIJ

- **Pohod med Triglavskimi jezери**, 12., 13. ali 14. julij po dogovoru

SEPTEMBER

- **Večdnevno potovanje članov DMSBZT Celje**
- **TPO**, 23. 9. 2014, Sekcija reševalcev v zdravstvu, Branko Kešpert, mag. zdr. nege, Tomaž Kavzer, dipl. zn., SZŠ Celje
- **Zakonodaja s področja zdravstva** po dogovoru z DMSBZT Ljubljana in glede na število prijav
- **Učna delavnica »Zakaj se ljudje tako različno vedemo?«**, 25. 9. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica
- **Samospoznavanje za samozavestno komuniciranje in nastopanje**, 27. 9. 2014, 8:00 - 16:00, različni predavatelji, sv. Jožef, predavalnica

OKTOBER

- **Učna delavnica »Spoznavanje samega sebe za lažje sporazumevanje z drugimi«**, 23. 10. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica

- **Strokovno srečanje SB Celje in DMSBZT Celje** (po dogovoru med 10. in 20. oktobrom 2014)
- **Odkrij svobodo, sprosti se - male delavnice velikih tehnik sproščanja** (delo z lutko, z zvokom, kreativno pisanje, slikanje, hipnoza), 4. 10. 2014, sv. Jožef, razni predavatelji

NOVEMBER

- **Martinovanje**, začetek meseca, enodnevni izlet
- **Učna delavnica »Zakaj se ljudje tako različno vedemo?«**, 20. 11. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica

DECEMBER

- **Učna delavnica »Spoznavanje samega sebe za lažje sporazumevanje z drugimi«**, 18. 12. 2014, Albina Kokot, dipl. m. s., master NLP, certifikat realitetne terapije, ZD Celje, kletni prostori, predavalnica
- **Polstenje volne**, 3. 12. 2014, prof. Barbara Prodrik, sv. Jožef, 15.30-19.00
- **TPO**, 16. 12. 2013, Sekcija reševalcev v zdravstvu, Branko Kešpert, mag. zdr. nege, Tomaž Kavzer, dipl. zn., SZŠ Celje, predavalnica
- **Gledališka predstava** v SNG Celje in pogostitev v Gostišču Štorman
- **Opera ali balet** za zaključek leta, z avtobusnim prevozom
- **Božični koncert Vokalne skupine Cvet**

DMSBZT Celje navaja dogovorjene datume in teme, o dodatnih izobraževanjih ali predavanjih in dogodkih pa vas bomo še naknadno obveščali. V primeru pa, da na planirane datume ne bo dovolj prijav za predavanja ali dogodke, predlogi odpadejo. Za Etiko in Zakonodajo kot obvezne vsebine pa bodo naknadno javljeni datumi, lokacija in predavatelji.

Tomislava Kordiš,
predsednica DMSBZT Celje



DMSBZT Gorenjske

JANUAR

- sankanje (točen datum in kraj javljen naknadno)
- delavnica za kakovostnejše poklicno in zasebno življenje - Biserni zvočni slap

FEBRUAR

- 1. februar - tečaj teka na smučeh
- 15. februar - čajanka s priznanim literatom - Bled, Hotel Astoria

MAREC

- 6. marec - občni zbor in strokovno izobraževanje na temo organizacijska kultura - Bled, Hotel Astoria

APRIL

- 2. april - klinični večer s študenti Visoke šole za zdravstveno nego Jesenice
- 26. april - strokovna ekskurzija v Splošno bolnišnico Čakovec

MAJ

- udeležba na svečani proslavi ob mednarodnem dnevu medicinskih sester, organiziran prevoz
- 17. maj - strokovno izobraževanje iz obveznih vsebin - Zakonodaja v dejavnosti zdravstvene in babiške nege - Zavarovalnica Triglav, Kranj
- 24. maj - splavarjenje po reki Dravi z meddruštvenim sodelovanjem

JUNIJ

- izlet upokojenih medicinskih sester - točen datum in kraj javljen naknadno
- 14. junij - planinski pohod na Krniško glavico

SEPTEMBER

- 11. september - tečaj nordijske hoje okrog Blejskega jezera
- 19. september - izlet v Berlin ali Prago
- 30. september - klinični večer

OKTOBER

- 12. oktober - planinski pohod na Kraški rob
- 19. oktober - strokovno izobraževanje iz obveznih vsebin v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu, TPO z uporabo AED - Zavarovalnica Triglav, Kranj
- oktober - sodelovanje na Ljubljanskem maratonu z meddruštvenim delovanjem

NOVEMBER

- 13. november - ustvarjalna delavnica
- 15. november - strokovno izobraževanje iz obveznih vsebin - Etika v dejavnosti zdravstvene in babiške nege, Zavarovalnica Triglav, Kranj

DECEMBER

- 6. december - slavnostna prireditev ob zaključku leta in podelitev priznanj »srebrni znak« - Gledališče Toneta Čufarja
- prednovoletno srečanje upokojenih članic Društva

V letu 2014 bo organizirano:

- Tečaj angleškega ali nemškega jezika
- Tečaj računalništva
- Delavnica za obvladovanje stresa z meditacijo (točen kraj in datum javljen naknadno)
- Gong

- 8 abonmajske kart za gledališke predstave, od januarja do aprila ter oktobra do decembra
- Športne aktivnosti: pilates, rekreacija, plavanje
- Aktivnosti gledališke skupine DMSBZT Gorenjske

*Tanja Pristavec,
predsednica DMSBZT Gorenjske*



DMSBZT Ljubljana

Leto 2014 bomo izpolnili z vsebinami s področja izobraževanja in sodelovanja strokovnjakov z različnih področij delovanja v zdravstveni in babiški negi. Naš program dela ostaja usmerjen v zadovoljevanje izobraževalnih potreb naših članov. Pri tem uporabljamo različne tehnike učenja. Bogastvo soustvarjanja novih učnih situacij, izmenjava mnenj, izkušnje in znanja dela strokovno regijsko društvo močno in združeno. Skozi različne oblike vseživljenjskega učenja bomo krepili in gradili pripadnost poklicni skupini in stroki. Nadaljevali bomo zastavljene strokovne usmeritve ter širili obzorja delovanja izvajalcev zdravstvene in babiške nege skozi aktivnosti na vseh ravneh delovanja zdravstvene dejavnosti in zunaj nje. Interesne aktivnosti so bogastvo našega prostega časa, ki je prepleteno s spoznavanjem novih tehnik in dopolnilnih veščin v zdravstveni in babiški negi, družabnostjo ter novimi kulturnimi, pevskimi, gibalnimi ali kakšnimi drugimi širinami duha.

IZOBRAŽEVANJE (dr. Andreja Kvas)

Enodnevni **SIMPOZIJ** z mednarodno udeležbo v organizaciji DMSBZT Ljubljana z izbrano temo, predvidoma v novembru 2014.

POPOLDANSKA IZBRAŽEVANJA

Nadaljevali bomo s tematskimi vsebinami, ki jih bomo pripravljali z različnimi strokovnimi sekcijami, delujočimi pod okriljem Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije, ter strokovnjaki iz različnih kliničnih okolij. Organizirani bodo v prostorih DMSBZT Ljubljana in sicer:

Mesec	Klinična popoldanska predavanja s področja
anuar	Demenca
Februar	Urgentna stanja
Marec	Medicinske sestre in zdrav. nega v intervencijski radiologiji
April	Zdravstvena nega v ortopediji

Maj Patronažna zdravstvena nega
 September Zdravstvena nega v oftalmologiji
 Oktober Zdravstvena nega bolnikov s hipertenzijo
 November Zdravstvena nega v endokrinologiji
 December Raziskovanje v zdravstveni negi
 Izobraževanja bo koordinirala in **vodila Gordana Lokajner**.

PROGRAM IZOBRAŽEVANJA IZ POKLICNE ETIKE (Marina Velepčič)

Etično ravnanje in odločanje prav sedaj zaradi kriznih razmer, v katerih se nahaja naše zdravstvo in družba, postaja še pomembnejše in bo vedno bolj vplivalo na delovanje vseh, ki sodelujejo v procesu zdravstvene in babiške nege ter oskrbe.

V letu 2014 smo zato predvideli nadaljevanje seminarjev z učnimi delavnicam Poklicna etika v zdravstveni in babiški negi, Poklicna etika v domovih za starejše občane, Etika v praksi zdravstvene nege in Menedžment zdravstvene in babiške nege v luči etike. Predlagamo tudi izvedbo novega enodnevnega seminarja v mesecu maju, z vsebino, ki bi obeležila le dostojanstvo, zaupnost in zasebnost pacientov ter dostojanstvo in zasebnost izvajalcev zdravstvene in babiške nege v naših delovnih okoljih. Osnutek programa je še v pripravi.

Naslov novega seminarja: Kršitve dostojanstva, zaupnosti in zasebnosti – problem pacientov in osebja zdravstvene in babiške nege.

Predvideni termini izvedbe seminarjev v letu 2014: Poklicna etika v zdravstveni in babiški negi - januar, marec, junij, september, november, Etika v praksi zdravstvene nege - april, december; Menedžment zdravstvene in babiške nege v luči etike - februar, oktober; Poklicna etika v domovih za starejše občane - marec, oktober; Kršitve dostojanstva, zaupnosti in zasebnosti – problem pacientov in osebja zdravstvene in babiške nege - maj.

ZAKONODAJA S PODROČJA ZDRAVSTVA (Đurđa Sima in mag. Peter Požun)

Enodnevno izobraževanje za medicinske sestre, zdravstvene tehnike in babice zajema vse predpisane obvezne vsebine s področja zdravstvene zakonodaje (pravne ureditve s področja zdravstvene dejavnosti, kazenska in odškodninska odgovornost, pravice pacientov, delovno-pravno področje in predpise s področja preprečevanja nasilja v družini).

Kraj izobraževanja: predavalnica ZV Ljubljani
 Datumi izvedbe: februarja, aprila, septembra in novembra 2014

TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA (Damjan Remškar)

V sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu Zbornice – Zveze pripravljamo delavnice temeljnih postopkov oživljanja z vključenim AED. Delavnice bodo potekale

enkrat mesečno v prostorih DMSBZT Ljubljana. Vsebinska izvedba delavnic sta usklajeni z zahtevami za priporočene vsebine iz temeljnih postopkov oživljanja in ustrezata dodatnim kriterijem.

UČNE DELAVNICE:

Tudi beseda je zdravilo. Predvidevamo 3 delavnice v prostorih društva: marca, junija in septembra 2013. Izvajalka učne delavnice: Elite d. o. o. (Klara Ramovš) v prostorih DMSBZT Ljubljana.

Delo na sebi v »samopomočni skupini«. Nadaljevanje dela z zaključeno skupino, program temelji na konverzaciji in vzpostavljanju dialoga, pridobitvi uporabnih tehnik za reševanje konfliktnih situacij in za kreativno kakovostno življenje izvajalcev zdravstvene in babiške nege.

Izvajalka učne delavnice: **Nika Škrabl**

Kraj: prostori DMSBZT Ljubljana, kontinuirano na 14 dni po dogovoru v skupini.

Timsko delo – skupaj na poti k odličnosti

Izvajalka učne delavnice: **mag. Darja Ovičaj, viš. med. ses., univ. dipl. org.**

Kraj: prostori DMSBZT Ljubljana

Komunikacija – pot do kakovosti in učinkovitosti.

Predvideni 2 delavnici v prostorih DMSBZT Ljubljana.

Izvajalka učne delavnice: Kratos d. o. o.

Učenje tujih jezikov. Nadaljevali bomo s tečajem nemškega in angleškega jezika s poudarkom na strokovnem jeziku. Učenje nemškega jezika poteka v prostorih DMSBZT Ljubljana ob četrtkih v popoldanskih urah, učenje angleškega jezika pa na sedežu podjetja Linkot.

Izobraževanje za zdrav življenjski slog je učna delavnica, ki bo potekala skozi interdisciplinarni pristop obravnave življenjskih slogov s poudarkom na promociji pravega – zdravega življenjskega sloga izvajalcev zdravstvene in babiške nege.

Kraj: prostori DMSBZT Ljubljana.

Predvideni datum in trajanje izobraževanja: 4-krat na leto

Program izobraževanja in izpopolnjevanja za bolničarje (program je v procesu oblikovanja in je predviden v maju in septembru) v prostorih DMSBZT Ljubljana.

RAZISKOVALNA DEJAVNOST (dr. Andreja Kvas)

Načrtujemo ožvitev raziskovanja in začetek kliničnega raziskovanja z vključevanjem strokovnjakov z različnih področij zdravstvene in babiške nege, zato bomo predstavili ciklično delavnico z naslovom **Preučevanje problemov v kliničnem okolju**.

Program delavnice bo vseboval reševanje problemov z akcijskim raziskovanjem in uvajanjem sprememb v kliničnem okolju.

Nadaljevali bomo raziskovalne naloge iz leta 2013, posvečali se bomo raziskovanju vrednot medicinskih sester in babic v regijskem okolju.

Izvajalke učne delavnice: dr. Radojka Kobentar, viš. med. ses, prof. def., dr. Andreja Kvas, prof. zdrav. vzgoje in Gordana Lokajner, dipl. m. s., univ. dipl.org.

ZALOŽNIŠKA DEJAVNOST

- priprava zapisov spominov iz poklicnega življenja upokojenih medicinskih sester,
- priprava in objava zbornika 14. simpozija DMSBZT Ljubljana

IZOBRAŽEVALNI DAN ZA GLAVNE MEDICINSKE SESTRE ZDRAVSTVENIH IN SOCIALNIH ZAVODOV V LJUBLJANSKI REGIJI – VEŠČINE IN TEHNIKE SITUACIJSKEGA VODENJA, MAREC 2014

INTERESNE AKTIVNOSTI

KOMPLEMENTARNO IN NARAVNO ZDRAVILSTVO V ZDRAVSTVENI NEGI (Nada Sirnik)

Načrtujemo:

- EFT metoda, januar
- delavnice gonga, 6 x letno – (enkrat na dva meseca, po letnem koledarju),
- kuharska delavnica (izdelava žlikrofov) - februar
- delavnice za duhovno rast dr. Milene Plut Podvršič, 2 delavnici – spomladi in jeseni.
- zdravljenje odvisnosti - marec
- bioresonanca - april
- komunikacija - maj
- osebnostna delavnica- september
- gluhoslepota - november
- zmote in resnice o začimbah ali izdelava naravne kozmetike - december

Vadba joge, pilatesa in razgibalnih vaj za hrbtenico (Katja Hribar)

- delavnice joge bodo potekale od oktobra 2013 do maja 2014;
- število skupin bo ostalo nespremenjeno ter prilagojeno zmoglostim, željam in povpraševanju udeleženk;
- pomladi bomo organizirali delavnico prikaza taichija v okviru zaključka joge za udeležence;
- prihodnjo sezono bi udeležencem podarili velike kopalne brisače za vadbo z logotipom društva.

Razgibalna telovadba za članice in člane (Ljubica Šavnik in Nada Sirnik) v telovadnici Srednje zdravstvene šole v Ljubljani po razporedu ob sredah.

PROGRAM DELA LIKOVNE DEJAVNOSTI

(Majda Jarem Brunšek)

Likovna dejavnost bo potekal ob torkih v prostorih DMSBZT Ljubljana, pod vodstvom slikarke in kiparke Darje Lobnikar Lovak. Ustvarjali bomo v različnih tehnikah ter na željo udeleženk tudi z glino. Od likovnih razstav načrtujemo: pomladi – Vodnikova domačija; maja - UKC Ljubljana ob mednarodnem dnevu medicinskih sester, skupaj s klekljarsko skupino; julija in avgusta – na razstavnem prostoru Rayher Hobby and Art v Ljubljani. Obiskali bomo nekaj izbranih likovnih razstav v Sloveniji. Junija bomo ponovno organizirali likovno kolonijo.

PODRUŽNICE

Podružnica Zasavje (mag. Boža Pirkovič)

Podružnica načrtuje v spomladanskem času šolo proti bolečini v hrbtenici in klinični večer. V septembru pa enodnevni izlet povezan s strokovno ekskurzijo. V jesenskem času je načrtovano še eno popoldansko predavanje. Na začetku decembra za zaključek koledarskega leta načrtujemo kratko predavanje in nato družabno srečanje članov društva na podružnici.

Aktivnosti v Idriji (Andreja Gruden in Sabina Vihtelič) Izobraževalna dejavnost:

Temeljni postopki oživljanja z vključenim AED na našem območju ali delavnica Tudi beseda je zdravilo.

Interesne dejavnosti:

Joga (dva termina sreda)

Pohod na idrijskem območju

Odbor za komplementarno in naravno zdravilstvo v zdravstveni negi:

Delavnica planetarnega gonga (dve delavnici – pomladanski in jesenski termin) v prostorih PBI Družabno srečanje s strokovnim predavanjem v Idriji v mesecu decembru

IZLETNIŠTVO (Saša Kotar)

Dubrovnik z okolico – tridnevni izlet
od 23. - 25. maja 2014

PEVSKI ZBOR (Saša Kotar)

Sezona 2013/2014 bo po številu nastopov precej podobna prejšnjim, veliko časa in energije pa bomo ponovno namenili povečanju članstva. Redno bomo imeli seje IO KD Florence, ki bo sledil planu in načrtovanim aktivnostim zbora, določili bomo organizatorja-koordinatorja nastopov, določili skrbnika notnega arhiva in poskrbeli za dobro blagajniško poslovanje. V letu 2015 bomo obeležili 20-letnico delovanja pevskega zbora Florence in v drugi polovici leta 2014 bomo začeli s pripravami na ta dogodek. Vaje zbora bodo tako kot vsa dosedanja leta potekale v prostorih OŠ Vrhovci. V preteklih letih načrtovana komorna skupina žal še vedno ni zaživela, čeprav so nekatere članice vseeno pripravljene na dodatne pevske izzive, zato bomo vaje namenili tudi tej skupini. Cilji pevk in zborovodje so podobni kot v preteklih

sezonah: natančno načrtovana pevska sezona, izbira pestrega programa, dvig intenzitete dela na vajah, prepoznavnost zbora, vključevanje novih pevk in uspešen začetek priprav na 20. obletnico zbora.

Planirani nastopi in dejavnosti v sezoni 2013/2014:

Občni zbor v januar 2014, Slovenski kulturni praznik v februarju 2014, Revija ljubljanskih pevskih zborov v marcu 2014, Dan medicinskih sester – otvoritev razstave v maju 2014, Zborovska šola v maju 2014, Festival Alpskega cvetja Bohinj v maju 2014, letni koncert v junij 2014 in Božično-novoletni nastopi v decembru 2014.

SEKCIJA UPOKOJENIH MEDICINSKIH SESTER

(Olga Koblar)

V letu 2014 načrtujemo naslednja strokovna srečanja: v Bolnišnici za pljučne bolezni Golnik, po izobraževanju ogled Tržič z enega od treh čevljarskih muzejev; Ogled gradu Strmol in vožnja z gondolo na Krvavec; Izlet v Kočevje in okolico; Obisk muzeja v Kobaridu in vožnja po Soči; Izlet v Šempeter v Savinjski dolini in obisk mlečne industrije Hmezd; Velenje – ogled rudnik in muzeja v gradu; Strokovno srečanje v "Zavodu za invalidno mladino" Kamnik, ogled mesta z okolico - "Snovik"; Vožnja z gondolo na Veliko planino in sprehod po planini.

GIBALNO-ŠPORTNA AKTIVNOST (Đurđa Sima)

V letu 2014 načrtujemo aktivnosti za delovanje v širšem javnem interesu v prostorih DMSBZT Ljubljana ob četrtkih. Poleg svetovanja za primeren življenjski slog in različne meritve članom DMSBZT Ljubljana in meščanom, se bomo s svojimi aktivnostmi za gibanje in zdravje približevali tudi organizacijam in društvom pacientov.

Načrtujemo še planinske aktivnosti in pohode po razporedi: februar, marec, april, maj, junij, julij, avgust, september, oktober, november in december. Tudi v letu 2014 pripravljamo gibalno športne aktivnosti po meri članov. Kategorizirali smo jih na lažje, oz. tehnično manj zahtevne in težje, z nekoliko več gibalne intenzivnosti. Med spremljajoče aktivnosti načrtujemo pripravo promocijske zloženke, pripravo izobraževalnih uric za javni interes, osveževanje vsebin na spletni strani zdravje in gibanje, ter obiskovanja društev, organizacij in skupin z namenom svetovanja. Aktivnost pospešuje zavedanje h krepitvi primerne in zdravega življenjskega sloga članov in družinskih članov. Ponovitev izlet po Hrvaški in Bosni na željo članov v dogovorjenem terminu – julij 2014
V maju 2014 – aktivnosti Ob žici okupirane Ljubljane, V oktobru 2014 – priprave na Ljubljanski maraton (Jerica Zrimšek)

SPLETNA STRAN (Peter Koren)

Skrb za objavo vseh aktualnih dogodkov na spletni strani www.drustvo-med-sester-lj.si

FACEBOOK profil bomo redno osveževali z načrtovanimi društvenimi vsebinami (Rok Haze)

MEDNARODNO SODELOVANJE

- nadaljevali in okrepili bomo sodelovanje v skladu s Sporazumom o strokovnem sodelovanju s Savezom zdravstvenih radnikov Republike Srbije;
- sodelovanje na strokovnih srečanjih, ki jih organizira HUMS;
- DMSBZT Ljubljana povabi kolegice in kolege iz združenja HUMS, da sodelujejo na naših strokovnih srečanjih;
- sodelovanje na strokovnih srečanjih, ki jih organizira Udruga medicinskih sester i tehničara Banja Luka;
- krepili bomo stike znotraj širše regije.

Med pomembne aktivnosti društva štejemo medregijsko povezovanje, zato se bomo znotraj svojih načrtovanih aktivnosti vključevali v aktivnosti, ki bodo krepile strokovne in stanovske povezave medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov na nacionalni ravni.

Vse aktivnosti bomo načrtovali in vodili v skladu z zastavljenim strateškim načrtom društva.

Đurđa Sima,
predsednica DMSBZT Ljubljana
v sodelovanju z vodstvom društva in nosilci dejavnosti



DMSBZT Koper

STROKOVNA SREČANJA

Organizator: SDMSBZT Koper
Tema: **IZZIVI ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE IV – TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE**
OBČNI ZBOR SDMSBZT KOPER
Izvajalec: SDMSBZT Koper
Termin: 11. 3. 2014
Kraj: Portorož, Kongresni center Bernardin
Kontakt: Doroteja Dobrinja, doroteja.dobrinja@gmail.com ;

Organizator: SDMSBZT Koper
Tema: **IZZIVI ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE V – NOVOSTI V PRAKSI ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE (1. SKLOP)**
Izvajalec: SDMSBZT Koper
Termin: 15. 11. 2014
Kraj: Portorož, Kongresni center Bernardin
Kontakt: Doroteja Dobrinja, doroteja.dobrinja@gmail.com ;
Organizator: SDMSBZT Koper

Tema: **PODELITEV SREBRNIH ZNAKOV DUŠTVA**
Izvajalec: SDMSBZT Koper
Termin: 16. 5. 2014
Kraj: Portorož, Kongresni center Bernardin
Kontakt: Doroteja Dobrinja, doroteja.dobrinja@gmail.com ;

DRUŽABNA SREČANJA

16. 5. 2014 Proslava ob počastitvi 12. maja, Mednarodnega dneva medicinskih sester.
12. 12. 2014 Zaključek leta in podelitev jubilejnih nagrad SDMSBZT Koper za leto 2014.

IZLETNIŠKI PROGRAM

10. – 13. 4. 2013 4-dnevni izlet – program in destinacija bo objavljena na spletni strani društva

POHODNIŠTVO

6. 9. 2014 Strokovna ekskurzija
Enodnevni pohodi – program bo objavljen na spletni strani društva

*Pripravile: Članice UO društva in
Doroteja Dobrinja,*
predsednica društva



DRUŠTVO
MEDICINSKIH
SESTER, BABIC IN
ZDRAVSTVENIH
TEHNIKOV
MARIBOR

DMSBZT Maribor

STROKOVNA IZOBRAŽEVANJA, IZPOPOLNJEVANJA

STROKOVNA IZPOPOLNJEVANJA NA PODROČJU OBVEZNIH VSEBIN - MODUL LICENCA: Programi strokovnih srečanj so namenjeni zaposlenim v zdravstveni in babiški negi in sodijo na področje obveznih in priporočenih vsebin: »POKLICNA ETIKA, ZDRAVSTVENA ZAKONODAJA IN TPO« v enem licenčnem obdobju:

TPO ZA ZAPOSLENE V ZDRAVSTVENI IN BABIŠKI NEGI, strokovni seminar z učnimi delavnicami, v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu pri Zbornici - Zvezi:

- petek, 14. februar 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor,
- sobota, 15. februar 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor,
- četrtek, 5. junij 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor,
- petek, 6. junij 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor,

- četrtek, 6. november 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor,
- petek, 7. november 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor;

ETIČNE IN MORALNE DIMENZIJE V ZDRAVSTVENI IN BABIŠKI NEGI, strokovni seminar z učnimi delavnicami:

- sreda, 5. marec 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor,
- sreda, 8. oktober 2014, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor;

ZDRAVSTVENA ZAKJONODAJA V LUČI ZDRAVSTVENE NEGE, strokovni seminar:

- petek, 4. april 2014, UKC Maribor, Ljubljanska ul. 5, Maribor,
- petek, 24. oktober 2014, UKC Maribor, Ljubljanska ul. 5, Maribor;

STROKOVNI KLINIČNI VEČERI v sodelovanju z zavodi v regiji ter regijskimi člani, ki se interesno združujejo v strokovnih sekcijah pri Zbornici - Zvezi, poudarek na timskem pristopu v procesu obravnave pacientov, Univerzitetni klinični center (UKC) Maribor, Ljubljanska ul. 5, Maribor, četrtki, od 17. do 20. ure (4 pedagoške ure):

16. JANUAR

SLADKORNA BOLEZEN
SODOBNI HIPOGLIKEMIJI

doc. dr. Andrej Zavratnik, dr. med., spec. internist
ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO PRI PACIENTIH S
PERORALNIMI HIPOGLIKEMIJI Nataša Kranvogel Solina,
dipl. m. s.

20. FEBRUAR

Redni letni Občni zbor društva
PRISTOPI PRI SODOBNIH BIOLOŠKIH ZDRAVILIH
doc. dr. Iztok Holc, dr. med., spec. internist
ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO PRI PACIENTIH ZA
SAMOAPLIKACIJO BIOLOŠKIH ZDRAVIL
mag. Mojca Dobnik, univ. dipl. org.

20. MAREC

SIMULACIJA OSKRBE DIHALNE POTI
Anton Koželj, univ. dipl. org.,
Darko Čander, dipl. zn.

17. APRIL

KONTINUIRANA OBRAVNAVA PACIENTA Z BOLEČINO V
HRBTENICI
doc. dr. Gregor Rečnik, dr. med., spec. ortoped,
Tanja Lorbek, mag. zn.

29. MAJ

FUNKCIONALNA ERGONOMIJA IN RAZBREMENITEV
ZAPOSLENIH V ZDRAVSTVU

doc. dr. Jadranka Stričević,
doc. dr. David Haložan,
prof. dr. Zmago Turk, spec. fizioter

18. SEPTEMBER

KO SE POJAVIJO TEŽAVE S SPOMINOM -
JE ŽE DEMENCA?
Mojca Muršec, spec. psihiater
DEMENCA – KAJ PA ZDAJ?
Suzana Smovnik, dipl. m. s.
POMOČ DEMENTNIM IN NJIHOVIM SVOJCEM
Vlasta Lilek, dipl. m. s.

16. OKTOBER

ŠOLA ATOPIJSKEGA DERMATITISA
INTERAKTIVNA UČNA DELAVNICA
Simona Senegačnik, dr. med., spec. dermatovenerolog
Liljana Kralj, mag. zdr. nege s sodelavci

20. NOVOBER

GLAVKOM IN ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO PRI
PACIENTIH Z GLAVKOMOM
Alenka Poštrak, univ. dipl. org., s sodelavci
ERGONOMIJA IN ANALIZA DELOVNEGA MESTA
MEDICINSKE SESTRE V OFTALMOLOGIJI
mag. Rosanda Vujica Beharić, dipl. m. s., Gabrijela
Maurič, dipl. m. s.

18. DECEMBER

CELOSTNA OBRAVNAVA PACIENTA S TUBERKULOZO
Asist. Ilonka Osrajnik, dr. med., spec. internist in
pnevmolog,
Irena Topolšek, dipl. m. s.

KOMPETENČNI CENTER / RAZISKOVALNA DEJAVNOST

Kompetenčni center predstavlja razvojno - raziskovalni center v zdravstveni in babiški negi v regiji, kjer sodelujejo partnerji iz regije in izven nje (posamezniki, regijski člani, ki se interesno združujejo v strokovnih sekcijah pri Zbornici - Zvezi, zdravstvene, socialno - varstvene ustanove, izobraževalne institucije), z namenom, razvijati znanje in ključne kompetence zaposlenih v zdravstveni in babiški negi, v obsegu potreb, ki izhajajo iz regije, kar je ključno za zagotavljanje kakovostne, kontinuirane in primerljive zdravstvene in babiške nege v regiji ter za razvoj inovativnega potenciala zdravstvene in babiške nege.

Cilji:

- spodbujanje izvedbe praktičnih usposabljanj, predvsem strokovnih usposabljanj za pridobivanje specifičnih znanj, veščin in kompetenc zaposlenih v zdravstveni in babiški negi,
- razvoj učinkovite organizacijske strukture kompetenčnega centra za potrebe zaposlenih in/ ali zavodov, v partnerstvih na področju razvoja kadrov

- ter za zagotavljanje kakovostne zdravstvene obravnave pacientov;
- prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5 Maribor in druge lokacije v regiji, termini bodo sprotno objavljeni na spletni strani društva in v Utripu:
- podpora razvoju znanstveno raziskovalnega dela v regiji, nadaljevanje raziskovalnega projekta »Življenjski slog medicinskih sester«, vzpostavitev delovanja raziskovalne skupine društva, določitev ključnega nosilca dejavnosti ter članov tima (v sodelovanju s člani društva ter priznanimi strokovnjaki s področja raziskovanja iz regije in izven nje),
- uvod v klinično raziskovanje, usmerjeno na paciente in svojce, s prenosom raziskovalnih rezultatov v okolja delovanja zdravstvene in babiške nege, ŠOLA RAZISKOVANJA za medicinske sestre in babice ter sodelavce v zdravstvenih timih, VZPOSTAVITEV RAZISKOVALNE DEJAVNOSTI za podporo raziskovalnemu delu zaposlenih v zdravstveni in babiški negi, USTANOVITEV RAZISKOVALNE SKUPINE;
- PROJEKT »ADLER SOCIAL COACHING«, »Pot uspeha in življenja v sozvočju s seboj in okolico«, podpora razvoju socialnih kompetenc, komunikaciji, mentalni moči in motivaciji zaposlenih v zdravstveni in babiški negi, Coaching timov, Metode NLP pri coachingu:

STROKOVNI SEMINARJI, UČNE DELAVNICE

- Učne delavnice »VIRI MOČI V ZDRAVSTVENI IN BABIŠKI NEGI« v sodelovanju z Elite d. o. o: program temelji na vsebinah prepoznavanja virov moči za uravnovešeno življenje in skladno delovanje in je podpora razvoju socialnih kompetenc, uspešnemu sporazumevanju, suverenemu delovanju in motivaciji zaposlenih v zdravstveni in babiški negi;
- Učne delavnice »ASERTIVNOST V KOMUNIKACIJI« ASERTIVNOST V ZDRAVSTVENI IN BABIŠKI NEGI v sodelovanju z Elite d. o. o.: komunicirati odkrito, pošteno, odločno, samozavestno in spoštljivo. Medosebna komunikacija in odnosi so jedro zdravstvene nege. Zato je v zdravstvenem timu zelo pomembno obvladovati temelje asertivne komunikacije, ki omogoča prepričljivo komuniciranje, usmerjeno k cilju in uspešno povezovanje vseh članov tima;
- Učne delavnice »SUPERVIZIJA V PROCESU ZDRAVSTVENE OBRAVNAVE PACIENTA« SUPERVIZIJA V ZDRAVSTVENI IN BABIŠKI NEGI v sodelovanju z Elite d. o. o.: delo v zdravstveni in babiški negi zahteva nenehno rast in pridobivanje novih znanj, veščin in kompetenc. Supervizija ponuja odlično priložnost za refleksijo poklicne izkušnje in učenje iz nje. S pomočjo supervizije medicinske sestre lahko izpopolnijo svojo vlogo in dosežejo večjo kakovost dela;
- Učne delavnice POKLICNIH AKTIVNOSTI IN KOMPETENC: opis aktivnosti in praktično

usposabljanje za izvajanje aktivnosti zdravstvene nege, razvoj interaktivnih orodij učenja in usposabljanja (projektno vodenje in področje pridobivanja nepovratnih sredstev):

Aktivnost: DIHANJE:

- Dajanje kisika in vzdrževanje čistih dihalnih poti: aplikacija kisika / nosni kateter, binazalni nosni kateter, kisikova maska, maska z natančno koncentracijo kisika -Venturi,, maska z visoko koncentracijo kisika – Ohio, aplikacija kisika – kanila, aspiracija dihalnih poti / skozi nos, usta, kanilo;
- Dihalne kanile: menjava dihalne kanile (brez tesnilke, s tesnilko), menjava dihalne kanile pri formirani oziroma dolgotrajni stomi, namestitvev in čiščenje govorne kanile, odstranitev dihalne kanile, preveza / pritrditev dihalne kanile, opazovanje dihanja, dokumentiranje opazovanj, odstopanj in intervencij, zdravstvena vzgoja v zvezi z aktivnostjo;

Aktivnost: PREHRANJEVANJE IN PITJE:

- Ocena prehranjenosti,
- Želodčna sonda: vstavljanje želodčne sonde, preverjanje lege, nega, hranjenje po želodčni sondi, enteralno prehranjevanje – nastavitev, kontrola, menjava sistema, namestitvev črpalke za enteralno hranjenje, opazovanje hranjenja in pitja, dokumentiranje opazovanj, odstopanj in intervencij, zdravstvena vzgoja v zvezi z aktivnostjo;

Aktivnost: IZLOČANJE IN ODVAJANJE:

- IZLOČALNE STOME (v sodelovanju s Sekcijo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v enterostomalni terapiji):
- vzroki za izpeljavo izločalne stome, vrste izločalnih stom, značilnosti izločalnih stom,
- zdravstvena nega pacienta z izločalno stomo: predoperativna priprava - seznanitev z osnovnimi informacijami, določitev mesta izločalne stome, poperativna oskrba v bolnišnici - informacije o življenju z izločalno stomo, učenje nege in oskrbe izločalne stome, pacient z izločano stomo v domačem okolju, spoprijemanje z novim načinom življenja in spremenjeno telesno podobo,
- nega in oskrba izločane stome: osnovna nega in oskrbe izločalne stome, pripomočki za oskrbo, izločalne stome, komplikacije in ukrepanje, nabava pripomočkov in druge pravice,
- življenje z izločano stomo: strokovna pomoč - kontakti z ET, terenske sestre ET za pomoč pacientom s stomo, Sekcija medicinskih sester v entrostomalni terapiji, Zveza in društva ILCO, prostovoljci,
- učne delavnice: prikaz in reševanje konkretnih primerov s pomočjo slikovnega materiala, oskrba izločalne stome na modelu, preverjanje pridobljenega znanja.

Aktivnost: GIBANJE – HOJA, SEDENJE, LEŽANJE IN SPREMINJANJE POLOŽAJA/ OBVLADOVANJE TVEGANJ PRI PACIENTIH:

- Ergonomski ukrepi za zaposlene v zdravstveni negi »Praktična ergonomija – ergonomska intervencija v ZN«;
- Dvigovanje pacienta brez pripomočkov / z uporabo pripomočkov, menjava položajev v postelji, namestitev pacienta v fiziološki položaj, v terapevtski položaj, v položaj za diagnostično terapevtske posege, namestitev pacienta na blazino za preprečevanje razjede zaradi pritiska, nameščanje pripomočkov za gibanje, za ležanje, za razbremenitev,
- omejevanje gibanja s posebnimi varovalnimi sredstvi, ukrepi (PVU), nadzor v zvezi z gibanjem, dokumentiranje opazovanj, odstopanj in intervencij, zdravstvena vzgoja v zvezi z aktivnostjo;
- OGROŽENOST PACIENTA ZA PADEC, PADEC S POSETLJE, IZVAZAJANJE POSEBNH VAROVALNIH UKREPOV, OBLIKOVANJE KAZALNIKOV KAKOVOSTI;

DAJANJE IN PRIPRAVA ZDRAVIL / DIAGNOSTIČNO TERAPEVTSKI POSEGI/ OBVLADOVANJE TVEGANJ PRI PACIENTIH:

- KRONIČNE RANE: ocenjevanje dejavnikov tveganja za nastanek razjede zaradi pritiska (RZP) in golenje razjede, podatki za opredelitev ciljev načrta zdravljenja in možnosti oskrbe, ocena kakovosti življenja pacienta, zagotavljanje ustreznega vnosa hranil, OCENA BOLEČINE, povezane s kronično rano, ocena lokacije, ocena ogroženosti za nastanek novih RZP in golenje razjede, vaskularna ocena, oskrba, preveza kronične rane, izbira ustrezne obloge, interdisciplinaren tim (medicinska sestra, enterostomalni terapevt, fizioterapevt, delovni terapevt), opazovanje pacienta med oskrbo, dokumentiranje opazovanj, odstopanj in intervencij v zvezi z oskrbo kronične rane;
- VENSKI PRISTOPI (odvzem krvi, priprava in dajanje zdravil): odvzem krvi iz vene, odvzem krvi iz venske valvule, PODKOŽNI VENSKE PREKAT,
- odvzem krvi iz perifernega venskega katetra, odvzem krvi iz centralnega venskega katetra, preveza, prebrizgavanje perifernega / centralnega venskega katetra, opazovanje vbodnih mest, priprava in dajanje zdravil intravenozno, priprava in nastavljanje intravenozne (i. v.) infuzijske raztopine, parenteralnih infuzijskih raztopin, priprava infuzijskih črpalk in perfuzorjev, priprava in namestitev intravenoznih raztopin na infuzijsko črpalko, opazovanje pacienta med aplikacijo zdravil, dokumentiranje opazovanj, odstopanj in intervencij v zvezi z venskimi pristopi;

PUBLICISTIČNA/ ZALOŽNIŠKA DEJAVNOST

- Izdaja zbornikov predavanj s strokovno recenzijo in CIP kataložnim zapisom ob izvedbi strokovnih seminarjev.

- Izdaja strokovne literature v sklopu raziskovalne dejavnosti.
- Izdaja prenovljene predstavitvene zloženke društva in promocijskega materiala.
- Začetek aktivnosti na področju zbiranja, vodenja in urejanja strokovne literature v regiji, »USTVARJANJE STROKOVNE KNJIŽNICE«.

AKTIVNOSTI NA PODROČJU VSEŽIVLJENJSKEGA IZOBRAŽEVANJA/ UČENJE TUJIH JEZIKOV

- Splošna angleščina za prave začetnike« / letni program,
- Nadaljevalni tečaj angleščine – srednja raven (intermediate)« / letni program,
- Tečaj nemškega jezika, Nemščina za zaposlene v zdravstveni negi – strokovni jezik nivo – 3 moduli po 21 ur, nivo znanja A2 – B1,
- Nemščina za začetnike in nadaljevalni tečaji – splošna nemščina – 60 ur, nivo znanja A1 in A2;

MEDNARODNI DAN MEDICINSKIH SESTER/ BABIC

Maj 2014: »Aktivno sodelovanje regije z Zbornico - Zvezo ob mednarodnih dnevih babic (5. maj) in medicinskih sester (12. maj)«, na dnevih medicinskih sester in babic ter 14. simpoziju zdravstvene in babiške nege Slovenije, na nacionalni svečani akademiji.

PODPORNA SUPERVIZIJA IN SVETOVANJE ZAPOSLENIM V ZDRAVSTVENI IN BABIŠKI NEGI TER OSKRBI

Skupinska in individualna pogovorna srečanja, prostori DMSBZT Maribor, Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor, termini bodo sproti objavljani na spletni strani društva in v informativnem biltenu Utrip.

MEDGENERACIJSKO, MEDREGIJSKO IN MEDNARODNO SODELOVANJE

SODELOVANJE Z REGIJSKIMI STROKOVNIMI DRUŠTVI IN STROKOVNIMI SEKCIJAMI PRI ZBORNICI - ZVEZI LUTKOVNA PREDSTAVA ZVEZDICA ZASPANKA ZA OTROKE ČLANOV DRUŠTVA
PRAVLJIČNE URICE Z LIKOVNIMI DELAVNICAMI ZA OTROKE ČLANOV DRUŠTVA

REDNI LETNI/ VOLILNI OBČNI ZBOR DRUŠVA,

20. februar 2014, UKC Maribor, Ljubljanska ul. 5, Maribor.

PREDSTAVA OB MEDNARODNEM DNEVU ŽENA:

8. marec 2014, Narodni dom Maribor.

JESENSKA STROKOVNA EKSKURZIJA,

september 2014.

PREDNOVOLETA SVEČANOST DRUŠTVA S PODELTIVJO NAJVIŠJIH PRIZNANJ DRUŠTVA, SREBRNI ZNAK IN NAZIVA ČASTNI ČLAN / ICA DRUŠTVA

AKTIVNOSTI NA PODROČJU AKTIVOV, INTERESNIH DEJAVNOSTI, PREŽIVLJANJA PROSTEGA ČASA,

termini bodo sprotno objavljeni na spletni strani društva in v informativnem biltenu Utrip:

- AKTIV DIJAKOV IN ŠTUDENTOV,
- AKTIV UPOKOJENIH,
- MEŠAN PEVSKI ZBOR DRUŠTVA,
- LIKOVNA DEJAVNOST,
- IZLETNIŠTVO, POHODNIŠTVO, NORDIJSKA HOJA,
- KULTURNO/ UMETNIŠKO/ LITERARNO DRUŽENJE.

Obiščite nas na naši spletni strani www.dmsbzt-mb.si in se nam pridružite.

Vaše zaupanje – naša odgovornost!

*V imenu UO DMSBZT Maribor,
Ksenija Pirš, predsednica*

**DMSBZT Nova Gorica****STROKOVNA IZPOPOLNJEVANJA:**

- 1. Nevro-lingvistično programiranje (NLP) - nov pristop v komuniciranju in osebnem razvoju**
Tolmin, 28. 2. 2014.
- 2. Temeljni postopki oživljanja,** Tolmin, 4. 10. 2014
- 3. Ergonomija v zdravstvu,** Nova Gorica, 7. 11. 2014

DRUŽENJA:

- 1. Volilni Občni zbor društva,**
Šempeter-Vrtojba, 6. 3. 2014
- 2. Strokovna ekskurzija: Budimpešta, ogled jamske bolnice – tajna urgentna bolnica in jedrski bunker**
13. do 15. 6. 2014
- 3. Strokovna enodnevna ekskurzija,**
Kraj in čas določimo kasneje
- 4. Prednovoletno srečanje,**
Kraj: določimo kasneje, 22. 11. 2014
- 5. Večkrat letno druženje v skupinah, ki delujejo v našem društvu:** v skupini za ustvarjanje dobrot v kuhinji, v skupini za ustvarjanje ročnih del in srečanja pevskega zbora našega društva

POHODI:

- 1. Pohod - Kolovrat,** 5. 4. 2014
- 2. Pohod - Kosovelova pot: Sežana – Tomaj,**
25. 10. 2014

DRUŠTVENE DEJAVNOSTI:

- 1. Seje Izvršnega odbora društva - večkrat letno, seja nadzornega odbora in druge seja vezane na delovanje Društva MSBZT Nova Gorica**

- 2. Aktivno vključevanje v naloge in dejavnosti Zbornice – Zveze.**
- 3. Aktivno sodelovanje z ostalimi društvi in strokovnimi sekcijami**

Lahko nas obiščete na spletnih straneh : www.drustvo-mszt-novagorica.si

Pišite nam na e-naslov: info@drustvo-mszt-novagorica.si

Informacije: Damjana Polanc, predsednica Društva MSBZT Nova Gorica,
telefon: 031 255 972; e-naslov: info@drustvo-mszt-novagorica.si

*Damjana Polanc,
predsednica Društva MSBZT Nova Gorica*

**DMSBZT Novo mesto**

V društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto smo na redni seji izvršnega odbora, 15. 10. 2013 sprejeli naslednji program strokovnih izobraževanj in ostalih dejavnosti za leto 2014:

JANUAR

- 6. dnevi Marije Tomšič – Medsebojni odnosi v zdravstveni negi**
23. 1. 2014 v Dolenjskih Toplicah

FEBRUAR

- Obravnava bolnika s karcinomom mehurja**
Od 1. do 7. 02. 2014 v Novem mestu
- Novosti na področju bolnišnične higiene**
Od 20. do 25. 2. 2014 v Novem mestu

MAREC

- Etika v zdravstveni negi**
Od 10. do 15. 3. 2014 v Novem mestu
- Skrb za zdravje žensk**
Od 20. do 25. 3. 2014 v Novem mestu

APRIL

- Novosti v dializni zdravstveni negi**
Od 15. do 20. 4. 2014 v Novem mestu

MAJ

- Zdravstvena obravnava otrok v otroškem dispanzerju**
15. 5. 2014 v Dolenjskih Toplicah

Srečanje ob dnevu medicinskih sester

15. 5. 2014 v Dolenjskih Toplicah

SEPTEMBER**Kako skrbimo za naše duševno zdravje**

Od 20. do 25. 9. 2014 v Novem mestu

OKTOBER:**TBC – bolezen sodobnega časa?**

Od 10. do 20. 10. 2014 v Novem mestu

NOVEMBER**Urgentna internistična dejavnost**

Od 10. do 15. 11. 2014 v Novem mestu

DECEMBER:**Novoletno srečanje – podelitev srebrnih znakov**

13. 12. 2014 na Prepihu

Pridržujemo si pravico do sprememb programa, za informacije se lahko obrnete na elektronski naslov: jozica.resetic@sb-nm.si ali karmen.janezic@sb-nm.si

PROGRAM POHODOV ZA LETO 2014

1. Mirna gora
2. Slemenova špica
3. Mrzlica – Kal
4. Janče
5. Pohod v neznano

Za pohode je odgovorna ga. Marjeta Martinčič.
Seznam izletov bo objavljen naknadno.

Jožica Rešetič,
predsednica DMSBZT Novo mesto



Strokovno društvo medicinskih sester,
babc in zdravstvenih tehnikov Pomurja

DMSBZT Pomurja**STROKOVNA SREČANJA****VEČKRAT V LETU- FEBRUAR, SEPTEMBER 2014****Temeljnimi postopki oživljanja z vključenim AED**

Srednja zdravstvena šola Murska Sobota
Viktor Zrim, Irena Nerač, Dragica Jošar, Jasna Meško,
Daniela Mörec

FEBRUAR**Predavanje in delavnice Odsev etike v praksi zdravstvene nege**

Beltinci, Kulturna dvorana
Emilija Kavaš, Dragica Jošar, Daniela Mörec, Jasna Meško

Alternativno zdravljenje- zelišča, biomagnetna resonanca- dr. Žagar**MAREC, SEPTEMBER****Zdravstvena zakonodaja-potrebe in vloga****zdravstvene nege** (modul licenca- obvezne vsebine)

Emilija Kavaš, Daniela Mörec, Irena Šumak, Edvard Jakšič, Dragica Jošar, Jasna Meško

MAREC**Strokovno srečanje s predstavitevijo zdravstvene nege in dejavnosti DS Rakičan**

Daniela Mörec, Tadeja Seršen, Dušan Vereš, Irena Šumak,

APRIL**Zdravstvena nega v dermatologiji**

Grajski dvorani
Jasna Meško, Daniela Mörec, Dragica Jošar

MAJ**Seminar na temo mota 12. Maja, mednarodnega dneva medicinskih sester**

Beltinci, Kulturna dvorana
Jasna Meško, Dragica Jošar, Simon Šemrl, Metka Lipič
Baligač, Irena Šumak, Alenka Karlovčec

OKTOBER**Strokovno srečanje s predstavitevijo zavoda (SZŠ)**

Dragica Jošar, Jasna Meško, Janja Maučec, Andreja Bogdan, Daniela Mörec

5. pomurski simpozij o kronični rani

Grajska dvorana Murska Sobota
Marija Kohek, Jasna Meško, Marija Flisar, Dragica Jošar, Daniela Mörec

NOVEMBER**Seminar - Pomen komunikacije in medsebojnih odnosov** (Klara Ramovš)

Beltinci, Kulturna dvorana
Jasna Meško, Dragica Jošar, Karla Pučko Zemljič, Daniela Mörec

EKSKURZIJE**Enodnevna strokovna ekskurzija**

Dragica Jošar, Jasna Meško, Aleksandra Balažic Gjura, Daniela Mörec

SEPTEMBER**Obisk komune in drugih zanimivosti v Medžugorju**

Medžugorje
Dragica Jošar, Leon Šabjan, Daniela Mörec

DECEMBER**Predbožična ekskurzija**

Dragica Jošar, Jasna Meško, Valerija Hozjan, Karla Pučko, Daniela Mörec

Dvodnevna strokovna ekskurzija Benetke, Valdoltra, Trst

Zvonka Brus Hladen, Zlatka Murtić, Jožef Trajbar

REKREACIJA**MAJ, SEPTEMBER****Kolesarjenje -maraton**

Beltinci - proga Pomurje

Dragica Jošar, Jože Trajbar, Emilija Kavaš

MAJ, JUNIJ, OKTOBER**Pohodništvo in nordijska hoja**

Pomurje

Jože Trajbar, Dušan Vereš

KULTURNE DEJAVNOSTI**Pevski zbor, koncert, nastopi, druge prireditve**

SB MS in na drugih lokacijah

Erika Žilavec, Marija Flisar, Emilija Kavaš, Suzana Divjak

Nastop zbora v zamejstvu

Erika Žilavec, Emilija Kavaš, Marija Flisar, Marija Virag

MAJ**Kulturni dogodek – prireditev – gledališka predstava**

Kulturna dvorana

Emilija Kavaš, Jasna Meško, Dragica Jošar, Edvard Jakšič,

Predsednica DMSBZT P

SREČANJA**MAJ****Koncert pevskega zbora ob 12. maju**

Kulturna dvorana Murska Sobota

Emilija Kavaš, Dragica Jošar, Erika Žilavec, Marjeta

Šemrl, Jožica Karas, Darinka Črnkovič, Jasna Meško,

Marija Zrim

Udeležba na osrednjem slovenskem srečanju ob

12. maju, mednarodnem dnevu MS in babic in

udeležba na ostalih aktivnostih

Organiziran prevoz avtobus

Dragica Jošar, Jasna Meško, Zlatka Murtić, Valerija

Hozjan, Simona Tibaut, Predsednica DMSBZT P

Srečanje pomurskih medicinskih sester ob

mednarodnem dnevu medicinskih sester –

Podelitev priznanj

Emilija Kavaš, Dragica Jošar, Jože Trajbar, Simona Tibaut,

Karla Pučko, Zvonka Brus Hladen, Suzana Divjak,

Daniela Mörec

NOVEMBER**Srečanje upokojenih MSBZT Pomurja**

SB MS

Jasna Meško, Dragica Jošar, Cvetka Meolic, Anica

Benkovič, Daniela Mörec

VSE LETO 2014**Skupine za samopomoč, skupina za osebnostno rast**

Na različnih lokacijah v Pomurju- skupen enodnevni izlet

Emilija Kavaš, Katica Tkalec, Cvetka Meolic, Anica

Benkovič, Marija Hirci

RAZISKOVALNA DEJAVNOST**Raziskava na področju Etike - etične dileme pri pomurskih MS**

Marija Zrim, Emilija Kavaš, Martina Horvat, Simon

Šemrl, Daniela Mörec, Danica Železnik

Druge potrebne raziskave**OBČNI ZBOR DMSBZT POMURJA****27. FEBRUAR 2014**

Srednja zdravstvena šola

Izvršilni odbor DMSBZT Pomurja

OSTALO**JESENSKO-ZIMSKI ČAS 2014****Tečaji: angleščina, nemščina, računalništvo**

SB MS

Jasna Meško, Simon Šemrl, Aleksandra Balažic Gjura

Marija Sreš, izkušnje iz Indije

Emilija Kavaš, Marija Flisar

Druge aktivnosti po dogovoru in potrebah

Predsednica DMSBZT Pomurja

ZALOŽNIŠTVO**Izdaja zbornika za seminar ob 12. maju in 5.****simpoziju o kroničnih ranah**

Dragica Jošar, Irena Šumak, Zlatka Lebar, Daniela

Mörec, Marija Kohek

*Daniela Mörec,
predsednica DMSBZT Pomurja*

**DMSBZT Ptuj - Ormož**

Na 4. redni seji DMSBZT Ptuj - Ormož, 1. 10. 2014, je predsedstvo društva sprejelo program dela za leto 2014.

Programi strokovnih srečanj so namenjeni zaposlenim v zdravstveni in babiški negi in so usklajeni s priporočenimi vsebinami.

STROKOVNA SREČANJA**1. 2. 2014**

Veščine za dobro komunikacijo v zdravstveni in babiški negi.

8. 11. 2014

Izbrana poglavja iz ginekologije in porodništva.

Priporočene vsebine:

- Temeljni postopki oživljanja z AED, seminar z učnimi delavnicami bomo izvedli v sodelovanju z DMSBZT Maribor.
- Zdravstvena zakonodaja v zdravstveni in babiški negi bomo izvedli v sodelovanju z DMSBZT Maribor.
- Poklicna etika v praksi zdravstvene in babiške nege bomo izvedli v sodelovanju z DMSBZT Maribor.

SREČANJA

Sodelovanje z Zbornico – Zvezo ob mednarodnem dnevu medicinskih sester (12. maj) in babic (5. maj). Organizirali bomo brezplačen prevoz na svečano proslavo ob podelitvi zlatih znakov.

6. 5. - 12. 5. 2014

Aktivnosti v regiji za promocijo zdravstvene in babiške nege v organizaciji DMSBZT Ptuj – Ormož.

17. 5. 2013

Slavnostna podelitev srebrnih znakov in priznanj DMSBZT Ptuj – Ormož.

KULTURNE DEJAVNOSTI**14. 3. 2014**

Ob prazniku žena in materinskem dnevu bomo organizirali gledališko predstavo.

IZLETNIŠTVO**31. 5. 2014**

Planinski izlet Pohorje – Lovrenška jezera.

6. 9. 2014

Splavarjenje po Dravi

ZAKLJUČEK LETA**5. 12. 2014**

Zaključek leta v Hotelu Roškar.

1. 2. 2014

Redni – volilni občni zbor v Hotelu Roškar.

- Načrtujemo 3-4 redne seje predsedstva društva.
- Nadaljevali bomo sodelovanje z Zbornico – Zvezo. Predvsem v okviru odbora regijskih strokovnih društev.
- Sodelovali bomo z ostalimi regijskimi strokovnimi društvi.
- Spremljali bomo aktualna dogajanja v področju zdravstva, zdravstvene in babiške nege.

*Tanja Ribič Vidovič,
predsednica DMSBZT Ptuj - Ormož*

**DMSBZT Slovenj Gradec**

Program izobraževanja Strokovnega društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenj Gradec za leto 2014 bo temeljil predvsem na zagotovitvi izobraževanj s področja obveznih vsebin za podaljšanje veljavne licence izvajalcev zdravstvene in babiške nege.

V sodelovanju z DMSBT Ljubljana bomo v letu 2014 organizirali izobraževanje s področja zakonodaje v zdravstvu. Datum bo objavljen na spletnih straneh društva.

Obvezne vsebine iz področja TPO ter Etike z zdravstvu bodo potekale v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu, Zbornico – Zvezo ter DMSBZT Maribor.

Časovne termine v letu 2014 bomo prilagodili potrebam članstva ter jih bomo objavili na spletni strani Društva.

V mesecu marcu bomo imeli redni letni občni zbor s podelitvijo srebrnih znakov Društva.

Pohodniška sekcija bo organizirala 4 pohode. Člani Društva bodo o terminih pohodov obveščeni preko članov UO in z obvestili na spletnih straneh Društva.

Načrt dela so člani Upravnega odbora sprejeli korespondenčno preko elektronske pošte v času od 15. 10. 2013 do 18. 10. 2013.

*Petra Štigl,
predsednica SDMSBZT Slovenj Gradec*

**DMSBZT Velenje****JANUAR**

Temeljni postopki oživljanja z avtomatskim defibrilatorjem (modul licenca – obvezne vsebine);

FEBRUAR

Terapevtska hipnoza in občni zbor društva;

MAREC

Zdravstvena nega diabetičnega bolnika

APRIL

Planetarni gong;

MAJ

Svečana proslava ob mednarodnem dnevu medicinskih sester in pohod na Veliko planino;

JUNI

Klinični večer – terapija bolečine;

SEPTEMBER

Piknik za člane društva in družinske člane;

OKTOBER

Izlet DMSBZT Velenje;

NOVEMBER

Etika v zdravstveni negi - (modul licenca – obvezne vsebine);

DECEMBER

Volilni občni zbor in tradicionalno prednovoletno druženje članov DMSBZT Velenje;

AKTIVNOSTI NA PODROČJU VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA

1. Pravilna priprava na rekreativni tek
2. Smučarski dan DMSBZT Velenje

Natančni datumi, kraj izvedbe in izvajalec bo sporočeno naknadno. V primeru nepredvidenih zapletov bodo organizirana nadomestna predavanja. V primeru predlogov s strani članov društva lahko organiziramo strokovna in družabna srečanja tudi izven programa dela.

*Janez Kramar,
predsednik DMSBZT Velenje*

Ob svetovnem dnevu hoje (15. oktober) in svetovnem dnevu prehrane (16. oktober),

ki je letos potekal pod geslom »Uspešni prehranski sistemi zagotavljajo zdravje ljudi«, medicinske sestre sporočamo vsem Slovencem, da je za ohranjanje zdravja najpomembnejša telesna aktivnost ob zdravi, uravnoteženi prehrani. Vsak dan ena ura zmerne telesne aktivnosti in prehrana, ki zajema polovico zaužitega v obliki sadja in zelenjave, četrtno žit in stročnic in četrtno v obliki beljakovinskih živil, zagotavljata vzdrževanje telesne teže, preprečevanje različnih kroničnih nenalezljivih bolezni, boljše samopodobo in boljše duševno zdravje posameznika in družbe. Naj opozorimo še na Strategijo Republike Slovenije »PREHRANA IN TELESNA DEJAVNOST ZA ZDRAVJE za obdobje 2013–2023«, ki poudarja učinek povečane telesne aktivnosti in oblikovanja zdravih prehranskih navad za ohranjanje in krepitev zdravja.



Mednarodni dnevi na področju zdravstva - november

- November – Mesec preventive na področju drog
- Prvi teden novembra – Teden solidarnosti
- Tretja sredi v novembru - Svetovni dan kronične obstruktivne pljučne bolezni
- Tretji četrtek v novembru – Mednarodni dan brez cigarete
- Tretji petek v novembru – Dan slovenske hrane
- 8. november – Mednarodni dan radiologije
- 10. november – Svetovni dan osveščanja o nevroendokrinih tumorjih
- 12. november – Svetovni dan pljučnice
- 14. november – Svetovni dan bolnikov s sladkorno boleznijo
- 16. november - Svetovni dan KOPB (kronične obstruktivne pljučne bolezni)
- 18. november - Evropski dan antibiotikov
- 19. november – Svetovni dan sanitarij
- 20. november – Svetovni dan otroka
- 21. november – Svetovni dan pozdrava
- 25. november – Mednarodni dan boja proti nasilju nad ženskami



Plan aktivnosti in strokovnih izpopolnjevanj strokovnih sekcij v letu 2014



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v medicini dela, prometa in športa

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja
Aktivnosti zdravstvene nege v medicini dela, prometa in športa

Datum: 6. 6. 2014

Kraj: sporočimo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Nevenki Šestan, elektronski naslov: nevenka.sestan@gmail.com ali tel. 041 911 483.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v medicini dela, prometa in športa
mag. Nevenka Šestan*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v vzgoji in izobraževanju

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **Zdravstvena nega pri osnovni življenjski aktivnosti – dihanju**

Datum: 11. 4. 2014

Kraj: Murska Sobota

b. **Poenotenje znanj v izobraževanju medicinskih sester**

Datum: september 2014

Kraj: sporočimo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri predsednici Ireni Šumak, elektronska pošta: irena.sumak@gmail.com ali tel. 031 535 841

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v vzgoji in izobraževanju
Irena Šumak*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja
a. **Svetovalne in motivacijske tehnike 2. del**

Datum: 16. in 17. januar 2014 ali 23. in 24. januar 2014

Kraj: Strunjan ali Rogaška Slatina

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj s Psihiatrično kliniko Ljubljana

a. **Podpora pacientu pri obvladovanju duševne motnje**

b. **Redno, pravilno in odgovorno sodelovanje pri terapiji**

Datum: 8. 4. 2014

Kraj: Psihiatrična klinika Ljubljana

3. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj z UKC Maribor, Oddelek za psihiatrijo

a. **Izzivi pri obravnavi forenzičnega pacienta**

Datum: 10. 10. 2014

Kraj: UKC Maribor, Oddelek za psihiatrijo

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri brane.bregar@gmail.com

*Predsednik Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji
mag. Branko Bregar*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v anesteziologiji, intenzivni terapiji in transfuziologiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **2. simpozij – Z znanjem in sodelovanjem rešujemo življenja**

Datum: 4. – 6. april 2014

Kraj: sporočimo naknadno

b. **Enodnevni seminar z učnimi delavnicami – umetna ventilacija**

Datum: predvidoma 14. 11. 2014

Kraj: Ljubljana

c. **Enodnevni seminar z učnimi delavnicami – neinvazivna mehanska ventilacija**

Datum: predvidoma 16. 10. 2014

Kraj: Ljubljana

d. **Učne delavnice - Priprava, shranjevanje, distribucija in transfuzija krvnih komponent**

Datum: predvidoma 21. 11. 2014

Kraj: Ljubljana

e. **Žilni pristopi**

Datum: predvidoma 20. 9. 2014

Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih do nas voljo pri Dejanu Doberšku, elektronski naslov: dejan.dobersek@gmail.com, tel. 031/518-372

*Predsednik Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v anesteziologiji, intenzivni terapiji in transfuziologiji
Dejan Doberšek*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Naslov sporočimo kasneje

Datum: 24. in 25. april

Kraj: Ljubljana ali Radenci

b. **7. redni posvet vodij patronažnih služb**

Datum: 6. november

Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Martini Horvat, elektronska pošta horvat.tinka@gmail.com

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti
Martina Horvat*



Sekcija medicinskih sester in babic

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **Skrb za zdravje žensk in otrok**

Datum: 4. 4. 2014

Kraj: Golte

b. **Skrb za zdravje žensk in otrok**

Datum: 17. 10. 2014

Kraj: Koroška ALI Prekmurje

c. **Mednarodni dan babic**

Datum: 5. 5. 2014

Kraj: Šmarna gora

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Aniti Prelec, elektronska pošta preleca@gmail.com ali tel. 041 857 265

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in babic
Anita Prelec*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pulmologiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **Timski pristop k obravnavi pulmoškega pacienta**

Datum: 28. – 29. marec 2014

Kraj: sporočimo naknadno

b. **Neinvazivna mehanična ventilacija**

Datum: november 2014

Kraj: Univerzitetna klinika Golnik

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Lojzki Prestor, elektronski naslov lojzka.prestor@klinika-golnik.si ali tel. 041 821 189

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pulmologiji
Lojzka Prestor*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pediatriji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **Kako otroku in mladostniku v procesu zdravstvene obravnave zagotoviti maksimalno zdravje?**

Datum: 21. in 22. marec 2014

Kraj: sporočimo naknadno

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj

a. **Kakovost v zdravstveni negi otroka in mladostnika**

Datum: 4. 10. 2014

Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Majdi Oštir, elektronska pošta majda.ostir@siol.net ali tel. 031 31 44 99.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pediatriji
Majda Oštir*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **Ugotavljanje dejavnikov tveganja v ambulantah družinske medicine in napotitev v ZVC**

Datum: 14. marec 2014

Kraj: Ljubljana

b. **Protokoli timske obravnave kroničnih bolnikov v ambulantah družinske medicine (RA)**

Datum: 26. september 2014

Kraj: Ljubljana

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj

a. **Zimski pristop pri oskrbi ran**

Datum: 14. in 15. februar 2014

Kraj: Portorož

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Tadeji Bizjak, elektronska pošta sekcijasposnemedicine@gmail.com ali tadejab66@gmail.com ali tel. 040 231 312.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini
Tadeja Bizjak*

SEKCIJA MS IN ZV
V OFTALMOLOGIJI

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v oftalmologiji

- Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - Nujna stanja v oftalmologiji in zdravstvena nega**
Datum: 4. 4. 2014
Kraj: sporočimo naknadno
 - Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj
 - 10. slovenski oftalmološki kongres – program za medicinske sestre**
Datum: 10. 10. 2014
Kraj: Maribor

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Bernardi Mrzelj, elektronska pošta bernarda.mrzelj@gmail.com ali tel. 031 741 599

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v oftalmologiji
Bernarda Mrzelj



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji

- Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - Kirurške delavnice**
Datum: 14. 3. 2014
Kraj: Kongresni center Thermana Laško

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Lidiji Fošnarič, elektronska pošta fosnari@t-1.si ali tel. 040 742 237

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji
Lidija Fošnarič



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v rehabilitaciji

- Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - Premeščanje pacienta**
Datum: 6. 3. 2014
Kraj: sporočimo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Veroniki Vidmar, elektronska pošta veronika.vidmar@ir-rs.si ali tel. 01 4758 327

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v rehabilitaciji
Veronika Vidmar



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v onkologiji

- Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - Z dokazi v prakso – obvladovanje simptomov v onkološki zdravstveni negi
Datum: 3. 10. 2014
Kraj: sporočimo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Biserki Petrijevcin, elektronska pošta bpetrievcin@onko-i.si ali tel. 01 5879 329

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v onkologiji
Biserka Petrijevcin



Sekcija medicinskih sester v enterostomalni terapiji

- Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - Delavnice za oskrbo urinske in črevesne stome**
Datum: 6. februar 2014
Kraj: sporočimo naknadno
 - Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj
 - Srečanje enterostomalnih terapevtov**
Datum: oktober 2013
Kraj: sporočimo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri mag. Tamari Štemberger Kolnik, elektronska pošta tamara.stemberger@gmail.com ali tel. 041 478 228.

Predsednica Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji
Mag. Tamara Štemberger Kolnik



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji

- Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - Brez dobre osnove ni učinkovitega vodenja sladkorne bolezni**
Datum: 17 in 18. 10. 2014
Kraj: sporočimo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Mateji Tomažin Šporar, elektronska pošta: mateja.tomazin.sporar@siol.net

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji
Mateja Tomažin Šporar



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov na področju nefrologije, dialize in transplantacije

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - a. **Stanje prehranjenosti pacientov v nadomestnem zdravljenju na nacionalnem nivoju**
Datum: 6. september, 2014
Kraj: sporočimo naknadno
 2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj
 - b. **Končna ledvična odpoved in okvare srčno žilnega sistema, 40. obletnica Dializnega centra, UKC Maribor**
Datum: 4. april 2014
Kraj: Maribor

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo po elektronski pošti info@nefroloska.sekcija.si ali tel. 031 228

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov na področju nefrologije, dialize in transplantacije:
Mirjana Rep



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - a. **Skrb za dobro počutje pacienta v endoskopiji**
Datum: 16. maj 2014
Kraj: Nova Gorica

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Tatjani Gjergjek, elektronska pošta gjergjek.tatjana@gmail.com ali tel. 041/364-905

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji
Tatjana Gjergjek



Sekcija reševalcev v zdravstvu

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja
 - a. **Dihalna pot**
Datum: 7. februar 2014
Kraj: Pekre, Maribor
 - b. **Reševalci na prepihu etike in prava**
Datum: 18.-19. april 2014
Kraj: Sporočimo naknadno

c. **Sodobna imobilizacija**

Datum: 19. april 2014
Kraj: Sporočimo naknadno

d. **VIII. Strokovno izobraževalno tekmovanje ekip NMP**

Datum: 25.-27. september 2014
Kraj: Rogla

e. **Interpretacija EKG-ja**

Datum: 14. november 2014
Kraj: Celje

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj

a. **21. mednarodni simpozij o urgentni medicini**

Datum: junij 2014
Kraj: Portorož

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Darku Čandru, elektronska pošta: cander.darko@gmail.com, tel. 040 757 779.

Predsednik Sekcije reševalcev v zdravstvu
Darko Čander



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **Kakovostna zobozdravstvena nega**

Datum: 11. 4. in 12. 4. 2014
Kraj: sporočimo naknadno

2. Ostali dogodki strokovne sekcije

a. **Ogled UKCL – Stomatološka klinika**

Datum: jeseni 2014
Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih srečanjih in dogodkih so na voljo pri Marini Čok, E-pošta: cok.marina@gmail.com ali tel. 051 / 396 296.

Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu
Marina Čok

Slovensko društvo študentov zdravstvene in babetne nege pri (Zdravstveni študenti)



Sekcija študentov zdravstvene in babetne nege

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. **Stojnica (merjenje krvnega tlaka, krvnega sladkorja, ...)**

Datum: 7. 4. in 12. 5. 2014
Kraj: Ljubljana, Novo mesto, Jesenice, Nova Gorica, Izola

b. **Ogled helikopterske nujne medicinske pomoči**

Datum: 28. 5. 2014
Kraj: Letališče Jožeta Pučnika, Brnik

c. Strokovna ekskurzija

Datum: 26. 11. 2014

Kraj: javimo naknadno

d. Obdaritev otrok na pediatričnih oddelkih slovenskih bolnišnic in v ustanovah, ki skrbijo za otroke s posebnimi potrebami

Datum: 15. 12. do 19. 12. 2014

Kraj: Ljubljana, Maribor, Izola, Nova Gorica, Jesenice, Novo mesto,

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Patricku Žibretu na elektronskem naslovu: sznb@gmail.com ali po tel. 031 -346 224

*Predsednik Sekcije študentov zdravstvene in babiške nege
Patrick Žibret*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v sterilizaciji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Varnost ni naključje

Datum: 20. in 21. marec 2014

Kraj: sporočijo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Nataši Piletič, SB Novo mesto (Centralna sterilizacija), Šmihelska cesta 1, 8000 Novo mesto, tel. 07/ 39 16 486, elektronski naslov: natasa.piletic@sb-nm.si.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v sterilizaciji
Andreja Žagar*

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v hematologiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Naslov: sporočimo naknadno

Datum: 4.-5. 4. 2013

Kraj: Terme Olimia

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj

a. Naslov: sporočimo naknadno

Datum: 3.-4. 10. 2013

Kraj: Bled

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Nataši Janevski, elektronski naslov: natasa.rezun@gmail.com.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v hematologiji
Nataša Janevski*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Prepoznavna življenjsko ogroženega pacienta in reanimacija

Datum: 7. marec 2014

Kraj: Izola

b. Tečaj triaže po načelih Manchesterskega triažnega sistema

Datum: 28. in 29. marec 2014

Kraj: Ljubljana

c. Tečaj triaže po načelih Manchesterskega triažnega sistema

Datum: 19. in 20. september 2014

Kraj: sporočimo naknadno

d. Urgentni pacient

Datum: 17. in 18. oktober 2014

Kraj: Čatež

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj

a. 21. mednarodni simpozij o urgentni medicini

Datum: 12., 13. in 14. junij 2014

Kraj: Portorož

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Vidi Bračko, elektronska pošta: vida.bracko@gmail.com ali tel. 041 909 328.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci
Vida Bračko*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov dermatovenerologiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. 20. strokovno srečanje

Datum: 9. maj 2014

Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Simoni Muri, elektronska pošta simona.muri@kclj.si ali tel. 01 522 4145.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v dermatovenerologiji
Simona Muri*



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov na internistično infektološkem področju

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Večkratno odporne bakterije – aktualni problemi in novosti

Datum: 21. 3. 2014

Kraj: Rogaška Slatina

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj

a. Okužbe, povezane z naravo

Datum: 26. 9. 2014

Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Veroniki Jagodic Bašič ali Mateji Gračner, E-pošta: veronika.jagodic@gmail.com, gracner83@gmail.com ali tel. 01/522 41 35; 01/522 41 30.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov na internistično infektološkem področju
Veronika Jagodic Bašič*


Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v socialnih zavodih

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Paliativna oskrba v socialnovarstvenih zavodih

Datum: 15. in 16. april

Kraj: Ljubljanska regija, točen kraj bo znan kasneje

b. Nujna stanja pri starostniku

Datum: 16. 10. 2014

Kraj: Gorenjska regija, točen kraj bo znan naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Jelki Černivec, elektronski naslov: jelka.cernivec@guest.arnes.si ali tel. 041 765 750

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v socialnih zavodih
Jelka Černivec*


Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kardiologiji in angiologiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Urgentna stanja v kardiologiji

Datum: 16. in 17. maj 2014

Kraj: sporočimo naknadno

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Tanji Žontar, tel. št. 04 25 69 398, 041 621 209, elektronska pošta: tanja.zontar@klinika-golnik.si.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kardiologiji in angiologiji
Tanja Žontar*


Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v managementu

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Položaj managementa zdravstvene nege danes

Datum: 29. 5. 2014

Kraj: Ljubljana

2. Sodelovanje pri organizaciji strokovnih srečanj

a. Posvet na temo opolnomočenja menedžerjev v zdravstveni nege za aktualne vsebine

Datum: jeseni 2014

Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri dr. Saši Kadivec, elektronska pošta: sasa.kadivec@klinika-golnik.si ali tel. 051 316 360

*Predsednic Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v managementu
dr. Saša Kadivec*


Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

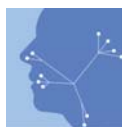
a. Teorija in praksa v zdravstveni negi nevrološkega bolnika

Datum: 15. 5. 2014

Kraj: Ljubljana

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Maji Medvešček Smrekar, maja.medvescek@gmail.com ali tel. 031 221 799

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji
Maja Medvešček Smrekar*


Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v otorinolaringologiji

1. Samostojno organizirana strokovna srečanja

a. Celostna obravnava otokirurškega pacienta

Datum: 22. ali 23. maj 2014

Kraj: Primorska – natančen kraj sporočimo

Dodatne informacije o strokovnih dogodkih so na voljo pri Matjažu Mrharju, elektronska pošta: matjaz.mrhar1@siol.net.

*Predsednik Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v otorinolaringologiji
Matjaž Mrhar*



Navodila za objavo prispevkov, obvestil in izobraževanj v Utripu

Spoštovani avtorji prispevkov in oglaševalci!

Prosimo, da prispevke in obvestila, za katere želite, da jih objavimo v Utripu v naslednjem mesecu, pošljete na elektronski naslov uredništva Utripa utrip@zbornica-zveza.si najkasneje do 20. v tekočem mesecu.

Prispevki

Prispevki, ki bodo prispeli pozneje, bodo objavljeni v poznejšem terminu, oziroma sploh ne, če ne bodo več aktualni ali ne bodo pripravljeni in oddani v skladu z navodili za objavo. Prispevke bomo lektorirali. Lektorirali ne bomo najav strokovnih izobraževanj in plačanih obvestil oziroma oglasov, razen če tega ne boste izrecno zahtevali. Dovoljujemo si, da predolge prispevke krajšamo. Prispevkov ne honoriramo. Obvezno napišite naslov prispevka, rubriko, v kateri želite, da je prispevek objavljen, ime in priimek avtorja besedila ter fotografij. Prispevki naj bodo napisani v programu Word, pisava Ariel (12) in presledek med vrsticami 1,5. Zaželeno je, da prispevki niso daljši kot 5000 znakov (oziroma 90 vrstic). Ime datoteke naj se začne z imenom rubrike (kamor prispevek sodi) in nadaljuje s skrajšanim naslovom. Prosimo, da pri poimenovanju datotek ne uporabljate šumnikov.

Če ste k prispevku priložili digitalno fotografijo ali dve, naj bo prispevek temu primerno krajši.

Prispevkov, ki so bili že objavljeni v drugih medijih, ne bomo objavili. Za vse trditve v prispevkih so odgovorni avtorji sami, zato objavljamo le prispevke s podpisanim polnim imenom in priimkom. Prosimo, napišite nam tudi naslov in telefonsko številko, na katero vas lahko pokličemo, če bomo imeli vprašanja v zvezi z objavo prispevka oziroma oglasa.

Fotografije

Digitalne fotografije naj ne bodo del prispevkov v Wordu, ampak naj bodo oddane kot samostojne priponke – ne v Wordu (jpg idr.). Fotografije morajo biti kakovostne, ker jih sicer ne bomo mogli objaviti. Prosimo, da so fotografije opremljene s podnapisom (vsebuje naj kraj, čas dogodka in imena oseb, če jih ni več kot sedem) in imenom avtorja. Podnapis naj bo sestavni del prispevka v Wordu.

Odmevi

Odmevi na prispele članke oziroma prispevke za rubriko Prejeli smo so lahko dolgi največ 1500 znakov. Če so daljši in jih ne krajša avtor, jih krajša odgovorna urednica. Ne objavljamo odmevov z žaljivimi in neresničnimi vsebinami. Objavljamo samo odmeve članic in članov Zbornice – Zveze.

Izobraževanja

Napovedi izobraževanj objavimo v obrazcu, ki je na voljo na spletni strani. Na spletni strani Zbornice – Zveze pa objavimo celoten program izobraževanja. Brezplačno objavimo samo izobraževanja, ki jih organizira ali soorganizira Zbornica – Zveza (strokovne sekcije, strokovna društva, Center za strokovni, karierni in osebnostni razvoj, delovne skupine Zbornice – Zveze...).

Vsa izobraževanja praviloma objavimo samo v obliki obrazca (izjema je kongres Zbornice – Zveze ali mednarodni kongresi), celoten program pa na spletni strani Zbornice – Zveze. Plačane oglase objavimo v obliki, kot jo zahteva plačnik. Izjemoma so možne kompenzacije – objava oglasa v zameno za kotizacije.

Napovedi interesnih dejavnosti strokovnih društev

objavimo v obrazcih, ki so na voljo na spletni strani Zbornice – Zveze, ali pa na običajen način, vendar je obseg omejen na 1/3 strani v Utripu.

Prosimo za čim manj kasnejših popravkov poslanih besedil in programov izobraževanj.

Mnenja o uredniški politiki Utripa, predloge za nove rubrike idr. sprejemamo po elektronski pošti utrip@zbornica-zveza.si.

Izšla je tretja številka Obzornika zdravstvene nege v letu 2013

Obveščamo vas, da je 25. 9. 2013 izšla
tretja številka
Obzornika zdravstvene nege v letu 2013.

Iz vsebine:

UVODNIK

Vloga menedžmenta zdravstvene nege na področju akreditacij bolnišnic

Dragica Blatnik (prosto dostopno)

ČLANKI

Vključevanje poklicnega profila šolska medicinska sestra v slovenske šole: vidik učiteljev in zdravstvenih delavcev

Tanja Torkar, Irena Grmek Košnik, Brigita Skela Savič

Uporaba informacijsko-komunikacijske tehnologije med študenti zdravstvene nege v času študija

Sabina Ličen

Vpliv dejavnikov tveganja na težave v spolnosti pri moških po petdesetem letu starosti

Ana Habjanič, Alenka Topolovec, Miljenko Križmarič

Komunikacija in kakovost odnosov med medicinsko sestro in starostniki v patronažnem varstvu

Ana Perušek, Joca Zurc, Brigita Skela Savič

Možnosti obravnave oseb z demenco

Urška Telban, Marija Milavec Kapun

Sindrom izgorevanja pri zaposlenih v nujni medicinski pomoči

Nika Kugonič

Želimo vam prijetno branje in vas vabimo k oddaji člankov.
Sledite navodilom za pripravo članka, ki so na spletni strani,
<http://www.obzornikzdravstvenenege.si/>.

Številka 4 bo izšla 20. 12. 2013.

Uredništvo Obzornika zdravstvene nege



dormeo®

LE KORAK DO POPOLNE POSTELJE ...Z BARVITO POSTELJNINO TREND.

do
50%
ceneje*

1 Izberite
posteljni set Trend



2

Dokupite prevleko
za vzglavnik, rjuho in
podrjuho v poljubni
barvi

3 Ustvarite novo
barvno kombinacijo



Ustvarite svojo kombinacijo na www.trend.dormeo.net
in z nekaj sreče je lahko barvita posteljina Trend vaša.

Zbiranje nalepk od 14. 10. 2013 do 2. 2. 2014, unovčevanje do 16. 2. 2014

*Popust se obračuna na redno ceno in velja ob predložitvi kupona z določenim številom zbranih nalepk.
Več informacij na www.mercator.si ter na brezplačni telefonski številki 080 2 080. Slike so simbolne.



Mercator



M Tehnika

Zbirajte pa tudi nalepke za ugoden oddih z M holidays v Portorožu, Moravskih toplicah in na Rogli.



M holidays