



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

UTRIP

Poštnina plačana pri pošti 1102 Ljubljana

UVODNIK

Vaše sodelovanje pri ustvarjanju Utripa

INTERVJU

Pogovor z Damjano Polanc

PRIDOBIVAMO NOVA ZNANJA

Peti dnevi Angele Boškin



Članstvo v Zbornici - Zvezi

Biti ali postati/ostati član/ica stanovske krovne organizacije medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov je v častitljivih 85 letih obstoja Zveze društev medicinskih sester pomenilo čast in obvezo naših predhodnic in predhodnikov. Pomenilo je željo, potrebo in obvezo, da pripadaš lastnemu strokovnemu združenju, se identificiraš s poklicno skupino, ki si se ji zapisal, ko si se odločil za šolanje in delo na področju zdravstvene ali babiške nege.

Članstvo v Zbornici - Zvezi pomeni povezanost v organizirani poklicni skupini, ki je preizkušena oblika delovanja medicinskih sester in babic povsod po svetu. Tu lahko stroka svoje želje, ideje ali zahteve artikulira z enotnim glasom, ki se sliši, ki odmeva, v skupni organizaciji stroka nastavlja ogledalo zdravstveni politiki in njenim odločevalcem, managementu, financerjem in drugim, ki krojijo naš delovni (in s tem tudi življenjski) vsakdan. Članstvo v stanovskem združenju je prostovoljno, je čast in obveza za vse medicinske sestre, babice, zdravstvene tehnike in bolničarje negovalce v Republiki Sloveniji in izraža poleg poklicne in stanovske pripadnosti tudi medsebojno solidarnost med izvajalci zdravstvene in babiške nege ter oskrbe.

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije -Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (Zbornica - Zveza) deluje po Zakonu o društvih, ki so se v zgodovini povezala v Zvezo (strokovnih) društev. Pred dvajsetimi leti smo imenu Zveza dodali še besedo Zbornica, ker je bila želja stroke, da sčasoma dobimo tudi javna pooblastila, torej da lahko zaradi našega dela in lastne varnosti po tej poti stroka regulira samo sebe. Zbornica - Zveza je torej pravni subjekt, ki je registriran kot pravna oseba zasebnega prava (društvo) in je ni mogoče deliti samo na »zbornični del« ali samo na »zvezo društev«. Zbornico - Zvezo tako sestavljajo regijska strokovna društva, poleg njih pa obstaja tudi možnost vključitve fizičnih članov oz. nastanka aktiva teh članov (če kdo ne bi želel biti član regijskega društva, je lahko le fizični član). Člani regijskih strokovnih društev in aktiva fizičnih članov so tudi člani Zbornice-Zveze.

Vpis v članstvo Zbornice-Zveze poteka s pristopno izjavo. Ob tem se posameznik sam odloči, kateremu od enajstih regijskih strokovnih društev želi pripadati (Ljubljana, Maribor, Celje, Pomurje, Ptuj - Ormož, Nova Gorica, Koper, Slovenj Gradec, Novo mesto, Velenje in Gorenjske).

Na podlagi pristopne izjave vsak član prejme najprej začasno potrdilo o članstvu in nato še člansko izkaznico, s katero lahko koristi ugodnosti članstva.

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

Članarina posameznega člana se v 45 % deležu odvede regijskemu strokovnemu društvu, ki ga je posameznik izbral, 5 % delež se nameni v sklad za izobraževanje članov, 50 % delež članarine je namenjen delovanju Zbornice - Zveze kot celote.

Prednosti in ugodnosti:

Članstvo v Zbornici - Zvezi omogoča izvajalcu zdravstvene in babiške nege pridobivati nova znanja preko seminarjev in učnih delavnic v okviru strokovnih sekcij in regijskih strokovnih društev. Strokovne ekskurzije, pohodništvo, kulturne in športne aktivnosti spodbujajo in krepijo pripadnost ter dobro medsebojno sodelovanje članov v društvih.

Član /članica lahko enkrat letno zaprosi za sredstva iz sklada za izobraževanje. Sklad je oblika solidarnostne pomoči za plačilo kotizacij na strokovnih izobraževanjih in izpopolnjevanjih doma in v tujini in drugih oblikah izobraževanja članstva.

Člani imajo pravice:

- sodelovati preko svojih predstavnikov ali neposredno v organih Zbornice-Zveze,
- sodelovati v Zbornici-Zvezi pri uresničevanju poklicnih interesov;
- voliti in imenovati ter biti voljen in imenovan v organe Zbornice-Zveze,
- odločati o zadevah, ki so pomembne za zdravstveno in babiško nego ter oskrbo kot stroko ter o zadevah, ki so pomembne za dvig kakovosti zdravstvenega varstva,
- postavljati pobude in vprašanja organom in telesom Zbornice-Zveze in nanje dobiti odgovore,
- prejemati informativni bilten Zbornice-Zveze.

Člani imajo dolžnosti:

- spoštovati sklepe in akte, ki jih sprejmejo organi Zbornice - Zveze,
- upoštevati in širiti poslanstvo Zbornice - Zveze,
- redno plačevati članarino,
- redno obveščati Zbornico - Zvezo o spremembah vseh podatkov, ki so potrebni za vodenje registra članstva.

Članstvo fizični osebi preneha:

- na podlagi pisne izjave, da izstopa,
- če eno leto ne plača članarine in je ne plača tudi po opominu,
- z izključitvijo, če ne deluje v skladu s tem statutom, če krši Kodeks etike medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije, Kodeks etike za babice Slovenije, če s svojim ravnanjem škoduje delu in ugledu Zbornice - Zveze,
- s smrtjo.

Če se je član/ica izpisal/a in se v tekočem letu želi ponovno vpisati, mora za ponovni vpis v register članov Zbornice - Zveze, za izdajo potrdila in članske izkaznice, plačati pavšalno članarino v višini 35 evrov.

Spremembe podatkov

Zaposleni v pisarni Zbornice - Zveze si prizadevamo, da bi bili podatki o članstvu pravilni in ažurni. Zato vas vljudno prosimo, če nam spremembe, vezane na delodajalca, status (študent, zaposlen, upokojenec), naslov bivanja, porodniški dopust ipd. javite pisno na naslov Zbornice - Zveze, Ob železnici 30 a, 1000 Ljubljana ali po e-pošti - clanarina@zbornica-zveza.si.

Najhitrejša možnost sporočanja vaših podatkov je možna **preko portala članov** na naši spletni strani www.zbornica-zveza.si - zavihek pripombe.

Bodimo in ostanimo povezani; kolegialnost, enotnost, solidarnost in druge naše vrednote štejejo. ■

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

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.

PREVAJALKA:

Nataša Pregl

NAKLADA:

16.500 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

OBlikovanje in priprava za tisk:

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

TISK:

Tiskarna POVŠE, Povšetova 36 a, Ljubljana,
T./F. 01/ 2301-542, e-mail: tisk.povse@siol.net

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 11-krat letno.

Datum natisa: 10. 10. 2012

Fotografija na naslovnici: Splet

UVODNIK

- 4 Vaše sodelovanje pri ustvarjanju Utripa

DELO ZBORNICE – ZVEZE

- 5 Dogodki na Zbornici – Zvezi v septembru 2012
8 Vabilo k oddaji izvlečkov za 9. kongres zdravstvene in babiške nege
8 Obvestilo o volitvah v Državni svet
9 Javni poziv članicam in članom Zbornice-Zveze za vložitev kandidatur za člana Državnega sveta.

INTERVJU

- 10 Pogovor z Damjano Polanc

ŽIVLJENJE MEDICINSKE SESTRE

- 12 Minute z Nado Sirnik

PREDSTAVLJAMO VAM

- 14 Kostno-mišična obolenja med zaposlenimi s področja socialnega varstva

PRIDOBIVAMO NOVA ZNANJA

- 16 Peti dnevi Angele Boškin

MEDNARODNA SREČANJA

- 20 Predstavitev slovenskega projekta na mednarodnem kongresu o abdominalni debelosti v Kanadi, 9. – 12. julij 2012

IZ DRUŠTEV

- 21 Aktivnosti v Strokovnem društvu MSBZT Pomurja v prvem polletju 2012
25 Razpis za predsednico/predsednika DMSBZT Gorenjske
27 Gibalne aktivnosti za starejše v DMSBZT Ljubljana
27 Poletna slikarska šola v DMSBZT Maribor
28 Pohod na Črno prst DMSBZT Nova Gorica

ŽIVIMO ZDRAVO

- 30 Samo, da je javo ...

PREJELI SMO

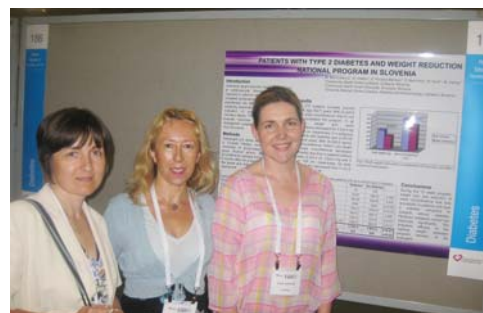
- 32 Divide et impera

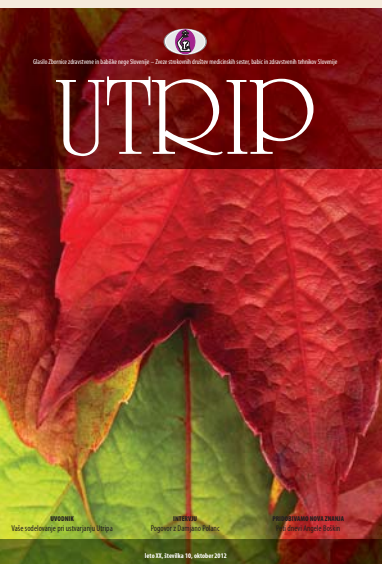
ZANIMIVO

- 34 Masaža stopal v sedečem položaju
36 Obisk nizozemske reševalne postaje Helmond

V SPOMIN

- 37 Zgodba o medicinski sestri Vanji





Vaše sodelovanje pri ustvarjanju Utripa

Spoštovani članice in člani, bralke in bralci Utripa,

v poletni številki Utripa smo vas zaprosili, da sodelujete pri ustvarjanju Utripa.

V vročem poletju ste našli čas, da ste odgovorili na vprašanja, zapisana v Utripu in v spletni anketi na spletni strani Zbornice – zveze www.zbornica-zveza.si.

Hvala vsem stoenainšestdesetim, ki ste nam zaupali svoja mnenja in kup koristnih predlogov.

Na kratko vas bomo seznanili z vašimi ugotovitvami, saj je bila ena od večkrat zapisanih pripomb tudi, da si želite kratkih informacij in prispevkov.

Utrip redno bere 90 odstotkov tistih, ki so sodelovali v anketi. 23 odstotkov jih prebere Utrip že prvega v mesecu na spletni strani Zbornice – Zveze.

Kar 75 odstotkov sodelujočih v anketi si želi še naprej prejemati Utrip v tiskani obliki in ne bi bili zadovoljni samo z Utripom na spletni strani Zbornice – Zveze.

Kar 79 odstotkov bralcev v odgovorih pravi, da ste zadovoljni z vsebinami, objavljenimi v Utripu. Deset odstotkov Utrip vedno uporablja kot vir informacij, ki so v pomoč pri delu, pogosto 25 odstotkov, občasno 37 odstotkov in redko 15 odstotkov.

68 odstotkov vas Utrip navaja kot vir, ko pripravlja gradiva za interno rabo oziroma za različne predstavitve.

In kaj najraje preberete v Utripu? Kar 78 odstotkov vas najprej pogleda izobraževanja. Aktualne teme zanimajo 65 odstotkov bralcev, skoraj 60 odstotkov najraje prebira rubriko Pridobivamo nova znanja in sledijo Življenje medicinske sestre, Intervju, Delo Zbornice – Zveze, Uvodnik, Zanimivo in ostale rubrike. Najmanj brana je rubrika Iz dela zdravstvenih šol, ICN in Za nenasilje v zdravstveni negi. Avtorje torej prosimo, da pripravijo še bolj berljive in zanimive prispevke, da se bo branost zvišala.

Predlagali ste veliko zanimivih novih rubrik in še več tem za posamezne prispevke, ki jih bomo seveda upoštevali v naslednjih številkah Utripa.

Tisti, ki pogrešate prispevke srednjih medicinskih sester, prosimo, da jih spodbudite, da več pišejo.

Vsekakor pa s prispevkom ali pa rubriko v Utripu ne bomo mogli zmanjšati dokumentacije v zdravstveni negi. Vsi vemo, da varnost in kakovost zdravstvene obravnave pacienta zahtevata, da so vsi postopki in posegi zdravstvene in babilške nege zabeleženi, in da kar ni zapisano, tega ni. Podatki o počutju pacienta in vseh aktivnostih, ki smo jih izvedli, morajo biti zapisani. Zabeleženi morajo biti tudi vsi zdravstveni zapleti, kategorizacija zdravstvene nege je nujna in tako naprej.

Veliko si vas želi križanko in to bomo upoštevali. Trudili se bomo, da bodo križanke tudi nagradne.

Želite si rubriko vprašanja in odgovori. Ko boste poslali vprašanja, bomo poskrbeli za odgovore.

Nekaj vaših predlogov se nanaša na vodenje Zbornice – Zveze in posredovali smo jih vodstvu.

Veliko si vas želi prispevkov o dobri praksi v slovenskih zdravstvenih zavodih. Pišite, z veseljem bomo vse objavili.

Vaš predlog »masovne nesreče in vloga medicinske sestre« bomo predstavili v eni naslednjih števil.

Zelo ste se razpisali pri predlogih za intervjuje. Vse vaše predloge bomo postopno upoštevali, če bodo intervjuvanci pripravljeni sodelovati, seveda.

V naslednjem letu bomo uvedli tudi novo rubriko Anketa, ker ste nanizali kup zanimivih tem za ankete.

Ob koncu ste zapisali kar nekaj pohval, če izvezamo nekaj neprimernih komentarjev, ki nimajo zveze z Utripom. Pohvale gredo seveda vam, avtorjem prispevkov, ki jih neumorno pišete in nas vsak mesec zasipate z njimi.

Hvala vsem za trud pri pisanju, saj ni tako enostavno ob zahtevnem in napornem delu s pacienti, z dokumentacijo, organizacijo in vsem, kar delate medicinske sestre, babice in zdravstveni tehniki ob pacientu in za njega poleg vseh družinskih obveznosti še napisati dober in zanimiv prispevek za Utrip.

Strinjamo pa se z vami, da bi bilo dobro objavljati prispevke o dosežkih, o pozitivnih premikih, dobri komunikaciji oziroma odnosih tako v delovnih okoljih kot tudi širše na področju zdravstvenega varstva. Torej pišite in z veseljem bomo objavili.

Ker so časi vedno težji in življenje naporno, si ga moramo sami narediti bolj prijaznega in se sami potruditi, da bomo v takšni kondiciji, da bomo zmogli premagovati vse napore, ovire in težave, s katerimi se vsak dan srečujemo.

Zato uvajamo rubriko Živimo zdravo in pričakujemo vaše prispevke na to temo. ■

Toplo jesen vam želimo!

Uredniški odbor Utripa

Dogodki na Zbornici – Zvezi v septembru 2012

Monika Ažman

Septembra meseca se tudi uradno poslovi poletje in pride jesen. Glede sonca in toplih dni se v letošnjem septembru res ne gre pritoževati. Še najbolj zmrznjenim ni bilo treba zakuriti v peči. Torej smo morda prihranili kakšen liter kurilnega olja ali kakšno bukovo poleno za še težje čase. Temperature so se dvigale tudi na političnem in gospodarskem področju. Reforma trga dela, pokojninska reforma, zakon za uravnoteženje javnih financ, večanje števila tistih, ki so ostali brez dela ali ga že mesece neuspešno iščejo. Pritiski so se pričeli stopnjevati tudi z grožnjami o odpuščanju zaposlenih v šolstvu in zdravstvu. Šolniki so bili precej glasni že pred poletnimi počitnicami, ko so se javno uprli zoper zviševanju normativov v vrtcih in šolah, ki bi vplivali na zmanjšanje kakovosti javnega šolstva. Smo se sposobni in pripravljeni odločno upreti zoper enak poskus tudi zaposleni v zdravstvu in socialnem varstvu? V našem strokovnem združenju smo se ves mesec združevali, povezovali in iskali najboljše možne rešitve za usklajeno delovanje tudi v hudih časih recesije. In predvsem iskali rešitve, zdaj tudi v dialogu z ministrom, kaj in kako naprej po vseh hudih trenutkih, ki smo jih preživljali to poletje. Upanje v razumne odločitve vedno ostaja.

3. september

Sestala se je Delovna skupina za terminologijo, ki je dokončno oblikovala 15 novih terminov nastajajočega terminološkega slovarja.

5. september

Komisija za licenčno vrednotenje strokovnih izobraževanj in izpopolnjevanj je pregledala vloge organizatorjev, ki so sklepe za strokovne programe prejeli za leto dni, še v času, ko je veljal Pravilnik o licenčnem vrednotenju in imajo v tem obdobju ponovitvene izvedbe.

Vodstvo Zbornice – Zveze se je sestalo s pomočnikom direktorja za področje zdravstvene nege v SB Brežice. Izmenjali so mnenja in pobude, vezane na razvoj matrike znanj zaposlenih v zdravstveni negi in druge zanimive zamisli.

Predsednica Zbornice – Zveze, predsednica RSKZN in izvršna direktorica Zbornice Zveze so se sestale na operativnem sestanku, vezanem na aktualne dogodke v zdravstveni negi.

10. september

Sestanek vodstva Zbornice – Zveze in vodstva Sindikata delavcev v zdravstveni negi Slovenije.

Sestale so se članice Uredniškega odbora Utripa in obravnavale: uresničevanje programa dela za leto 2012 – pregled izdanih številk, rezultate ankete o informativnem glasilu Utrip, optimizacijo stroškov priprave in izdaje Utripa, uvodnike in intervjuje do konca leta ter načrtale uredniško politiko v drugi polovici leta.

11. september

Članici Upravnega odbora Zbornice – Zveze sta se udeležili zaključne konference projekta »Učinkovita implementacija izobraževalnih programov in zagotavljanje kakovosti 2010 – 2012«, ki je bila organizirana s strani Centra za poklicno izobraževanje. Na konferenci so bili nazorno predstavljeni cilji izobraževanja na nivoju srednjega strokovnega izobraževanja, ki se dotikajo tudi področja zdravstvene nege.

12. september

Sestanek članic **Častnega razsodišča I. stopnje**.

Na 6. seji so se sestali člani Upravnega odbora Zbornice – Zveze in obravnavali naslednji dnevni red:

1. Pregled in sprejem zapisnika 5. seje UO Zbornice – Zveze z dne 11. 7. 2012 in sprejem zapisnika 5. korespondenčne seje z dne 3. 8. 2012 in 6. korespondenčne seje z dne 10. 9. 2012
2. Poročilo o aktivnostih med obema sejama
 - a) Sestanek z državno sekretarko na Ministrstvu za zdravje
 - b) Sklic ministrovega Strateškega sveta
 - c) Poročilo koordinacije Odbora regijskih strokovnih društev

d) Poročilo koordinacije Odbora strokovnih sekcij

e) Poročilo o sodelovanju z EFN

f) Poročilo o drugih sestankih

3. Polletno poročilo o poslovanju Zbornice Zveze

4. Delo Zbornice Zveze do konca leta 2012

a) Predstavitev uredniške politike glasila Utrip

b) Poklicne aktivnosti in kompetence, protokoli

c) Priprave na 9. kongres Zbornice Zveze in obeležitev 5. ter 12. maja - mednarodna dneva medicinskih sester in babic

d) Volitve v državni svet

5. Plan dela Zbornice Zveze v letu 2013

6. Pobude in predlogi

a) Potni nalogi tujina

b) DG Sanco – sestanek oktober 2012

c) Mednarodna konferenca Zdravstvo brez meja 25. in 26. 10. 2012 Bled

7. Razno

13. september

V Cankarjevem domu so se sestale članice **programskega in organizacijskega odbora 17. mednarodne konference šolskih medicinskih sester**, ki se bo naslednje leto odvijala v Ljubljani. Skupaj s predstavnicami kongresne dejavnosti Cankarjevega doma so načrtale osnovna izhodišča za pripravo strokovnih prispevkov, način pridobivanja finančnih sredstev ter spremljevalni program konference, na kateri se pričakuje preko 200 udeležencev z vsega sveta.

Sestala se je **Komisija za zasebno delo**, ki je pregledala prispele vloge in pripravila spremembe Pravilnika o izdaji mnenj za opravljanje zasebne zdravstvene dejavnosti na področju zdravstvene ali babiške nege.

Zaposleni v pisarni Zbornice – Zveze Mojca Čerček in Urša Bolta sta se udeležili učne delavnice na temo »Učinkovita prijava na razpise za pridobitev nepovratnih sredstev EU in SLO«. Glavni namen delavnice je bil pridobiti splošen vpogled v svet nepovratnih sredstev EU, kako pripraviti in voditi projekt, priprava dokumentacije in poročanje o projektu.

Članice **Delovne skupine za nenasilje** so se sestale na rednem delovnem sestanku in obravnavale naslednji dnevni red:

1. Izobraževanje v okviru Evropskega aktivnega staranja in solidarnosti med generacijami 2012
2. Priprava vsebin o konfliktu in nasilju za izobraževalne delavnice
3. Dan odprtih vrat DS za nenasilje 2012
4. Priprave na mednarodne dneve boja proti nasilju nad ženskami in otroki

14. september

Predsednica in izvršna direktorica sta se sestali z ministrom za zdravje. Izmenjali so si stališča glede odprtih vprašanj sistemskih ureditev v zdravstveni negi.

15. september

Delovno motivacijski dan za funkcionarje Zbornice – Zveze z naslovom: »**Gradimo skupaj stroko in organizacijo**«. Predsednicam in predsednikom strokovnih sekcij, regijskih strokovnih društev in komisij ter delovnih skupin je predavala namestnica informacijske pooblaščenke mag. Rosana Lemut Strle ter navzoče opozorila na sodobna komunikacijska orodja in upravljanje z njimi z vidika varovanja osebnih podatkov. Navzoči so se seznanili tudi s tehničnimi navodili novega e - portala organizatorjev izobraževanj ter izmenjali mnenja in poglede na aktualne dogodke v zdravstveni in babiški negi. Prisotni so poglobili tudi svoja znanja s področja stresa in izgorelosti na delovnem mestu in na koncu smo zastavili smeli načrt, da oblikujemo etična pravila (kodeks) za funkcionarje Zbornice Zveze.

17. september

Svoje delo je nadaljevala Komisija za specialna znanja, ki je obravnavala prispele vloge.

Ponovno se je sestala je Delovna skupina za terminologijo, ki je oblikovala še nekaj novih terminov.

18. september

Članice Nadzornega odbora Zbornice – Zveze so na svoji seji pregledale finančno poslovanje Zbornice – Zveze v prvi polovici leta.

V prostorih Zbornice – Zveze so se na delovnem sestanku sestale članice skupine za protokole v okviru Sekcije medicinskih sester v patronaži.

Ksenija Pirš, koordinatorica dejavnosti regijskih društev, je v imenu Zbornice – Zveze pozdravila udeležence 2. znanstvene konference s področja zdravstvenih ved z mednarodno udeležbo, ki jo je organizirala Visoka šola za zdravstvene vede Slovenj Gradec v kongresnem središču v Laškem.

19. september

Darinka Klemenc, predsednica Zbornice – Zveze, in Monika Ažman, izvršna direktorica, sta se sestali z vodstvom Fakultete za zdravstvene vede Maribor. Dekan prof.dr. Peter Kokol in prodekanja za izobraževanje mag. Milica Lahe sta podala pobude za nadaljnje sodelovanje s strokovnim združenjem in možnostjo poglobljenega sodelovanja na več področjih.

20. september

Člani Upravnega odbora so se sestali na 7. seji in obravnavali naslednji dnevni red:

1. Oblikovanje izhodišč k podpisu medsebojnega sporazuma
2. Pobude in predlogi
 - a) Sklepi Sekcije medicinskih sester v managementu
 - b) Sklep, vezan na mandate članov UO

**21. september**

Predsednica Zbornice – Zveze se je udeležila in sodelovala na že tradicionalnih 5. dnevih Angele Boškin v Kranjski Gori. Na okrogli mizi z naslovom »Fizično oviranje pacienta v luči akreditacije« se je vključila zlasti z etičnimi vidiki fizičnega oviranja pacientov. Na pobudo Zbornice – Zveze posebna delovna skupina, vključujoč tudi zdravnike, pripravlja nacionalni protokol za omenjeno področje.

24. september

Ministru za zdravje je vodstvo Zbornice – Zveze podalo stališča in predloge Upravnega odbora glede podpisa dogovora s strani ministra za zdravje, Civilne iniciative in Zbornice – Zveze.

Velikokrat je pregled dogodkov posameznega meseca zabeležen v kratkem in jedrnatem tekstu. Vse je včasih tudi težko zapisati. Podopustniško vzdušje se je v mesecu septembru zaznalo tudi po veliko večjem številu telefonskih klicev v našo pisarno. Spraševali ste in še sprašujete, kako je s stanjem vašega registra, veljavne licence, licenčnimi točkami. Bodo izobraževanja tudi v prihodnje še »obvezna«, bomo še zbirali licenčne točke, je možno pridobiti specialna znanja...

Vsakega vašega klica smo veseli. Predvsem zato, ker se vsi, ki nas kličete, zavedate lastne odgovornosti za svoj osebni strokovni razvoj in tudi razvoj zdravstvene in babiške nege v slovenskem prostoru. Obvestilo, zapisano v nadaljevanju, je sporočilo vsem članom in nečlanom:

Obvestilo

Vodstvo Zbornice – Zveze je v zadnjih mesecih intenzivno sodelovalo z Ministrstvom za zdravje zlasti na področju urejanja javnih pooblastil za zaposlene v zdravstveni in babiški negi. Tako minister za zdravje kot vodstvo Zbornice – Zveze se zavedajo velike odgovornosti pri zagotavljanju varne in kakovostne zdravstvene in babiške nege ter oskrbe in poskušajo iskati in usklajevati najboljše možne rešitve. **Minister je večkrat zagotovil, da regulacija za vse zaposlene v zdravstveni in babiški negi ostaja tudi v prihodnje.** O vseh sprejetih odločitvah vas bomo sproti obveščali tako na naši spletni strani www.zbornica-zveza.si kot tudi v naslednjih številkih Utripa. ■



Razpis Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji

Na podlagi 13. in 15. člena Pravilnika o delu strokovnih sekcij Zbornice zdravstvene in babetne nege Slovenije-Zveze strokovnih društev medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije in v skladu s Pravilnikom o volitvah in imenovanjih Zbornice-Zveze je izvršni odbor **Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji**, dne 17.9.2012 sprejel sklep, da razpiše volitve za predsednika in člane izvršnega odbora sekcije.

Izvršni odbor razpisuje volitve za naslednja mesta:

1. PREDSEDNIKA/PREDSEDNICO SEKCIJE (1 mesto)

2. ČLANI IZVRŠNEGA ODBORA SEKCIJE (6 mest).

Izvršni odbor je sestavljen po regijskem principu (iz vsake regije po en kandidat).

OBRAZLOŽITEV

1. Mandat predsednika in članov izvršnega odbora traja od 16.11.2012 do 15.11.2016, tj. štiri leta, v skladu s Pravilnikom o delu strokovnih sekcij Zbornice - Zveze.
2. Rok za prijavo kandidatov je 19.10.2012 do 12. ure.
3. Volilna komisija bo po navedenem roku izdelala kandidatejsko listo za predsednika in člane izvršnega odbora. Na volilno listo se lahko uvrstijo kandidati, ki izpolnjujejo razpisne pogoje in pravočasno vložijo kandidaturu.
4. Razpisni pogoji so objavljeni na spletni strani Zbornice-Zveze, www.zbornica-zveza.si.
 - a) za predsednika/predsednico sekcije:
 - član/ica Zbornice-Zveze najmanj 10 let,
 - ZT, SMS, VMS, DMS,
 - redno zaposlen/a na nevrološkem oddelku v Sloveniji najmanj 10 let.
 - b) za člana/ico izvršnega odbora:
 - upoštevanje regijskega principa,
 - član/ica Zbornice-Zveze najmanj 5 let,
 - redno zaposlen/a na nevrološkem oddelku v Sloveniji najmanj 5 let.
5. Merilo za izbor predsednika/ce Sekcije:
 - življenjepis s poudarkom na strokovni aktivnosti,
 - vizija delovanja Sekcije MS in ZT v nevrologiji.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji,
Helena Tušar*

Oglasna deska



Razpis za volitve Sekcije MS in ZT v splošni medicini

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini, ki deluje v okviru Zbornice-Zveze, zaradi poteka mandata razpisuje volitve za naslednje štiriletno obdobje (december 2012-2016):

- za predsednika/predsednico sekcije (1 mesto)
 - za člane izvršnega odbora (8 mest) Izvršni odbor je sestavljen po regijskem principu (iz vsake regije po en kandidat)
- Prijavnice pošljite v zaprti kuverti na sedež volilno-kandidatejske komisije na Zbornico -Zvezo, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana, Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini s pripisom: volitve, ne odpiraj, najkasneje do 5. 11. 2012. Volilna komisija bo pregledala prijave in izdelala listo kandidatov. Volitve in potrditev bomo izvedli na volilni skupščini 10. 11. 2012.

RAZPISNI POGOJI

za predsednika/predsednico

- članica Zbornice-Zveze najmanj 10 let
- dipl.m.s., SMS, ZT, VMS
- redno zaposlen/a v splošni medicini v Sloveniji najmanj 10 let

za funkcijo člana/članice izvršnega odbora

- upoštevanje regijskega principa
- član/članica Z-Z najmanj 5 let
- redno zaposlen/a v splošni medicini v Sloveniji najmanj 5 let

MERILLO ZA IZBOR PREDSEDNIKA SEKCIJE

1. Življenjepis s poudarkom na strokovni aktivnosti
2. Vizija delovanja Strokovne sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini

*Predsednica sekcije
Božena Istenič*

PREJEMANJE UTRIPA

V pisarni Zbornice-Zveze želimo biti čim bolj ekološko naravnani. Vsem, ki vam splet ni tuj, pisemski nabiralnik pa venomer prepoln raznih tiskovin, nudimo možnost, da glasila Utrip ne prejimate več v fizični obliki, temveč le preko spletne povezave www.zbornica-zveza.si.

Veseli bomo, če nam boste vašo odločitev sporočili na elektronski naslov: clanarina@zbornica-zveza.si. V obvestilu z vašimi podatki zabeležite, da glasila Utrip ne želite prejemati v fizični obliki.

Strokovna sodelavka na področju članarin: Karmen Petaci



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

Nacionalni center za strokovni, karierni in osebnostni razvoj medicinskih sester in babic pri Zbornici – Zvezi
vabi k oddaji izvlečkov za

9. kongres zdravstvene in babiške nege Slovenije,

ki bo potekal 9. in 10. maja 2013 pod motom

**»MOČ ZA SPREMEMBE – MEDICINSKE SESTRE IN BABICE
SMO V PRVIH VRSTAH ZDRAVSTVENEGA SISTEMA«.**

Obeležujemo 12. maj - mednarodni dan medicinskih sester, ki bo potekal pod motom

»DOSTOPNOST IN ENAKOST«

5. maj – mednarodni dan babic, ki bo ponovno potekal pod motom

»SVET POTREBUJE BABICE ZDAJ BOLJ KOT KDAJKOLI«.

Več o temah in kongresu lahko preberete na spletni strani www.zbornica-zveza.si.
Vaše izvlečke z zanimanjem pričakujemo do 30. oktobra 2012 na elektronskem naslovu
informacije@zbornica-zveza.si.

Navodila za pisanje izvlečkov so objavljena na isti spletni strani.
Obvestilo o sprejetju prispevka boste prejeli na svoj e-naslov do 20. decembra 2012.
K sodelovanju vas prijazno vabita:

Programski odbor:

Darinka Klemenc, Suzana Majcen Dvoršak, mag. Tamara Štemberger Kolnik, mag. Andreja Kvas,
Ksenija Pirš, Anita Prelec.

Organizacijski odbor:

Monika Ažman, Miha Okrožnik, Boja Pahor, Jože Prestor, Jožica Rešetič.

*Darinka Klemenc
predsednica Zbornice – Zveze*

Obvestilo o volitvah v Državni svet

Na podlagi 12. člena Zakona o Državnem svetu je Državna volilna komisija pozvala interesne organizacije (poklicne organizacije zdravstvenih delavcev in zdravstvenih sodelavcev) h kandidaturi za člana/ico Državnega sveta. Skupni kandidat/ka in volilno telo – elektorji – bodo izvoljeni skladno s Pravilnikom o izvedbi volitev predstavnikov Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije za člana volilnega telesa ter določitvi kandidata/tke za člana Državnega sveta na skupni seji Upravnega odbora, Odbora regijskih društev in Odbora strokovnih sekcij ki bo 15. 10. 2012.





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



Spoštovani,

z veseljem vas obveščamo, da bo Zbornica – Zveza gostiteljica 17. bienalne mednarodne konference medicinskih sester v primarnem zdravstvenem varstvu šolskih otrok in mladine od 22. do 26. julija 2013 v Ljubljani.

Odraščajoči otroci in mladina so načeloma zdravi, a se zaradi svoje specifične ranljivosti srečujejo z različnimi tveganimi vedenji, ki vplivajo na zdravje. Na konferenci bodo predstavljeni programi, ki naj bi pri mladi populaciji vplivali na oblikovanje stališč in vrednot, na življenjski slog in s tem na kakovost življenja, kar naj bi se pokazalo tudi v njihovem kasnejšem življenjskem obdobju.

V skrbi za zdravje te občutljive populacije bomo izmenjevali znanja s področja telesnih, čustvenih in socialnih potreb otrok in mladine, teoretična izhodišča in primere dobre prakse.

Konferenci smo dali naslov :

**"Odločenost za spremembe - medicinske sestre bomo v prvi vrsti zdravstvenega sistema"
"Izboljšajmo kakovost življenja - približajmo se otrokom in mladini".**

TEME:

- Pedagoško-didaktični pristopi v zdravstveni vzgoji
- Raziskovanje, izzivi in spremembe na področju zdravstvene vzgoje otrok in mladostnikov
- Promocija zdravja
- Zobozdravstvena vzgoja in preventiva
- Pasti odraščanja (duševno zdravje, nasilje, tvegana vedenja, odvisnosti)
- Specifična obravnava otrok in mladostnikov (otroci s kroničnimi nenalezljivimi boleznimi, otroci s posebnimi potrebami, depriviligirane skupine otrok ...)

Informacijo o registraciji in vse drugo v zvezi s konferenco najdete na spletni strani: <http://www.sniconference2013.org>

Z lepimi pozdravi.

Majda Šmit
predsednica programsko organizacijskega odbora

Darinka Klemenc
predsednica Zbornice – Zveze

Na podlagi določil Zakona o Državnem svetu ter v skladu z določili Pravilnika o izvedbi volitev predstavnikov Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije za člane volilnega telesa ter določitvi kandidata za člana Državnega sveta

Zbornica – Zveza objavlja

Javni poziv

članicam in članom Zbornice-Zveze **za vložitev kandidatur za člana Državnega sveta.**

Svojo kandidaturo, ki naj vsebuje kratek življenjepis pošljite, **do petka ,12. 10. 2012, do 12.00 ure** na naslov:
Volilna komisija Zbornice-Zveze, Kandidatura za člana Državnega sveta, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana.



Pogovor s predsednico DMSBZT Nova Gorica Damjano Polanc

Osebna izkaznica društva

Junija letos mineva 41 let od uradnega začetka delovanja Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Nova Gorica. V letih uradnega delovanja društva so zapisane dopolnitve statuta, sedeža in imena društva. Sedaj se društvo imenuje: Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Nova Gorica (Društvo MSBZT Nova Gorica) s sedežem v Novi Gorici, Rejčeva 4. Medicinske sestre, zdravstveni tehniki iz različnih ustanov so delovali že v šestdesetih letih preko različnih strokovnih sekcij pri Zvezi društev medicinskih sester Slovenije, vendar o njihovem delovanju ni najti uradnih dokumentov. Društvo MSBZT Nova Gorica se povezuje v Zvezo društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije in s tem v Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije. Sedaj je v društvu včlanjenih 845 članov in članic iz različnih zavodov, zaposlenih pri zasebnikih in upokojenih članov in članic severno primorske regije. Združeni v delu, izobraževanju, poslanstvu in druženju, promoviramo poklic in nudimo kakovostno zdravstveno nego in pomoč sočloveku.

V čem vidite prednost stanovskega povezovanja medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov tako na regijskem kot nacionalnem nivoju?

Čeprav je članstvo v društvu in s tem članstvo v Zbornici – Zvezi (Zb-Zv) prostovoljno, nisem nikoli pomislila, da ne bi bila članica, saj smo na ta način res združeni, se izobražujemo, srečujemo, izmenjujemo mnenja in znanja, vse v korist sočloveku in nam.

Predstavite nam največji uspeh v času vašega predsednikovanja.

Največji zalogaj in zadovoljstvo je bila organizacija slavnostnega srečanja ob 40. obletnici ustanovitve in delovanja društva v lanskem letu. S ponosom smo se člani in članice našega društva veselili uspeha naših članic, gospe Božene Istenič in gospe Irme Rijavec, ki sta prejeli najvišje priznanje Zb-ZV - zlati znak. Prav tako štejem za uspeh oblikovanje novih skupin, ki so začele delovati v društvu v tem času. Idej, kaj bi še izpeljali, je veliko in počasi jih realiziramo.

Kateri so pomembnejši kratkoročni in dolgoročni cilji društva?

Letos nas po strokovnem srečanju Zakonodaja s področja zdravstva, 13. oktobra, čaka še pohod in prijetno druženje ob zaključku leta. Za naprej pa planiramo najmanj, kar izpeljujemo vsako leto: strokovna srečanja, strokovne ekskurzije, pohode in druga družabna srečanja, pa še kakšno novost.

Menite, da potrebujemo zakon o zdravstveni negi?

Pridružujem se mnenju gospe Majde Šlajmer Japelj in gospe Vesne Rugelj, ki sta v prejšnjih številkah Utripa zapisali, da tistega kar ni zapisanega, ni! Prav tako kot gospa Majda Šlajmer Japelj menim, da je naša stroka nevidna, dokler ne dobimo Zakona o zdravstveni negi, v katerem bodo opredeljene naloge v negovalnih timih. Želim, da bi bilo v našem zakonu zajeto vse, kar je potrebno urediti v naši stroki.

Ste medicinske sestre enakopravne sodelavke v timu?

Za enkrat bi rekla, da še ne, vendar smo na dobri poti.

Je stroka zdravstvene in babiške nege dovolj avtonomna?

Tudi tukaj bi rekla, da še nismo dovolj avtonomni, vendar veliko bolj, kot desetletja nazaj.



Osebna izkaznica predsednice društva

Ne morem verjeti, da leta tako hitro minevajo. Srednjo zdravstveno šolo sem zaključila leta 1980 v Šempetru pri Gorici. Oborožena z znanjem in veliko prakse, ki sem jo tu pridobila, sem se podala na Visoko šolo za zdravstvene delavce v Ljubljani, kjer sem diplomirala leta 1983. Na isti šoli sem opravila tudi 3. letnik in leta 2007 postala diplomirana medicinska sestra. Želja po znanju me je peljala na Visoko šolo za zdravstvo, sedaj Fakulteto za vede o zdravju Izola, na magistrski študij. Drugi letnik sem zaključila leta 2010, sedaj pa manjka še pika na i - magistrsko delo, ki sem ga začasno odložila tudi zaradi dela v našem društvu.

Poklicno pot sem začela leta 1983 na oddelku za predšolsko in invalidno mladino v Stari Gori, oddelku Splošne bolnišnice »Dr. Franca Derganca« Nova Gorica. Po štirih letih sem dve leti na lastno željo nabirala znanje v okviru iste bolnišnice na intenzivnem oddelku in v operacijskih prostorih kot anesteziološka medicinska sestra. Devetnajst let pa sem bila glavna medicinska sestra otorinolaringološkega oddelka in organizirala delo zdravstvene nege na oddelku za plastično in rekonstruktivno kirurgijo. V času dežurstva sem spoznala tudi delo na drugih kirurških oddelkih in delno tudi na ortopedskem in okulističnem oddelku. Leta 2008 me je želja po novem znanju in boljšem urniku peljala v Zdravstveni dom Nova Gorica, kjer sem še sedaj. Tu opravljam preventivno delo v otroškem in šolskem dispanzerju, v šoli za starše pa opravljam zdravstveno vzgojno delo.

Ves čas dela sem članica Društva MSBZT Nova Gorica, zadnji dve leti v vlogi predsednice društva, ki vključuje veliko organizacijskega dela in drobnih opravil, da društvo živi in je prepoznavno.

Imate v vašem okolju izkušnje z referenčnimi ambulantami?

Seveda. Delujejo v Ajdovščini, Novi Gorici in Tolminu. Dve naši članici, gospa Božena Istenič in Irena Vidmar, sta posebej zaslužni pri tem projektu in sta soavtorici dokumenta: Aktivnosti zdravstvene nege za diplomirane medicinske sestre in tehnike zdravstvene nege v ambulanti družinske medicine, ki je izšel leta 2011. Obe nas v društvu in širše sprotno informirata o razvoju tega projekta.

Kaj vidite kot največji problem na področju zdravstvene nege danes v vašem okolju in v Sloveniji na splošno?

Velik problem predstavlja preobremenitev zaposlenih v zdravstveni negi, krčenje pri zaposlovanju, nalaganju novih obveznosti zaposlenim, slabo plačilo za težko in odgovorno delo, saj jih večina zaposlenih v zdravstveni negi dela čez dan, ponoči, ob nedeljah in praznikih. Tudi podaljševanje delovne dobe predstavlja problem, saj se medicinske sestre, babice in zdravstveni tehniki prav zaradi napornega urnika in odgovornega dela z leti iztrošijo, utrudijo in tudi zbolijo. Zaradi zaustavljenega zaposlovanja in večjega števila zdravstvenih šol pa bodo mlajši kolegi in kolegice imeli težave pri iskanju zaposlitve. Žalosti me tudi razdor med nami, ki ga skušajo posamezniki zasejati. Nič nam ne koristi, pravzaprav nam škodi tudi ravnanje ministrstva za zdravje, oziroma ministra za zdravje, gospoda Tomaža Gantarja v smislu nepodaljšanja pooblastil Zbornici – Zvezi in napovedana izpustitev poklica srednje medicinske sestre/ zdravstvenih tehnikov iz reguliranih poklicev v zdravstvu.

Kako gledate na prenos kompetenc v zdravstveni negi?

Določitev in prenos kompetenc v naši stroki je potrebna in koristna, saj nas zavezuje in ščiti pri izvajanju zdravstvene in babilške nege. Izobraževanje v stroki zdravstvene nege se je spremenilo, prav tako programi, kar vodi v prenos kompetenc.

Se vam zdi dobro, da so tudi srednje medicinske sestre, zdravstveni tehniki/tehnike zdravstvene nege licencirani?

Seveda je dobro in potrebno, saj licenca vključuje izobraževanje. Bogatega znanja, ki ga pridobiš s srednjo, visoko, pa še kakšno izobrazbo, ni dovolj. Znanje je potrebno nadgrajevati v dobro nam in tistim, ki nas potrebujejo.

Menite, da je vseživljenjsko izobraževanje in strokovno usposabljanje ter izpopolnjevanje na področju zdravstvene in babilške nege potrebno?

Še kako je potrebno. Delovne zahteve se stalno spreminjajo, prav tako zahteve bolnikov in varovancev. Razvijajo se tudi stroke, ki so vezane na stroko zdravstvene nege, pojavljajo se nove bolezni in potrebe zdravih in bolnih, ki nas potrebujejo.

Kaj vas v zadnjih mesecih najpogosteje sprašujejo člani vašega društva?

Zanima jih moje mnenje in mnenje organov društva v zvezi z aktualnimi dogodki: delovanje civilne iniciative, licence, posledice nepodaljšanja pooblastil Zb-Zv, posledice, v kolikor srednja medicinska sestra/zdravstveni tehnik ne bo med reguliranimi poklici. Vprašana sem bila tudi, zakaj organiziramo v društvu strokovna srečanja ob sobotah, saj jim je s tem odvzeta možnost koriščenja dni za izobraževanje in kdo to odloča. S strani upokojene medicinske sestre je bila podana pobuda, da bi se oblikovalo dodatno delovanje upokojenih medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov znotraj društva.

Kako vaše strokovno društvo sodeluje z lokalno skupnostjo?

V času, kar sem predsednica društva, kot društvo nismo sodelovali v lokalnih skupnostih, sodelujejo pa naše članice in člani, zaposleni predvsem na primarni ravni z zdravstveno vzgojnimi

programi. Smo pa vedno pripravljeni, če se pokaže interes in potreba.

Vaša vloga predsednice zahteva veliko dela in usklajevanja z ljudmi, tudi v prostem času. Kako si polnite baterije?

Dom, kjer me čakajo mož in dva otroka, so moja opora in podpora. Časa, ko smo skupaj, ni veliko, je pa lepo. Rada prebiram strokovne in »pol strokovne« revije, ne samo moje stroke. Tudi kaj dobrega po televiziji rada pogledam. Zelo rada grem na izlete, pohode in seveda na dopust doma in po svetu.

Katero knjigo ste nazadnje prebrali? Kaj priporočate v branje?

Kateri film se vam je najbolj vtisnil v spomin?

Ne morem reči, da sem jo prebrala pred kratkim, je bila pa zadnja in to je: Pravnikov mozaik, ki jo je napisal Miro Cerar. Priporočala bi kar to. Še vedno je zame najboljši film Let nad kukavičjim gnezdrom. ■

Hvala za pogovor, uredniški odbor Utripa

Čestitka

V letošnjem letu sta postali magistrici zdravstvene nege članici našega DMSBZT Velenje

MATEJA PATERNEŠ IN SONJA JEŽOVNIK.

Iskrene čestitke.

IO DMSBZT Velenje

Čestitka

Na Fakulteti za vede o zdravju v Izoli je dne 12. 7. 2012 diplomirala naša sodelavka

IRENA LOREDAN.

Iskreno ji čestitamo k uspehu in ji želimo, da še naprej ostane tako FEJST punca v vseh ozirih.

Sodelavke in sodelavci Ortopedske bolnišnice Valdoltra.

Čestitka

Iz uspehov rastejo novi uspehi.
(John Jakes)

V mesecu juniju je na Fakulteti za vede o zdravju v Izoli diplomirala

SANJA JAKAC.

Ob tej priložnosti ji iskreno čestitamo sošolke in sodelavke Ortopedske bolnišnice Valdoltra.

Minute z Nado Sirnik



Zakaj ste se odločili za poklic medicinske sestre?

Da bom medicinska sestra, sem vedela od nekdaj. Morda je temu botrovalo to, da sem imela v otroštvu pogosta respiratorna obolenja, prejela veliko injekcij in se zelo pogosto srečevala z zdravstvenim osebjem. V otroških igrah sem imela vedno vlogo medicinske sestre. Čeprav sem imela izjemno rada zgodovino in arheologijo, je pri vpisu v srednjo šolo zmagala srednja zdravstvena šola pred gimnazijo.

V času šolanja pa sem spoznala, da je prav poklic medicinske sestre delo, ki me privlači in ki ga bom z veseljem opravljala celo življenje.

Kje ste končali šolanje?

Srednjo zdravstveno šolo sem končala na Ohridu v zadnji generaciji neusmerjenega izobraževanja. Prednost je bila, če se temu lahko tako reče, v tem, da sta se pouk in praksa odvijala izmenično vsak dan.

Visoko zdravstveno šolo sem končala v Ljubljani.

Svoje strokovno znanje sem izpopolnjevala tudi s podiplomskim študijem bolnišnične higijene.

Katera je bila vaša prva zaposlitev?

Svojo poklicno pot sem začela na nevropsihiatričnem oddelku splošne bolnišnice v Ohridu. Potrebe bolnikov po zdravstveni negi na tem oddelku so bile zelo različne in večplastne. Od potreb po zadovoljevanju vseh življenjskih aktivnosti pri bolnikih po CVI do potreb po ustrezni podpori bolnikom z različnim psihiatričnimi boleznimi.

Delo z njimi mi je odprlo realne poglede na zdravstveno nego, na bolnika kot posameznika in na nove dimenzije življenja.

Po dveh letih me je ljubezen pripeljala v Ljubljano, kjer sem z delom nadaljevala na Infekcijski kliniki. Tam sem pridobila veliko novega znanja, neprecenljive izkušnje, trajna prijateljstva, dodatno razvila svoj odnos do bolnikov in delovno vneto.

Po šestnajstih letih sem vse to prenesla v novo delovno okolje v Centru Dolfke Boštjančič na Igu oziroma v enoti Šiška. Tu zadnjih devet let svoj delovni čas posvečam otrokom in mladostnikom z motnjo v duševnem in telesnem razvoju.

Katera je vaša značilnost, ki je pri sebi ne marate?

Moje življenje teče na več tisoč vrtljajih. Počnem več stvari hkrati, tudi če ob tem skoraj omagam. Stvari morajo biti narejene takoj in zdaj. Malokdaj se znam ustaviti. Sem perfekcionista in zahtevna do sebe ter od drugih pričakujem toliko, kot zmorem sama.

Od koga ste na poklicni poti največ pridobili?

Zelo veliko jih je bilo. Težko bi izpostavila enega samega posameznika. Na vsakem delovišču so bile izkušene kolegice, ki so mi pomagali z nasveti, izkušnjami in zgledi. Vsakdo, ki je prišel naproti, mi je nekaj dal; od vsakega sem nekaj odnesla, se naučila. In kakopak največ od tistih, ki so postavljali meje in ovire.

Morda sem si zapomnila največ od svoje prve glavne medicinske sestre, ki je danes žal že pokojna. Kljub težkim delovnim pogojem na oddelku in svoji bolezni nam je vlivala optimizem, širila delovno vneto in nas spodbujala k izobraževanju in iskanju novega znanja.

Kakšen nasvet bi danes dali nekomu ob pričetku poklicne poti?

Svoje delo moraš imeti rad in ga z veseljem opravljati. Kratko malo moraš ga tako rekoč ljubiti, saj drugače ne gre, ker je to poklic, ki prežame vso družino in ne samo medicinske sestre kot posameznice.

Kolegice, ki opravljajo prakso v našo ustanovi, pogosto povprašam, zakaj so se odločile za ta poklic. Povem jim, da če so se odločile na osnovi prepričanj in želje po pomoči drugim, naj vztrajajo na tej poti in postavijo bolnika v središče svojega poklicnega delovanja. Samo tako bodo zadovoljne s seboj in s svojim delom, ki jih bo izpolnjevalo navkljub težavam, s katerimi se bodo prej ali slej srečale.

S čim ste najbolj zadovoljni?

Veseli me, da smo letos po treh letih intenzivnega dela, ocenjevanja in pripravljanja dokumentacije dobili certifikat Equalin, ki je pokazatelj kakovosti v socialnih zavodih. Znotraj tega je bilo vpeljana nekaj novosti na področju uvajanja novo zaposlenih delavcev in med njimi tudi medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov.

Zelo sem zadovoljna, da je društvena dejavnost DMSBZT Ljubljana postala prepoznavna v mojem delovnem okolju, ter da se člani mojega delovnega okolja udeležujejo oz. poslužujejo številnih interesnih in izobraževalnih aktivnostih.

Na kateri vaš dosežek ste najbolj ponosni?

Zasebno sem ponosna na svoja dva sinova, ki sta zrasla v odgovorna odrasla mlada človeka in sta obenem uspešna študenta.

Nadalje tudi na to, da mi uspeva slediti sodobni zdravstveni negi, spremembam, nenehnemu razvoju in da v njej še vedno vidim svoj profesionalni izziv.

Poklicno sem ponosna na svoje sodelavce, ki s predanostjo

opravljajo svoj poklic, medsebojno zelo dobro sodelujejo in spoštujejo sebe, drug drugega in predvsem varovance za katere odgovorno skrbijo.

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

Strnili bi vrste in se enkrat za vselej nehali med seboj obtoževati, kdo je za kaj kriv. Čeprav še nimamo zakona o zdravstveni in babiški negi in četudi ga verjetno še nekaj časa ne bomo imeli, imamo pa vsaj kompetence, znanje, izkušnje/ moč in voljo, da lahko stvari peljemo naprej v skupno dobro stroke in uporabnikov. Slednje je zlasti v današnjem času, ko smo nenehno izpostavljeni raznovrstnim pritiskom in »mobingu« na delovnem mestu, še kako potrebno in pomembno.

Predvsem bi si želela manj ločevanja na srednje in diplomirane medicinske sestre. Bolj se moramo zavedati, da vsi delamo z bolnikom in za bolnika/varovanca, ki je nenazadnje naš delodajalec.

Prisluhniti moramo drug drugemu in reševati težave na konstruktiven način, brez teptanja ugleda stroke.

Kaj menite o licencah? So potrebne tudi za srednje medicinske sestre in tehnike zdravstvene nege?

Licence so nujno potrebne za vse poklice v zdravstveni in babiški negi. Zdravstvena nega, tako kot ostale stroke na področju zdravstva, se izjemno hitro razvija in napreduje ter zahteva večjo širno ne le strokovnega znanja, temveč tudi znanja s področja komunikacije, sposobnost reševanja konfliktov in etičnih dilem, kritičnega razmišljanja in ocenjevanja in še marsikaj.

Regulacija pomeni nadzor nad izobraževanjem večine zaposlenih v zdravstveni negi. Že pred napovedano deregulacijo je bilo težko priti do sredstev za izobraževanje, deregulacija pa bi delodajalcem dala možnost, da prenehajo skrbeti za izobraževanje srednjih medicinskih sester. Še dobro, da se naše kolegice zavedajo potreb po nenehnem strokovnem izpopolnjevanju in skrbijo za pridobivanja novih znanj.

Posledice ukinjanja licenc za tako veliko skupino zdravstvenih delavcev bi nosili uporabniki zdravstvenih storitev. Potreba po stalnem izobraževanju je ključna, saj ima lahko usodne posledice za varnost posameznika oz. uporabnika, ki je lahko jutri tudi naš minister.

Kaj vas drži budno?

Društvena aktivnost, stalna zaposlenost, izvrstni sodelavci, ljubezen in moje najboljše prijateljice - knjige.

Kakšen bi bil vaš najljubši konec tedna?

Jutranja kavica z dobro knjigo, ki se potegne deleč proti poldnevu. Nekajurni sprehod z možem in psom po hribih, ali pa samo čez Rožnik.

Koga bi po vaši izbiri povabili na kosilo in zakaj?

Ta trenutek morda našega ministra, da bi se zares vsaj enkrat pogovorili o aktualni problematiki na področju zdravstvene nege. Verjetno to ne bi bilo najprijetnejše kosilo v mojem življenju. Zato sem raje v prijetnejši družbi, pa naj bodo to prijatelji, sodelavci, ali pa še najraje mož, ki me razume in podpira tudi pri najbolj norih idejah. ■



Mednarodni dan medicinskih sester 2013 – tema in slogan

Tema in slogan Mednarodnega dneva medicinskih sester za leto 2013 je:

Zdravstvena nega: razvojni cilji tisočletja (8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1)

Razvojni cilji tisočletja: osem ciljev, ki so jih svetovni voditelji leta 2000 sprejeli za svoje države, da bi ljudi osvobodili skrajne revščine in pomanjkanja. Razvojni cilji se nanašajo na različna področja – od prepolovitve skrajne revščine do zaustavitve širjenja virusa HIV/aidsa in zagotavljanja splošne osnovne izobrazbe, z vrsto časovno omejenih ciljev, ki imajo rok v letu 2015. Slogan mednarodnega dneva medicinskih sester 2013 je mišljen kot odštevanje do leta 2015 s poudarkom na ciljnih, povezanih z zdravjem (4, 5 in 6).

Razvojni cilji tisočletja: osem ciljev za leto 2015

1. Izkoreniniti skrajno revščino in lakoto
 2. Doseči splošno osnovno izobrazbo
 3. Spodbujati enakost spolov in krepiti vlogo žensk
 4. Zmanjšati umrljivost otrok
 5. Izboljšati zdravje mater
 6. Boj proti virusu HIV/aidsu, malariji in drugim boleznim
 7. Zagotoviti okoljsko trajnost
 8. Razviti globalno partnerstvo za razvoj.
- Gradiva v obliki wordovih dokumentov bodo na voljo do decembra letos, končne natisnjene in zvezane dokumente ter plakate pa bodo nacionalne organizacije prejele v začetku leta 2013. ■

Kostno-mišična obolenja med zaposlenimi s področja socialnega varstva

Prva objava avtorske raziskovalne naloge

Ljudmila Par

Kostno-mišična obolenja so najpogostejše z delom povezane težave v EU. Pred pristopom Romunije in Bolgarije je v 25 državah članicah EU (EU-25) tožilo zaradi bolečin v hrbtu 24 odstotkov delavcev. V novih državah članicah EU ima enake težave 39 odstotkov delavcev. Tudi zdravstvo in socialno varstvo je dejavnost, kjer je ta problem najbolj pereč. (1) V prispevku so objavljeni rezultati raziskave s tega področja. V raziskavi je sodelovalo 218 zaposlenih iz 32 javnih zavodov s področja socialnega varstva iz cele Slovenije.

NAMEN

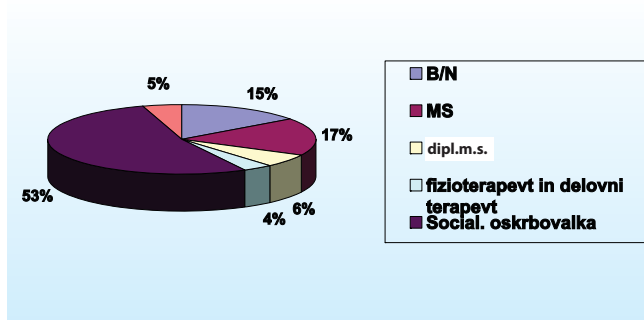
Pretekle raziskave, v katerih so sodelovali člani zdravstveno-negovalne službe v domovih za starejše občane, so pokazale, da je imelo 90 % zaposlenih bolečine v hrbtu. (2) Zanimalo me je, kako je s temi problemi na sorodnih delovnih področjih v socialnem varstvu: koliko zaposlenih je že imelo bolečine v hrbtenici, koliko jih je imelo bolečine v zadnjem letu in koliko v zadnjem mesecu, kako pogosto imajo bolečine, ali so že bili zaradi teh težav na bolniškem dopustu in ali imajo kakšne omejitve glede dvigovanja bremen.

METODE DELA

Podatki so dobljeni s pomočjo anketnega vprašalnika, ki so ga anketirani izpolnili pred začetkom izvedbe strokovnega seminarja, na katerem so se učili varnih metod in tehnik premeščanja in premikanja oseb. Podatke sem zbiral od maja 2010 do marca 2012. Izpolnjevanje ankete je bilo prostovoljno in anonimno. Podatki so bili obdelani s pomočjo programa SPSS.

REZULTATI

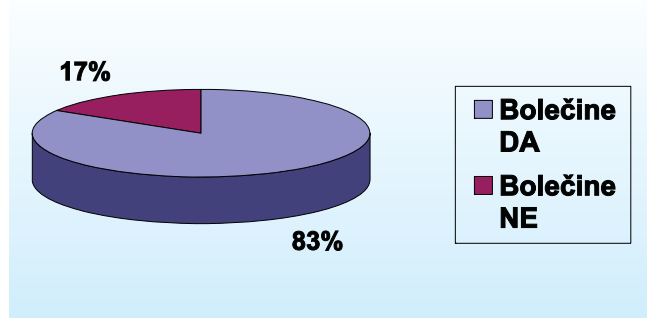
Anketni vprašalnik je izpolnilo 218 zaposlenih različnih profilov: 116 socialnih oskrbovank, 33 bolničarjev negovalcev, 38 zdravstvenih delavcev s srednjo stopnjo izobrazbe, 13 višjih oz. diplomiranih medicinskih sester, 6 fizioterapevtov, 2 delovna terapevta in 10 drugih zaposlenih (4 strežnice, 1 varuh v zavodu, 1 socialna delavka, 1 delovni inštruktor, 1 strokovni svetovalec). Od tega je bilo 92 odstotkov žensk.



Graf št. 1: Poklicna struktura anketiranih.

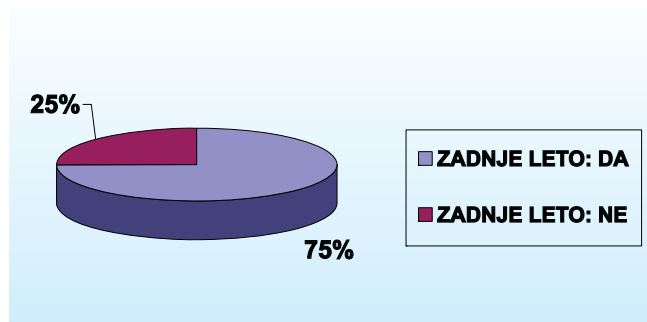
Starostna struktura je pokazala, da je 90 anketiranih (41,3 %) starih od 41 do 50 let in 57 (26 %) zaposlenih starih od 31 do 40 let. Sledi starostna skupina od 51-60 let, kjer je 46 (21 %) anketiranih, v starosti od 20 do 30 let je bilo 22 (10 %) anketiranih.

Spodnji graf nazorno prikazuje, koliko anketiranih je že imelo bolečine v križu. Dobljeni rezultati samo potrjujejo predhodno opravljene raziskave, saj je pozitivno odgovorilo 182 anketiranih ali 83 odstotkov.



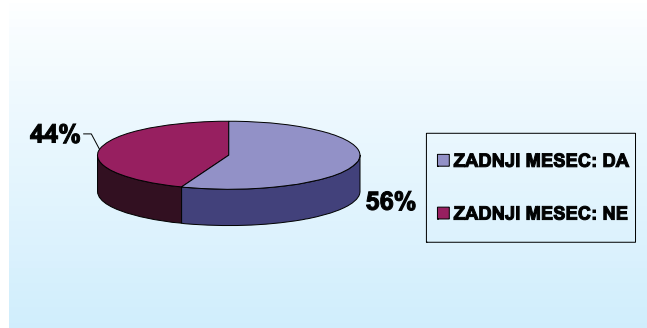
Graf št. 2: Ali ste že imeli kdaj bolečine v hrbtenici?

V zadnjem letu je imelo bolečine v križu 163 zaposlenih ali 75 odstotkov anketiranih.



Graf št. 3: Ali ste imeli bolečine v hrbtenici zadnje leto?

V zadnjem mesecu je imelo bolečine 122 anketiranih ali 56 odstotkov.

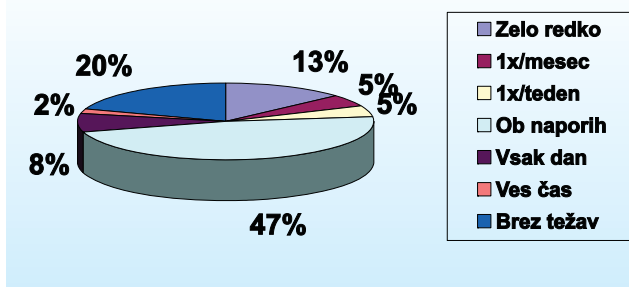


Graf št. 4: Ali ste imeli zadnji mesec bolečine v hrbtenici?

Dobljeni rezultati potrjujejo dejstvo, da so poklici v zdravstvu in socialnem varstvu poklici, kjer pri zaposlenih zelo pogosto prihaja

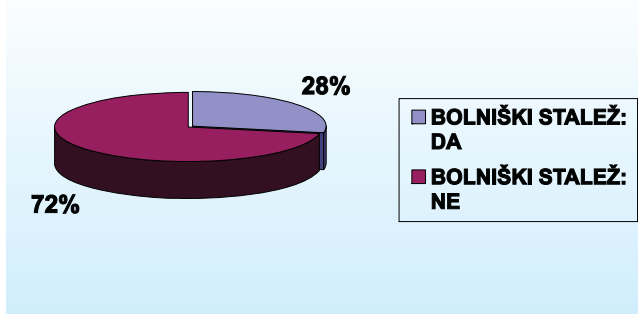
do bolečin v hrbtenici. Eden od vzrokov so lahko velike fizične obremenitve pri premeščanju pacientov, ne smemo pa pozabiti tudi na organizacijo dela, stres, prisilno držo, mrz in neustrezne delovne pogoje.

Skoraj polovica anketiranih ima bolečine v hrbtenici najpogosteje ob naporih, kar so odgovorili 104 zaposleni ali 47 odstotkov, in zelo redko, kar je odgovorilo 29 zaposlenih ali 13 odstotkov anketiranih.



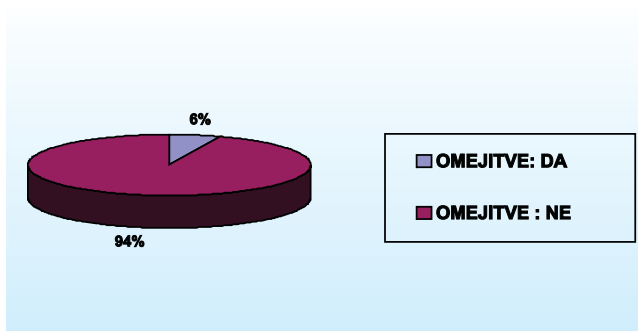
Graf št. 5: *Kako pogosto imate bolečine v hrbtenici?*

Na vprašanje, ali so že bili na bolniškem dopustu zaradi bolečin v križu, je pritrdilno odgovorilo 61 zaposlenih ali 28 % anketiranih. Trije niso bili na bolniškem dopustu, so si pa za nekaj dni vzeli dopust, da so bolečine minile. Največ, 12 anketiranih, je bilo na bolniškem dopustu 14 dni, sicer pa je odsotnost trajala od 3 do 60 dni. Dva anketirana sta bila že operirana na hrbtenici in sta bila na bolniškem dopustu 6 oz. 3 leta. Skupaj so bili anketirani na bolniškem dopustu 4103 dni, kar v povprečju znesi 19 dni na anketiranega. To dejstvo pa ne predstavlja več samo zdravstveni problem posameznika, temveč tudi gospodarski problem.



Graf št. 6: Ali ste že bili na bolniškem dopustu zaradi bolečin v križu?

Prav tako ima 12 anketiranih ali 6 odstotkov predpisane omejitve pri delu od zdravnika specialista. Omejitve se nanašajo predvsem na omejitve pri dvigovanju bremen do 7, 9 in 15 kg, omejitve pri hoji in omejitve prisilne drže.



Graf št. 7: Ali imate predpisane omejitve od ortopeda zaradi bolečin v križu?

ZAKLJUČEK

Bolečine v križu lahko prizadenejo slehernega človeka in povzročijo veliko osebnega trpljenja in izgubo dohodka. Ustvarjajo tudi visoke stroške za podjetja in nacionalno gospodarstvo. Vendar jih lahko preprečimo ali zmanjšamo z izvajanjem preventivnih ukrepov, s pravilnim izvajanjem delovnih nalog, z izobraževanjem zaposlenih in preverjanjem učinkovitosti ukrepov.

Namen raziskave je bil, da bi se zaposleni v zdravstvu in socialnem varstvu še bolj zavedali pomena izobraževanja na tem področju. Veliko problemov lahko preprečimo ali zmanjšamo z zdravimi načinom življenja in z upoštevanjem predpisov o varnosti in zdravju pri delu ter upoštevanjem praktičnih smernic. Nekatere praktične smernice so podane tudi na spletni strani Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve, v spletni aplikaciji ERGONOMIJA V ZDRAVSTVENI NEGI, ki smo jo v sodelovanju z ministrstvom pripravile s Simono Križanec, prof. zdr. vzgoje in Karmen Pavrič-Konušek, prof. zdr. vzgoje in je namenjena vsem, ki izvajajo zdravstveno nego, pomoč in oskrbo in nego na domu. Najdete jo na spletnem naslovu: <http://www.zdravstvena-nega.mddsz.gov.si/> V njej so prikazane tehnike in metode varnega dvigovanja in premeščanja oseb.

Iskreno se zahvaljujem vsem anketiranim, ki so pokazali veliko mero sodelovanja in pripravljenosti za pomoč pri izdelavi raziskovalne naloge, saj brez njihovega sodelovanja ne bi dobila dobljenih rezultatov. ■

LITERATURA

1. Evropska fundacija zaboljšanje življenjskih in delovnih razmer, 4. evropska raziskava o delovnih razmerah, 2005;
2. Par L. Uporaba pripomočkov za lažje delo v zdravstveni negi. Zdravstvena nega in oskrba starostnika - Zbornik referatov 26. strokovnega srečanja strokovne sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v socialnih zavodih: 25. in 26. marec 2010: Dolenjske toplice, Slovenija.

GYNO-LACT

(3 sevi Lactobacillus)

Preprečuje in zmanjšuje bakterijske vaginoze






- za preprečevanje vaginalnih vnetij
- pri neobičajnem izcedku neprijetnega vonja ali ob nenavadnih in neprijetnih simptomih v intimnem predelu
- po antibiotičnem zdravljenju vaginalnih vnetij
- pri večjih dejavnikih tveganja za porušeno vaginalno mikrofloro (spolni odnosi, menstruacija, nosečnost, dojenje, uporaba antibiotikov, hormonska kontracepcija, uporaba materničnih vložkov in vaginalnih tamponov, idr.)

Gynolact je majhna in hitrotopna vaginaleta, ki ne kaplja in ne pušča madežev na perilu.

S12.05.01_Gyn





Pakiranje po 8 vaginalet. Gynolact je medicinski pripomoček. Dostopen je v lekarnah in specializiranih prodajalnah.

info-sk@vitabalans.com | www.vitabalans.si

Peti dnevi Angele Boškin

Zdenka Kramar

Letošnji 5. dnevi Angele Boškin so potekali v Kranjski Gori. V dveh dneh smo poskušali razrešiti nekatere izzive na področju akreditiranja in v trajnostnem razvoju kakovosti in varnosti obravnave pacientov



Udeleženci srečanja

Srečanje je potekalo 21. in 22. septembra 2012. Rdeča nit vsakoletnega strokovnega srečanja dnevi Angele Boškin je kakovostna in varna obravnava pacientov, letošnji **5. dnevi Angele Boškin** so potekali pod naslovom »Trajnostni razvoj na področju kakovosti in varnosti; povezava med akreditacijo in varno ter kakovostno obravnavo pacientov«. Udeležence strokovnega seminarja je poleg Zdenke Kramar, pomočnice direktorja za področje zdravstvene nege, in Igorja Horvata, direktorja Splošne bolnišnice Jesenice, v imenu ministra za zdravje Tomaža Gantarja pozdravila tudi Biserka Simčič, vodja sektorja za kakovost in varnost sistema zdravstvenega varstva na Ministrstvu za zdravje.

Tudi letos je bilo ponovno poudarjeno, da je za spremembe, ki so potrebne za izboljševanje kakovosti in varnosti, pomembna sprememba kulture v bolnišnici, ki jo razumemo kot vrednote, odnose, zaznavanje, usposobljenost in vzorce obnašanja, ki določajo zavzetost in strokovnost upravljanja celovite kakovosti in varnosti. To je in mora biti način delovanja vseh vodilnih v posamezni ustanovi, ki nezavedno vplivajo na obnašanje in delovanje ostalih zaposlenih.

Ni naključje, da smo v Splošni bolnišnici Jesenice strokovna srečanja poimenovali po Angeli Boškin, ki je bila prva šolana medicinska sestra v Sloveniji in je že pred več kot 95 leti na Jesenicah začela uvajati celostno obravnavo pacienta, kar je tudi danes, poleg sledenja razvoju medicine, osnovno vodilo in cilj prizadevanj na področju zdravstvene nege. Angela Boškin je, kot je poudarila Zdenka Kramar v svojem uvodnem nagovoru, dobro razumela poslanstvo medicinske sestre in njeno delo na preventivnem področju, saj je organizirala prvo posvetovalnico za matere in dojenčke, kar je bilo za tiste čase neverjetno inovativno. Delo človeka utrjuje, z njim raste, je bila prepričana, to pa ji je dajalo moči, da je pomagala ljudem, ki so živeli v težkih razmerah. Letošnji strokovni seminar je pritegnil največ udeležencev doslej, v predstavitvah in razpravah, ki so se zvrstile v dveh dneh, smo glavno pozornost namenili pomenu pridobivanja akreditacij na poti trajnostnega zagotavljanja kakovosti in varnosti pri obravnavi

pacientov. Akreditacije prinašajo mnogo sprememb, usmerjenih k boljšemu povezovanju kakovosti meritev in izboljševanju same kakovosti in varnosti. O pomenu akreditacije na različnih ravneh, o njenih značilnostih in prednostih, o sistemu vodenja kakovosti in povezavi med akreditacijo in kakovostno ter varno oskrbo pacientov so bile teme, ki smo jih uvodoma obravnavali udeleženci letošnjega strokovnega srečanja.

V uvodnem predavanju je predstavnica Ministrstva za zdravje predstavila izhodišča za akreditacijo in o njenem pomenu in vrednosti, ki jih akreditacija doprinese v posamezen zdravstveni zavod. Sledilo je zanimivo predavanje gospoda Jakoba Ceglarja iz Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije, ki nam je na zelo nazoren način predstavil, kaj je dobra bolnišnica. Sistem vodenja kakovosti in pomen akreditacije sta predstavila tudi gospa Breda Hainrih, predstavica za kakovost Univerzitetnega kliničnega centra Maribor, in direktor Splošne bolnišnice Jesenice Igor Horvat. V nadaljevanju je sledil zanimiv sklop predstavitev na področju uvajanja koordinatorskega odpusta. Predstavljena sta bila dva pristopa. Način dela koordinatorskega odpusta sta predstavili Jana Lavtižar in Sabina Mulalić iz Splošne bolnišnice Jesenice, pristop dela v bolnišnici Golnik pa je predstavila dr. Saša Kadivec. Kakovost vse bolj stopa tudi v visoko šolstvo, zato je prednosti urejenega in certificiranega vodenja kakovosti na Visoki šoli za zdravstveno nego Jesenice, povezava s kliničnim okoljem učnih baz, predstavila Sedina Kalender Smajlović. Sledilo je zanimivo predavanje izr. prof. dr. Andreja Robide, ki je zagotovo pionir pri uvajanju kakovosti in varnosti v slovensko zdravstvo. Njegovo predavanje z naslovom Odkloni, napake, kultura obtoževanja in pravična kultura nam bo pomagalo pri uvajanju kulture varnosti v bolnišnicah. Kako evidentiramo in vodimo odklone v Splošni bolnišnici Jesenice, je predstavila Sandra Jerebic. Prikaz zelo dobre prakse je bilo predavanje gospe Jelke Mlakar, ki je predstavila Sporočanje in obravnavo nevarnih varnostnih zapletov v zdravstveni obravnavi pacienta v UKC Ljubljana. Na kakšen način vodijo odklone, v Bolnišnici Golnik nam je predstavila gospa Danica Šprajcar.

Na okrogli mizi o skupnih izzivih akreditacije v slovenskih bolnišnicah, ki jo je vodil prim. mag. Miran Rems, sodelovali pa so Stephen McAdam – DNV, Biserka Simčič – Ministrstvo za zdravje, Mira Šavora – Bolnišnica Valdoltra, prim. Hermina Damjan – Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije, Lučka Kosec – SB Novo mesto, Daniel Grabar – SB Murska Sobota, Sandra Tušar – SB Jesenice, Zdenka Kramar – SB Jesenice so sodelujoči predstavili svoje poglede in izkušnje pri vstopu v akreditacijske postopke v svojih ustanovah. Strinjali so se, da je akreditacija dragoceno in pomembno orodje za spreminjanje procesov v zdravstvenih ustanovah. Akreditacija mora zagotavljati jasno zavezo bolnišnice za nenehno izboljševanje kakovosti in varnosti pacienta, predani pa ji morajo biti vsi zaposleni. Brez ustrezne organizacijske kulture, odločenosti tako najvišjega kot srednjega menedžmenta, motiviranosti ter predanosti zaposlenih spremembe procesov ne morejo biti dosežene, akreditacija pa ostane zgolj dokument brez dejanske vrednosti.

Drugi dan na petih dnevih Angele Boškin smo nadaljevali z obravnavo področja bolnišničnih okužb v okviru akreditacijskih standardov kot pomembnega kazalnika kakovostne in varne obravnave pacienta. Tudi na tem področju smo poskušali predstaviti dobre prakse iz več zavodov. Iz bolnišnice Golnik je sodelovala gospa Viktorija Tomič. Dobro prakso na področju vodenja bolnišničnih okužb iz Splošne bolnišnice Jesenice je predstavila Lidija Ahec. Mojca Dolinšek pa je predstavila obsežne priprave na akreditacijo na področju bolnišničnih okužb v UKC Ljubljana. Sledilo je zanimivo predavanje Barbare Špilek iz Splošne bolnišnice Novo mesto, ki je predstavila izjemne rezultate pri znižanju prenosa MRSA.

Sledil je sklop predavanj o pravilnem predpisu in aplikaciji zdravil. Svoje izkušnje pri nenehnem uvajanju kakovosti in varnosti na tem področju so predstavili iz Splošne bolnišnice Jesenice Brigita Najdenov, Sandra Tušar in Zorica Panič, izkušnje Klinike Golnik je predstavila Tina Morgan. Kako daleč so na kliniki za ginekologijo in perinatologijo v UKC Maribor, pa je predstavila Danijela Pušnik.



Izr. prof. dr. Andrej Robida in Zdenka Kramar

Pete dneve Angele Boškin smo zaključili z zanimivo okroglo mizo, ki jo je vodila Zdenka Kramar. Sodelovali so mag. Branko Bregar – Psihiatrična klinika Ljubljana, Petra Svetina Šorli – Klinika Golnik, Jožica Rešetič – SB Novo Mesto, mag. Hilda Maze – SB Celje, Darinka Klemenc – Zbornica – Zveza, Nika Škrabl – UKC Ljubljana, Natalija Vičar – SB Murska Sobota, Marjan Žagar – Psihiatrična bolnišnica Begunje, Nevenka Marinšek – SB Jesenice. V razpravi smo poskušali najti pomembna izhodišča in zaključke pri uporabi in namestitvi posebnih varovalnih ukrepov za pacienta. Sodelujoči na okrogli mizi so razpravljali o različnih vidikih omenjenega področja, tako teoretičnih kot praktičnih izkušnjah, vse v okviru posameznih akreditacij in pri tem sprejeli določene zaključke, ki jih bomo vključili v protokol o posebnih varovalnih ukrepih, ki se pripravlja pri Zbornici – Zvezi.

Tudi za letošnje strokovno srečanje Angele Boškin lahko ponovno rečemo, da je bilo zelo uspešno in da so bili vsi udeleženci zelo zadovoljni in bodo v svoje delovno okolje prenesli zelo veliko dobrih praks. ■

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 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.

Zaupanje v zdravstvo

Vprašani v okviru raziskave Politbarometer, ki jo opravlja Center za raziskavo javnega mnenja, so v septembru med drugim ocenjevali stopnjo zaupanja v državne ustanove. Zdravstvo se je med ustanovami z visoko stopnjo zaupanja s 47odstotnim deležem uvrstilo na prvo mesto. Sledita vojska, šolstvo in policija. Najbolj upada zaupanje v politične institucije.



Otroci

Združeni narodi so obvestili, da se je umrljivost otrok, mlajših od pet let, od leta 1990 prepolovila. Zasluga za to gre predvsem boljšemu zdravstvenemu varstvu v vseh delih sveta. Leta 1990 je umrlo okoli 12 milijonov otrok in leta 2011 je pred petim rojstnim denem umrlo 6,9 milijona otrok.



Mišja mrzlica

V Sloveniji je letos za mišjo mrzlico zbolelo že 170 ljudi. Kar 40 odstotkov primerov se je pojavilo na mariborskem območju. Razlog za toliko obolelih je naraščanje števila miši, še posebej na Pohorju.



Predsednica Hrvaške zbornice Dragica Šimunec v intervjuju o petletnem šolanju na Hrvaškem

Vprašanje: Pred kratkim smo dobili petletno srednjo šolo za medicinske sestre splošne nege, preobrazbo tega programa iz štiri letnega programa so mnogi kritizirali. Kakšno je vaše osebno mnenje o resnicah in ali bo kolegicam in kolegom z novo obliko programa ta izobrazba dejansko tudi avtomatično priznana v vseh državah Evropske unije, tako kot to predstavljajo avtorji in promotorji tega petletnega izobraževanja? Kaj se dogaja s kolegicami, ki so končale štiriletni program, in kaj s kolegicami, ki so končale dodiplomski triletni strokovni študij?

Dragica Šimunec: »Dejstvo je, da se takšna oblika izobraževanja ni priznala v nobeni državi, ki so v zadnjem paketu vstopile v Evropsko skupnost. Pogoji za vse do sedaj je bil, da so imele podoben sistem izobraževanja.

Hrvaška se v vseh delih približuje standardom EU, tako da je vse odvisno od odločitve komisije pri EU, le – to je možno pričakovati kmalu. Do sedaj naša zbornica ni dobila o tem nobenih pisnih informacij. Dejstvo je, da se takšen sistem izobraževanja ni priznal v nobeni državi s podobnim sistemom šolanja. Znano je, da so Madžarska, Češka, Slovaška, Romunija in Bolgarija ukinile srednje

zdravstvene šole, Poljska, ki se je najdlje upirala, je izgubila spor s Evropsko skupnostjo. EU je nato Poljski z izdatno finančno pomočjo pomagala vzpostaviti sistem visoko strokovnega izobraževanja medicinskih sester. Danes te kolegice brez ovir dobivajo delo v državah članicah EU.

Zavzemam se, da odgovorno pristopimo k vsem predlogom in ukrepanjem. Menim, da je potrebno gledati v prihodnost. Moramo se naučiti gledati okoli sebe, opazovati, kako so ravnale druge države, kako so rešile ta problem in ne smemo ponavljati napak drugih. To, ali so naše medicinske sestre najboljše v Evropi, ali smo mi resnično najbolj pametni in smo predlagali rešitev, ki je drugi niso prepoznali, bomo kmalu izvedeli. Vsako potezo, posebej ko gre za občutljiva vprašanja, je potrebno dobro pretehtati in ne dajati pavšalnih ocen. Za vsak eksperiment ali potezo je potrebno nositi osebno odgovornost. Pričakujemo, da s sistemom visokega izobraževanja ne bo težav, vendar sem mnenja, da je potrebno počakati. »

Iz daljšega intervjuja z gospo Dragico Šimunec, predsednico Hrvaške zbornice medicinskih sester, smo s portala NurseandNEWS povzeli eno vprašanje in odgovor.



Diagnostika z magnetno resonanco

V Sloveniji že deluje osemnajst magnetnih resonanc, do katerih pacienti lahko dostopajo preko napotnic. Trinajst magnetnih resonanc že deluje v javnih zdravstvenih zavodih. Po eno MR imajo v SB Murska Sobota, SB Celje, Bolnišnica Valdoltra, SB Izola, SB Nova Gorica, SB Novo mesto in Onkološki inštitut v Ljubljani, tri v UKC Ljubljana in dve v UKC Maribor, pet pa pri koncesionarjih (Medilab z dvema MR, po eno imajo Terme MB d.d. - MRC Fontana, MDT&T d.o.o., in Mudnič Nikša).

Konec januarja je magnetno resonanco pridobila SB Jesenice, sredi februarja SB Murska Sobota, do konca leta bo svojo magnetno resonanco pridobila tudi SB Slovenj Gradec, kar pomeni, da bodo takrat magnetne resonance imele vse slovenske bolnišnice.

V kratkem bo magnetno resonanco s pomočjo donacij dobila tudi Pediatrična klinika UKCL.

Po podatkih ZZZS je bilo v letu 2008, ko je delovalo 13 MR naprav, opravljenih 34.843 pregledov, v letu 2010 ob 16 MR napravah 44.464 pregledov. Povečano število pregledov lani pripisujemo pristopu stimulativnega plačevanja preiskav z MR, ki jih je ministrstvo skupaj z ZZZS uvedlo julija lani, z začetkom veljavnosti septembra 2010. Po podatkih ZZZS je konec leta 2010 na preiskavo z magnetno resonanco čakalo 9.486 pacientov.

Čakalne dobe na pregled z magnetno resonanco v Sloveniji so različne. Po telefonski anketi ministrstva za zdravje je najhitrejša dostopnost do preiskave v Termah MB d.d. - MRC Fontana in v SB Izola, kjer so čakalne dobe na pregled dolge okoli mesec dni. Več o čakalnih dobah na pregled z MR si pacienti lahko razberejo v aplikaciji na spletnih straneh IVZ oz. na naslovu <http://www.ivz.si/?ni=175>. ■

*Vse novice so povzete s svetovnega spleta
Pripravili: Biserka Marolt Meden in Đurđa Sima*

Zahvala

Sodelavke in sodelavci Klinike za infektivne bolezni in vročinska stanja UKCL, se iskreno zahvaljujemo srednjima medicinskima sestrama

Tončki Zajc in Zalki Miller

ob njuni upokojitvi, za ves njun trud in čas, ki sta ga tako požrtvovalno preživel z nami.

Sodelavke in sodelavci iz Infektivne klinike



Delovna Skupina Za
Nenasilje v Zdravstveni Negi

Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni negi



Zbornica zdravstvene in babetne nege Slovenije –
Zveza strokovnih društev medicinskih sester,
babič in zdravstvenih tehnikov Slovenije



Drštvo 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!

Predstavitve slovenskega projekta na mednarodnem kongresu o abdominalni debelosti v Kanadi, 9. – 12. julij 2012

Majda Mori Lukančič, Katarina Vukelič, Sonja Kerin Kos

Od 9. do 12. julija 2012 sva se predstavnici Zdravstvenega doma Grosuplje skupaj s predstavnicjo Zdravstvenega doma Ljubljana in ob sodelovanju Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana aktivno s poster predstavitvijo udeležile mednarodnega kongresa o abdominalni debelosti, ki je potekal v kanadski provinci Quebec.



Slovenske udeležence mednarodnega kongresa o abdominalni debelosti v Kanadi, 9. – 12. julij 2012 (od leve proti desni): Majda Mori Lukančič, prof. zdr. vzg., Katarina Vukelič, dr.med., spec. int. med., Sonja Kerin Kos, dipl. m. s. s spec. znanji.

Naš poster s predstavitvijo nacionalnega programa hujšanja bolnikov s sladkorno boleznijo tipa 2 v Sloveniji je bil odlično sprejet. S posterjem smo namreč prikazali, da lahko s preventivnimi dejavnostmi, ki vodijo v izgubo telesne teže, zelo dobro obvladujemo abdominalno (trebušno) debelost. Abdominalna (trebušna) debelost je namreč metabolični oz. presnovni sindrom, ki vodi v povečano tveganje za nastanek srčno-žilnih bolezni. Njegovo obvladovanje tako izboljša tudi metabolično urejenost sladkorne bolezni tipa 2.

Številni predavatelji na kongresu so predstavili trebušno debelost kot najpomembnejšo manifestacijo metaboličnega presnovnega sindroma in kot pokazatelja disfunkcionalnega maščobnega tkiva ter njegov pomen za klinično diagnostiko. Bolniki z metaboličnim sindromom, ki ga opredeljuje povečan obseg trebuha, povišani trigliceridi, nizek HDL holesterol, povišan krvni tlak in povišana vrednost glukoze v krvi imajo dvakrat večje relativno tveganje za nastanek srčno-žilnih bolezni. Smernice mednarodne diabetološke zveze (IDF) priporočajo pri moških obseg trebuha manjši od 94 cm, pri ženskah pa manjši od 80 cm. Pomembno je redno meriti obseg trebuha, saj zgolj indeks telesne mase ali telesna teža ne zadostujeta. Indeks telesne mase in obseg trebuha sta potrebna za ugotavljanje in oceno morbiditete in mortalitete v povezavi z debelostjo. Prekomerna akumulacija visceralne maščobe je povezana z različnimi aterogenimi in diabetogenimi abnormalnostimi. Maščobno tkivo je sprožilec sistemskega vnetja,

vaskularne oz. žilne remodelacije. Treba je poudariti, da je obseg trebuha pozitiven napovednik zdravstvenega stanja. Prav tako velja izpostaviti pomen akumulacije maščobe v jetrih, skeletnih mišicah, srcu in celo v beta celicah pankreasa, saj gre za t.i. ektopično depozicijo maščobe. Visceralna maščoba determinira jetrno maščobo, ta pa predstavlja dejavnik tveganja za nastanek srčno-žilnih bolezni. Posledice so steatoza, kontraktilna disfunkcija in apoptoza. Tako lahko povečana epikardialna maščoba promovira aterogenezo. O morbidni debelosti govorimo pri indeksu telesne mase 44. Inzulinska občutljivost se izboljša pri indeksu telesne mase pod 30.

Kaj je pomembno v prihodnosti? Kaj torej vključuje globalno obvladovanje dejavnikov tveganja za nastanek srčno-žilnih bolezni? Združenji ADA in AHA uporabljata pojem kardio-metaboličnih, kardio-metaboličnih dejavnikov tveganja, ki predstavljajo vsesplošne dejavnike tveganja za nastanek srčno-žilnih bolezni. Ti ne vključujejo le presnovnega sindroma, temveč tudi lipide kot LDL, HDL, arterijsko hipertenzijo, sladkorno bolezen, starost, spol, kajenje in tudi genetične faktorje ter etično pripadnost. Ključno ostaja prepoznavanje visoko rizičnih bolnikov s trebušno debelostjo v različnih populacijah sveta. Tudi iz ekonomskega vidika ostaja pomembna preventiva. Kot se zavedamo pomena spremembe življenjskega sloga v Sloveniji, tako je tudi v svetu, pri čemer ostajata ključni dietna prehrana in telesna aktivnost za preprečevanje sladkorne bolezni in njenih negativnih zdravstvenih posledic. Seveda je potrebno poudariti, da razvite oblike sladkorne bolezni preprečujemo tudi z zgodnjim zdravljenjem.

Uspešno preventivo zagotavlja že 5 – 10 odstotkov izgube telesne teže. 10 odstotkov izgube telesne teže namreč v povezavi z zmanjšanjem jetrne maščobe za skoraj 50 odstotkov in spremembo življenjskega sloga vodi v zmanjšanje kardio-metaboličnega tveganja ter s tem v zmanjšanje tveganja za nastanek srčno-žilnih bolezni. ■



Slovenske udeležence na kongresu o abdominalni debelosti v Kanadi

Aktivnosti v Strokovnem društvu MSBZT Pomurja v prvem polletju 2012



Strokovno društvo medicinskih sester,
babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja

Emilija Kavaš, predsednica DMSBZT Pomurja



Udeleženci zakonodaja

Zakonodaja v zdravstvu s poudarkom potreb v zdravstveni in babiški negi

V soboto, 21. 4. 2012, smo izvedli seminar za obvezne vsebine Zakonodaja v zdravstvu s poudarkom potreb v zdravstveni in babiški negi. Seminar je DMSBZT Pomurja organiziralo za svoje člane brezplačno. Udeležencev na seminarju je bilo 300, kar kaže pri članih veliko zanimanje za to področje. Uvodoma je navzoče pozdravila in predstavila pomen zakonodaje predsednica DMSBZT Pomurja Emilija Kavaš

Skozi celodnevni seminar so nas peljali predavatelji z naslednjimi temami: **Pravna ureditev zdravstvene dejavnosti** je predstavil Peter Požun, univ. dipl. ekon., državni svetnik za področje zdravstva, podpredsednik Zbornice- Zveze. Podrobno in zanimivo za slušatelje je predstavil:

- pravni viri za organizacijo zdravstvenega varstva (ustava RS, zakoni, podzakonski akti),
- ustavne pravice in temeljne svoboščine v zvezi z zdravstvenim varstvom (pravica do zdravstvenega varstva, pravica do socialne varnosti, svobodno odločanje o rojstvih otrok, pravica do ugovora vesti),
- družbena skrb za zdravje in njena realizacija, nacionalni plan,
- pravice in dolžnosti v zvezi z opravljanjem zdravstvene dejavnosti (ustava, kodeks etike zdravstvenih delavcev, ugovor vesti v organizaciji zdravstvenega varstva,
- nadzorstvo nad delom zdravstvenih zavodov in zdravstvenih delavcev (upravno, strokovno in finančno nadzorstvo),
- zdravstveni delavci in zdravstveni sodelavci (vsečina, kvalifikacija, nazivi, samostojnost dela, register, licenca, strokovno izpopolnjevanje),
- strokovna združenja – zbornice in njihove naloge, pristojnosti, javna pooblastila, članstvo, organi, akti in financiranje.

Zakon o pacientovih pravicah in pravna ureditev pacientovih pravic je podal Edvard Jakšič, mag. zn., zaposlen na SZŠ Murska Sobota

Pravno varstvo otrok in pravice otrok v bolnišnici je predstavila Irena Šumak, mag. zn., zaposlena na SZŠ Murska Sobota. Popeljala nas je skozi teme:

- Konvencija o otrokovih pravicah
- Listina EACH
- Ustava Republike Slovenije in drugi pravni viri

- Organizacije in združenja v skrbi za pravice otrok in mladostnikov

- Raziskava o pravicah hospitaliziranih otrok in mladostnikov

Človekove pravice in duševno zdravje je z nami nazorno podelila dr. Zdenka Čebašek Travnik, dr. med., varuhinja človekovih pravic

Organizacija službe ZN v zavodih in njen vpliv na klinično prakso ter pravna odgovornost je s svojimi neposrednimi izkušnjami v Splošni bolnišnici Murska Sobota predstavila Marija Zrim, dipl.m.s., vodja dejavnosti kirurške zdravstvene nege v SBMS, članica komisije za pripravo etičnih smernic v raziskovanju

Delovno pravno področje, je podala nazorno preko dolgoletnih praktičnih izkušenj na delovnem mestu Tatjana Petek, dipl.org. menedž., Pravno kadrovska služba, Vodja II, SBMS. Popeljala nas je skozi teme:

- Temeljne pravice in obveznosti zdravstvenih delavcev in sodelavcev iz delovnega razmerja - sklenitev delovnega razmerja, pripravništvo in poskusno delo, delovno razmerje za določen/ nedoločen čas, začasno ali občasno delo, delo preko polnega delovnega časa, dežurstvo, pripravljenost, posebni delovni pogoji- skrajšani delovni čas.
- Pravica do plače in nadomestil plače, dopusti
- Odgovornost za kršitev delovnih obveznosti - disciplinska in materialna odgovornost, suspenz, prenehanje delovnega razmerja
- Varstvo pravic za primer brezposelnosti, odškodninska odgovornost
- Kolektivne pogodbe za negospodarske dejavnosti in poklicna kolektivna pogodba
- Področje kazenske in odškodninske odgovornosti

Temo Preprečevanje nasilja v družbi je izvedla Doroteja Lešnik Mugnaioni, univ.dipl. politologinja, dolgoletna Strokovna sodelavka Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi pri Zbornici – Zvezi.

Seminar je potekal ves dan. Kljub temam, ki se nam zdijo dostikrat suhoparne, so predavatelji dan popestrili z dobrimi in nazornimi predstavitvami ter nas seznanili s stroko, ki se tiče izvajalcev zdravstvene nege na vsakem koraku. Med razpravo smo zaznali pomen predstavljenih tem ter aktualnost za vsakega, ki dela na področju zdravstvene nege. Velika večina prisotnih je poleg sodelovanja v razpravah izpolnila evalvacijski vprašalnik. Analiza vprašalnika je pokazala, da je bila velika večina zelo zadovoljna z organizacijo seminarja, s predstavljenimi temami in izbranimi predavatelji. Prav tako je velika večina izrazila nujno potrebo po takih znanjih, ki se tičejo vsakega posameznika na delovnem mestu na področju zdravstvene nege. Prisotni so izrazili željo in potrebo po organizaciji seminarjev na podano vsebino.

Tudi organizatorji seminarja smo bili zadovoljni z izvedbo seminarja in z izbranimi predavatelji, ki se jim ob tej priliki zahvaljujem za dobro pripravljene in podane vsebine, ki spadajo pod obvezne vsebine za licenčno vrednotenje. Menimo, da vsak, ki želi izvajati svoje delo strokovno kakovostno in varno, mora biti vedno seznanjen s temami, ki jih je zajel ta seminar.

Hvala vsem, ki so pomagali pri izvedbi seminarja in Občini Beltinci za brezplačno uporabo dvorane v Kulturnem domu Beltinci.



Udeleženci seminarja

Temeljni postopki oživljanja z vključenim AED

Izobraževanje smo izvedli v okviru DMSBZT Pomurja v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu Zbornice – Zveze dvakrat in to 18. 02. 2012 in 23. 6. 2012 v Srednji zdravstveni šoli Murska Sobota. Seminarja se je udeležilo 93 slušateljev iz vseh zdravstvenih in socialnih zavodov Pomurja. Oba seminarja sta bila izvedena po programu Sekcije reševalcev in z njihovimi predavatelji in postavljeno ter sprejeto ceno kotizacije. Iz DMSBZT Pomurja je bil na vseh seminarjih prisoten Viktor Zrim, dipl. zn, vodja urgentne zdravstvene službe v Zdravstvenem domu Murska Sobota.

Organizacijo in vse ostalo logistiko in malico je izpeljalo DMSBZT Pomurja. Prostore in opremo nam je za naše gostovanje za oba seminarja odstopila Srednja zdravstvena šola Murska Sobota. Za vso pozornost in prijaznost pri uporabi prostorov in opreme se zahvaljujem ravnateljici šole gospe Zlatki Lebar.

Program seminarja TPO z AED je strokovno in organizacijsko izpeljan na zelo dobrem nivoju ter nujno potreben za vse, ki smo zaposleni na področju zdravstvene nege. Prav tako je potrebno po seminarju preverjanje znanj in veščin, kajti mnoga življenja pacientov so odvisna od našega dobrega poznavanja TPO z AED. Zato smatram, da bi ta seminar vsem izvajalcem na področju zdravstvene nege morali financirati zavodi, kjer so izvajalci zdravstvene nege zaposleni. Pa se žal pri tem pri nekaterih zavodih zelo zatika in je do sedaj večino stroškov izobraževanja prisotnih za TPO krilo DMSBZT Pomurja, ki bo težko izpeljalo izobraževanje za vse člane z lastnim sofinanciranjem stroškov.

Zahvaljujem se vodstvom zavodov, ki imajo posluš in redno sofinancirajo 80 evrov kotizacije za TPO.

Na občnem zboru DMSBZT Pomurja, ki je bil 15. maja 2012, smo dali pobudo, da se program obvezna vsebina TPO z AED naredi članom finančno dostopnejši, če jim zavodi ne bodo prisluhnili pri sofinanciranju.

Zdravstvena nega - z dokazi v praksi

V maju, 15. 5. 2012, smo v Kulturnem domu Beltinci izvedli že tradicionalni celodnevni seminar na moto letošnjega 12. maja z naslovom Zdravstvena nega - z dokazi v praksi.

Program strokovnega srečanja je bil pripravljen v treh sklopih:

1. sklop Skrb za kardiološkega pacienta je pripravil Interni oddelek Splošne bolnišnice Murska Sobota,

- **Atrijsko fibrilacijo**, je podal Horvat Štefan, dr.med.spec.int., INT odd. SBMS,

- **Motnje ritma s poudarkom na elektrokonverziji in zdravstvena nega**, je predstavil Ilič Robert, zaposlen kot zdravstveni tehnik v enoti intenzivne terapije na INT.odd. SBMS

- **Organizacija antikoagulantne ambulante in vloga ZN** je podala Janja Žabota, dipl.m.s., INT. odd. SBMS

- **Vloga medicinske sestre v kardiološkem kabinetu**, Sandra Balažič Gjura, dipl.m.s., INT. odd. SBMS

2. sklop Fiksacija pacientov, je pripravila skupina iz SBMS, ki se intenzivno ukvarja s tem področjem

- **Fiksacija pacientov v luči morale in etike**, Šemrl Simon, dipl. zn., univ.dipl.org., Oddelek za perioperativno medicino SBMS

- **Sistem obveščanja za varnost pacientov**, podjetje SmartCom,

- **Najpogostejši vzroki padcev**, Tanja Kukovec, dipl.m.s., Interni oddelek, Natalija Vičar, dipl.m.s., Pljučni oddelek SBMS

- **Zakonska določila glede fiksacije bolnika v negovalni enoti**, Marjana Škafar, sms., Pljučni oddelek SBMS

- **Prikaz primera dobre prakse**, Uroš Raščan, dipl.zn., Blanka Rajh, dipl.m.s., Interni oddelek SBMS

- **Preventivni pristopi preprečevanja padcev** Anita Gomboc, ZT., Aleksandra Nagy, dipl.m.s., Kirurški oddelek, SBMS

- **Statistični prikaz padcev pacientov na negovalnem oddelku**, Forjan Jožica, zt, Doris Štuhec, dipl.m.s., Oddelek za neakutno obravnavo SBMS

3. sklop

- **Duševne motnje z vidika javnega zdravja v Pomurju** je predstavila z raziskavo Zlatka Murtič, mag. zn, dipl.m.s., Dom Lukavci

- **Etične dileme pri oživljanju starostnikov v terminalnem stadiju bolezni**, Simon Jelenovec, ZT, študent ZN, ESM, doc. dr. Danica Železnik

- **AED v vsako vas - vsaka sekunda šteje**, primer dobre prakse prizadevanja v Zdravstvenem domu Gornja Radgona in v lokalni skupnosti je podala Slavica Mencingar, dipl.m.s., ZD Gornja Radgona

- **Primer dobre prakse Paliativna oskrba starih ljudi** v Domu Janka Škrabana Beltinci je predstavila Valentina Goršak Lovšin, dipl.m.s., vodja zdravstvene nege v Dom Janka Škrabana Beltinci

Seminarja se je udeležilo brez kotizacije 120 udeležencev. Vsem predavateljem, ki so predavali in prispevali članke za zbornik brez plačila, se iskreno zahvaljujem. S svojimi prispevki ste obogatili paleto strokovnih znanj in veščin izvajalcev zdravstvene nege v Pomurju ter in s tem pomagali pri kakovosti in varnosti našega dela.

Za predstavljene teme bomo na temo seminarja izdali tudi zbornik.

Hvala lepa tudi vsem članom izvršilnega in nadzornega odbora ter uredniškemu odboru zbornika, ki prostovoljno pomagajo pri izvedbo takega seminarja in izdaji zbornika.

V DMSBZT Pomurja smo prepričani, da je pomembno, da v pomurskem prostoru izvedemo vsako leto celodnevni seminar, ki je na moto vsakoletnega praznika medicinskih sester in je licenčno ovrednoten in brez kotizacije ter tako prispeva k razvoju stroke zdravstvene nege in prenašanju novosti v naši regiji.

Na seminarju podamo najnovejše strokovne smernice s posameznih področij, primere dobre prakse ter raziskave na področju zdravstvene nege.

Ta dan smo izvedli tudi Občni zbor DMSBZT Pomurja, ki smo ga izpeljali po programu in podrobno predstavili poročilo o delu in finančno poročilo za leto 2011 ter program in finančni plan za leto 2012. Obe poročili in programa sta bila po razpravi soglasno sprejeta.

Aktivnosti DMSBZT Pomurja ob 12. maju

Sodelovanje na Dnevu medicinskih sester v Ljubljani ter na slovesnosti ob 85 letnici delovanja Zveze društev, 20- letnice Zbornice zdravstvene in babiške nege in podelitvi zlatih znakov

- V okviru DMSBZT Pomurja smo s svojo stojnico aktivno prispevali k uspehom Dnevov medicinskih sester, ki so potekali 9. in 10. 5. 2012 v Cankarjevem domu v Ljubljani. Na stojnici smo



Nastop pevskega zbora Žarek na odprtem odru



Stojnica DMSBZT Pomurja - spletnje stanovskih vezi

s posterjem, zloženko, zborniki in zgoščenkami predstavili delovanje DMSBZT Pomurja. Prav tako pa smo ponudili prekmurske dobrote. Ob stojnici se je zvrstilo mnogo udeležencev srečanja. To je tudi možnost druženja ter spletnja vezi med stanovskimi kolegicami in kolegi po Sloveniji. Te vezi pomenijo tudi stanovsko povezavo in spletnja prijateljstva. S predstavitev na stojnicah smo regijska strokovna društva in strokovne sekcije predstavile paleto aktivnosti ter omogočilo druženja strokovne in laične javnosti.

- Udeležili smo se tudi Simpozija Zdravstvene in babiške nege Slovenije na moto letošnjega 12. maja, mednarodnega dneva medicinskih sester, ki je bil »**Zdravstvena nega - z dokazi v prakso**« in 5. maja, mednarodnega dneva babic z motom »**Svet potrebuje babice zdaj bolj kot kadarkoli**«.

- Na odprtem odru smo sodelovali z nastopom pevskega zbora Žarek in predavanji.

Z avtobusom se je 50 udeležencev udeležilo aktivnosti na Dnevih medicinskih sester ter slovesne akademije ob prazniku 85 - letnice delovanja Zveze društev in 20 let delovanja Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije in podelitve zlatih znakov. Na slavnostni prireditvi je pevski zbor Žarek sodeloval skupaj z drugima stanovskima pevskega zboroma.

Srečanje pomurskih medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov ter podelitev srebrnih listin priznanj in zahval

Že tradicionalno srečanje pomurskih medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov smo imeli 1. junija 2012. Srečanje je potekalo v Kulturni dvorani Park v Murski Soboti. Na srečanju je bilo okrog 300 udeležencev. Nastopil je stanovski pevski zbor Žarek. Pozdravni nagovori je imela predsednica DMSBZT Pomurja Emilija Kavaš, župan mestne občine Murska Sobota Anton Štihec in predsednica Zbornice - Zveze Darinka Klemenc. Na prireditvi smo podelili srebrne znake, priznanja in zahvalne listine najbolj

zaslužnim medicinskim sestram, babicam in zdravstvenim tehnikom v Pomurju.

Dobitnice srebrnih znakov DMSBZT Pomurja v letu 2012:

1. **Anica Benkovič**, upokojena VMS, ZZVMS
2. **Zvonka Brus Hladen**, dipl.m.s., vodja ZN v Domu starejših občanov Gornja Radgona
3. **Darinka Crnkovič**, upokojena dipl.m.s., Odd. za transfuziologijo SBMS
4. **Dragica Jošar**, dipl.m.s., enterostomalna terapevtka, ZD Murska Sobota, Patronaža, podpredsednica DMSBZT Pomurja
5. **Danica Korošec**, VMS, specialist psihiatrične zdravstvene nege, vodja ZN v Domu starejših občanov Ljutomer

Dobitnice priznanj:

1. **Zorica Gabor**, SMS, ZD Lendava
2. **Dragica Krojs**, SMS, Terme 3000 Moravske Toplice
3. **Erna Sreš**, SMS, Krg. oddelek, SBMS

Dobitniki zahvalnih listin:

1. **Cvetka Fiala**, upokojena babica, patronažna MS, ZD Gornja Radgona
2. **Ida Gomboši**, upokojena medicinska sestra instrumentarka, Očesni odd., SBMS
3. **Marija Skalar**, upokojena babica, anestezijska medicinska sestra, Ginekološko Porodni oddelek, SBMS

Po podelitvi priznanj smo imeli gledališko predstavo – **komedija Woody Allen – BOG, Gledališka skupina KUD Štefan Kovač Murska Sobota, režija Gorazd Žilavec.**

Predstava je prisotne v dvorani nasmejala do solz. Po gledališki predstavi smo imeli v predverju dvorane prijetno druženje. Prireditelj je povezoval naš stanovski kolega Edvard Jakšič, mag. zn, ki je bil tudi igralec v gledališki predstavi.



Nagrajenke



Podelitev nagrad

Iskrene čestitke vsem dobitnicam srebrnih znakov priznanj in zahvalnih listin, ki so s svojim strokovnim delom, osebnostjo, prostovoljstvom, organizacijskimi sposobnostmi ter aktivnostmi na področju zdravstvene nege, na humanitarnem področju, aktivnostmi v lokalni skupnosti in v DMSBZT Pomurja dale neizbrisni pečat. S svojim delom in osebnostjo so pripomogle k pozitivni podobi lika medicinske sestre, babice in stroke zdravstvene in babiške nege v Pomurju in v zdravstvenih ter socialnih zavodih, od koder prihajajo.

V Strokovnem društvu medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja dajemo velik pomen izobraževanju, ki pomaga razvijati stroko zdravstvene nege in nas osebno gradi za vsa naša poslanstva, ki jih opravljamo na poklicni in osebni poti. Prav tako pa so pomembna tudi druženja, ki nam omogoča spletnje stanovskih in prijateljskih vezi, ki nam dajejo trdne temelje za dobro strokovno delo in našo stanovsko podobo in pripadnost. Te burne čase krize in recesije bomo preživeli s pozitivno naravnostjo, z močno stanovsko pripadnostjo ne glede na stopnjo izobrazbe ter z nenehnim razvojem posameznika in stroke, ki je namenjena sočloveku v različnih potrebah.



Anica Benkovič



Zvonka Brus Hladen



Darinka Crnkovič



Dragica Jošar



Danica Korošec



Zorica Gabor



Dragica Krojs



Erna Sreš



Cvetka Fiala



Ida Gomboši



Marija Skalar



Udeleženci dogodka

Mnogo drobnih aktivnosti je potrebno, mnogo prostega časa posameznikov in skupin, da delujemo in smo aktivni na vseh področjih delovanja društva, da smo kos vsem zahtevam današnjega časa. Vse to lahko zmoremo, če držimo skupaj, če se spoštujemo, če se imamo preprosto radi in če imamo radi svoj poklic in svoje poslanstvo.

Bodimo pokončna drevesa z močnimi krošnjami, ki rastejo bujno v višino in širino ter dajejo zavetje potrebam v radosti in stiskah. Razvijmo močne korenine v spoštovanju preteklosti in ljudi, ki so jo gradili in ustvarjali in noben vihar nas ne bo mogel izrjavati, porušiti in uničiti.

Iskrena hvala vsem, ki gradijo in razvijajo DMSBZT Pomurja in stroko zdravstvene nege v pokrajini ob Muri. ■



Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske

Razpis za predsednico/predsednika

V skladu z 12. členom Statuta DMSBZT Gorenjske, 7., 8. in 9. členom Pravilnika o volitvah in imenovanjih v organe DMSBZT Gorenjske in na podlagi sklepa 14. seje Izvršnega odbora Društva z dne 14. 6. 2012 objavlja **razpis za**

1. PREDSEDNIKA/PREDSEDNICO DMSBZT GORENJSKE ZA MANDATNO OBDOBJE 4 LET (2013–2017).

Za funkcijo predsednika/ce društva lahko kandidira vsak/a redni/a član/ica Društva, ki je član/ica najmanj deset let ter aktivno deluje v Društvu vsaj pet let.

Kandidat/ka za predsednika/co Društva mora predložiti življenjepis s poudarkom na dosedanjih društvenih in strokovnih aktivnostih ter predlog programa dela za naslednje mandatno obdobje.

Vlogo naj kandidat/ka naslovi na Kandidacijsko komisijo Društva v zaprti ovojnici s pripisom: »Kandidatura, ne odpiraj« do 15. decembra 2012 na naslov sedeža Društva: DMSBZT Gorenjske, Bleiweisova 20, 4000 Kranj.

2. PODPREDSEDNIKA/PODPREDSEDNICO DRUŠTVA ZA SPLOŠNE ZADEVE IN

3. PODPREDSEDNIKA/PODPREDSEDNICO DRUŠTVA ZA IZOBRAŽEVANJE ZA MANDATNO OBDOBJE 4 LET (2013–2017).

Za funkcijo podpredsednika/ce Društva za splošne zadeve in podpredsednika /ce Društva za izobraževanje lahko kandidira vsak/a redni/a član/ica Društva, ki je član/ica najmanj pet let ter aktivno deluje v Društvu vsaj tri leta.

Kandidat/ka za podpredsednika /co Društva za splošne zadeve in podpredsednika/co za izobraževanje morata predložiti življenjepis s poudarkom na dosedanjih društvenih in strokovnih aktivnostih.

Vlogo naj kandidat/ka naslovi na Kandidacijsko komisijo Društva v zaprti ovojnici s pripisom: »Kandidatura, ne odpiraj« do 15. decembra 2012 na naslov sedeža Društva: DMSBZT Gorenjske, Bleiweisova 20, 4000 Kranj.

Volilni občni zbor bo v februarju 2013.

Oti Mertelj
Predsednica kandidacijske komisije

Judita Slak
Predsednica DMSBZT Gorenjske

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske

Razpis za podelitev priznanja srebrni znak in naziva častni član Društva

V skladu s 33. členom Statuta DMSBZT Gorenjske in Pravilnikom o priznanjih DMSBZT Gorenjske Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske objavlja razpis za podelitev priznanj srebrni znak DMSBZT Gorenjske za leto 2012 in razpis za naziv častni član Društva

Kriteriji za podelitev priznanja srebrni znak

Priznanje DMSBZT Gorenjske lahko prejme članica/član društva v zdravstveni, izobraževalni ali socialnovarstveni ustanovi, ki ustreza kriterijem:

- članstvo v Društvu vsaj 10 let ali več,
- dolgoletno aktivno delovanje v Društvu in/ali uspešno poklicno delovanje na področju zdravstvene in babiške nege,
- prispevek k večji prepoznavnosti in kakovosti dela v zdravstveni in babiški negi,
- prispevek h krepitvi in ohranjanju dobrih medsebojnih odnosov na delovnem mestu in navzven,
- skrb za ohranjanje in razvijanje kulturne in zgodovinske dediščine medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov,
- skrb za višjo raven znanja v strokovni in laični javnosti.

Kriterij za podelitev naziva častni član/članica Društva

Naziv častnega člana Društva prejme oseba, ki je s svojim delom pomembno prispevala k uspešnem delu Društva ali stroki zdravstvene nege.

Predlagatelji naj pisne predloge z življenjepisom kandidatov in podrobno utemeljitvijo posredujejo na sedež društva: Bleiweisova cesta 20, 4000 Kranj, s pripisom **KOMISIJA ZA PRIZNANJA**, najkasneje **do petka, 9. novembra 2012**.

Podeljena bodo štiri priznanja srebrni znak in naziv častnega člana Društva.

Podelitev priznanj bo na svečani slovesnosti 8. decembra 2012 v Prešernovem gledališču

Štefan Duh
Predsednik komisije za priznanja

Judita Slak
Predsednica DMSBZT Gorenjske

Vadba pilatesa

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske vabi svoje članice in člane na vodeno vadbo PILATESA, ki bo potekala ob sredah od 18.30 do 19.30 v telovadnici Osnovne šole France Prešeren na Kokrici pri Kranju. Pričetek 17. oktobra 2012.

Pilates je celostna telesna vadba s poudarkom na težje dostopnih, manjših in šibkejših mišicah, ki pripomorejo k pravilni in zdravi telesni drži, krepitvi mišic in kardiovaskularnega sistema, izboljšani telesni pripravljenosti in koordinaciji. Trening vključuje vaje za moč, raztezanje in dihanje. Vadba je primerna tudi za rehabilitacijo po poškodbah.

Za vadbo potrebujete: udobna športna oblačila, čisto nedrsečo športno obutev, brisačo, armafleks - podložno blazino in vsaj pol litra tekočine.

Prispevek članov DMSBZT Gorenjske je 50 EUR za 25 vadbenih ur, za upokojene članice pa 30 EUR.

Prijavite se po e-pošti: judita.slak@klinika-golnik.si ali po telefonu 040 283 829.

Pridružite se nam

*Judita Slak
Predsednica DMSBZT Gorenjske*



Vabilo na pohod – Travná gora in Ogence

DMSBZT Ljubljana vabi na KRAJŠI ali na daljši POHOD po makadamskih cestah TRAVNE GORE in OGENCE nad Ribnico, s stalno nadmorsko višino okrog 900 m.n.m. - 10. 11. 2012.

Po avtocesti se bomo zapeljali proti Postojni. Na izvozu Unec bomo zavili proti Cerknici. Čez Bloško planoto bomo prispeli v Sodražico in nadaljevali v kraj Hrib – Loški potok, kjer bomo začeli pohod.

Vračali se bomo iz smeri Ribnica. Na Travní gori bomo imeli »planinsko« kosilo.

Vabimo vas na pohod po makadamskih cestah nad Ribnico v zavetju mogočno gozdnate Velike in Goteniške gore.

KRAJŠI POHOD : Krajši pohod bo dolg 5 ali 10 kilometrov. Razliko do skupne dolžine daljšega 20 km pohoda bomo premagali z avtobusom.

DALJŠI POHOD : Pohod bomo začeli v kraju Hrib – Loški potok. Po 7. km bomo prispeli do nekdanje skrite bolnice Ogenca, kjer je bolnišnica Mimica med 2.sv. vojno ustrelila vse ranjence in sebe, ker niso hoteli, da jih mučijo Italijani. Po hoji 8 km, po ogledu in obisku Jelenovega žleba, bomo hodili še 5 km do doma na Travní gori. Za pot bomo porabili okrog 4 ure, kar je do 20 km zložne hoje v presledkih.

Spoštovani !

Čeprav pohod ni zahteven potrebujete kar nekaj vzdržljivostne kondicije. Zato hodite vsaj 3 x / teden več kot uro po razgibanih poteh. Vsak dan tudi pijte brezalkoholne pijače z veliko vode brez CO 2, več kot ste žejni.

Odhod avtobusa bo ob 8.00 na parkirišču za avtobuse pod dvorano Tivoli. Pohodnice in pohodniki, ki se nam pridružijo na železniški postaji, počakajo pred postajališčem Adria ob 8.15. Za pohod potrebujete, tudi dobro planinsko obutev, pohodniške palice, sončna očala (zaželeno) zaprta tudi od strani, pokrivalo za glavo, brezalkoholno pijačo brez CO 2 in brez alkohola.

Poskrbeli bomo tudi za planinsko kosilo. Prispevek 20 € za člane DMSBZT Ljubljana in 30 € za nečlane plačate na avtobusu. Prihod v Ljubljano do 20 ure. Prijave z elektronsko prijavnico na spletni strani DMSBZT Ljubljana www.drustvo-med-sester-lj.si ali po telefonu 041 273 265 in 031 293 904. Prijave sprejemamo do 6. 11. 2012.

Pri prijavi imajo prednost člani DMSBZT Ljubljana in njihovi družinski člani. Prosimo vas, da odpoved sporočite na zgoraj opisani telefonski številki. Tako omogočite udeležbo tudi čakajočim.

*Za gibalno – športno vadbo pri DMSBZT Ljubljana
pripravil Boris Sima*

*Predsednica DMSBZT Ljubljana
Đurđa Sima*

Gibalne aktivnosti za starejše

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana Vas vabi na gibalno aktivnost za starejše, ki potekala vsako sredo od 17.30 do 19.00 ure v mali telovadnici Srednje zdravstvene šole v Ljubljana, Poljanska cesta 61.

Gimnastične vaje bo vodila gospa Apolonija Grum. Začetek organizirane vadbe načrtujemo za **3. oktober 2012.**

Prednost pri prijavi imajo članice in člani Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana v skupini po 55. letu starosti. Z vadbo želimo izboljšati gibljivost telesa, boljše splošno počutje in večjo delovno zmogljivost, ki pripomore k boljši pripravljenosti za delovne aktivnosti. Vključili bomo segmente sodobne in primerne pilates vadbe.

Za vadbo priporočamo udobna športna in zračna oblačila (majico, športne hlače) ter podlogo »armaflex«.

Prijave zbiramo do zasedbe prostih mest (20) po elektronski prijavnici na spletni strani društva, www.drustvo-med-sester-lj.si, ali po telefonu 041 754 695, gospa Irma Kiprijanović.

Prispevek za obdobje vadbe od 1. 10. 2012 do 31. 5. 2013 je 60,00 € in je plačljiv v enkratnem znesku.

Za koordinacijo aktivnosti je zadolžena gospa Ljubica Šavnik 031 789 567.

*Koordinatorica DMSBZT LJ za interesne dejavnosti
Nada Sirnik*

*Predsednica DMSBZT Ljubljana
Đurđa Sima*



Poletna slikarska šola

Boža Majcen

V mariborskem društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov je že nekaj let aktivna slikarska sekcija.

Letos Društvo obeležuje 65 let svojega delovanja, Maribor pa je Evropska prestolnica kulture, zato smo želeli tudi mi prispevati k temu dogajanju v mestu. Zato smo povabili svetovno priznanega učitelja likovne umetnosti, slikanja in kiparjenja Michaela Richmana iz Londona in v sodelovanju z Mizyal Karabiber Nacaroglu, častno konzulko Republike Slovenije v Gaziantepu, priznано turško slikarko, ambasadorico umetnosti in kulture, pripravili ekskluziven program poletne šole slikanja. Šola je potekala od 16. do 21. julija 2012 in se je zaključila z razstavo likovnih del.

Ustvarjalo je 15 udeležencev, brez akademskega znanja, vendar so bili vsi pozitivno presenečeni nad rezultati svojega dela.

Michael Richman je povedal: »Trdo so delali in rezultati so temu primerni, razstava je osupljiva. Vse je bilo zelo profesionalno za delo sem si izbral akademski pristop. Tudi Metka, naš model je bila odlična in neverjetno profesionalna.«

Michael Richman je nad Slovenijo navdušen, kot pravi so ljudje zelo prijazni in si še želi mednarodnega sodelovanja v kulturi.

Navdušenja in hvaležnosti niso skrivali niti udeleženci slikarske šole, ki so bili navdušeni nad poučevanjem Michaela, saj jim je dal pogum, da »ustvarjajo naprej«, brez strahu, saj pri umetnosti ne gre za to, kaj je lepo in kaj je grdo, kaj slabo in kaj dobro, gre za to, da ustvarjaš z dušo, s srcem in roko iz samega sebe. ■



Udeleženci slikarske šole

Pohod na Črno prst

Slavica Babič, Božena Istenič



Sobota, 8. september, jasno jutro je naznanjalo lep dan. Pohodniki iz DMSBZT Nova Gorica smo se odpravili na planinski pohod.



Udeleženci pohoda

»Dobimo se na železniški postaji Nova Gorica in gremo z vlakom«, se je glasilo sms sporočilo naše predsednice. Vse je šlo po planu. Vsi prijavljeni smo se dobili na vlaku, še dve kolegici sta se pridružili na Mostu na Soči. Na postaji Hudajužna smo izstopili. Čakal nas je vodič Ivan in voznik s kombijem za prevoz do Kala. Naš cilj Črna prst je že obsijan s soncem vabil v višave. Zapeljali smo se skozi prelepo vasico Stržišče in še malo naprej do vasice Kal, kjer je bilo naše izhodišče. Končne priprave, nahrbtnik na rame, palice v roke in podali smo se v strmino. Pot nas je najprej vodila skozi gozd, višje

pa se je usmerila na planinsko stezo. Do gozdne meje smo hodili po prijetni senčni poti, naprej pa je rahlo hladil vetrič. Tu se je pot vila čez strmo travnato pobočje. Med travo so se kazale posamezne pozno poletne cvetlice in nas opominjale na krasote teh travnikov v obdobju bujnega cvetenja. Kdor je bil tu kdaj v zgodnjem poletju, ve, kako pisana so lahko ta pobočja. Gospod Ivan nam je povedal veliko zanimivosti iz teh krajev. Med drugim tudi to, da so še 40 in 50 let nazaj, vse te travnike kosili, nato pa seno, pretežno v zimskem času, na saneh spravljali v dolino. Res je bil to trdo prislužen kos kruha. Ob pogledih in razgledih proti dolini in na drugo stran proti Porezni smo se pridno vzpenjali in kar hitro prišli do grebena in vrha. Tu se je svet odprl na vse strani. Pod nami se je zalesketalo Bohinjsko jezero, okrog pa vasi Bohinjskega predela. Nad Bohinjskim kotom so se razkazovale Bohinjske planine, v ozadju pa veriga Julijskih Alp z očakom Triglavom vmes. Zaokrožili smo s pogledom prek Karavank, Kamniško-savinjskih Alp, Škofjeloških vrhov, Blegoša in smučišča na Črnem vrhu, pa do Snežnika in Učke. V rahli meglici se je lesketalo morje v Tržaškem zalivu. Naužili smo se v razgledovanju, se malo okrepčali in odpočili, nato pa krenili spet v dolino.

Kako prijetno osvežilna je bila voda pri koritu na Kalu. Prva postaja je bila še na domu g. Ivana v Stržišču, nato pa še v kampu v Koritnici, kjer nas je čakala slastna jota in palačinke. Prijetno utrujeni smo se podali na vlak. Med potjo še klepeti in polni novih vtisov smo si zaželeli nasvidenje na naslednjem pohodu. Hvala kolegici Boženi Istenič za vso organizacijo in seveda vodiču Ivanu za vodenje. ■



Razpis za podelitev srebrnega znaka

Upravni odbor DMSBZT Novo mesto na podlagi Pravilnika o priznanjih društva objavlja RAZPIS ZA PODELITEV SREBRNEGA ZNAKA za leto 2012.

Kriteriji 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 13. decembra 2012 na Prepihu.

Pisne predloge z utemeljitvijo pošljite do 15. novembra 2012 na naslov:

Marica Parapot, dializa, komisija za priznanja, Šmihelska c. 1, 8000 Novo mesto (e-mail: marica.parapot@sb-nm.si).

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

*Predsednica DMSBZT Novo mesto
Jožica Rešetič*

Nagradna križanka

							UTRIP	EDEN OD STARŠEV	BANKOVEC ZA PETSTO EVROV	REKA V SREDNJI AZIJI	REKLO, PREGOVOR	IME MUSLIM. VERSKIH VODITELJEV	NIKO ROBAVS	KOŠAR-KAR LAKOVIČ	REŽISER KUSTURICA
							ČIŠČENJE Z IZPIRANJEM								
							BRZO-JAVKA		9					2	
							GORATA GRŠKA POKRAJINA						KAZUKO IKEDA SLOV. GEOGRAF (IGOR)		
							RISTO SAVIN			ŽENSKA PRILOGA ČASNIKA DELO	OKVARA NAŠA NEKDANJA ROCK SKUPINA				
							KDOR POTUJE Z DVIJENJIM PALCEM							CIGARETA IZ MARIHUANE	DELAVEC V APNE-NICI
							ONANIRANJE								
AVTOR: MARKO DREŠČEK	AM. FILM. IGRALCA (CHARLIE, MARTIN)	TASTA-TURA	VODITELJ ODDAJE 24-UR PUCER	VEČJI HRVAŠKI OTOK	LAURENCE OLIVIER	SL. IGRAL. (BORIS) REDNA LETALSKA PROGA		4				SKUPEK DALJSIH LAS AZIJSKA DRŽAVA			
TOVARNA STEKLA										AM. MODNI KREATOR (CALVIN) NAŠ NEKD. DENAR					
ELEKTRARNA NA VODNI POGON														10	
PRIPOVEDNI PESNIK				5	AZIJSKO ŽITO	ČEBELJA TVORBA V PANJU		12	PEVEC PESTNER STARO-JUDOVSKI KRALJ	6			OZNAKA TURČIJE STAND UP KOMIK VO-DOPIVEC		
EDVARD KOČBEK			HOKEJSKI TRENER ZUPANČIČ	PRISTAŠ SOCIA-LIZMA ŽENSKA, KI ŠTEJE										RUSKI PISATELJ (BORIS)	JUŽNOAM. ŽIVAL Z DOLGO, VOLNATO DLAKO
RAVNODUŠNOST, BREZBRIZNOST						8					ČETRTRA ČRKA GRŠKE ABECED	IZABELA AVTOR JAMESA BONDA FLEMING		1	
UTRIP	IT. FILM. IGRALKA (MONICA) VZHOD (ANG.)	3					PAPEŽEV SVETO-VALEC SL. PESNIK (JOŽE)			11					
NEGATIVNE ŠOLSKE OCENE, CVEKI					PRAOČE ČLO-VEŠTVA ANTON LAJOVIC				VRED-NOSTNI PAPIR	EMIL ADAMIČ KONICA, SPICA			JOŽE PRIVŠEK KRAJ PRI OPATIJ		
ANTON INGOLIČ			SMUČ. CENTER V KOLORADU RUSSELL CROWE				ZAVOD ZA ZDRAV-LJENJE BOLNIKOVI NATRIJ	7							
RAZVAJE-NOST												NAŠ NEKDANJI NOGOMET. SELEKTOR (MATJAZ)			
PASJA NOGA	13					KRAJ V INDIJI Z JAMSKIMI SVETIŠČI						FILMSKA DIVA GARDNER			

OZNACE-NE ČRKE RAZPORE-DITE V LIK	1	2	3	4	2	5	6	7	6	8	9
1	9	10	11	6	12	2	11	2	4	13	9

Rešitev - pregovor z vašim točnim naslovom pošljite do 23. oktobra na naslov Zbornica - Zveza, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana in izžrebali bomo 4 nagrade.

Samo da je rjavo...

Jože Lavrinec

Pred časom je pisatelj Pavle Zidar napisal simpatično črtico z naslovom »Štiri bele smrti«. V njej opisuje sebe, kot majhnega dečka, ki se z babico sprehaja po pokopališču in babica, razgledana ženska, mu pojasnjuje zaradi česa so posamezni pokojniki mnogo prezgodaj zapustili ta svet. In večina med njimi se je poslovila od življenja zaradi nezmernosti, nezmernega uživanja bele moke, soli, sladkorja in masti. Zgodba se potem hitro konča in zaključek ostane nekako v zraku, v slogu »nikoli ne uživaj nič belega«. Črtica pač, berljiva, poučna. Odsev zavesti, da je pretiravanje škodljivo, še posebej pretiravanje z zelo prečiščenimi izdelki sodobne živilske tehnologije. V življenju, še posebej v svetu, ki terja z dokazi podprte trditve, odločitve o izboru živil nikoli niso tako enostavne, tako belo – rjave. Je neprestano tehtanje med nujnostjo sodobne ponudbe in morebitnimi koristmi in škodljivostmi.



Svede se na naših trgovskih policah pogosto znajdejo različni izdelki, ki z imenom namigujejo na »polno zrnatost«, a to niti približno niso. Samo v razmislek: na kaj nas spominja naziv »polnovredna moka«? Ali »več zrnata« moka? Pa oznaka »mleto v mlinu na kamne«? In »grobozrnato«? Ali »semensko«? Te oznake nas poskušajo prepričati, da je takšna moka ali mlevski izdelek boljši in večvreden izdelek od sorodnega, običajnega in zato tudi upravičeno dražji. Toda odgovor na vprašanje »ali je tak izdelek dejansko večvreden«, ni nujno pritrdilen. In včasih je kar težko ločiti celotno zrnje od obilice plev.

Čeprav želja po uživanju čim manj predelanih in čim manj prečiščenih živil, obstaja dlje časa, so prve definicije polnozrnatih živil dokaj mlade. Eno izmed njih, ki sega v leto 1999, so postavili v ZDA. In pravi, da s pojmom »polnozrnata živila« zajamemo tako cela žitna zrna, kakor tudi mleta, zdrobljena ali sploščena (v obliki kosmičev) žitna zrna, ki pa morajo vedno vsebovati celotno vsebino škrobnatega endosperma, kalčka in žitne ovojnice in to vedno v enakem razmerju, kakor velja za celo, nedotaknjeno žitno zrno. Torej, da je neko živilo polnozrnato, mora nujno vsebovati tri celotne užitne sestavne dele žitnega zrna: kalček, endosperm in žitno ovojnico. Ta zahteva je izredno pomembna, saj v sodobni tehnologiji mletja te sestavine žitnega zrna običajno ločijo in obdelujejo vsako posebej. Ker je tako pač lažje, ceneje in tudi manj težav s shranjevanjem. Definicija je bolj pomembna, kakor se nam dozdeva na prvi pogled, že zato, ker številni mlevski obrati poskušajo na nekoliko samosvoj način reševati problem. Tako ni nič nenavadnega ponuditi belo pšenično moko, ki so ji dodali pšenične kalčke in otrobe. Če so dodatki v pravem razmerju, je pravilom zadoščeno – izdelek dejansko vsebuje vse sestavine celega žitnega zrnja, če razmerje ni pravilno imamo kaj hitro manj vreden izdelek. Ker pogosto kupujemo z očmi poznavalca modnih načel zdravega prehranjevanja, ostajajo detajli pogosto prikriti. Verjetno prav vsi poznamo načelo izbiranja živil po glikemičnem indeksu. Ob tem kaj radi spregledamo, da na višino glikemičnega indeksa vplivajo različni dejavniki – med njimi je zelo pomembna vsebnost prehranskih vlaknin. To seveda proizvajalci krepko izkoriščajo in zelo radi dodajo pšenične otrobe, ki so v bistvu manjvreden

ostanek mletja, navadni beli pšenični moki in če je odstotek otrobov zadosti visok, bo glikemični indeks takšne moke oziroma izdelka iz takšne moke, zelo ugoden. Izdelek s tem dobi oznako »živilo z nizkim GI« in novo dokaj visoko ceno, čeprav ga sestavljata dve sestavini, ki imata vsaka za sebe zelo nizko ceno. Drži: takšno živilo se nekoliko počasneje prebavlja, porast glukoze v krvi je bolj konstanten in počasnejši in je, vsaj kar se tega tiče tudi bolj primerno. A njegova hranilna vrednost je le malenkost boljša kakor, če bi živilo pripravili iz najbolj bele pšenične moke. Živilo ima prehranske vlaknine, toda ne celotne palete, ki jo žitno zrno skriva v sebi. Pač produkt živilske industrije in poskus popravljati to, kar je živilska industrija s siromašenjem osnovnih živil že zdavnaj dosegla. Žitno zrno je prava zakladnica hranil. Logično, saj sleherni zrno vsebuje najboljše, kar lahko rastlina zagotovi. Je seme, potrebno za nadaljevanje vrste, najboljši genetski material in istočasno skupek osnovnih hranil, ki naj bi zagotovile preživetje semena dokler se ne ukorenini. Sleherni žitno zrno je v osnovi sestavljeno enako in v grobem vsebuje podobno hranilno zmes. Jasno je, da se odstotki posameznih hranil med žiti razlikujejo, a to je potem že druga zgodba. Sleherni žitno zrno prekriva ovojnica, včasih celo več. Naloga te ovojnice je zaščita zrna. Večinoma vsebuje prehranske vlaknine, tako topne kakor netopne. A tik pod ovojnico se skrivajo tudi vitamini B skupine, rudnine (predvsem železo, cink in baker), različni antioksidanti ter ostale rastlinske učinkovine. Prednjačijo izoflavoni, antociani, lignani in fenolna kislina. Če smo v začetku prepoznavanja pomena antioksidantov dajali prednost vitaminskim ter rudninskim antioksidantom (danes to skupino zaradi potencialne toksičnosti obravnavamo z določeno dozo previdnosti), se vedno pogosteje usmerjamo med slednje – med rastlinske učinkovine, ki so, čeprav z nič kaj domačimi imeni, veliko bolj varna pot za varovanje in zaščito celične vsebine.

Jedro žitnega zrna ali endosperm je energetska popotnica novi rastlinici, zato ga večinoma sestavljajo ogljikovi hidrati v obliki škroba (50 – 75%), okoli 10 odstotkov beljakovin ter malenkost selena, karotenov in flavonoidov. Tretji sestavni del žitnega zrna predstavlja kalček, ki je v bistvu nova klica, genetska zasnova ter zametek nove rastlinice. Z vidika hranilnosti je sestavljen iz nekaj beljakovin, nekaj oligosaharidov, ki jih že lahko uvrstimo med prehranske vlaknine ter veliko maščob, med katerimi prednjači omega-3 in omega-6 maščobne kisline. Prisotni so tudi vitamini skupine B, vitamin E, rudnini železo in cink ter kopica rastlinskih učinkovin.

Ravno zaradi pester palete hranil, ki se skriva v celem žitnem zrnu, lahko mirno iščemo tudi koristne razloge za pogostejše poseganje po tej vrsti živil. Polnozrnata živila terjajo bolj temeljito žvečenje, zato je njihova nasitnost večja. Bogastvo prehranskih vlaknin upočasni praznjenje želodca, občutek lakote po obroku se javlja počasneje. Prehranske vlaknine in rezistentni škrob izboljšajo občutljivost na inzulin, ki ga je tako potrebno manj in je posledično tudi nižja želja po visoko maščobnih in visoko sladkornih prigrizkih.

Če samo to seštejemo, hitro ugotovimo, da je po rednem uživanju polnozrnatih živil tveganje za prirast telesne teže, manjše.

Po drugi strani lahko z rednim uživanjem polnozrnatih živil pričakujemo različne koristi za srčno zdravje. Pestra kombinacija prehranskih vlaknin (predvsem betaglukanov ovsa, ječmena in rži), lignanov, rastlinskih antioksidantov ter omega-3 maščobnih kislin omogoča prehransko podporo pri nižanju serumskega holesterola ter boljši zaščiti žilne stene. Številne prospektivne študije in meta analize nas opozarjajo na obratno povezavo med uživanjem polnozrnatih živil ter srčno-žilnimi dogodki: kar za 18 odstotkov nižje tveganje pri rednem uživanju povprečno po 50 g polnozrnatih živil v primerjavi s povprečnimi 3,3 g (študija opravljena na 42.500 odraslih osebah med 40 in 75 leti); 29 odstotkov manjše tveganje za nastanek ishemične koronarne bolezni (meta analiza 13 kohortnih študij opravljenih na ljudeh, ki so uživali vsaj 3 prehranske enote polnozrnatih živil – POZOR – ta meta analiza ni registrirala podobnega učinka pri ljudeh, ki so samo dodajali primerljivo količino prehranskih vlaknin!). Tudi 30 odstotkov manjše tveganje za smrtni izid zaradi ishemične srčne bolezni, ni od muh. Za takšno obljubo je potrebno v povprečju zaužiti samo 3,2 prehranske enote polnozrnatih živil namesto običajnih škrobnatih. In se moramo ponovno soočiti z osnovnim vprašanjem: kdaj lahko pričakujemo, da bomo z nekim živilom, dejansko zaužili omembe vredne količine hranil, ki se skrivajo v celem žitnem zrnju? To je vprašanje, ki bi nas moralo ob sodobnih »dosežkih« živilske tehnologije pogostejše vznemirjati. V načelih uravnotežene prehrane srečujemo različne trditve, ki se bolj ali manj dopolnjujejo. Tako srečujemo lakonične napotke v stilu »Pogosto posegajte po polnozrnatih živilih« ali »pri izbiri škrobnatih živil dajte prednost polnozrnatim živilom«.

Nekaj več konkretnosti nam ponuja na pol komercialna promocija uživanja polnozrnatih živil, ki so jo pred časom poskušali uveljaviti v frankofonskih deželah, en majhne delček pa je pljusnil tudi k nam. Gre za tako imenovano akcijo »3 na dan«, s katero se želi potrošnike usmeriti k pogostejšemu kupovanju in uživanju polnozrnatih izdelkov. Tako naj bi vsaka odrasla oseba dnevno zaužila vsaj 3 prehranske enote polnozrnatih živil namesto običajnih škrobnatih. Poznamo tudi bolj natančno opredelitev. Prehranski strokovnjaki so izračunali, da bi v kritju potreb povprečne odrasle osebe, ki potrebuje dnevno 2000 kalorij zaužiti dnevno po 48 g »polnega« žitnega zrna.

Čeprav zahteva ni velika, jo je v vsakdanjem življenju marsikomu zelo težko izpolniti. Polnozrnata živila so zaradi obilice prehranskih vlaknin bolj »groba« in nekako težja (kruh, pekovska peciva), pogostejše se kuhajo dlje časa (razne kaše in kosmiči). V preteklosti so veljala za neke vrste socialno stigmo, sanje o »belem kruhu«, ki je »bolj fin« in »znamenje obilja«, so še danes žive. Pa so pristopili razni peki in ostali predelovalci hrane, ki ponujajo nežne, rahle in sočne »polnozrnatih kruhke ter različno oblikovano pekovsko pecivo«, vse z etiketo »polnozrnato«. Zakonodaja sicer pravi, da se neko živilo lahko poimenuje po neki sestavini, ki jo je v živilu več



kakor 20 odstotkov. In zato veselo kupujemo polnozrnatih izdelke, ki to niso. Tujina je že napisala pravilo, ki pravi, da mora biti v nekem izdelku najmanj 51 odstotkov neke polnozrnatih sestavine., oz. jo mora biti vsaj toliko, da je ta sestavina v prehranski deklaraciji navedena na prvem mestu. Z upoštevanjem te zahteve bi police naših trgovin nenadoma izgubile vsaj 2/3 rjavega leska.

Pa je tako enostavno! Le včasih bi si bilo potrebno za zajtrk skuhati klasične ovsene kosmiče (ki se skuhamo sami, v času, ki ga namenimo jutranji higieni le pristaviti jih moramo na štedilnik), ali zaužiti jutranjo mešanico žitnih kosmičev z nekoliko suhega sadja in oreščkov, skupaj z jogurtom ali skodelico mleka. In si mogoče kupiti kdaj kakšen pravi ržen hlebec, pravi polnozrnatih kruh...Pa si mogoče kdaj privoščiti kuhan ječmenček namesto škrobnate priloge (odlično se prileže k mesu in mesnim omakam). Da ne govorimo o modni piri (pozor bela pirina moka ni polnozrnato živilo - je ravno tako osiromašena moka kakor običajna pšenična moka TIP 500), rženem rižu in polnozrnatem rižu. Okusne izbire pač, ki jih je za lažje kuhanje potrebno dlje časa namakati in še vedno kuhati vsaj 40 minut.

Prehranska industrija nam poskuša dolgotrajno pripravo žit nekoliko olajšati. Tako je tržišče dobesedno zasuto s t.i. parboiled ali pred parjenimi žiti, predvsem rižem, a da ne bo pomote! Pred parjeno živilo je hranilno bogatejša izbira kakor glaziran izdelek, vendar nikakor ne enakovredna izbira polnozrnatim živilom. Vsebuje skoraj vse rudnine in vitamine žitnega zrna, čeprav so odstranjeni kalček in ovojnica z vsemi prehranskimi vlakninami. Del teh prehranskih vlaknin nadomesti rezistentni škrob, ki se v prebavilih obnaša podobno kakor prehranske vlaknine, vsaj kar se tiče glikemičnega odziva, a jih ne nadomesti.

Izbira je naša! Lahko si izberemo prava polnozrnata živila, ki so resnična zakladnica narave, uživamo v polnosti njihovega okusa in nekoliko težkem vonju in si čestitamo, ker skrbimo za svoje dobro počutje. Lahko pa izberemo puhasto votle in nežne izdelke iz bele pšenične moke, samo narahlo oprrašene z neko polnozrnatno moko, se delamo pomembne ter modno osveščene in si lažemo v brk ali pa se sploh ne bomo sprenevedali ter pridno posegali po izdelkih iz prečiščene in osiromašene moke. Vsak je svojega zdravja kovač!

PS!

Neca Falk je pela v neki otroški pesmici »bela moka – rito poka«. Dolgo časa sem to razumel kot simpatično otroško zbadljivko! Pa je le več kot samo to!

Še nekaj predlogov za dodatno branje:

Anerson JW. Whole grains protect against atherosclerotic cardiovascular disease. *Proc Nutr Soc.* 203 62: 135-42.

de Munter JS, Hu FB, Spiegelman D, Franz M, van Dam RM. Whole grain, bran, and germ intake and risk of type 2 diabetes: a prospective cohort study and systematic review. *PLoS Med.* 2007; 4:e261

Mellen PB, Walsh TF, Herrington DM. Whole grain intake and cardiovascular disease: A meta-analysis. *Nutr Metab Cardiovasc Dis.* 2008 Maj; 18(4):283-90. ■



»Divide et impera«

Robert Sotler

Že nekaj mesecev intenzivno spremljam kontrastno dogajanje na področju zdravstvene nege in zelo dolgo sem okleval, ali naj kaj javno napišem, ali pa naj bom kar modro tiho. Želim samo jasno sporočiti poklicnim kolegicam in kolegom, da bomo z brezplodnim medsebojnim obtoževanjem izgubili vsi, še največ pa bodo prikrajšani naši pacienti. Delitev na diplomirance in in tiste, ki nimajo diplome, je popolnoma kontraproduktivna. Uveljavljanje načela »deli in vladaj« je ravno to, kar si nekateri posamezniki močno želijo in na koncu bomo poraženci vsi.

M ojo daljšo poklicno pot v zdravstveni negi sem pričel s srednješolsko izobrazbo, ki sem jo pričel nadgrajevati šele v drugi polovici poklicne poti. Ne glede na to, kateri cilj bom dosegel, še vedno sem in vedno bom vaš enakovredni poklicni kolega, ki vas bo enako spoštoval ne glede na status in izobrazbo. Sem kaj zamudil, ker nisem pravočasno nadgrajeval svoje izobrazbe? Nikakor! Ob neposrednem delu s pacienti sem vzljubil svoj poklic, nanj sem vse bolj ponosen, čeprav je bila odločitev zanj moja druga izbira poklica, prva je bila elektrotehnika. Osebnostno spoznanje, da ustrezno komuniciram z ljudmi, mi je ves čas vlivalo pogum ostati v tem zelo napornem in slabo plačanem poklicu. Ali imamo visoko ali srednjo izobrazbo naših pacientov, potrebnih naše pomoči, ne zanima preveč in je nepomembno pri sami komunikaciji z njimi. Pacienti od nas prednostno pričakujejo, da si vzamemo dovolj časa za pogovor, saj prijaznost in tople besede, poleg strokovnosti, bolnemu ne škodujejo. Nezadovoljstvo,

medsebojna trenja in naše brezplodno sestankovanje pa občutijo najbolj ravno pacienti, čeprav to spretno skrivajo.

V imenu pacientov se zahvaljujem vsem, ki ohranjate sočutno poklicno poslanstvo in ga vestno opravljate kljub občutni obremenjenosti zaradi neprijetnih organizacijskih ukrepov sledeč Zakonu o uravnoteženju javnih financ. V posebno zadovoljstvo pa mi je, da se večine zaposlenih zadnji neprijetni dogodki v zdravstveni negi niso občutno dotaknili in s tem vplivali na kakovost zdravstvene nege in oskrbe.

Spoštovane kolegice in kolegi, pozivam vas, da strnemo svoje vrste, pozabimo na izrečene neprijetne in manj preudarne besede na obeh straneh ter se usmerimo k ohranjanju kakovostne in varne zdravstvene nege. Za vsako preteklo gospodarsko krizo so prišli boljši časi in bodo tudi za to. Na kakšen način, bomo preživeli skupaj neugodni vmesni čas, je precej odvisno od nas samih. ■

Ne sedaj, sredi učenja smo...

(kričijo medvedki v risanki)

Marjeta Rupar

Utripanje časa ima svoj odmev.

V našem poklicu smo že veliko naredili za lasten – razvoj. Smo pa zelo občutljivi za resnico, pravico in – samospoštovanje. Različni plivi iz celega sveta, nam krojijo – razpoloženje.

Resnica ima veliko obrazov, razlag in občutkov. Jean Shinoda Bolen pravi: »Resnica je ostroroba: orodje je, ki lahko poškoduje, rani, izmaliči ali pohabi. Ali pa je kirurški skalpel, ki odstrani rakasto tvorbo ali na novo oblikuje poškodovan obraz ter povrne zdravje in samospoštovanje.«

Vedno bolj v našem delovnem vzdušju čutimo, da kar tako »vsak užali vsakogar.« Konfliktne situacije nam jemljejo trdnost in moč za uspešno delo. Vsak ima »svoj prav.« Z njegovo težo in ostrino čakamo žrtev in potem, potem nadaljujemo in se – maščujemo. Prebrala sem misel: »Tistemu, ki se jezi Name, krojim razpoloženje, saj mora ves dan misliti name.«

...čas teče medtem ko živimo...

(Paulo Coelho)

Ljudje delamo drug za druge. Od začetka do - konca. Če delamo z veseljem in z zavestjo, da res hočemo dobro, potem to plemenito vsebino – izžarevamo. To je zdravilo za – rutino. Erich Fromm pravi: »Navsezadnje se neke umetnosti naučimo samo, če se ji res posvetiš.« Zdravstvena nega je umetnost. Njena energija temelji na kakovosti dela in spoštovanju, ki – povezuje. Vse, prav vse – vpletene. Znanje nam daje – darilo. To je SMISEL. Težko je pridobljeno. Dolžina delovne dobe ne pade z - drevesa. Ni paket, ki ga kupimo, zavijemo in – uživamo. Sposobnost, da vsak dan uveljavljamo in uveljavimo kakovost naših odnosov, olajša izpolnitev trenutnih – nalog. Nujno potrebujemo zbranost in uživanje ob – delu. Zbranost je zelena nitka vsega kar delamo in je prav, da nam konflikti ne presekajo najboljših namene. Mi ne delamo samo tako, »ena, dve, tri«, ampak moramo biti v zelo dobri kondiciji, ki dokazuje naše zdravo človeško delovanje, naša iskrena prizadevanja.

Sem v podporo sebi in vsem

(Vanda Omejc in Gabrijela Železnik)

Naš poklic? Je lep in nekaj – posebnega. Mi nečloveško ne jemljemo drugim, da bi bogateli in v bogastvu – cveteli. Mi imamo možnost, da zaupamo – človečnosti. To ne pomeni, da za svoje potrebe ne potrebujemo – denarja. Imamo svoje občutke. Čutimo, zelo čutimo verbalne – udarce. Bežimo iz našega »skupaj«. Beg ni rešitev! Ali res izobrazba prinaša – nemir? Krivice čutimo eni in drugi.

Pravičnost nas največkrat samo - opazuje. Kaj opazi? Če je potrpljenje na nitki, potem pomeni, da je DENAR v strašni –bitki. Naj bo ta bitka tako končana, da PRAVIČNOST med nami ne bo – zaspana. Pravičnost odmeva, naj naše zaupanje v skupno delo – ogreva. Čudovito je navdihovati sodelavce in bogatiti njihovo – življenje. Spoštujemo in občudujemo se, saj je življenje, naš skupen – čas.

Ko se tako zaganjamo drug v drugega, pozabljam, da smo v naročju – časa. Opazuje nas, kako napetost nasprotij vleče svoj – lok. Opazuje nas, kako nam večkrat ponikne – razsodnost. Smo v mreži medosebnih človeških odnosov. In mreža mora ostati – cela.

V Bosporju (v vojaški bazi) imajo muzej. Domačini ga lahko neovirano obiskujejo. Tujci pa samo z – dovoljenjem. Posebna soba je posvečena Florence Nightingale. Z njeno pisavo je popisan list, ki visi na vhodnih vratih, njene – sobe. »Cenimo svoje znanje in ne zato, da bi bili pametnejši, ampak zato, da bi pomagali ljudem.« Zelo spoštujem njeno zapuščino. Modrost. Ali moramo res nazaj, da gremo lahko –naprej.

...med dvema tvojima nasmehoma sem te opazil, toda med tvojima ihtenjema sem te spoznal.«

(Michel Quoist)

Iz vsega lahko črpamo, kar smo doživeli. Starejši ljudje imajo podobna vprašanja in - odgovore. Vse je namenjeno temu, kaj je res – POMEMBNO v tem življenju. Mlajši se ob tem zgrozijo. Hočejo še kaj doživeti. Prepričani so, da bo njihova življenjska filozofija – drugačna. Boljša. Tako je prav, saj moramo ljudje na lastni duši občutiti to, kar nam je – namenjeno.

Vse kar preberemo (dnevne novice), vidimo na lastne oči in slišimo, morda kot domislek ali pa zelo resno sporočilo vse, prav vse se nas – dotakne.

Čudimo se, zgražamo in čutimo, da je to večkrat preveč za našo – vest. Z lastnim znanjem in vedenjem, sortiramo »to gradivo«, saj moramo sproščeno, prijazno in neobremenjeno opravljati svoje – delo. Svet je obremenjen s človeškimi – napakami. To teži tudi mi čutimo. Pritisk, ki zelo – boli. Ob takih čudnih dogodkih, pogledam sama sebi v oči in rečem: »Izjemni smo (MI), kajne? Kljub vsemu!«

Življenje je to, kar se dogaja meni in – nam. Naši nižji motivi nas ženejo v neko smer, ki je lahko škodljiva in – napačna.

V kaj verjamemo? Ali nam priložnosti, ki jih imamo, pomenijo MOČ za vizijo naše – stroke?

Če se dvignemo čez napake – napredujemo. In to je učenje. Verjamem in zaupam učenju ... ■

Masaža stopal v sedečem položaju

Zdenka Dovč

Letos sem spet preživela čudovit teden svojega dopusta na jadranskem otoku Ižu, kjer sem se udeležila duhovnih delavnic, med drugimi tudi delavnice Milene Plut Podvršič.

Medicinske sestre jo že dobro poznamo, saj v DMSBZT Ljubljana že vrsto let predava na učnih delavnicah za naše in bolnikovo zdravje ter dobro počutje. Učili smo se novo tehniko refleksne masaže, ki jo lahko izvajamo sami sebi. Za to tehniko si je potrebno vzeti le dobrih pet minut časa, ko ste osvojili osnovne prijeme. Pomembno je to, da si lahko izboljšamo svoje počutje v najkrajšem času. Po dopustu se je nabralo veliko novega dela, zato bomo še kako rabile te sprostitvene tehnike. To tehniko pa posebej priporočam osebju v domovih starejših občanov, saj varovanci lahko sedijo na svojih vozičkih. Tudi za otroke s posebnimi potrebami je zelo priporočljiva, saj v najkrajšem času lahko izboljšamo njihovo počutje.

Vir: Milena Plut Podvršič, dr. med., delavnica na IŽU

REFLEKSNE TEHNIKE NA STOPALIH

PRIJEMI Z VRHA

1. Namen masaže

- sprostitvev področja za hrbtenico (ledveni del)
- obdelava živcev (spinalni in vegetativni živci – obdelava živčnih točk)
- obdelava točk okrog sredine meč
- obdelava področja glave in vratu
- obdelava baz prstov na nogi (prsni koš in pljuča, limfni obtok - podpora imunemu sistemu)
- obdelava pete (področje jajčnikov / mod)
- obdelava področja gležnja – trigger cone
- obdelava hrbtišča noge
- sprostitvev in stabilizacija hormonalnega sistema

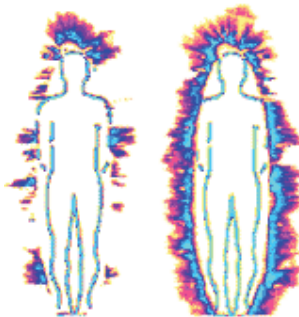
PREPROSTA, A UČINKOVITA METODA

v nekaj minutah vzpostavi psihofizično ravnovesje celotnega telesa

NAMEN

VZPOSTAVITEV RAVNOVESJA

- preventiva
- pomožna diagnostična metoda
- urejanje različnih stanj
- podpora zdravilnim procesom
- zdravljenje



Predno začnemo masažo:

1. preverimo kontraindikacije
2. preverimo gibljivost pred in po obravnavi
3. začnemo na katerikoli nogi
4. delujemo izmenično na obeh stopalih

INDIKACIJE

- za zdrave osebe vseh starosti
- pravočasno odkrivanje že najmanjših sprememb
- delovanje na katerikoli zdravstveno stanje, akutno ali kronično
- prej izključimo kontraindicirana stanja

POMAGA ZLASTI PRI STRESU, TRDEM VRATU ali BOLEČEM HRBTU

KONTRAINDIKACIJE

- infekcijske in vročinske bolezni
- lokalna obolenja kože (zlasti glivične bolezni)
- poškodbe mehkih in kostnih struktur na stopalu
- vnetja krvnih žil in limfnih poti ali tromboza
- bolezni, ki zahtevajo operativni poseg
- posttravmatska kostna atrofija stopala (Mb Sudec)
- gangrena
- srčni spodbujevalec (pace-maker)
- opitost ali izčrpanost ali neposredno po obroku
- previdnost pri nosečnici - kontraindicirana pri rizični nosečnosti

OSNOVNI PRIJEMI VRM NOG

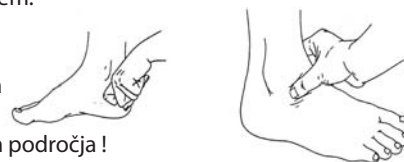
1. REFLEKSI OKROG GLEŽNJEV - izzovemo globlje zdravilne procese!!!

- a) masiramo izza in ob straneh gležnjev ter do 10 cm nad gležnjem (pritiskamo in krožno masiramo z obema rokama), da spodbudimo:
 - kolk
 - medenico
 - ishias
 - reproduktivne organe
 - mehur

b) potem s palci pritiskamo zgoraj med gležnjema:

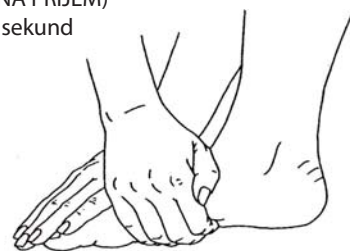
- spodbudimo imuni sistem:
 - dimlje
 - jajcevod/semenovod
- pomožno srce/prepona
- trigger cone

Zapomnimo si občutljiva področja!
Postopek ponovimo na drugi nogi!



2. SPROSTITVEV HRBTENICE IN SPINALNIH REFLEKSOV - sprostim ledveni del

- z eno roko pritiskamo na hrbtišče stopala
- z drugo roko zgrabimo in objamemo notranjo stran stopala, s prsti pritiskamo navzgor (BANANA PRIJEM)
- ta pritisk zadržujemo nekaj sekund
- ponovimo 3x



3. GOR IN DOL PO HRBTENICI (s kazalcem) - sprostim hrbet, spinalne reflekse in krepimo ČŽS

- z obema dlanema objamemo stopalo
- s kazalcem masiramo notranji rob stopala (hrbténica) od palca do gležnja in nazaj
- ponovimo 3 x



4. SREDINA MEČ - sprostimo napetost med lopaticama in prsni del hrbtenice

- z obema rokama pritiskamo okrog sredine meč
- ponovimo 1 – 2 x



5. PRSTI - delujemo na:

- možgane
- sinuse
- oči
- ušesa
- zobe
- vrat
- žrelo
- grlo
- ščitnico
- z vrtečimi gibi (pritiskamo in krožno masiramo) obdelujemo strani prstov
- obdelujemo obe nogi hkrati
- začnemo pri palcu, nadaljujemo proti mezinu



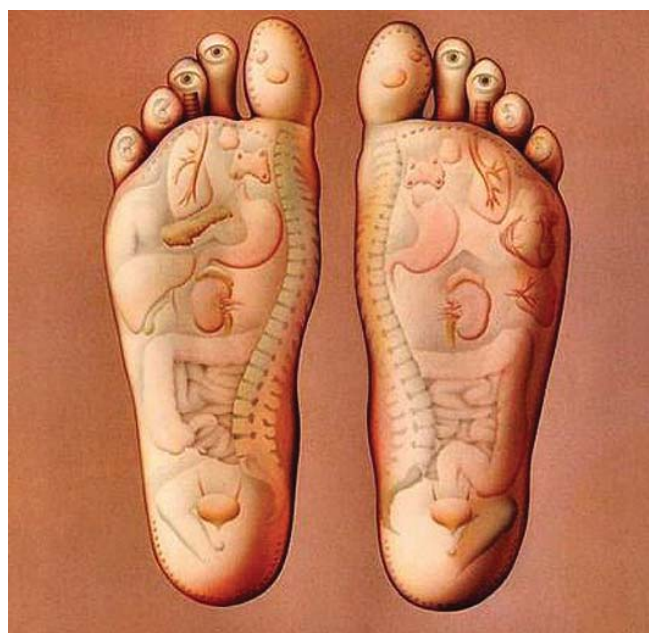
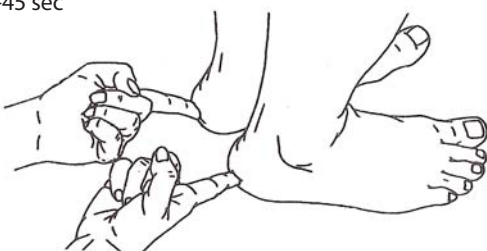
6. BAZE PRSTOV - delujemo na:

- limfni sistem:
 - podpremo obrambni mehanizem
 - sprostimo sinuse, oči, ušesa,...
- na prsa/pljuča:
 - sprostimo prsni koš: za dihalne motnje (astma,...)
- čvrsto pritiskamo in krožno masiramo na bazi obeh palcev – masiramo do konca stopalnic
- nadaljujemo z istimi gibi na bazah ostalih prstov (od palca proti mezinu)
- postopek ponovimo v smeri od mezinca k palcu



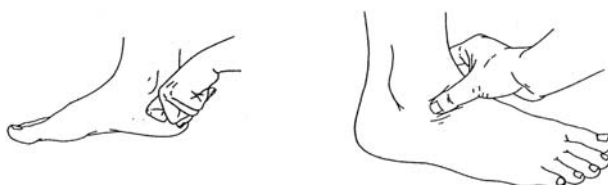
7. PETA – uravnavamo reproduktivne organe (cone pete so pomožni jajčniki/moda)

- čvrsto pritiskamo na sredini obeh pet hkrati (s palci ali členki kazalcev)
- pritiskamo 30-45 sec
- primerno za:
 - meno
 - alergije
 - energiziranje



8. PONOVO OKROG GLEŽNJEV - ponovitev masaže okrog gležnjev ad/1

- trigger cone
- cona srca / prepone
- cona medenice
- cona kolkov
- cone reproduktivnih organov
- delujemo globlje in dosežemo nove reflekse



9. HRBTIŠČE NOGE - "hoja" s konicami prstov

Delujemo na:

- vse glavne organe
- vse žleze
- energiziramo organe in žleze; celotno telo
- z obema rokama objamemo gleženj od zadaj in s konicami ostalih prstov pritiskamo hrbtnišče od gležnja k prstom
- postopek ponovimo 2 – 3 x



10. PRITISK NA CONO HIPOFIZE

- uravnavamo in stabiliziramo hormonski sistem ter energiziramo telo
- kazalca položimo na blazinico palca osebe
- palca položimo na noht palca in čvrsto pritiskamo 30 – 40 sec.
- hkrati tudi oseba pritiska s palcema na naša kazalca ■

Obisk nizozemske reševalne postaje Helmond

Mirsad Muhić

Idejo o obisku nizozemskih reševalcev sem dobil že pred nekaj leti, ko sem obiskoval še prvi letnik Zdravstvene fakultete v Ljubljani. Že takrat sem se ukvarjal z mislijo, kaj bo moja tema diplomske naloge. Na Youtubeu je veliko kratkih videov, kjer igrajo glavno vlogo nizozemski reševalci in njihova reševalna vozila in zaradi moje radovedne narave sem se na internetu pozanimal o njihovem prehospitalnem sistemu. Zvedel sem, da so njihovi reševalci samostojni na terenu, brez prisotnosti zdravnika. Takrat sem videl, da je njihov prehospitalni sistem izredno zanimiv in da bo to tema moje diplomske naloge.

Reševalna postaja v Eindhovnu (kamor sem prvotno poslal e-mail) je z velikim navdušenjem sprejela mojo prošnjo. Pred odhodom so zahtevali potrdila in priporočila, kjer so mi pomagali somentor pri diplomski nalogi Jože Prestor in vodstvo Zbornice - Zveze. Po vseh poslanih dokumentih sem se z vodstvom reševalne postaje dogovoril o datumu obiska, določili so mi tudi, da bom razporejen v mesto Helmond, kjer imajo največjo reševalno postajo v območju, kljub temu, da je sedež v Eindhovnu. Mesto Helmond je velikosti Maribora, kjer domuje približno 100.000 prebivalcev in ima zgodovino, ki sega v 11. stoletje. Ko sem prispel v mesto, sem bil očaran nad lepoto in čistočo ne le Helmonda, temveč tudi drugih delov Nizozemske.

Po namestitvi v hotelu je bil prvi del moje ekspedicije obisk 112 centra v Eindhovnu, ki nadzira področje okoli tega mesta in tudi Helmonda. Policija, reševalci in gasilci imajo skupno sobo, kjer ima vsak dispečer svojo mizo in delovne pripomočke, računalnik, zasloni na dotik, majhni in ogromni televizijski zasloni, radijska postaja, ... Dispečerji so po izobrazbi medicinske sestre z določeno specializacijo. Znati morajo poleg svojega jezika še angleško, nemško in francosko. Sprejemajo in oddajajo klice nujnih in nenujnih prevozov ter delajo po osem ur v treh izmenah, ampak brez uradne malice. Pri njih velja pravilo disperzije, kjer, če se le da, nikoli ne stojita dve reševalni vozili na istem mestu, kadar ni dela. Tako je večina reševalnih vozil razporejenih po okoliških naseljih ali obrobju mesta. Kadar se pojavi klic, dispečer poskuša zmanjšati luknjo, ki je nastala ob napotitvi vozila na intervencijo, tako da premesti vozilo, ki stoji na lokaciji z manjšo prioriteto pokritosti na mesto, kjer je prej stalo vozilo, ki je odšlo na intervencijo.

Preostale dni sem preživel na reševalni postaji Helmond, kjer sem kot tretji član ekipe poleg voznika in medicinske sestre sodeloval pri intervencijah. Voznik je lahko kdorkoli s kakršnokoli izobrazbo, ampak mora opraviti posebno usposabljanje in izobraževanje, kjer se uči od avtomehanike, cestnoprometnih predpisov in zakonov do osnov anatomije človeškega telesa, patologije, farmakologije in seveda nujne medicinske pomoči. Medinska sestra se mora po končanem 4 letnem študiju, če hoče delati v reševalnem vozilu, specializirati iz urgentne dejavnosti, intenzivne nege ali kardiologije. Po specializaciji, ki traja 2 leti, se opravlja pripravništvo na reševalni postaji, ki pa traja 7 mesecev. Po vsem tem je medicinska sestra sposobna in kompetentna samostojno opravljati delo na terenu. To delo vključuje poleg standardnih negovalnih intervencij tudi aplikacijo zdravil, vstavljanje intravenoznih kanil, snemanje in branje 12 kanalnega EKG-ja, intubacijo, defibrilacijo, urgentno traheotomijo in transfuzijo, prekinitev reanimacije in določitev časa smrti. Tudi na terenu se uporablja 8 urni delavnik, brez malice. Seveda, če se je pojavila priložnost, smo vzeli lonec in skuhal kakšno instant juho, kot pa je za pričakovati, se zgodi klic ravno, ko je juha pripravljena ali pa je še tako vroča, da je ne moreš na hitro pojesti. Enkrat smo celo skuhal in v miru pojedli kapelate, kar pa je vsekakor prej izjema, kot pravilo. Dela ni bilo malo in nemalokrat smo morali delati tudi nadure. Reševalci so mi rekli, da imam veliko srečo, ker tretji člani ekipe dostikrat ne vidijo ravno vsega, kar bi hoteli videti, v mojem primeru pa sem doživel veliko različnih



Reševalna postaja Helmond, 13.5.2012. Ekipo s katero sem največkrat sodeloval. Od leve proti desni: Hans Swinkels (voznik), Mirsad Muhić (jaz), Willem Oderwald (ambulance nurse - medicinska sestra v reševalnem vozilu, op.a.)

intervencij. Ker je Nizozemska dežela kolesarjev, je bilo temu primerno kar nekaj prometnih nesreč, kjer je bil udeležen kolesar. Bolečina v prsih je bila tudi pogost klic, poleg tega pa tudi težave z dihanjem in bolečine v trebuhu. Nizozemska slovi po izredno razširjeni in popularni kulturi elektronske glasbe, kjer je prisotno tudi veliko drog. Tako smo bili poklicani v nočni klub, kjer naj bi mladenič vzel preveč ekstazi tabletk. Reševalci so se že zdavnaj odrekli sledenju in razumevanju novih oblik in mešanic drog, ker je teh enostavno več in več. Težave v komunikaciji se pojavijo, ko je pacient priseljenec. Takih ljudi je na Nizozemskem veliko, predvsem iz držav severne Afrike in Indonezije. Določeno število priseljencev ne govori dobro nizozemsko ali sploh ne. Problem se stopnjuje, ko imaš še psihiatričnega bolnika, ki govori samo arabsko. To je bila intervencija iz moje izkušnje in bil sem presenečen, ko sem takrat ugotovil, da veliko reševalcev prebrodi ta problem enostavno tako, da se naučijo arabskega jezika.

Komunikacija pa na splošno sestavlja velik del njihovega dela. Na terenu se, ko vstopiš v hišo ali stanovanje, najprej predstaviš pacientu in svojcem. Ugotovil sem, da so pacienti deležni spoštovanja, izjemnega sočutja, umirjene obravnave in dostojnosti. Ne le pri enem reševalcu, tako je bilo z vsemi reševalci, s katerimi sem imel priložnost delati. Tak odnos se nadaljuje tudi pri transportu v bolnišnico in v bolnišnici sami. Tam se medicinska sestra in zdravnik prav tako najprej predstavita pacientu in svojcem, ter obrazložita, kako bo potekal njihov sprejem in obravnava. Bil sem izjemno pozitivno presenečen, kako prijaznost, sočutje in spoštovanje vladata ne le na terenu ampak v vseh ustanovah, pri vseh zaposlenih. Vsekakor nekaj, kar vidiš zelo redko v Sloveniji.

Tako sem po 10 dneh zaključil moj obisk, ki je bil neponovljiva izkušnja, pri kateri sem se, moram priznati, nalezal njihovih navad, predvsem pri komunikaciji. Veliko vlogo pri tem je imel reševalec Willem Oderwald, ki me je naučil veliko novih stvari in mi predstavil zgoraj omenjeni način dela. Na koncu sem si obljubil, da to vsekakor ni bil moj zadnji strokovni obisk na Nizozemskem. ■

Zgodba o medicinski sestri Vanji

Magdalena Bastjančič

Vanja Čebokelj se je rodila 21. novembra 1963, v Podkraju, mami Amaliji in očetu Ivanu. Bila je prvi od štirih otrok. Kar nekaj let starejša od bratov in sestre je bila do njih zaščitniška, zanje je skrbela in jih varovala.

Štiri leta je osnovno šolo obiskovala v Podkraju, nato pa na Colu. Ob koncu osemletke se je odločila za poklic medicinske sestre, saj ji je bil ta pisan na kožo. Srednjo šolo za medicinske sestre je zaključila v Šempetru pri Novi Gorici in se takoj zaposlila v tamkajšnji bolnišnici »Dr. Franca Derganca«.

Leta 1982 je bila sprejeta na kardiološki oddelek, kjer je pridno delala in pognala globoke korenine. Delo ji je bilo v veselje, bolniki in sodelavci so jo imeli radi. Velika žalost in šok zanje ter vse njene bližnje je bila smrt mame Amalije, ki je po osmih letih boja z rakom omagala. Vanjina vloga v družini se je spremenila. Če je bila do tedaj najstarejša hčerka in sestra, je takoj prevzela še vlogo matere Amalije.

Družina si še ni opomogla, ko je bila istega leta očetu Ivanu postavljena diagnoza neozdravljive bolezni. Žalostna, globoko ranjena in prizadeta je še isto leto sprejela povabilo zdravnika kardiologa in mu stopila ob stran, ko je začel zasebno prakso. Zagrizla se je v delo. Delala je vestno in pošteno, saj je le tako znala. Ob delu se je učila. Prepričana je bila, da je edino pomembno to, da je delo dobro opravljeno, da so bolniki zadovoljni in je zanje poskrbljeno v največji možni meri. Velikokrat je delala preko delovnega časa in vse prevečkrat pozabljala nase.

Vsi so jo spoštovali in imeli radi, ker je za vsakega imela topel pogled in besedo, vsakemu je znala prisluhni, mu pomagati ali svetovati. V prostem času je rada odšla domov, kjer so jo vsi težko čakali. Sodelovala je pri opravilih v hiši in okrog nje. Najraje je bila na vrtu ali na njivi. Očetu Ivanu je bila v veliko pomoč pri pomembnih odločitvah. Sestri je pomagala pri vsem, jo učila in ji svetovala, kot mama. Tudi brata sta se velikokrat obračala k njej po pomoč in nasvet.

Ko je očetova bolezen napredovala, je Vanja tudi doma opravljala delo medicinske sestre. Brata in sestro je naučila, da so očeta negovali in mu dajali zdravila v času njene odsotnosti.

Ne da bi se tega zavedala, se je Vanja iztrošila in zahrbtna bolezen je napadla tudi njo. Operirana je bila leta 2002, ko je oče Ivan že izgubljal boj z neozdravljivo boleznijo. Vanja je začela boj za življenje. Po številnih kemoterapijah in obsevanjih je bila prepričana v zmago. Bila je optimistična, polna pozitivnih misli. Zelo kmalu je o svojem raku govorila v preteklem času. Bila je srečna in vesela. Rada je rekla, da živi življenje s polno žlico. Bila je polna energije in vsak, ki jo je srečal, se je z njo veselil.

Polna delovnega elana se je vrnila v službo, kjer so je bili vsi veseli. Star in utečen ritem življenja ter dela jo je počasi zopet prevzel. Septembra 2010 se je bolezen vrnila v precej hujši obliki. Borba je bila tokrat hujša, a Vanji ni zmanjkalo volje in optimizma. Zaupala je zdravnikom in bila prepričana v zmago. Okrog sebe je hotela imeti le vedre obraze, pogovarjati se je hotela le o ozdravitvi in ni hotela govoriti o drugi možnosti izida bolezni. Hude kemoterapije je prestajala pogumno ter budno spremljala in preučevala vse izvide. Verjela je v čudež, čeprav so jo neznosne bolečine, ki so se pojavile poleti 2011, prepričale, da bolezen napreduje.



Septembra je čudežno prestala operacijo na vratni hrbtenici. »Zdravniki so opravili vrhunsko delo«, je rada rekla. Borka, kot je bila, se je postavila na noge že par dni po operaciji. Z vso svojo voljo in željo po življenju nas je kmalu vse prepričala, da je popolnoma v redu. Molili smo zanje in ji na različne načine pošiljali pozitivno energijo.

Kmalu nas je začela presenečati, še najbolj pa zdravnike, saj je veljala za nekaj posebnega. Hodila je na dolge sprehode, na razne prireditve in šla celo na izlet z medicinskimi sestrami. Govorila je: »Hočem živeti do smrti, ne životariti! Nočem jokati in jamrati nad svojo usodo. Bolezen sem sprejela, saj je moja.«

S to svojo trmo in vero v božjo pomoč je z gotovostjo preložila svoj odhod za dobrih devet mesecev. V teh mesecih je imela dovolj časa, da je pripravila sebe in svoje drage, sorodnike, prijatelje in znance na svoj odhod. Poglobila je vero v Boga, uredila še vse, kar je bilo nujno. Vsakemu posebej je naložila še kakšno opravilo in mnogim položila na srce še zadnje na glas izrečene misli. Sama je določila, kako naj bo na njenem pogrebu in prepričana v Božjo voljo in Njegovo previdnost, pri polni zavesti, umirjena zaspala v objemu svojih najbližjih, na njej najdražjem oddelku šempetrske bolnišnice, 16. julija 2012.

Žarni pogreb je bil 19. julija v njenem Podkraju, kjer Vanja počiva ob svoji mami Amaliji in očetu Ivanu. ■

TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA
ZDRAVSTVENA ZAKONODAJA V LUČI ZDRAVSTVENE NEGE MODUL LICENCA: OBVEZNE VSEBINE	3. POMURSKI SIMPOZIJ O KRONIČNI RANI - RAZJEDA ZARADI PRITISKA, KOT KAZALEC KAKOVOSTI	PALIATIVNA OSKRBA HEMATOLOŠKEGA BOLNIKA
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
Sreda, 17. oktober 2012 ob 8.30 uri, v veliki predavalnici kirurške stolpnice UKC Maribor (16. nadstropje), Ljubljanska ulica 5, Maribor.	Petek 19.10.2012, Murska Sobota, Grajska dvorana, Murska Sobota. Pričetek ob 08.45 uri. Registracija udeležencev med 08.00 in 08.45 uro.	Petek in sobota 19. in 20.10.2012, Zdravilišče Laško Hotel Wellnes Park Laško, predavalnica Gala dvorana Pričetek v petek 19.10.2012 ob 12 uri Registracija udeležencev med 10.00 in 11.00 uro
Program izobraževanja	Program izobraževanja	Program izobraževanja
Program je v celoti objavljen na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si	Program celodnevne strokovne seminarja lahko naročite po e- pošti: marija.kohsek@sb-ms.si ali brigit.kirurgija@gmail.com	Program bo objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze
Organizator	Organizator	Organizator
 DRUŠTVO MEDICINSKIH SESTER, BABIC IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV MARIBOR	 Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja	
Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor.	DMSZTB POMURJE, POMURSKO ZDRAVNIŠKO DRUŠTVO, DELOVNA SKUPINA ZA OSKRBO KRONIČNE RANE SB MURSKA SOBOTA	Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v hematologiji
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Celodnevno izobraževanje znaša 60 EUR za člane Zbornice - Zveze ter 120 EUR za nečlane Zbornice - Zveze, v ceno je vključen DDV. Kotizacijo nakažete na TR društva DMSBZT Maribor, številka 0451 5000 0111 670, sklic 00 91, pri Nova KBM d.d. Število udeležencev je omejeno.	50 EUR, NAKAZILO NA: LJUBLJANSKA BANKA d.d. enota 340, posl. r. 02340-0011735734. S pripisom kronična rana- 3 POMURSKI simpozij. Prijava možna do 15.10.2012	Enodnevna 190 EUR, dvodnevna 320 EUR, članom ZZBNS, ki imajo poravnane članske obveznosti, se prizna 50% popust. Kotizacijo nakažite na transakcijski račun NLB, posl. Tavčarjeva 7, ZDMSZTS, TTR 2015-0258761480, Sklic: 00 0223-19102012 s pripisom za hematološko sekcijo Prijava možna do 10.10.2011
Licenčne točke	Licenčne točke	Licenčne točke
Program je namenjen zaposlenim v zdravstveni in babiški negi in je usklajen z obveznimi vsebinami, ki jih mora vsebovati strokovno izpolnjevanje za izpolnjen pogoj obveznih vsebin s področja »Zakonodaja s področja zdravstva« v enem licenčnem obdobju.	V postopku pridobitve licenčnih točk	V postopku pridobitve licenčnih točk
Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava
Dodatne informacije in prijave na strokovno srečanje potekajo na spletni strani društva www.dmsbzt-mb.si	marija.kohsek@sb-ms.si , jasna.mesko@gmail.com , milka.kavas@gmail.com Obvezna je pisna prijava na prijavnici, ki je dosegljiva na spletni strani društva in zbornice.	ga. Alenka Dobrovoljc 01 522 4746 Prijava: ga. Nataša Janevski 01 522 4883 ali po E-mailu: natasa.rezun@kclj.si - obvezno s prijavnico. Rezervacija prenočišč: Hotel Wellness Park L. Tel.: 03/ 423 2200, E-mail: info@thermana.si . Rezervacija je možna do 05.10.2012 Udeleženci se prijavijo sami!

TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA
ZAKONODAJA S PODROČJA ZDRAVSTVA	POKLICNA ETIKA V PRAKSI ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE	OBVEZNE VSEBINE: ETIČNE IN MORALNE DIMENZIJE V ZDRAVSTVENI IN BABIŠKI NEGI
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
20. 10. 2012, Velenje, Hotel Paka, velika dvorana	Četrtek, 25. 10. 2012, Dom sv. Jožef, Plečnikova 29 Celje Registracija 8. - 8.30. ure	Petek, 26. oktobra 2012 ob 8.30 uri, v veliki predavalnici kirurške stolpnice UKC Maribor (16. nadstropje), Ljubljanska ulica 5, Maribor.
Program izobraževanja	Program izobraževanja	Program izobraževanja
Pravna ureditev zdravstvene dejavnosti, Kazenska in odškodninska odgovornost, Pravice pacientov, Pravice bolnih otrok, Delovnopravno področje in Preprečevanje nasilja v družini,	Program je objavljen na spletni strani Zbornice- Zveze in www.dmsbzt-celje.si	Predavanja in učne delavnice, kjer udeleženci v manjših skupinah analizirajo etične probleme v praksi, preučijo dejavnike, ki vplivajo na kakovost odnosov v procesu obravnave pacientov. Program je v celoti objavljen na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si
Organizator	Organizator	Organizator
		
DMSBZT Celje in DMSBZT Velenje	DMSBZT Celje	Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov (DMSBZT) Maribor.
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Cena izobraževanja za ostale člane Zbornice ZBN je 60 evrov, za nečlane pa 120 evrov. Cena za člane DMSBZT Celje in Velenje je 15 evrov. Znesek nakažete na DMSBZT Celje; 0600-0000-7356-391, DMSBZT Velenje; 0242-60014678962	Kotizacija znaša za člane DMSBZT Celje 30 €, za nečlane 60 €. Število udeležencev je omejeno (80) Zavodi plačajo kotizacijo po izstavitvi računa, vsi ostali nakažite kotizacijo na TRR društva 06000-0007356391.	Celodnevno izobraževanje znaša 60 EUR za člane Zbornice- Zveze, ter 120 EUR za nečlane Zbornice - Zveze, v ceno je vključen DDV. Kotizacijo nakažete na TR društva DMSBZT Maribor, številka 0451 5000 0111 670, sklic 00 92, pri Nova KBM d.d. Število udeležencev je omejeno.
Licenčne točke	Licenčne točke	Licenčne točke
Udeležba na predavanjih prinaša udeležencem, ki so izvajalci zdravstvene in babiške nege, licenčne točke. Vsebina je usklajena z zahtevami Zbornice Zveze za obvezne vsebine licenčnega obdobja.	Program ovrednoten z 11 LT. Program je usklajen z obveznimi vsebinami s področja Etike.	Program ovrednoten z 11 LT. Program je usklajen z obveznimi vsebinami s področja Etike.
Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava
info@dmsbzt-celje.si , Kordiš; dmsbztvelenje@gmail.com , Kramar	PRIJAVE: tomahawk0601@gmail.com , preko elektronske prijavnice, ki jo dobite na spletni strani ZB- ZV z izpolnjenimi vsemi podatki in jo pošljete na zgornji naslov. S sabo imejte člansko izkaznico. Prijave do zasedenosti mest. Informacije na: 040 431 941.	Dodatne informacije in prijave na strokovno srečanje z učno delavnico potekajo na spletni strani društva www.dmsbzt-mb.si , PRIJAVA NA IZOBRAŽEVANJE. Vljudno vabljeni.

TEMA SREČANJA
STROKOVNI KLINIČNI VEČER: CELOSTNA OBRAVNAVA PACIENTA Z GOLENJO RAZJEDO
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
Četrtek, dne 18. 10. 2012 ob 17. uri, v veliki predavalnici stolpnice Klinike za kirurgijo UKC Maribor (16. nadstropje), Ljubljanska ulica 5, 2000 Maribor
Program izobraževanja
GOLENJA RAZJEDA, asist. Katarina Trčko, dr. med., spec. dermatovenerologije CELOSTA OBRAVNAVA PACIENTA Z GOLENJO RAZJEDO, Mediha Keranovič, sms, Suzana Ptičar, sms
Organizator
 DRUŠTVO MEDICINSKIH SESTER, BABIC IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV MARIBOR
Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor (DMSBZT Maribor)
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
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 izobraževanje je vpisano v register strokovnih izpopolnjevanj Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije, pod številko 2012 - 13 - 24 in ovrednoteno s 4 LT.
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 OKTOBRU.
Vljudno vabljeni.

TEMA SREČANJA
OBVEZNE VSEBINE: TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA Z VKLJUČENIM AED
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
Petek, 9. november (prva skupina) in sobota, 10. november 2012 (druga skupina) ob 8.00 uri, v prostorih društva, Ulica heroja Jevtiča 5, 2000 Maribor, (poteka elektronski način registracije, zato imejte s seboj člansko izkaznico).
Program izobraževanja
Enodnevno strokovno izpopolnjevanje z učnimi delavnicami je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi. Število udeležencev je omejeno na 35. Več o programu preberite na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si
Organizator
 DRUŠTVO MEDICINSKIH SESTER, BABIC IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV MARIBOR
Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor (DMSBZT Maribor) v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu pri Zbornici - Zvezi.
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Višina kotizacije za strokovno izpopolnjevanje z učnimi delavnicami znaša 80 EUR za člane Zbornice - Zveze, 160 EUR (DDV vključen) za nečlane Zbornice - Zveze.
Licenčne točke
Program je namenjen zaposlenim v zdravstveni in babiški negi in je usklajen z obveznimi vsebinami, ki jih mora vsebovati strokovno izpopolnjevanje za izpolnjen pogoj obveznih vsebin s področja »TPO« v licenčnem obdobju in ovrednoten s 7 LT.
Dodatne informacije in prijava
Kotizacijo nakažete na TR DMSBZT Maribor, številka 0451 5000 0111 670, sklic 00 90 pri Nova KBM d.d. Prijave na strokovno izpopolnjevanje potekajo izključno na spletni strani društva, www.dmsbzt-mb.si pod: PRIJAVA NA IZOBRAŽEVANJE. Vljudno vabljeni.

TEMA SREČANJA
POKLICNA ETIKA V PRAKSI ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
Četrtek, 15. 11. 2012 DMSBZT Ljubljana, Poljanska 14 Pričetek ob 8.30 uri Registracija udeležencev od 8.00 do 8.30 ure
Program izobraževanja
Program izobraževanja je objavljen na spletni strani www.zbornica-zveza.si
Organizator
 društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov ljubljana
DMSBZT Ljubljana
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Kotizacija z DDV za člane znaša 60,00€, za nečlane 120,00€ in se plača po izstavljenem računu. Število udeležencev je omejeno do 30.
Licenčne točke
Strokovno izpolnjevanje je ovrednoteno s 7 licenčnimi točkami. Udeležba šteje za izpolnitev obveznih vsebin iz poklicne etike za podaljšanje licence za samostojno delo v zdravstveni in babiški negi.
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 09. 11. 2012, oziroma do zasedenosti mest. Dodatne informacije: Irma Kiprijanovič (041 754 695) - irma.kiprijanovic@gmail.com

TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA
XIV. IZOBRAŽEVALNI SEMINAR S SPECIALIZIRANIMI UČNIMI DELAVNICAMI ZA MEDICINSKE SESTRE IN ZDRAVSTVENE TEHNIKE "KRITIČNO BOLAN IN POŠKODOVAN OTROK - RAZPOZNAVA, ZDRAVLJENJE IN ZDRAVSTVENA NEGA".	IZZIVI IN PRILožNOSTI ZDRAVSTVENE NEGE NEVROLOŠKEGA BOLNIKA Izobraževanje medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije ter volitve predsednika sekcije in izvršnega odbora	ZAKONODAJA S PODROČJA ZDRAVSTVA
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
Petek, 16. 11. 2012 in sobota, 17. 11. 2012 v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana, Zaloška 7, 1525 Ljubljana, predavalnica 1.	Petek, 16. 11. 2012, Ljubljana Nevrološka klinika, Seminar, 1. klet Pričetek ob 9. uri Registracija udeležencev med 8.00 in 8.50 uro	Petek, 16. 11. 2012, v prostorih ZZV, Zaloška 29, 1000 Ljubljana s pričetkom ob 7. 30
Program izobraževanja	Program izobraževanja	Program izobraževanja
Program izobraževanja je objavljen na spletni strani www.zbornica-zveza.si	Program bo objavljen naknadno.	Program izobraževanja je objavljen na spletni strani www.zbornica-zveza.si
Organizator 	Organizator 	Organizator 
Klinični oddelek za otroško kirurgijo in intenzivno terapijo, Kirurška klinika, Univerzitetni klinični center Ljubljana, Bohoričeva ulica 20, 1525 Ljubljana	Zbornica - Zveza Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji v sodelovanju z Nevrološko kliniko Ljubljana	DMSBZT Ljubljana
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Kotizacija: 300 EUR (DDV je vključen); kotizacija vključuje predavanja in vaje, učbenik in postrežbo med odmori. Nakazilo: Univerzitetni klinični center Ljubljana, Zaloška cesta 002, 1000 Ljubljana. Podračun EZR št.: 01100-6030277894, sklic 299 30 32 z oznako Kritično bolan otrok.	190 EUR z DDV (članom ZZBNS, ki imajo poravnane članke obveznosti, se prizna 50% popust), transakcijski račun: ZZBNS - ZDMSZTS pri NLB, posl. Tavčarjeva 7, Ljubljana: št. 02015-0258761480, sklic na številko 00 0230-16112012 do 70 udeležencev, prijava možna do 10.11.2012	Kotizacija z DDV za člane znaša 60,00 EUR, ter za 120,00 EUR za nečlane društva in se plača po izstavljenem računu. V kotizacijo je všteto gradivo in organizacija seminarja ter osvežitve med odmori.
Licenčne točke	Licenčne točke	Licenčne točke
V postopku pridobivanja licenčnih točk.	V postopku pridobitve licenčnih točk.	Program izobraževanja je licenčno ovrednoten in vpisan med obvezne vsebine za podaljšanje licence za samostojno delo v Zdravstveni in babiški negi.
Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava
Kontaktni osebi: Minja Petrovič, prof. zdrav. vzg. (01 522 81 96, 48 29), Karmen Boh, viš. upr. del. (01 522 81 97, 48 29); KO za otroško kirurgijo in intenzivno terapijo, Kirurška klinika, UKC Ljubljana, Bohoričeva 20, 1525 Ljubljana; faks: 01 522 11 09; e-mail: karmen.boh@kclj.si	Helena Tušar, tel.: 031 621 362, Maja Medvešek Smrekar tel.: 522 87 64	Prijava preko prijavnice na spletni strani DMSBZT Ljubljana: www.drustvo-med-sester-lj.si (plačnik/zavod, davčna številka, številka članke izkaznice, številka licence) do 10.11.2012, oziroma do zasedenosti. Dodatne informacije: Irma Kiprijanovič (041 754 695) oz. irma.kiprijanovic@gmail.com

TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA
KO PRIDE DO TEŽAV V MEDOSEBNIH ODNOSIH NA DELOVNEM MESTU	TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA Z VKLJUČENIM AED	PREDPISOVANJE ZDRAVIL – IZZIV MEDICINSKIM SESTRAM ZA PRIHODNOST?
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
Sobota, 17. november 2012 Velika dvorana Zavarovalnice Triglav Kranj, Bleiweisova 20, Kranj Pričetek ob 8.00 uri Registracija udeležencev od 7.30 do 8.00 ure	Ponedeljek, 19. 11. 2012 v Ljubljani DMSBZT Ljubljana, Poljanska cesta 14 Pričetek ob 8.30 uri Registracija udeležencev med 8.00 in 8.30 uro	23. november 2012 s pričetkom ob 8. uri. Zdravstvena fakulteta Univerze v Ljubljani, Zdravstvena pot 5, Ljubljana
Program izobraževanja	Program izobraževanja	Program izobraževanja
Celoten program izobraževanja s področja konfliktov in nasilja z učnimi delavnicami in analizo primerov je objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze in DMSBZT Gorenjske: http://www.dmsbzt-gorenjske.si	Program vsebuje 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	Simpozij DMSBZT Ljubljana z mednarodno udeležbo predstavlja ključne teme za ravnanje z zdravili in predstavi izkušnje medicinskih sester v evropskem prostoru na področju predpisovanja zdravil.
 Organizator Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske	 Organizator Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana	 Organizator Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana
Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske	Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu.	Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Kotizacija z DDV znaša 60€. Za članice in člane Zbornice - Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti in so člani DMSBZT Gorenjske, kotizacije ni, za članice in člane drugih regijskih društev se prizna 50% popust.	Kotizacija z DDV za člane znaša 80,00 €, za nečlane 160,00 € in se plača po izstavljenem računu. Število udeležencev je omejeno na 32 udeležencev.	Kotizacije ni, sprejmemo do 150 udeležencev.
Licenčne točke	Licenčne točke	Licenčne točke
Vloga za priznanje licenčnih točk je v postopku. Udeleženci bodo o licenčnih točkah seznanjeni naknadno.	Program strokovnega srečanja je vpisan v register strokovnih izpopolnjevanj Zbornice - Zveze Slovenije pod številko 2011-67-72. Udeleženci prejmejo 7 LT za udeležbo. Udeležbo šteje za izpolnitev obveznih vsebin za TPO za podaljšanje licence za samostojno delo v zdravstveni in babiški negi.	Program simpozija je v postopku licenčnega vrednotenja.
Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava
Prijava do 12. novembra 2012 na naslov: DMSBZT Gorenjske, Bleiweisova 20, 4000 Kranj ali po e-pošti tatjana.jakhel@klinika-golnik.si Dodatne informacije Judita Slak na tel. 040 283 829	Prijava preko elektronske prijavnice na spletni strani DMSBZT Ljubljana: www.drustvo-med-sester-lj.si (plačnik/ zavod, davčna številka, številka članske izkaznice, številka licence) do 11. 11. 2012 oz. do zasedenosti mest. Dodatne informacije: Irma Kiprijanović - irma.kiprijanovic@gmail.com	Program je objavljen na spletni strani društva, www.drustvo-med-sester-lj.si , prijave sprejemamo po e-prijavnici na spletni strani. Informacije na telefon 041 754 695 ali na e-naslov: irma.kiprijanovic@gmail.com

TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA
KARDIOTOKOGRAFIJA V NOSEČNOSTI - predavanja z učnimi delavnicami	IZZIVI V OPERACIJSKI ZDRAVSTVENI NEGI	PSIHOLOGIJA KONFLIKTA - Izobraževalna učna delavnica je namenjena članom DMSBZT Ljubljana, ki želijo pridobiti dodatna znanja s področja psihologije konflikta
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
24. 11., 7. 12. 2012 in 19. 1. 2013 UKC Ljubljana, Ginekološka klinika, Šlajmerjeva 4, predavalnica GK, registracija od 8.30h naprej	Petek in sobota, 16. in 17. november 2012 Grand Hotel Primus Ptuj Pričetek ob 9.15 Registracija udeležencev med 8.30 in 9.15 uro	8. november 2012 ob 15. uri v prostorih Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, Poljanska ul. 14.
Program izobraževanja	Program izobraževanja	Program izobraževanja
Program je dosegljiv na spletni strani www.sekcija-babic.si	Program bo objavljen na spletni strani Zbornice-Zveze	Program izobraževanja (učna delavnica) je objavljen na spletni strani www.drustvo-med-sester-lj.si in na spletni strani www.zbornica-zveza.si
Organizator	Organizator	Organizator
		
Zbornica - Zveza Sekcija medicinskih sester in babic Združenje za perinatalno medicino UKCL Ginekološka klinika	Zbornica - Zveza Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti	Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Enodnevna kotizacija za člane ZZ je 95,00 evrov, za nečlane ZZ 190,00 evrov. Poravnate jo lahko na ZBNS-ZDMSBZT Slovenije-NLB, Tavčarjeva 7, Ljubljana, št: 0201-5025-8761-480, sklic št: 00 0207- 24112012 - Sekcija ms in babc. Izobraževanje je omejeno na 40 udeležencev.	Kotizacija za člane 95 EUR, za nečlane 190 EUR NLB, ZBNS, TRR 02015-0258761480, sklic 00 0206-16112012	Kotizacije NI!
Licenčne točke	Licenčne točke	Licenčne točke
V postopku pridobivanja licenčnih točk.	V postopku pridobivanja licenčnih točk.	Izobraževanje je v postopku licenciranja.
Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava
Prijavnico iz Utripa pošljite na sedež ZZ ali na e-mail: preleca@gmail.com , do 20.11.2012. Ostale informacije: Anita Prelec, 041 857265	Prijava: ga. Marjeta Berkopec, el.naslov: marjeta.berkopec@sb-nm.si Aktivno sodelovanje na strokovnem izpopolnjevanju: ga. Tatjana Požarnik po el. pošti: tatjana.pozarnik@gmail.com	Prijava preko elektronske prijavnice na spletni strani DMSBZT Ljubljana: www.drustvo-med-sester-lj.si do 30. oktobra 2012. Dodatne informacije: Irma Kiprijanović-irma.kiprijanovic@gmail.com

TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA
DAN POSVEČEN PACIENTU S KOPB	NOVA PRIPOROČILA - KONTRACEPCIJA, POROD IN PREHRANA OTROKA	VIRUSNE OKUŽBE KOŽE
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
24. november 2012, MONS - Brdo Ljubljana; registracija od 8.30 do 9.30	26.11.2012 - UNIJA, računovodska hiša d.d., Tržaška cesta 515, 1351 Brezovica pri Ljubljani	Petek, 26. oktober 2012, Rimske terme, Rimske Toplice Registracija udeležencev med 8.00 - 9.00 uro
Program izobraževanja	Program izobraževanja	Program izobraževanja
CELOTEN PROGRAM STROKOVNEGA SREČANJA JE DOSTOPEN NA SPLETNI STRANI ZBORNICE-ZVEZE	Program je objavljen na spletni strani www.sekcija-babic.si .	Program strokovnega srečanja je objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze: www.zbornica-zveza.si
Organizator	Organizator	Organizator
		
SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V SPLOŠNI MEDICINI BOEHRINGER INGELHEIM Podružnica Ljubljana	Zbornica - Zveza SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN BABIC	Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije - Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v dermatovenerologiji
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Kotizacije NI, število udeležencev cca 100	Enodnevna kotizacija za člane ZZ je 95,00 evrov, za nečlane ZZ 190,00 evrov. Poravnate jo lahko na ZZBNS-ZDMSBZT Slovenije-NLB, Tavčarjeva 7, Ljubljana, št: 0201-5025-8761-480, sklic št: 00 0207- 26112012 - Sekcija ms in babilc.	Kotizacija z DDV znaša 190€ (članom ZZBNS, ki imajo poravnane članke obveznosti, se prizna 50% popust). Kotizacijo nakažite na transakcijski račun ZDMSZTS: št. 02015 - 0258761480, sklic na številko 00 0225 – 26102012, s pripisom za Sekcijo MS in ZT v dermatovenerologiji.
Licenčne točke	Licenčne točke	Licenčne točke Zbornice-Zveze
Postopek dodelitve licenčnih točk bo opravljen naknadno	Je v procesu pridobivanje licenčnih točk.	Strokovno srečanje je v postopku licenčnega vrednotenja.
Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava
Prijave: Na izobraževanje se prijavite s prijavnico objavljeno v UTRIPU ali na spletni strani Z-Z z e- prijavnico. Izpolnjeno prijavnico pošljite na naslov bozena.istenic@siol.net ali po klasični pošti Božena Istenič ZD Tolmin, Prešernova 6a, 5220 Tolmin	Prijavnico iz Utripa pošljite na sedež ZZ ali na e-mail: preleca@gmail.com , do 12.11.2012. Ostale informacije: Anita Prelec, 041 857265 ali Gordana Njenjič, 041 774789.	Prijavnico iz Utripa ali elektronsko prijavnico pošljite najkasneje do 22. oktobra 2012 na e - mail: simona.muri@kdj.si , fax: 01 522 43 33 ali po pošti: UKC LJ, Dermatovenerološka klinika, Zaloška 2, LJ za Simono Muri. Ob prijavi obvezno navedite vse podatke.



PRIJAVNICA NA IZOBRAŽEVANJE / IZPOPOLNJEVANJE

ZBORNICE ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE SLOVENIJE –

ZVEZE STROKOVNIH DRUŠTEV MEDICINSKIH SESTER, BABIC IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SLOVENIJE

Prosimo, da natančno izpolnite rubrike, ki so navedene na prijavnici za izobraževanje / izpopolnjevanje

PODATKI O PLAČNIKU IZOBRAŽEVANJA / IZPOPOLNJEVANJA

Zavod/organizacija/fizična oseba _____

Naslov: _____ Davčna številka*: _____

Zavezanec za DDV*: ☐ DA ☐ NE Kontaktna oseba: _____

Telefon: _____ E – pošta**: _____ @ _____

* ni obvezen podatek za fizično osebo **ni obvezen podatek

PODATKI O ORGANIZATORJU IZOBRAŽEVANJA / IZPOPOLNJEVANJA

Strokovno regijsko društvo/strokovna sekcija/drugo (polni naslov): _____

Naslov izobraževanja / izpopolnjevanja: _____

Kraj in datum izobraževanja / izpopolnjevanja: _____

Priimek in ime udeleženca/ke	Izobrazba	Št. izkaznice	članske	Št. vpisa v register	Št. licence	Področje licence – Z ali B***
				0102 -	0202 -	
				0102 -	0202 -	
				0102 -	0202 -	
				0102 -	0202 -	
				0102 -	0202 -	
				0102 -	0202 -	
				0102 -	0202 -	

*** Z – zdravstvena nega; B – babiška nega

Pri prijavi udeleženca/ke je obvezno vnesti vse podatke. V kolikor ne posredujete vseh podatkov, udeleženec ne bo prejel licenčnih točk. V primeru, da posameznik nima podeljene prve licence, se navede priimek in ime, izobrazba, številka članske izkaznice, ostala polja ostanejo prazna.

PLAČILO KOTIZACIJE

Kotizacijo v višini _____ DDV je / bo plačal: _____

a) Kotizacija je bila plačana dne: _____ (priložite fotokopijo plačila ob oddaji prijavnice)

b) Kotizacija bo plačana po izstavitvi računa (velja za pravne osebe) v roku 15 dni po izstavitvi računa.

S podpisom jamčim za točnost in popolnost podatkov ter prevzemam odgovornost in posledice za napačne ali nepopolne podatke.

Udeleženci soglašajo, da se ime in priimek ter naziv organizacije/zavoda posreduje sponzorjem. ☐ DA ☐ NE

Kraj _____

Priimek in ime odgovorne osebe ter podpis (pravne osebe žig zavoda/organizacije/drugo)

Sporočilo naročnika izobraževanja / izpopolnjevanja organizatorju izobraževanja / izpopolnjevanja

Izpolnjeno prijavnico pošljite na naslov, ki ga je v programu navedel organizator. Za dodatne informacije se obrnite na organizatorja izobraževanja / izpopolnjevanja oziroma na www.zbornica-zveza.si ali preko e-pošte: tajnistvo@zbornica-zveza.si



HRVATSKA UDRUGA ZA RANE (HUR)
DRUŠTVO ZA OSKRBO RAN SLOVENIJE (DORS)
Organizirata

V. SIMPOZIJ Z MEDNARODNIM SODELOVANJEM

Atipične rane

Primošten, - 24. – 26. oktober 2012.
Hotel Zora, Primošten hoteli d.o.o.

ORGANIZACIJSKI ODBOR

Dr.sc. Nastja Kučičec Tepeš, prim.dr.med. (Hrvatska), Doc.dr.sc. Dubravko Huljev, prim.dr.med. (Hrvatska), Doc.dr.sc. Nada Kecelj Leskovec, dr.med. (Slovenija), Prof.dr.sc. Mirna Šitum, dr.med. (Hrvatska), Asist. Tanja Planinšek-Ručigaj, dr.med.svetnik (Slovenija), Mirela Bulić, ms (Hrvatska), Justina Somrak, vms, (Slovenija), Nevenka Štrok, ms (Hrvatska), Dunja Hudoletnjak (Hrvatska)

ZNANSTVENI ODBOR

Prof.dr.sc. Mirna Šitum, dr.med. (Hrvatska), Doc.dr.sc. Nada Kecelj Leskovec, dr.med. (Slovenija), Doc.dr.sc. Dubravko Huljev, prim.dr.med. (Hrvatska), Dr.sc. Nastja Kučičec Tepeš, prim.dr.med. (Hrvatska), Asist.prim. Ciril Triller, dr.med. (Slovenija)

PROGRAM SIMPOZIJA

24. oktober (sreda)

17,00-18,00 Registracija
18,00-18,30 Koktejl dobrodošlica

25. oktober (četrtak)

7,00-8,30 Registracija
8,30-8,40 Otvoritev simpozija
Pozdravni govor

Uvodno predavanje:

8,40-9,00 Prof.dr.sc. Mirna Šitum, dr.med.
Definicija in razdelitev atipičnih ran

Avtoimune bolezni:

Moderatorji: Asist. Tanja Planinšek-Ručigaj, dr.med.,svetnik, prof.dr.sc. Asja Stipić-Marković, dr.med.

9,00-9,15 Prof.dr.sc. Branka Marinović, dr.med.
Rane pri buloznih dermatozah in sistemskih boleznih
9,15-9,30 Prof.dr.sc. Asja Stipić-Marković, dr.med.
Vaskulitisi in vaskulopatije
9,30-9,40 Vlatka Čavka, dr.med., Anđelka Brtan, bacc.med.techn., Nikolina Mandušić, bacc.med.techn.
Prikaz bolnika – Pyoderma gangrenosum
9,40-10,00 Razprava
10,00-10,20 Odmor

Dermatološke bolezni:

Moderatorji: Doc.dr.sc. Nada Kecelj Leskovec, dr.med., Dr.sc. Nastja Kučičec Tepeš, prim.dr.med.

10,20-10,35 Suzana Ožanić Bulić, dr.med.
Rane pri dermatoloških boleznih
10,35-10,50 Asist. Tanja Planinšek-Ručigaj, dr.med. svetnik, Justina Somrak, vms
Rane pri limfedemu
10,50-11,00 Sanja Špoljar, dr.med., Mira Čavka, ms, Anamarija Tvorčić, bacc.med.techn.
Prikaz bolnika – Pemphigus chronicus vulgaris
11,00-11,30 Razprava

DELAVNICE: 11,30-12,30

1. Asist. Tanja Planinšek-Ručigaj, dr.med.svetnik, Marina Valentić, sms
Kompresijsko zdravljenje
2. Justina Somrak, vms
Napake pri kompresijskem zdravljenju
3. Doc.dr.sc. Dubravko Huljev, prim.dr.med., Anđela Novokmet, bacc.med.techn., Nevenka Štrok, ms
Vloga terapije z negativnim pritiskom

4. Asist.prim. Ciril Triller, dr.med., Adrijana Debelak, dipl.m.s., uni.dipl.org.
Sodobne podporne obloge

DELAVNICE: 12,30-13,30

5. Dr.sc. Nastja Kučičec Tepeš, prim.dr.med., Mirica Koluder, bacc.med.lab.diag.
Atipični povzročitelji in ciljani vzorci
6. Aleksandar Gajić, dr.med (BiH), Ivana Vranjković, ms
Debridement
7. Doc. dr.sc. Nada Kecelj Leskovec, dr.med, Justina Somrak, vms
Zdravljenje kože v okolici rane
8. Dr.sc. Sandra Marinović Kulišić, dr.med., Marijeta Matoh, vms
Določitev gleženjskega indeksa (GI)
13,30-16,00 Odmor za kosilo
16,00-17,00 Dr. Georgina Gethin, PhD, RGN, FFMRCISI (Irska)
Critical appraisal of research - basic's of evidence based practice

17,00-19,00 PREDAVANJA SPONZORJEV

17,00-17,20 Mirna Žulec, dipl.med.techn.
Uporaba Physiotille Ag obloge pri atipičnih ranah
17,20-17,40 Kristina Hamberg, mikrobiolog
Povezava med sproščanjem srebra in antimikrobnimi učinki pri oblogi s srebrom in vitro
17,40-18,00 Zdenko Koščak, bacc.therap.occup.
Hartmann-ove rešitve za zdravljenje ran
18,00-18,20 Ida Oreb, dr.med.
Nutritivna podpora pri celjenju kroničnih ran
18,20-19,00 Razprava

26. oktober (petek)

8,00-8,30 Prof.dr.sc. Hugo Partsch, dr.med. (Austrija)
Pomen kompresijskega zdravljenja

Redke atipične rane

Moderatorji: Prof.dr.sc. Mirna Šitum, dr.med., Asist.prim. Ciril Triller, dr.med.
8,30-8,45 Doc. dr.sc. Nada Kecelj Leskovec dr.med., Marijetka Matoh, vms
Rane pri vaskularnih in metabolnih boleznih
8,45-9,00 Prof.dr.sc. Ana Planinc-Peraica, dr.med., Inga Mandac Rogulj, dr.med.
Rane pri hematoloških boleznih
9,00-9,15 Prof.dr.sc. Mirna Šitum, dr.med.
Maligne rane
9,15-9,30 Vedrana Bulat, dr.med.
Rane v genitalni in oralni regiji
9,30-9,45 Nives Pustišek dr.med.
Rane pri otrocih in bulozna epidermoliza (EB)

9,45-9,55 Sanja Poduje, dr.med., Željka Čubrilo, bacc.med.techn., Josipa Bošnjak, bacc.med.techn.

Predstavitev bolnika – ploščatocelični karcinom

9,55-10,10 Razprava

10,10-10,30 Odmor s kavo

Ostale atipične rane

Moderatorji: Doc.dr.sc. Dubravko Huljev, prim.dr.med., Suzana Ožani, Bulić, dr.med.

10,30-10,45 Asist.prim. Ciril Triller, dr.med.

Rane povzročene s kalcifikacijami

10,45-11,00 Prof.dr.sc. Maja Vurnek Živković, klinički psiholog

Artefakti – psihijatrični vzroki

11,00-11,10 Ivana Vranjković, ms, Nevenka Štok, ms, Sedmak Dijana, ms, Brankica Grgurić, bacc.med.techn., Doc.dr.sc. Dubravko Huljev, prim.dr.med.

Predstavitev bolnika - artefakti

11,10-11,20 Dr.sc. Tomislav Novinščak, dr.med.

Predstavitev bolnika - primeri iz kirurške klinične prakse

11,20-11,40 Razprava

11,40-12,00 Odmor

DELAVNICE: 12,00-13,00

1. Asist. Tanja Planinšek-Ručigaj, dr.med.svetnik., Marina Valentić sms

Kompresijsko zdravljenje

2. Justina Somrak, vms

Napake pri kompresijskem zdravljenju

3. Doc.dr.sc. Dubravko Huljev, prim.dr.med., Anđa Novokmet, bacc.med.techn., Nevenka Štok, ms

Vloga terapije z negativnim pritiskom

4. Asist.prim. Ciril Triller, dr.med., Adrijana Debelak, dipl.m.s., uni.dipl.org.

Sodobne podporne obloge

DELAVNICE: 13,00-14,00

5. Dr.sc. Nastja Kučšec-Tepes, prim.dr.med., Mirica Koluder, bacc.med.lab.diag.

Atipični povzročitelji in ciljni vzorci

6. Aleksandar Gajić, dr.med. (BiH), Ivana Vranjković, ms

Debridement

7. Doc.dr.sc. Nada Kecelj Leskovec, dr.med., Justina Somrak, vms

Zdravljenje kože v okolici rane

8. Dr.sc. Sandra Marinović Kulišić, dr.med., Marijeta Matoh, vms

Določanje gleženjskega indeksa (GI)

16,00 Letna skupščina HUR-a

18,00: IZLET Z VEČERJO

OBVESTILA

1) Uradni jeziki su hrvatski, slovenski in angleški

2) Kotizacije:

	do 01.09.2012.	po 01.09.2012.
zdravnici	1.500,00 kn – 200 €	1.600,00 kn – 215 €
Specializanti	1.300,00 kn – 175 €	1.400,00 kn – 190 €
Sestre	1.100,00 kn – 145 €	1.200,00 kn – 160 €

Naslov za prijavo: Dunja Hudoletnjak – HUR

KB "Sveti Duh"

Sveti Duh 64, 10000 Zagreb

Fax: 01 3712 093

e-mail : dhudolet@kbsd.hr

Za člane HUR-a in DORS-a, ki imajo plačano članarino (potrebno potrdilo), je kotizacija zmanjšana za 10%.

Prosimo da nakažete kotizacijo na devizni račun HUR-a z oznako „**Atipične rane**“ (ZAGREBAČKA BANKA DD, Paromlinska 2, 10000 Zagreb, Croatia,

Acc. NO: 2100371653, IBAN: HR2723600001101961885, SWIFT: ZABAHR2X

Potrdilo o plačilu kotizacije morate predložiti pri registraciji pred začetkom simpozija.

Ob registraciji se lahko kotizacija plača samo z gotovino.

Kotizacija vključuje: zbornik simpozija, diplomu, izlet z večerjo

3) Namestitev v ADRIATIQ HOTEL ZORA – osebna rezervacija hotela

Naslov: ADRIATIQ HOTEL ZORA, Raduča 11, 22202 Primošten

Tel: + 385 (0) 22 581 009 Fax: + 385 (0) 22 571 120

E-mail: hotel-zora@adriatiq.com

www.adriatiq.com

Cena polpenzion na osebo/dan (Kn)

	1/1	1/2
Comfort soba	395,00	285,00
Premier Club soba	480,00	340,00
Boravišna pristojba /dan / Pristojbina/dan	7,00	
Doplata za puni pension / Doplato za polni pension	60,00	

4) Točkovanje temelji na pravilniku Hrvatske zdravstvene zbornice, Hrvatske zbornice medicinskih sester, Zdravniške zbornice Slovenije in Zbornice zdravstvene in babetne nege Slovenije.

5) Prosimo, da se udeleženci obvezno prijavijo za delavnice – na prijavnici

Prijavnico (nahaja se na internetni strani) poslati do 15. 09. 2012. Po pošti ali po e-pošti dhudolet@kbsd.hr ali po faksu +385-1-3712-093. Vsa obvestila najdete na internetni strani

www.huzr.hr

Mislimo
zdravo.

**Novi
izdelki
na naših
polica!**



Naravno odlično!

Ponudbo ekoloških izdelkov znamke Mercator Bio smo dopolnili z različnimi vrstami moke, olja in testenin, s kokosovo maščobo in riževimi vafliji s temno čokolado ter z jajci slovenskega porekla.

 **Mercator**

Bio