

PROGRAM DELA DMSBZT LJUBLJANA V LETU 2012

V letu 2012 bomo v društvu pozornost posvečali izobraževanju, strokovnemu izpopolnjevanju, sodelovanju strokovnjakov z različnih področij delovanja v zdravstveni in babiški negi, delovanju v javnem interesu ter ohranjanju tistih društvenih vsebin, ki prispevajo k dobremu počutju članic in članov. Skozi različne oblike vseživljenjskega učenja bomo gradili in krepili pripadnost poklicni skupini in stroki. Nadaljevali bomo zastavljene strokovne usmeritve, širili obzorja delovanja izvajalcev zdravstvene in babiške nege skozi aktivnosti na vseh ravneh delovanja zdravstvene dejavnosti in izven. Interesne aktivnosti bomo sprejeli kot vir moči, osebne konstruktivnosti in navdiha za uspešno premagovanje poklicnih nalog in obveznosti.

IZOBRAŽEVANJE (mag. Andreja Kvas)

Enodnevni **SIMPOZIJ** z mednarodno udeležbo v organizaciji DMSBZT Ljubljana z nosilno temo: **Zdravila in njegovi uporabniki**, je predviden v novembru 2012 na že tradicionalnem mestu - Zdravstveni fakulteti UL.

KLINIČNI VEČERI:

nadaljevali bomo s tematskimi kliničnimi večeri, ki jih bomo pripravljali za različnimi strokovnimi sekcijami, ki delujejo pod okriljem Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije in strokovnjaki iz različnih kliničnih okoljih. Organizirani bodo v prostorih DMSBZT Ljubljana v mesecu: januarju, februarju, aprilu, juniju, septembru, oktobru in novembru 2012. Za organizacijo in kontakte: Gordana Lokajner.

Izobraževanje iz obveznih vsebin za podaljšanje licence izvajalcev v zdravstveni in babiški negi po 10. členu pravilnika o licencah izvajalcev v dejavnosti zdravstvene in babiške nege

PROGRAM IZOBRAŽEVANJA IZ POKLICNE ETIKE (Marina Velepč)

Poklicna etika - Menedžment zdravstvene nege v luči etike z učno delavnico

Enodnevni seminar z učno delavnico je namenjen predvsem vodstvenim in vodilnim medicinskim sestram in babicam in poleg obveznih vsebin poklicne etike udeležencem nudi vsebine, ki so potrebne za uspešnejše vodenje in za reševanje etičnih problemov in dilem v praksi zdravstvene in babiške nege.

Kraj izobraževanja: prostori DMSBZT Ljubljana

Datumi: 15. marec, 24. maj in 18. oktober 2012

Poklicna etika - Etika v praksi zdravstvene nege z učno delavnico

Enodnevni seminar z učnima delavnicama iz etike in komuniciranja, je namenjen medicinskim sestram, zdravstvenim tehnikom in bolničarjem. Poleg seznanitve s predpisano obvezno vsebino poklicne etike, imajo udeleženci možnost aktivnega dela v manjših skupinah.

Kraj izobraževanja: prostori DMSBZT Ljubljana

Datumi: 12. april in 15. november 2012

Izobraževanja s področja etike izvajamo tudi v sodelovanju z drugimi strokovnimi društvi in strokovnimi sekcijami.

Poklicna etika v praksi zdravstvene in babiške nege

Enodnevno izobraževanje za medicinske sestre, zdravstvene tehnike in babice zajema vse predpisane obvezne vsebine iz poklicne etike.

Kraj izobraževanja: prostori DMSBZT Ljubljana

Datumi: 19. januar, 6. februar, 7. junij, 20. september in 6. december 2012

ZAKONODAJA S PODROČJA ZDRAVSTVA (Đurđa Sima in Peter Požun)

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

Kraj izobraževanja: predavalnica ZZV Ljubljani.

Datumi: 10. februarja, 13. aprila, 5. oktobra in 16. novembra 2012

TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA (Damjan Remškar)

V sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu pripravljamo delavnice temeljnih postopkov oživljanja z vključenim AED. Delavnice bodo potekale enkrat mesečno, v prostorih DMSBZT Ljubljana. Vsebina in izvedba delavnica je usklajena z zahtevami Zbornice-Zveze za obvezne vsebine licenčnega obdobja iz temeljnih postopkov oživljanja in ustreza dodatnim kriterijem, ki jih v prilogi zahteva Pravilnik o licenčnem vrednotenju strokovnih izpopolnjevanj.

Kraj izobraževanja: prostori DMSBZT Ljubljana

Datumi: 23. januar, 13. februar, 26. marec, 23. april, 21. maj, 18. junij, 24. september, 22. oktober, 19. november in 10. december 2012.

UČNE DELAVNICE:

Komunikacijska delavnica »Tudi beseda je zdravilo« 3 delavnice v prostorih društva in 1 delavnico izven Ljubljane, 6. in 7. marca, 5. in 6. junija, 25. in 26. septembra in 6. in 7. novembra 2012.

Izvajalka učne delavnice: Elite d.o.o. (Klara Ramovš) v prostorih DMSBZT Ljubljana.

Komunikacijska delavnica za urjenje **situacijskega vodenja** je namenjena izvajalcem zdravstvene in babiške nege, ki potrebujejo znanja in veščine s področja vodenja in upravljanja s človeškimi viri, 1 delavnica v Ljubljani.

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

Izvajalka učne delavnice: Nika Škrabl, prostori DMSBZT Ljubljana, 14 dni po dogovoru v skupini

Timsko delo – skupaj na poti k odličnosti

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

Kraj: prostori DMSBZT Ljubljana, datum: marec in september 2012 (predvidoma od 14.00 do 18.00; torek)

Problemi motenj hranjenja v Sloveniji in preventiva

Izvajalka učne delavnice: dr. Ruža Pandel Mikuš, viš.med.ses., univ.dipl.soc.ped., prostori DMSBZT Ljubljana v marcu in maju 2012

Učna delavnica za krepitev dobre komunikacije in sproščenega življenjskega sloga,
izvajalka učne delavnice: dr. Alenka Rebula, prostori DMSBZT Ljubljana, predvideni datum:
november 2012

Učenje tujih jezikov: nadaljevali bomo s tečaji nemškega in angleškega jezika, s poudarkom na strokovnem jeziku. Učenje nemškega jezika poteka v prostorih DMSBZT Ljubljana ob četrtkih v popoldanskih urah. Učenje angleškega jezika je na sedežu podjetja Linkot.

Izobraževanje za informacijsko pismenost izvajalcev v zdravstveni in babiški negi

Strokovno izobraževanje je namenjeno pridobivanju osnovnih veščin iskanja strokovne literature po strokovnih knjižnih bazah. Predvideni datumi izvedbe: februar, junij in september 2012, prostori DMSBZT Ljubljana.

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

Predvideni datum in trajanje izobraževanja: 4-krat na leto (predvidoma od 15.30 do 19.30 ure), prostori DMSBZT Ljubljana

Izobraževalni dan za glavne medicinske sestre zdravstvenih in socialnih zavodov v ljubljanski regiji – marec 2012

RAZISKOVALNA DEJAVNOST (mag. Andreja Kvas)

- načrtujemo oživitve raziskovanja in začetek kliničnega raziskovanja s vključevanjem strokovnjakov iz različnih področij zdravstvene in babiške nege
- nadaljevali bomo z raziskovanjem medpoklicnih odnosov med medicinskimi sestrami in zdravniki v kliničnem okolju;
- študentom Zdravstvene fakultete Ljubljana bomo *ponudili bazo podatkov* do sedaj opravljenih raziskav za nadaljnje raziskovanje in predstavitev rezultatov v diplomskih delih. Ponudili jim bomo možnost uporabe testiranih anketnih vprašalnikov iz naši dosedanjih raziskovalnih projektov. Za leto 2012 jim bomo ponudili 3-4 teme za diplomska dela.

ZALOŽNIŠKA DEJAVNOST

- podpora pri izdaji *priročnika* na temo medpoklicnih odnosov med medicinskimi sestrami in zdravniki v kliničnem okolju. Izdajo priročnika predvidevamo v letu 2012. V priročniku bodo strokovni teksti, kratka navodila, tematske risbe (karikature), izdelava tematske naslovnice priročnika;
- priprava zapisov spominov iz poklicnega življenja upokojenih medicinskih sester.

INTERESNE AKTIVNOSTI

KOMPLELENTARNO IN NARAVNO ZDRAVILSTVO V ZDRAVSTVENI NEGI (Nada Sirnik)

V letu 2012 bomo predstavili:

- predavanje o homeopatiji, 27. januarja 2012
- tečaj avtogenega treninga, v trajanju od 16. januarja do 5. marca 2012, enkrat na teden;
- govorico telesa oz. sporočilnost telesnega;
- preprečevanje bolečine v križu, 12. 10. 2012
- delavnice gonga, enkrat mesečno po letnem koledarju, 24. januarja, 28. februarja, 26. marca, 16. aprila, 28. maja, 18. junija, 24. septembra, 22. oktobra in 26. novembra 2012;
- delavnice za duhovno rast z Mileno Plut Podvršič, prva delavnica z naslovom Vertikalna refleksna tehnika na stopalih in rokah, 23. in 24. marca 2012, druga delavnica nosi naslov Zavestno vplivanje na delovanje avtonomnega živčnega sistema, 05. in 06. oktobra 2012;
- vpliv barv v vsakdanjem življenju, april 2012
- sodelovanje na ljubljanskem maratonu 2012.

PROGRAM DELA LIKOVNE DEJAVNOSTI (Margerita Ilič Kačar)

Likovna dejavnost bo potekala ob torkih od 15.30 do 17.30 ure (razen v poletnih mesecih) v prostorih DMSBZT Ljubljana, pod vodstvom slikarke in kiparke Darje Lobnikar Lovak. Glede na želje po likovnem ustvarjanju v naravi, bomo ob lepem vremenu organizirali dejavnost zunaj prostora DMSBZT Ljubljana. Ustvarjali bomo v različnih tehnikah.

Načrt likovnih razstav: **spomladi** na Očesni kliniki, v mesecu **maju** v avli UKCL ob Mednarodnem dnevu medicinskih sester. Posvetili se bomo ogledom Muzeja Božidarja Jakca v Novem Mestu, stalne likovne razstave v Kostanjevici na Krki, ekspresionizma v Klovičevih dvorih v Zagrebu ter druge priložnostno izbrane razstave. V poletnih mesecih bomo organizirali likovno kolonijo.

PODRUŽNICE

Podružnica Zasavje (Boža Pirkovič)

Spomladi bo na podružnici izvedeno strokovno izpolnjevanje na področju obveznih vsebin za licenčno vrednotenje iz zakonodaje s področja zdravstva. V jesenskem času bo v sodelovanju z Bolnišnico Trbovlje izvedba izobraževanja iz obveznih vsebin s področja temeljnih postopkov oživljanja. Interesna aktivnost joge bo potekala po dosedanjem programu. Zaključek koledarskega leta bo obeležen s strokovnim predavanjem in druženjem.

Aktivnosti v Idriji (Andreja Gruden in Sabina Vihtelič)

Izobraževalna dejavnost:

- Zakonodaja s področja zdravstva (v jesenskem času);
- klinični večer: »Premagujmo stres v delovnem okolju« (v spomladanskem času).

Interesne dejavnosti:

- joga (dva termina ob sredah);
- gibalno športna vadba: predstavitev športne vadbe na območju Idrije;

Komplementarno in naravno zdravlilstvo v zdravstveni negi:

- delavnica planetarnega gonga (dve delavnici - pomladni in zimski termin) v prostorih PBI

VADBA JOGE V LETU 2012 (Nada Sirnik)

Število skupin bo ostalo enako, nadaljujemo s prilagajanjem vadbe tečajnicam. V začetku leta bomo organizirali delavnico ali tečaj joge smeha. Spomladi bomo organizirali delavnico joge v naravi, v okviru zaključka joge. Organizacija vadbe joge ostaja še po zastavljenem planu na podružnici v Zasavju in na območju Idrije.

IZLETNIŠTVO (Saša Kotar)

V letu 2012 načrtujemo tri izlete:

1. Schwarzwald in Bodensko jezero – tri dni: od 31. maja do 2. junija 2012 (ogledali bi si tudi Kliniko za zdravljenje nespečnosti v Krozingenu).
2. Sarajevo – Mostar 5., 6. in 7. oktober 2012 (ogled ene izmed bolnišnic v Sarajevu).
3. Advent v Zagrebu v decembru 2012.

PEVSKI ZBOR (Saša Kotar)

V naslednjem obdobju načrtujemo spremembe v oblikovanju pevskega programa Ženskega pevskega zbora FLORENCE in s tem povezano je tudi organiziranje društva. Za aktivnejše delo in načrtovanje ter izvajanje določenih nalog bomo pritegnili še nekaj članic društva.

Cilji pevk in zborovodje so naslednji: natančno načrtovana pevska sezona, izbira pestrega programa, dvig intenzitete dela na vajah, prepoznavnost zbora in vključevanje novih pevk.

Pesemski programi zbora: oblikovali bomo pestre in zanimive programe pesmi: program zborovskih priredb popularne glasbe, oblikovali program težjih slovenskih in tujih umetnih pesmi, dopolnili program božično novoletnih pesmi.

Nastopi v letu 2012: po Prešernovih stopinjah, udeležba na reviji Ljubljanski zbori. Z veseljem se bomo odzvali na vabila DMSBZT Ljubljana (ob dnevu medicinskih sester, ob otvoritvah likovnih razstav...) in drugim povabilom. Še vedno si želimo udeležbe na kakšnem gostovanju (reviji pevskih zborov) v tujini. Slovenski kulturni praznik: 7. februar; občni zbor – volitve: marec; Revija ljubljanskih pevskih zborov marec; zborovska šola: april in oktober; koncert v Bohinju: april ali maj, Letni koncert zbora: 8. junij; Božično - novoletni nastopi: december.

Za vse dejavnosti in nastope zbora (priprava pesemskega programa, snemanje in izdaja druge zgoščenke, gostovanje na reviji PZ, oživitev družabnih aktivnosti – praznovanja, zaključni izlet...) bo v naslednji sezoni v prihodnje ponovno stekla akcija za pridobivanje novih in aktiviranje »starih« sponzorjev in donatorjev, skušali bomo oblikovati lastno spletno stran, kar bo povečalo prepoznavnost Ženskega pevskega zbora FLORENCE. Trudili se bomo še naprej sodelovati z našima generalnima sponzorjema DMSBZT Ljubljana in JSKD R Slovenije.

SEKCIJA UPOKOJENIH MEDICINSKIH SESTER (Olga Koblar)

- strokovni seminar v marcu 2012 na Nevrološki kliniki UKC Ljubljana, Možganska kap;
- v maju priprave na volitve Sekcije upokojenih med. sester v ljubljanski regiji;
- spomladanski izlet v juniju v Kumrovec, Hrvaška;

- v septembru je načrtovan izlet v Prekmurje in srečanje z upokojenimi medicinskimi sestrami Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurje;
- v novembru tradicionalno srečanje jubilatnk.

GIBALNO ŠPORTNA AKTIVNOST (Đurda Sima)

V letu 2012 načrtujemo vse dosedanje aktivnosti: merjenje srčnega utripa na Šmarni gori ob sredah po razporedu, ali ob petkih v primeru slabega vremena v sredo. V prostorih DMSBZT Ljubljana ob četrtkih članom in nečlanom merimo utrip v mirovanju in ostale meritve.

Načrtujemo še planinske aktivnosti in pohode po razporedu, v naslednjih mesecih: februar, marec, april, maj, junij, julij - pohodniški vikend, avgust, september, oktober, november in december (6 gibalno manj zahtevnih in 5 gibalno bolj zahtevnih pohodov).

Razpored pohodov: februar – Premantura – Rt. Kamenjak, **marec** - pohod ob zgornjem toku Dragonje (Slovenska Istra), **april** – Golica, **maj** - pohod po Goričkih gričih, **junij** - pohod na vrhove Cresa, **julij** - Trenta - Krn – Bohinj, **avgust** – Zavižan – Severni Velebit, **september** – Kamniško sedlo, **oktober** – Raduha, **november** – Travna gora in Ognce, **december** –Medvednica.

Druge športno gibalne akcije bodo izveden ob **9. maju** 2012 – aktivnosti Ob žici okupirane Ljubljane in v **oktobru** 2012 – priprave na Ljubljanski maraton.

Ostale aktivnosti:

- priprava za tisk promocijske zloženke;
- nabava pripomočkov za prvo pomoč in svetovanje za primeren način življenja;
- priprave za aerobno vadbo v fitnes centru / testiranja za meje utripa in kratka predavanja;
- seminarji, predavanja, delavnice, svetovanja za prehrano, gibanje in zdrav način življenja;
- vabila društvom / športna, nekadilcev ... na delavnice prehrane, gibanja;
- objave oglaševanja v medijih za gibalno – športne aktivnosti;
- obiskovanje podružnic in članstva v Ljubljanski regiji, testiranja in predavanja ter učne delavnice;
- povezave z drugimi društvi medicinskih sester in organizacija delavnic gibanja;
- osveževanje spletne strani za zdravje in gibanje;
- sodelovanje na ljubljanskem maratonu (združeno delovanje komplementarne in gibalno športne dejavnosti)
- vadba za krepitev zdravja za skupino članic in članov društva v starostni skupini po 55. letu.

ZGODOVINA (Irena Keršič)

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana (DMSBZT) že vrsto let podpira interesno dejavnost za področje zgodovine. Cilj dejavnosti je ohraniti izročila, ki pričajo o stanovski pripadnosti medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov in s tem spomniti na pretekle dogodke, kot jih je narekovala zgodovina. Zato v letu 2012 načrtujemo:

- nadaljevanje in zbiranje, zgodovinskih virov, gradiva, podatkov, fotografij s področja zdravstvene in babiške nege;
- arhiviranje zbranega gradiva, prvenstveno gradiva, ki je bilo predstavljeno na razstavi v Muzeju Cerkno;
- nadaljevanje z arhiviranjem nastale zbirke fotografij zdravstvenih in socialnih ustanov;

- sodelovanje z mediji, Zbornico - Zvezo, drugimi društvi pri promociji zbranega zgodovinskega arhiva (delovne obleke, pripomočkov), slikovnega in dokumentarnega gradiva;
- vključevanje v dejavnost zgodovine pri Zbornici – Zvezi;
- urejanje in obnavljanje zbrane delovne obleke MS, ZT in babic v prostorih društva;
- s sekcijo upokojenih medicinskih sester analizirati in arhivirati zbrano gradivo, ki so ga posredovale upokojene medicinske sestre;
- aktivneje pristopili k povabilu za sodelovanje in vključevanje v delovanje dejavnosti večje število članic in članov,
- vključevanje v aktualna dogajanja in projekte, ki vključujejo zgodovino zdravstvene in babiške nege.
- **ureditev hranjenja predmetov društva**

SPLETNA STRAN (Peter Koren)

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

MEDNARODNO SODELOVANJE

- nadaljevali in okrepili bomo sodelovanje v skladu s Sporazumom o strokovnem sodelovanju s Savezom zdravstvenih radnika Republike Srbije; april, majsko in oktobrsko srečanje;
- sodelovanje na strokovnih srečanjih, ki jih organizira HUMS; DMSBZT Ljubljana povabi kolegice in kolege iz HUMS-a, da sodelujejo na naših strokovnih srečanjih in udeležba na njihovih;
- sodelovanje na strokovnih srečanjih, ki jih organizira Udruga medicinskih sestri i tehničara Banja Luka;
- udeležbe na mednarodnih strokovnih srečanjih v povezavi z dejavnostjo društva.

Predsednica DMSBZT Ljubljana

Đurđa Sima