

2023

# PROGRAM DELA Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana



Sprejeto UO: 15. 12. 2022

za leto 2023



## Vsebina

|                                                                                                                                                              |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Povzetek načrta dela .....                                                                                                                                   | 3         |
| Izhodišča za delovni načrt 2023.....                                                                                                                         | 4         |
| Usklajenost s strateškim načrtom .....                                                                                                                       | 5         |
| <b>IZOBRAŽEVANJE .....</b>                                                                                                                                   | <b>6</b>  |
| Enodnevni SIMPOZIJ z mednarodno udeležbo .....                                                                                                               | 6         |
| Etični seminar- vrednote zdravstvene in babiške nege:.....                                                                                                   | 6         |
| Popoldanska izobraževanja .....                                                                                                                              | 6         |
| PODROČJE OBVEZNIH VSEBIN ZA PODALJŠANJE LICENCE.....                                                                                                         | 7         |
| Poklicna etika v praksi zdravstvene in babiške nege ter zakonodaja s področja zdravstva –n obvezna vsebina poklicna etika in zakonodaja - modul licenca..... | 7         |
| Program izobraževanja za temeljen postopke oživljanja z AED – .....                                                                                          | 8         |
| Program izobraževanj s področja kakovosti in varnosti .....                                                                                                  | 9         |
| Učenje tujih jezikov.....                                                                                                                                    | 9         |
| Znanje za zdravje .....                                                                                                                                      | 9         |
| Akademija vodenja .....                                                                                                                                      | 9         |
| Letno tradicionalno srečanje glavnih medicinskih sester – strokovnih vodij zdravstvene in babiške nege ljubljanske regije.....                               | 10        |
| <b>RAZISKOVALNA DEJAVNOST .....</b>                                                                                                                          | <b>10</b> |
| <b>ZALOŽNIŠKA DEJAVNOST .....</b>                                                                                                                            | <b>10</b> |
| <b>AKTIVNOSTI PODRUŽNIC IN SEKCIJE.....</b>                                                                                                                  | <b>11</b> |
| PODRUŽNICA IDRIJA .....                                                                                                                                      | 11        |
| PODRUŽNICA Zasavje.....                                                                                                                                      | 11        |
| Sekcija upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana .....                                                                                             | 11        |
| <b>INTERESNE DEJAVNOSTI .....</b>                                                                                                                            | <b>13</b> |
| Osebnostni razvoj .....                                                                                                                                      | 13        |
| Komplementarno in naravno zdravilstvo v zdravstveni negi .....                                                                                               | 13        |
| Vadba joge, pilatesa in razgibalnih vaj za hrbtenico .....                                                                                                   | 14        |
| Likovna dejavnost .....                                                                                                                                      | 14        |
| Klekljarska skupina.....                                                                                                                                     | 14        |
| Izletništvo.....                                                                                                                                             | 15        |
| Športno gibalna vadba .....                                                                                                                                  | 15        |
| <b>SODELOVANJE S SREDNJO ZDRAVSTVENO ŠOLO LJUBLJANA.....</b>                                                                                                 | <b>15</b> |
| Program dela za spletno stran društva .....                                                                                                                  | 16        |

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Facebook profil.....       | 16 |
| Zgodovina .....            | 16 |
| Mednarodne aktivnosti..... | 17 |

## Povzetek načrta dela

Program dela društva za leto 2023 izhaja iz sprejetega strateškega načrta DMSBZT Ljubljana za obdobje 2013 – 2020, ki ga je, kot dolgoročni dokument sprejel Občni zbor društva v marcu 2013. Strateški načrt, ki je predstavljen v dokumentu: Strateška mapa DMSBZT Ljubljana (objavljeno na spletni strani društva) je rezultat zahtevnega dela članov izvršnega in upravnega odbora ter vodstva DMSBZT Ljubljana in je nastajal na podlagi intenzivnega razpravljanja na različnih organizacijskih ravneh in ni vsiljen s strani višjega menedžmenta društva. Program dela društva odseva sodelovanje aktivnih članov društva, ki vključujejo svoja strokovna znanja in veščine z namenom širjenja znanja in nudenja strokovne podpore vsem članicam in članom DMSBZT Ljubljana. Pestrost programa pritegne zainteresirane posameznike, skupine in zavode.

Strateški načrt ima opredeljena področja, cilje, strategije za doseganje teh ciljev in merila uspešnosti doseganja ciljev. Pri tem izhaja iz **vizije DMSBZT Ljubljana** (*z društvenim delovanjem želimo prispevati h krepitvi zdravja, k osebni in strokovni rasti članstva ter aktivno sodelovati pri uveljavljanju sprememb, ki jih narekujejo razvijajoča se stroka zdravstvene in babiške nege ter družbene potrebe. S svojim delovanjem se odpiramo tudi prebivalcem širše ljubljanske regije*), **poslanstva in ciljev DMSBZT Ljubljana** (*Društvo aktivno sodeluje pri ohranjanju in razvijanju kulturne in zgodovinske dediščine medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov, skrbi za kulturno, stanovsko, socialno in športno delovanje svojih članov in razvija stike med sorodnimi društvi, organizacijami in posamezniki. Strokovni namen društva je krepitev vloge in pomena dela medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov v slovenskem in mednarodnem prostoru, spodbujanje in zagotavljanje kakovostne, učinkovite, varne zdravstvene in babiške nege ter oskrbe pacientov, pa tudi sprejemanje, obravnavanje in reševanje pobud ter izkazanih zanimanj članstva. Društvo organizira, usklajuje in usmerja strokovna izobraževanja in usposabljanja članic in članov ter se v ta namen povezuje s strokovnimi in izobraževalnimi institucijami, združenji in posamezniki; spodbuja znanstveno-raziskovalno delo, zbira strokovne, statistične, zgodovinske in druge podatke, ki so pomembni za razvoj zdravstvene in babiške nege, razvija metode in oblike dela, ki zanimajo članstvo; sodeluje in se povezuje s sorodnimi mednarodnimi organizacijami, s stanovskim sindikatom, z vladnimi in nevladnimi organizacijami ter se dejavno vključuje in odziva na aktualna dogajanja v zdravstveni politiki v Sloveniji*) ter **temeljnih vrednot DMSBZT Ljubljana** (*Vrednote so dobrine, ki človeku največ pomenijo, zato člani društva pri svojem profesionalnem in društvenem delu spoštujemo in uveljavljamo vrednote, kot so: spoštovanje človekovih pravic, humanizem, solidarnost, enakopravnost in obravnavanje posameznika kot celostnega bitja*).

## Izhodišča za delovni načrt 2023

Predlog delovnega programa dela DMSBZT Ljubljana v letu 2023 je pripravljen na podlagi štirih najpomembnejših vidikov, ki jih moramo upoštevati in sicer: **vidik članstva**, ki društvo tvori in kateremu je namenjeno tudi delovanje društva (Društvo vsem članom nudi raznolike možnosti bogatitve strokovnega znanja in realizacijo interesov poklicne skupine, medsebojnega sodelovanja, kulturnega in zdravega preživljanja prostega časa, kar je namenjeno profesionalnemu in osebnostnemu razvoju. Ob tem razvijamo vzajemnost, solidarnost, povezanost in krepimo pozitivno poklicno identiteto), **vidik notranjega procesa organiziranja, delovanja in izvajanja aktivnosti društva** (zagotavljati dober pretok notranjih informacij med člani ter med izvajalci dejavnosti. Vodstvo društva ter člani organov, posebej člani upravnega in izvršnega odbora so ključni za zagotavljanje izvajanja programa društva). **Finančni vidik**, ki zagotavlja obstoj in delovanje društva (vzdrževati finančno vzdržnost in zagotavljati potrebna sredstva za izvajanje dejavnosti. Poslovanje mora biti transparentno in uravnoteženo) in seveda **vidik razvoja in rasti** (razvijanje aktivnosti društva skladno z razvojem stroke, podkrepljeno s tehnološkim in znanstvenim napredkom upoštevajoč trende sodobne družbe).

Program dela 2023 namenja osrednjo pozornost izpolnjevanju načrtovanega dela z vključevanjem in informiranjem široke članske baze skozi ustaljene vire obveščanja. Programa vsebuje izkazane potrebe članic in članov iz delovnih okolij, klinične prakse in posameznikov. Člani društva s svojim aktivnim pristopom in udeležbo na izobraževanjih in ostalih aktivnostih društva pripomorejo, da klinična praksa ostaja varna in učinkovita praksa z novimi izzivi za prihodnost zdravstvene in babetne nege v slovenskem prostoru glede na trenutne razmere. Skozi izobraževalne in interesne aktivnosti člani povezujejo svoje interese in krepijo stanovsko povezanost, s ciljem doseganja znanja in razvoja stroke tako v regijskem merilu kot širšem nacionalnem prostoru.

Pri pripravi programa dela Društva za leto 2023 smo morali upoštevati okoliščine nastale kot posledica pandemije in novih načinov dela, socialnega življenja, izobraževanja in društvenega delovanja.

## Usklajenost s strateškim načrtom

---

**Predlog delovnega program dela DMSBZT Ljubljana v letu 2023** sledi področjem, določenim v Strateškem načrtu, pri tem pa upošteva prioritetni izbor področij, ki jih je sprejel: informiranost, povezanost, pripadnost, ugled, osebni stiki, povečati odgovornost članstva in funkcionarjev, povečati in poglobiti sodelovanje z zdravstvenimi šolami, podoba medicinskih sester v javnosti, boniteta za dolgoletno članstvo v društvu, motivacija članstva z informiranjem in vključevanjem, nezaposlene MS/ZT vključevati v društvo, povezovanje med sodelavci, priprava izobraževalnih programov ali vsebin za bolničarje in jih vključevati v članstvo,

Zaradi lažjega spremljanja izvajanja je program dela razdeljen v večja dejavnostna področja, pri vsakem je navedena vsebina, nosilec, predvideni rok izvedbe in pri posebej izpostavljenih tudi področje v strateškem načrtu društva..



## IZOBRAŽEVANJE

---

(Gordana Lokajner)

Tudi društveno leto 2023 bo izobraževalno zanimivo. Vključili bomo različna področja izobraževanja in povabili k sodelovanju strokovnjake različnih področij delovanja v zdravstveni in babiški negi ter tudi izven nje. Naš program dela ostaja usmerjen v zadovoljevanje izobraževalnih potreb naših članov ter potrebam dela s pacienti. S pomočjo sodobnih oblik vseživljenjskega učenja gradimo pripadnost poklicni skupini in stroki. Izobraževalne vsebine bomo poskušali organizirati za vse poklicne skupine ter starostne kategorije članstva DMSBZT Ljubljana.

**Področje strateške mape:** izobraževanje, številčnost, dostopnost, odprtost za nove ideje, podoba MSB v javnosti, nezaposleni člani, dijaki in študentje, omejevanje sredstev za izobraževanje, borba za delovna mesta, nezainteresiranost članstva.

### Enodnevni SIMPOZIJ z mednarodno udeležbo

Predviden datum 24.11.2023, vsebina bo določena v začetku leta 2023.

### Etični seminar- vrednote zdravstvene in babiške nege:

Etični seminar bo organiziran v spomladanskem terminu in bomo obravnavali eno od vrednot ZBN, na katerega bomo povabili zanimive predavatelje in pričakujemo ponovno dobro izvedbo.

### Popoldanska izobraževanja

(Maja Marija Vidrih)

Predstavili bomo strokovne vsebine z različnih področij delovanja medicinskih sester in babic. Povezali se bomo s strokovnimi sekcijami, ki delujejo pod okriljem Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije ter strokovnjaki iz različnih področij poklicnega delovanja.

V letu 2023 načrtujemo izvedbo 9 strokovnih srečanj. Izobraževanja bodo potekala v preko spletne aplikacije ZOOM ali v prostorih DMSBZT Ljubljana, tretji ali zadnji četrtek v mesecu v popoldanskem času.

Vsebine:

- poškodba zaradi pritiska – ponovitev – 26. 1.;
- očesni kirurški posegi – 23.2.;
- plastična in rekonstruktivna kirurgija in opeklina – 23.3.;

- nujna stanja pri otrocih 20.4.;
- urgentna radiologija – 25.5.;
- oskrba kronične rane – 28.9.;
- zdravstvena nega pacienta pri uroloških težavah – izbrane teme – 26. 10.;
- preventiva in urgentna stanja na področju maksilofacialne in oralne kirurgije;
- predstavitve magistrskih nalog kolegic in kolegov, ki so prejeli finančno pomoč Društva pri študiju – na spletu ali na izobraževanju.

## PODROČJE OBVEZNIH VSEBIN ZA PODALJŠANJE LICENCE

Poklicna etika v praksi zdravstvene in babiške nege ter zakonodaja s področja zdravstva –n obvezna vsebina poklicna etika in zakonodaja - modul licenca

(Marina Velepich in Peter Požun)

Dvodnevno strokovno izobraževanje, ki poleg nujnih vsebin s področja poklicne etike ter pravne ureditve zdravstvene dejavnosti daje udeležencem tudi razširjen nabor informacij iz delovne prakse, obravnavo najpogostejših realnih primerov ter jih aktivno vključuje v obravnavo vsebin izobraževanja z razpravo ter delavnicami.

Vsebine izobraževanja:

- etika in morala v zdravstveni in babiški negi – osnovni pojmi,
- teorije etike v zdravstvu, etična načela, etična odgovornost,
- Kodeks etike v zdravstveni negi in oskrbi Slovenije, Kodeks etike za babice Slovenije,
- komunikacija, med poklicni odnosi, poklicna/profesionalna podoba v zdravstveni in babiški negi,
- vrednote v zdravstveni in babiški negi, izzivi poklicne etike v posebnih okoljih in etične
- dileme, vključno s primeri iz prakse,
- zdravstvena zakonodaja in pravni viri s področja zdravstva (Ustava RS, Zakon o
- zdravstveni dejavnosti in drugi zakoni ter podzakonski akti s področja zdravstva),
- poklicne kvalifikacije in poklicne kompetence v dejavnosti zdravstvene in babiške nege,
- strokovna, odškodninska in kazenska odgovornost zdravstvenih delavcev,
- pravice in dolžnosti pacientov ter postopek uveljavljanja njihovih pravic,



- pravice in dolžnosti v zvezi z opravljanjem zdravstvene dejavnosti ter pravice in obveznosti
- iz delovnega razmerja,
- delovanje zdravstvenih delavcev v zvezi z obravnavo nasilja v družini (Zakon o preprečevanju nasilja v družini, Pravilnik o pravilih in postopkih pri obravnavanju nasilja v družini pri izvajanju zdravstvene dejavnosti) in preprečevanje in obravnavo nasilja na delovnem mestu pri izvajalcih zdravstvene dejavnosti (protokoli obravnave nasilnih in drugih dejanj).

V letu 2023 bo izdana prenovljena knjiga izbranih vsebin s področja zakonodaje v zdravstveni dejavnosti.

Preizkus znanja se izvede v e-obliki ali pisno. Za izpolnitev priznanja izobraževanja je potrebna udeležba na obeh izobraževanjih.

Termini izvedbe v letu 2023: 2. in 3. februar, 6. in 7. april, 1 in 2. junij, 21 in 22. september, 16 in 17 november.

### Program izobraževanja za temeljen postopke oživljanja z AED –

(Damjan Remškar)

V sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu pri Zbornici – Zvezi bomo tudi v letu 2023 izvajali delavnice TPO z AED. Vsebina in izvedba delavnic sta usklajeni z zahtevami za priporočene vsebine iz temeljnih postopkov oživljanja in ustrezata dodatnim kriterijem za podaljšanje licenčnega obdobja. V letu 2023 zaradi spremenjenih zahtev na področju izvajanja TPO za obvezne vsebine moramo poskrbeti, da imajo inštruktorji veljavne licence s področja dodatnih postopkov oživljanja, ker je to zapisano kot pogoj za izvajanje TPO. Inštruktorjem, ki jim je potekla licenca Evropskega sveta za reanimacijo bi sofinancirali ponovno pridobitev licence iz Dodatnih postopkov oživljanja pri Evropskem Svetu za reanimacijo. Glede na trenutno situacijo potekajo delavnice v manjših skupinah po 8 udeležencev. Ta način dela bi obdržali dokler se epidemiološka situacija ne bo popravila. Izvedli bi od 6 tečajev mesečno, kar bi sproti prilagajali glede na povpraševanje. Vse aktivnosti bomo izvajali v prostorih DMSBZT Ljubljana.

Datumi izvedb: 23. 1., 20. 2., 13. 3., 11. 4., 22. 5., 19. 6., 25. 9., 23. 10., 20. 11. in 11. 12.

V letu 2023 načrtujemo izdajo posodobljenega žepnega priročnika nujnih stanj; glede na dosežene dogovore o sofinanciranju.

## Program izobraževanj s področja kakovosti in varnosti

(Andreja Vovk)

Namen izobraževanja:

- udeležence seznanimi z osnovami s področja kakovosti in varnosti ;
- udeležencem predstaviti načine za zagotavljanje in izboljševanje omenjenih področij s poudarkom na kulturi varnosti;
- udeležencem predstaviti osnove dobrega komuniciranja v zdravstvu;
- udeležencem predstaviti področje obvladovanja z zdravstvom povezanih okužb.

Predvidena lokacija izobraževanja so prostori Uradnega lista v Ljubljani ali izvedba izobraževanja spletne platforme. Udeležencem bodo izročeni izročki predavanj za lažje sledenje predstavljenim temam. Preizkus znanja se izvede v e-obliki ali pisno. Za leto 2023 so predvideni 4 sklopi izobraževanj s področja kakovosti in varnosti v zdravstvu ter obvladovanja z zdravstvom povezanih okužb.

Termini izvedbe v letu 2023: 23. februar, 25. maj, 28. september, 7. december

## Učenje tujih jezikov

Nadaljevali bomo s tečajem angleškega, španskega in nemškega jezika, s poudarkom na strokovnem jeziku. Učenje nemškega jezika bo potekalo v prostorih DMSBZT Ljubljana, individualno. Učenje angleškega in španskega jezika pa na sedežu podjetja Linkot.

## Znanje za zdravje

(Radojka Kobentar)

- Psihoze in delo z obolelimi – celodnevni seminar;
- mejna osebnostna motnja – borderline;
- starejši – kompetence in potrebe;

Čustvena stanja v zdravstveni in babiški negi.

## Akademija vodenja

DMSBZT Ljubljana - Akademija vodenja bo namenjena vodilnim kadrom srednjega in vrhnjega managementa zdravstvene in babiške nege. Vsebinsko bodo zapolnila vrzeli in potrebe po želenih vsebinah na posameznih področjih vodenja in upravljanja v zdravstvene in babiške nege. Srečanja bodo potekala v živi ali preko spletnih platform.

## Letno tradicionalno srečanje glavnih medicinskih sester – strokovnih vodij zdravstvene in babiške nege ljubljanske regije

bo v letu 2023 ponovno organizirano skupaj s slavnostno podelitvijo Srebrnih znakov in plaket DMSBZT Ljubljana.

V letu 2023 bomo na novo ponudili različne izobraževalne tematske sklope predvsem namenjene **dijakom, študentom ter mladim prvo zaposlenim v ZBN**. Približevanje poklica medicinske sestre, babice ali tehnike zdravstvene nege je nujen za dobro medgeneracijsko povezovanje in izmenjevanje znanj ter izkušenj.

Zaradi povečanega zanimanja za predstavitev izbranih vsebin s področja varnosti in kakovosti obravnave v DSO, bomo posamezne tematike predstavili tudi zaposleni poklicnim skupinam v DSO.

V letu 2023 načrtujemo delavnice s Tatjano Zidar Gale, ki nam z njej značilno zanimivo, predstavitvi učinkovite komunikacije in naše opolnomočenje pri vsakodnevnih delovnih in osebnih odnosih.

## RAZISKOVALNA DEJAVNOST

Organizirali bomo mesečne **krožki raziskovanja in znanstvenega pisanja** in srečanja za učinkovito uvajanje na **dokazih podprte prakse zdravstvene in babiške nege**. V letu 2023 načrtujemo predlog nove raziskave DMSBZT Ljubljana.

Področje strateške mape: izobraževanje, dostopnost, odprtost za nove ideje, podoba ms v javnosti, management

## ZALOŽNIŠKA DEJAVNOST

- Izdaja recenziranega zbornika 22. Simpozija DMSBZT Ljubljana;
- priprava in izdaja brošure »Vrednote v zdravstveni in babiški negi«;
- »Medicinska sestra bom« – umivanje rok, predlog nove knjižice iz serije za najmlajše,
- Temeljni postopki oživljanja v literarni besedi in sliki – v sodelovanju likovne sekcije ter inštruktorjev TPO pri društvu.

Področje strateške mape: izobraževanje, dostopnost, odprtost za nove ideje, podoba ms v javnosti, management

## AKTIVNOSTI PODRUŽNIC IN SEKCIJE

### PODRUŽNICA IDRİJA

(Sabina Vihtelič)

Na idrijskem območju smo v letu 2023 planirali naslednje društvene dejavnosti:

Izobraževalna dejavnost:

- ob dnevu duševnega zdravja, celodnevno izobraževalno aktivnost.

Interesne dejavnosti:

- joga (dva termina srede);
- pohod v okolici Idrije;
- vadba badbintona.

### PODRUŽNICA Zasavje

(mag. Boža Pirković in Katarina Kočnar)

V zimskih mesecih načrtujemo delavnice temeljnih postopkov oživljanja za zaposlene v zdravstveni in babiški negi, jeseni bomo izvedli vsebine iz modula obveznih vsebin za podaljšanje licenc področja kakovost in varnost.

V mesecu septembru bomo na pobudo naših članov organizirali nekajdnevni izlet.

Decembra načrtujemo tradicionalno popoldansko predavanje in druženje članic in članov.

Nadaljevala se bo tudi vadba joge.

Vseskozi bomo skrbeli za povezovanje in pripadnost članov matičnemu društvu in vključevanje novih članov v društvo.

### Sekcija upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana

**(Olga Marija Koblar)**

V letu 2023 načrtujemo strokovne seminarje na teme: osteoporoza, multipla skleroza, sladkorna bolezen ter rak glave in vratu. Seminarji bodo izvedeni v prostorih društva.

Spoznavanja in ogledi naravnih in kulturnih znamenitosti Ljubljane in tudi načrtovanih krajev po Sloveniji, nabor predlogov bomo sprotno usklajevali: stara elektrarna in Trstenjakov inštitut, medgeneracijsko sodelovanje, Hiša Zlatica / Hribarjeva hiša, Švicarija, RTV Slovenija, Šmarna gora, Gornji Grad, Radmirje, Nazarje, Žovnek, Koper, pokopališče školjk, sprehod ob obali od sv. Barbare do Ankarana, Marezige, prva vinska fontana, Radovljica, Ptuj – bolnica, muzej, sivka, halštatske znamenitosti, in Botanični vrt v Račah, Borl, Trakoščan, Vršič,

Trenta, Kugijev spomenik, Velenje in Žalec, Velika planina, Stahovica, energijske točke, terme Snovik,

Enkrat mesečno obisk »Besednice« v knjižnici Bežigrad Ljubljana in sicer: od 10.00 do 11.30 ure; 12. 1. 9. 2., 9. 3., 13. 4. 11. 5. 8. 6.

Plan je sestavljen iz nerealiziranih idej preteklih let, pri vrstnem redu ogledov izven Ljubljane bomo upoštevali vremenske razmere glede na letni čas.

Skupina upokojenih medicinskih sester za pregled razvoja stroke bo pripravila predloge za pregled osebnih arhivov, delovnih zvezkov in podobnih gradiv za namenom popisa lastne profesionalne poti in razvoja stroke ZN v obdobju od 1990 do približno 2015 leta. Organizirale se bodo na kratkih mesečnih srečanjih na sedežu društva. Predvidoma v novembru 2023 bodo pripravile okroglo mizo za predstavitev ugotovljenega stanja in načrta za prihodnje aktivnosti.

Nalogo bo prevzela Nada Vigec.

## INTERESNE DEJAVNOSTI

Društvo kot strokovno združenje povezuje člane prav na področju interesnih dejavnosti in to je tisto, kar združuje članstvo tako strokovno kot tudi osebno.

Interesne aktivnosti člane povezujejo in bogatijo njihov prosti čas ter pripomorejo k osebnem in profesionalnem razvoju. Znotraj interesnih aktivnosti se prepleta množstvo dejavnosti z različnimi vsebinami, ki zajemajo področja osebnostnega in profesionalnega razvoja, tehnike komplementarnega zdravljenja, likovna dejavnost, pevski zbor, klekljanje, joga, izletništvo in gibalna aktivnost.

Načrtovane delavnice, predavanja in ostale aktivnosti za leto 2023 so pripravljene in razporejene tako, da jih je večino možno izvesti tudi v spletnem okolju.

### Osebnostni razvoj

(Nada Sirnik)

Ponudili in organizirali bomo izobraževanja z vsebinami, ki bodo pripomogla k krepitvi in širitvi osebnega in profesionalnega razvoja. Načrtujemo izvedbo naslednjih srečanj:

- februar – pravilno premikanje in nameščanje pacientov ;
- marec – agilnost uma;
- april – konflikti;
- junij – govorica telesa;
- junij – agilnost uma
- september – pravilno premikanje in nameščanje pacientov ;
- oktober – govorica telesa;
- november -konflikti;
- december - ženski večer- počitek.

Srečanja bodo izvedene kombinirano, v prostorih društva ter preko spleta.

V mesecu oktobru se bomo že tradicionalno udeležili **Ljubljanskega maratona**.

### Komplementarno in naravno zdravilstvo v zdravstveni negi

(Nada Sirnik)

Na področju komplementarnega in naravnega zdravljenja bomo nadaljevali s spoznavanjem novih pristopov ter po potrebi ponovili nekatere vsebin iz preteklosti skladno z željami članstva. Načrtujemo:

- februar – naturopatija;
- april- integrativna medicina;
- marec- tečaj risanja mandal;
- oktober- dvodnevna delavnica duhovnega razvoja .



## Vadba joge, pilatesa in razgibalnih vaj za hrbtenico

(Katja Hribar)

Nadaljevali bomo z vadbo. Le ta bo enkrat tedensko potekala preko spleta. V živo bo vadba ostala na lokaciji Očesni in Ginekološki kliniki s po dvema skupinama. V Trbovljah in na Srednji Zdravstveni šoli Ljubljana, bodo vadba pilatesa in razgibalne vaje za hrbtenico po ena skupina. Dejavnosti bodo potekale enkrat tedensko, po uro in pol v terminu od oktobra 2023 do začetka maja 2024.

Čez poletje bomo članom poskusno ponudili možnost organizirane tekaške ali plavalne vadbe.

Urnik vadbe bo objavljen na spletni strani DMSBZT Ljubljana

## Likovna dejavnost

(Majda Jarem Brunšek)

Likovna dejavnost bo potekala po ustaljenem urniku ob torkih popoldan v društvenih prostorih. Izvajala se bo v manjšem obsegu z manj udeleženk, izmenično dvakrat mesečno. Nadaljevali bomo sodelovanje z dosedanjimi mentorji, ki se bodo časovno usklajevali, da bo delo potekalo nemoteno. Načrtujemo tudi novo likovno -književno delo; izid tega tretjega likovno, strokovno in proznega dela o reševalcih, načrtujemo v jesenskem delu leta. Razstavljale bomo:

- meseca maja v UKC Ljubljana, tradicionalna razstava ob Mednarodnem dnevu medicinskih sester in Mednarodnem dnevu babic;
- v mesecu juniju Salus Ljubljana.

Likovna kolonija, ki jo načrtujemo v obliki likovnega vikenda, bo ponovno slikovno obeležila lokalni utrip kraja, ki ga bomo obiskale.

## Klekljarska skupina

(Irma Kiprijanovič)

Tudi v letu 2023 bo skupina klekljaric nadaljevala s klekljanjem vsako prvo in tretjo sredo od 16.30 do 19.30 ure pod vodstvom mentorice ga. Matejka Jakob Oven.

Razstave:

- ob 12. maju mednarodnem dnevu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov v avli Univerzitetnega kliničnega centra v Ljubljani;
- sodelovanje pri projektu »Konjički za Lipico« - kjer se zbira 139 klekljanih konjičkov za 139 sob v novem hotelu. Izdelke je potrebno oddati do konca aprila 2023. Zaradi zahtevnosti projekta, se tu nagibamo bolj k individualni izdelavi »konjičkov«;

- sodelovanje na mednarodnem kongresu OIDFA – šivane in klekljane čipke, ki bo v Gorici in Novi Gorici od 4. do 6. avgusta 2023 (manjša razstava in predstavitev društva);
- razstava na dogodku »Lesena čipka« drugo nedeljo v septembru 2023 v Trebnjem;
- v decembru 2023 – tradicionalna razstava v Knjižnici Frana Levstika v Velikih Laščah,
- sodelovanje in razstava pri klekljarskem društvu Cvetke Žiri april/maj 2023

Z veseljem v kolikor se bo ponudila možnost tudi razstava na drugi lokaciji.

## Izletništvo

(Nada Sirnik)

Skladno z željami in interesi članov v letu 2023 načrtujemo strokovno ekskurzijo in izlet na Irsko v mesecu maju.

V jesenskem času pa izlet v Posavje, kjer bomo obiskali gradove Obsotelja in Bizeljskega.

Načrtovana je ponovitev strokovne ekskurzije v Psihiatrično bolnišnico Rab (RH).

## Športno gibalna vadba

(Đurđa Sima)

Načrtujemo štiri zahtevnejše in deset pohodov srednje zahtevnosti, različne zahtevnosti.

Nadaljevali bomo tudi s kolesarski dnevi DMSBZT Ljubljana.

## SODELOVANJE S SREDNJO ZDRAVSTVENO ŠOLO LJUBLJANA

- Predstavitev Društva dijakom od 1. do 4. letnika v okviru vsebin ZN;
- skrb za promocijo Društva (pošiljanje sporočil zaposlenim sodelavcem in dijakom preko el. naslovov) in njegovo prepoznavnost med zaposlenimi na SZŠ Ljubljana;
- sodelovanje zaposlenih in dijakov pri aktivnostih Društva;
- posredovanje promocijskih, vzgojnih in izobraževalnih vsebin.

## Program dela za spletno stran društva

---

(Peter Koren)

V letu 2022 je bila narejena nova Spletna stran društva (<http://www.drustvo-med-sester-lj.si/>). Spletna stran podrobno predstavlja društvo z vsemi dejavnostmi in aktivnostmi in je še vedno najpomembnejši način obveščanja članstva in širše javnosti o delovanju društva.

V letu 2023 bodo na spletni strani ažurno objavljeni napovedniki vseh dogodkov na širokem področju izobraževanja, interesnih dejavnosti, dejavnosti na podružnicah in sekcijah. Prav tako bodo objavljena poročila različnih dogodkov, vključno s slikovnim gradivom. Sproti bodo ažurirane tudi vse informacije o društvu, ki so pomembne za člane društva.

## Facebook profil

---

(Rok Hatze)

V januarju 2023 bo **Facebook profil Društva praznoval 10. let** uspešnega obstoja (odprt 10. januarja 2013). Ob tem jubileju bomo spremenili naslovno sliko profila, ki bo v letu 2023 predstavljala obeležje in zahvalo sledilcem. Profil društva bomo tudi v prihajajočem letu osveževali z načrtovanimi društvenimi vsebinami in obveščali sledilce z aktualnimi strokovnimi vprašanji in temami s področja zdravstvene nege, zdravja, zdravega načina življenja ipd.. Prednost Facebooka je v hitrosti in ažurnosti ter dvosmernosti komunikacije, saj je mogoče pridobivati povratne informacije. S pomočjo profila na Facebooku lahko vidimo kolikšen krog ljudi dosežemo s posameznimi objavami in ugotavljamo, katere teme obiskovalce profila najbolj zanimajo. Tako Upravni odbor kot člane pozivamo k aktivnostim na FB profilu, pomoči pri širjenju kroga sledilcev na Facebooku in k sodelovanju pri promociji dejavnosti društva. Vse nosilce dejavnosti naprošamo, da svoje dejavnosti dokumentirajo preko fotografij za objavo na FB profilu, saj s tem dosežemo večji doseg in zanimanje sledilcev, objave z fotografijami so namreč privlačne in povedo več kot besede.

## Zgodovina

---

V sodelovanju z Ginekološko kliniko UKC Ljubljana (ter Sekcijo medicinskih sester in babic pri Zbornici – Zvezi) bomo ob 100. letnici Bolnišnice za ženske bolezni in porodništvo v Ljubljani v vitrini Društva v avli UKC Ljubljana pripravili razstavo o izobraževanju in delu babic.

Ob 750 letnici začetka formalnega izobraževanja babic na slovenskem bomo v sodelovanju z Srednjo zdravstveno šolo Ljubljana, Zdravstveno fakulteto UL, Ginekološko kliniko UC Ljubljana (ter Sekcijo medicinskih sester in babic pri Zbornici – Zvezi) na objektu Babiške šole odkrili spominsko ploščo.

## Mednarodne aktivnosti

Skladno s podpisanimi sporazumi se na povabilo vodstev združenj medicinskih sester in babic odzivamo na aktivno sodelovanje pri izobraževanju in strokovnem sodelovanju v širši regiji. Udeležili se bomo mednarodnih strokovnih srečanj (ICN).

Predlog programa so sestavili nosilci dejavnosti v sodelovanju z vodstvom društva.

Đurđa Sima, predsednica