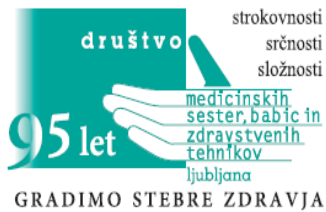


2025

PROGRAM DELA Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana za leto 2025



Sprejeto na UO: 4. decembra 2024

Vsebina

Povzetek načrta dela	3
Izhodišča za delovni načrt 2025	4
Usklajenost s strateškim načrtom	5
IZOBRAŽEVANJE	6
Enodnevni SIMPOZIJ z mednarodno udeležbo	6
Etični seminar – modul vrednote zdravstvene in babiške nege.....	6
Popoldanska klinična izobraževanja	6
Kratki pregledi aktualnih vsebin iz ZNB preko spletne platforme	7
PODROČJE OBVEZNIH VSEBIN ZA PODALJŠANJE LICENCE	8
Poklicna etika v praksi zdravstvene in babiške nege ter zakonodaja s področja zdravstva in obvezna vsebina poklicna etika in zakonodaja – modul licenca	8
Program izobraževanja za temeljne postopke oživljanja z AED	9
Program izobraževanj s področja kakovosti in varnosti	9
Učenje tujih jezikov	9
DMSBZT Ljubljana – Akademija vodenja	10
Letno tradicionalno srečanje glavnim medicinskih sester regije	10
Ostale izobraževalne smernice	10
NAČRT DELA IN SODELOVANJA: SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA	11
SODELOVANJE Z ZDRAVSTVENO FAKULTETO UNIVERZE V LJUBLJANI	11
RAZISKOVALNA DEJAVNOST	11
ZALOŽNIŠKA DEJAVNOST	12
INTERESNE DEJAVNOSTI	13
Osebnostni razvoj	13
Komplementarno in naravno zdravilstvo v zdravstveni negi	13
Vadba joge, pilatesa, razgibalnih vaj za hrbtenico in teka.....	14
Likovna dejavnost	14
Klekljarska skupina	14
PODRUŽNICA IDRIJA	15
PODRUŽNICA ZASAVJE	15
Izletništvo	15
Športno-gibalna vadba	16
Sekcija upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana	16

SPLETNA DOSTOPNOST IN KOMUNIKACIJA DRUŠTVA S ČLANI DMSBZT LJUBLJANA	17
Spletna stran	17
Facebook	17
Instagram	17
Zgodovina	18
Mednarodne aktivnosti	18

Povzetek načrta dela

Program dela društva za leto 2025 izhaja iz sprejetega strateškega načrta DMSBZT Ljubljana za obdobje 2013–2020, ki ga je kot dolgoročni dokument sprejel Občni zbor društva v marcu 2013, v letu 2024 pa je bil posodobljen. 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; nastajal je na podlagi intenzivnega razpravljanja na različnih organizacijskih ravneh in ni vsiljen s strani višjega menedžmenta društva. Program dela društva odseva sodelovanje aktivnih članov, 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 stroke zdravstvene in babiške nege ter družbene potrebe. S svojim delovanjem se odpiramo, približujemo prebivalcem ljubljanske regije in tudi širše ter krepimo profesionalni ugled*), **poslanstva in ciljev DMSBZT Ljubljana** (*društvo dejavno 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 za 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 v – 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).

Pet S-vrednot ZA OHRANJANJE ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE: STROKOVNOST, SRČNOST, SLOŽNOST, SKRBNOST, STANOVITNOST

Izhodišča za delovni načrt 2025

Predlog delovnega programa DMSBZT Ljubljana v letu 2025 je pripravljen na podlagi štirih najpomembnejših vidikov, ki jih moramo upoštevati, in sicer: vidik članstva, ki društvo tvori in kateremu je namenjeno tudi društveno delovanje (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) ter seveda vidik razvoja in rasti (razvijanje aktivnosti društva skladno z razvojem stroke, podkrepjeno s tehnološkim in znanstvenim napredkom, upoštevajoč trende sodobne družbe).

Program dela 2025 namenja osrednjo pozornost izpolnjevanju načrtovanega dela z vključevanjem in informiranjem široke članske baze skozi ustaljene vire obveščanja. Vsebuje izkazane potrebe članic in članov iz delovnih okolij, klinične prakse in posameznikov. Člani društva z dejavnim pristopom in udeležbo na izobraževanjih ter v ostalih aktivnostih društva pripomorejo, da klinična praksa ostaja varna in učinkovita, z novimi izzivi za prihodnost zdravstvene in babiške 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.

Usklajenost s strateškim načrtom

Predlog delovnega programa DMSBZT Ljubljana v letu 2025 sledi področjem, določenim v Strateškem načrtu, sprejetem v letu 2024, pri tem pa upošteva prioritetni izbor področij, ki jih je sprejel: informiranost, povezanost, pripadnost, ugled, osebni stiki, povečanje odgovornosti članstva in funkcionarjev, povečanje in poglobljanje sodelovanja z zdravstvenimi šolami, podoba medicinskih sester v javnosti, boniteta za dolgoletno članstvo v društvu, motivacija članstva z informiranjem in vključevanjem, vključevanje nezaposlenih MS/ZT v društvo, povezovanje med sodelavci, priprava izobraževalnih programov ali vsebin za bolničarje in njihovo vključevanje v članstvo.

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

IZOBRAŽEVANJE

(Gordana Lokajner)

Leto 2025 bo v izobraževalnem pogledu aktualno, pestro in raznoliko. Vključevali bomo dodatna izobraževanja s posebnih področij in povabili k sodelovanju strokovnjake različnih smeri delovanja v zdravstveni in babiški negi ter zunaj nje. Naš program dela ostaja usmerjen v zadovoljevanje izobraževalnih potreb naših članov ter potreb dela s pacienti in lastnega osebnega razvoja. S spremljanjem in vključevanjem sodobnih oblik vseživljenjskega učenja želimo graditi pripadnost poklicni skupini in stroki. Izobraževalne vsebine bomo ponudili in organizirali za vse poklicne skupine ter starostne kategorije članstva DMSBZT Ljubljana. Vse izobraževalne aktivnosti bo spremljala anketa zadovoljstva udeležencev, ki nam bo omogočila sprotno preverjanje in pravočasno dopolnjevanje ter korigiranje vsebin. Z ažurnim sledenjem kakovosti izobraževalnih dogodkov bomo omogočali članom (udeležencem) sprotno podajanje ocen ter aktivno sodelovanje in prispevek pri izvedbi vseh izobraževalnih aktivnosti 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, boj za delovna mesta, nezainteresiranost članstva.

Enodnevni SIMPOZIJ z mednarodno udeležbo

Predviden datum 28. 11. 2025

Etični seminar – modul vrednote zdravstvene in babiške nege

(Gordana Lokajner)

Etični seminar načrtujemo v spomladanskem terminu na temo ene/ga od vrednot/načel ZBN. Na seminar bomo povabili zanimive predavatelje, zato pričakujemo ponovno živahno razpravo in izmenjavo mnenj.

Popoldanska klinična izobraževanja

(Maruša Marija Brvar in Smiljana Kazić)

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 s strokovnjaki z različnih področij poklicnega delovanja.

V letu 2025 načrtujemo izvedbo devetih strokovnih srečanj. Izobraževanja bodo potekala zadnji četrtek v mesecu v popoldanskem času.

Za leto 2025 je načrtovana izvedba devetih kliničnih popoldnevov. Izobraževanja bodo potekala enkrat mesečno, zadnji četrtek v mesecu.

Načrtovane vsebine:

- januar – **Oftalmološka oskrba in zdravstvena nega;**
- februar – **Uspešno obvladovanje neprijetnih situacij in pomen odgovornosti zaposlenih v ZBN na delovnem mestu;**

- marec – **Družinska terapija kot pomoč družini in zdravstvenim delavcem ter drugim vključenim skozi krizna obdobja in zastoje;**
- april – 24. 4. 2025: **Teme s področja klinične toksikologije** (akutne zastrupitve, antidoti, kemikalije, ugrizi in piki strupenih živali);
- maj – 21. 5. 2025: **Zdravstvena nega pacienta s torakalnim drenažnim sistemom;**
- junij – 19. 6. 2025: **Teme s področja žilnih bolezni** (obravnavanje venske tromboze, pljučne embolije, periferne arterijske bolezni, antikoagulantno zdravljenje, zdravljenje hiperholesterolemije);
- september – 25. 9. 2025: **Zdravstvena nega pacienta z opeklinško poškodbo;**
- oktober – 23. 10. 2025: **Teme s področja kardiologije** (obravnavanje bolnika s prsno bolečino, akutnim kardialnim sindromom, oblike zdravljenja srčnega popuščanja, zdravstvena vzgoja po presaditvi srca);
- november – 27. 11. 2025: **Izbrane teme iz zdravstvene nege urološkega pacienta.**

Kratki pregledi aktualnih vsebin iz ZNB preko spletne platforme

(Saša Mohar)

V kratkih dvournih mesečnih srečanjih preko spletne platforme bomo člane seznanjali z novostmi na različnih področjih ZNB: predstavili jim bomo vsebine za pomoč pri vsakdanjem delu s pacienti ali pri vsakodnevnih izzivih, ki jih službeno okolje postavlja pred njih. Spletna srečanja bomo organizirali enkrat mesečno pred zadnji četrtek v mesecu. Vsebine bomo sproti posodabljali glede na želje in potrebe članstva.

Predlagane vsebine:

- januar – **krčne žile in kompresija za zdrave noge;**
- februar – **epilepsija;**
- marec – **skriti tat vida – glavkom;**
- april – **sladkorna bolezen;**
- maj – **dan brez tobaka;**
- junij – **vpliv sonca na kožo;**
- september – **mesec sepse;**
- oktober – **rožnati oktober;**
- november – **poškodba zaradi pritiska;**
- december – **AIDS.**

PODROČJE OBVEZNIH VSEBIN ZA PODALJŠANJE LICENCE

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

(Gordana Lokajner in mag. 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, predstavi najpogostejše realne primere 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, medpoklicni 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) ter preprečevanje in obravnavo nasilja na delovnem mestu pri izvajalcih zdravstvene dejavnosti (protokoli obravnave nasilnih in drugih dejanj).

V letu 2025 bomo nadaljevali s prenovljenimi izobraževalnimi vsebinami in z novo sestavo tima predavateljev na področju Poklicne etike v praksi zdravstvene in babiške nege. To bomo nadgradili z bolj interaktivnimi vsebinami, kar bo poslušalcem omogočilo aktivno udeležbo pri izvedbi tako pomembne vsebine. Preizkus znanja bomo izvedli v e-obliki ali pisno. Za izpolnitev priznanja izobraževanja je potrebna udeležba na obeh izobraževanjih.

Termini izvedbe v letu 2025: 20.2. in 21.2., 22.3. in 29.3. (Idrija), 18.4. 24.4. 16.10 in 17. 10 ter 18.12. in 19.12. 2025 (na sedežu Društva)

Program izobraževanja za temeljne postopke oživljanja z AED

(Damjan Remškar)

V sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu pri Zbornici – Zvezi bomo tudi v letu 2025 izvajali delavnice TPO z AED. Vsebina in izvedba delavnic sta usklajeni z zahtevami za priporočene vsebine iz temeljnih postopkov oživljanja in ustrežata dodatnim kriterijem za podaljšanje licenčnega obdobja. Inštruktorjem, ki jim je potekla licenca Evropskega sveta za reanimacijo, pa bi omogočili ponovno pridobitev licence, saj mora imeti določen delež inštruktorjev veljavno licenco za izvajanje tečajev TPO. Skupna vrednost finančnega vložka v nakup opreme in izobraževanja bi v letu 2025 znašala približno 2000 EUR.

Delavnice bodo potekale v prostorih DMSBZT Ljubljana: 27.1., 10.2. 24.3., 22. 4. 26.5., 16.6. 22.9., 20.10., 24.11. ter 15. 12. 2025

Še naprej bomo organizirali delavnice v dopoldanskem in popoldanskem terminu. V primeru zanimanja bi delavnice TPO organizirali tudi na lokacijah, ki so bližje našim članom (Trbovlje, Idrija).

Program izobraževanj s področja kakovosti in varnosti

(Andreja Vovk)

Za leto 2025 je predvidenih pet ponovitev izobraževanj s področja kakovosti in varnosti v zdravstvu ter obvladovanja z zdravstvom povezanih okužb, in sicer v januarju, marcu, maju, septembru ter novembru.

Namen izobraževanja:

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

Udeleženci bodo prejeli posodobljeno knjižico z izročki.

Predvideni termini: 23.1., 27.3., 22.5., 28.9. ter 13.11.

Učenje tujih jezikov

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

DMSBZT Ljubljana – Akademija vodenja

(Đurđa Sima in Gordana Lokajner)

Pri DMSBZT Ljubljana bomo v letu 2025 organizirali Akademijo vodenja, ki bo namenjena vodilnemu kadru srednjega in vrhnjega menedžmenta zdravstvene in babiške nege. Vsebinsko bodo predavanja zapolnila vrzeli in potrebe po želenih vsebinah na posameznih področjih vodenja in upravljanja zdravstvene in babiške nege. Srečanja bodo potekala v živo ali preko spletnih platform. Načrtujemo štiri srečanja letno.

Letno tradicionalno srečanje glavnim medicinskih sester regije

bo v letu 2025 ponovno organizirano skupaj z letnim slavnostnim podeljevanjem srebrnih znakov in plaket DMSBZT Ljubljana.

7. 3. 2025- Mestni muzej Ljubljana

Ostale izobraževalne smernice

V letu 2025 bi ponudili različne izobraževalne tematske sklope, namenjene predvsem dijakom, študentom ter mladim s prvo zaposlitvijo v zdravstveni oz. babiški negi. Približevanje poklica medicinske sestre, babice ali tehnika zdravstvene nege je nujno 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 zaposlenim poklicnim skupinam v DSO.

V iskanju znanj s področja rabe sodobne tehnologije v letu 2025 načrtujemo vsebine s področja varne, učinkovite, a etične rabe sodobne tehnologije v vsakdanjem profesionalnem in osebnem življenju naših članov. Z izobraževanjem s področja spoznavanja različnih orodij generativne umetne inteligence želimo omogočiti dostop do zadnjih informacij ter pridobivanje novih znanj s tega tako naglo razvijajočega se področja, ki počasi, a zanesljivo prodira tudi v zdravstveno in babiško nego.

V letu 2025 nadaljujemo s predstavitvijo temeljev učinkovite asertivne komunikacije in našega opolnomočenja v vsakodnevnih delovnih in osebnih odnosih. Izobraževanje bo potekalo na sedežu Društva v terminih: 20. 3., 15.5., 9.10. ter 4.12.

V letu 2025 bomo začeli z organiziranimi izobraževanji o smernicah sodobnega bontonu v vsakdanjem življenju, ki predstavlja preprost jezik spoštljivosti do sebe in drugih. Zabavno, a tudi resno bomo spoznavali znanja o bontonu, saj je ta ključnega pomena za ohranjanje kulturnih in družbenih norm, ki spodbujajo spoštovanje in razumevanje med ljudmi različnih starosti v vseh zasebnih in službenih okoljih.

NAČRT DELA IN SODELOVANJA: SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA

(Mojca Kotnik)

Srednja zdravstvena šola Ljubljana bo v letu 2025 sodelovala na naslednjih področjih:

- predstavitev Zbornice – Zveze in DMSBZT Ljubljana dijakom 1. letnikov v okviru strokovnih vsebin pri predmetu Zdravstvena nega 1;
- ponovno povabilo in predstavitev pomena Zbornice – Zveze in DMSBZT Ljubljana dijakom 3. in 4. letnikov v okviru razrednih ur in/ali strokovnih vsebin pri predmetih Zdravstvene nege;
- predstavniki vodstva DMSBZT sodelujejo na pomembnih dogodkih šole (ob mednarodnem dnevu medicinskih sester);
- redna korespondenca glede strokovnih vsebin, obvestil in izobraževanj DMSBZT z vsemi člani strokovnega aktiva Zdravstvene nege na šoli in povabilo k sodelovanju preko elektronske pošte ter na rednih sestankih strokovnega aktiva.

SODELOVANJE Z ZDRAVSTVENO FAKULTETO UNIVERZE V LJUBLJANI

(doc. dr. Andreja Kvas)

Študentom študijskega programa Zdravstvena nega, 1. in 2. stopnja, na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani bomo skupaj s študenti, ki so člani društva, na mentorskih sestankih predstavili organiziranost, delovanje in dejavnosti društva. Študenti, ki še niso člani društva, bodo imeli po predstavitvi možnost vpisa. Na predstavitev društva bodo vabljeni tudi predsednica in člani Sekcije študentov zdravstvene nege in babištva. V letu 2025 bomo na katerega od mentorskih sestankov prvič povabili kolegice/kolege iz prakse zdravstvene nege, ki so tudi člani društva, da nam bodo predstavili, kako lahko znanje, ki ga pridobijo na različnih strokovnih izobraževanjih in izpopolnjevanjih društva, prenesejo v prakso na delovnem mestu. Skupaj s študenti zdravstvene nege bomo pripravili stojnico v avli Zdravstvene fakultete, kjer bomo promovirali dejavnosti društva (deljenje promocijskih gradiv, pristopne izjave za včlanitev v društvo).

Poskrbljeno bo za sprotno obveščanje sodelavk in sodelavcev, ki so člani društva, o dogodkih na društvu (obveščanje bo potekalo prek e-sporočil in na sestankih oddelka). Prav tako bo poskrbljeno za obveščanje študentov zdravstvene nege o dogodkih na društvu (pošiljanje e-sporočil na skupne naslove letnikov, ki omogočajo, da sporočila prejmejo vsi študenti letnika). Zaposleni na Oddelku za zdravstveno nego in študenti bodo po potrebi sodelovali na različnih dogodkih društva.

RAZISKOVALNA DEJAVNOST

(Gordana Lokajner)

Začeli bomo z mesečnimi krožki raziskovanja in znanstvenega pisanja ter s srečanji za učinkovito uvajanje z dokazi podprte prakse zdravstvene in babiške nege. V nadaljevanju načrtujemo predlog nove velike raziskave DMSBZT Ljubljana, ki bo plod možganskega viharjenja na obeh srečanjih.

Področje strateške mape: izobraževanje, dostopnost, odprtost za nove ideje, podoba medicinske sestre v javnosti, menedžment.

ZALOŽNIŠKA DEJAVNOST

(Đurđa Sima in Gordana Lokajner)

- Izdaja zbornika 25. Simpozija DMSBZT Ljubljana ter
- priprava in izdaja brošure Vrednote v zdravstveni in babiški negi.

Področje strateške mape: izobraževanje, dostopnost, odprtost za nove ideje, podoba medicinske sestre v javnosti, menedžment.

INTERESNE DEJAVNOSTI

(Nada Sirnik)

Interesne dejavnosti člane povezujejo in bogatijo njihov prosti čas ter pripomorejo k osebnemu in profesionalnemu razvoju. V tem okviru se prepleta množstvo aktivnosti z različnimi vsebinami, ki zajemajo področja osebnostnega in profesionalnega razvoja, tehnike komplementarnega zdravljenja, likovne dejavnosti, klekljanja, joge, pilatesa, badmintona, maratona, izletništva in gibalne aktivnosti.

Načrtovane delavnice, predavanja in ostale dejavnosti bomo izvajali v prostorih društva. Nekaj jih bomo izvedli v spletnem okolju, predvsem zaradi zanimanja članstva, večje dostopnosti in številčnosti na določenih srečanjih.

Osebnostni razvoj

(Nada Sirnik)

Ponudili in organizirali bomo izobraževanja z vsebinami, ki bodo prispevale h krepitvi in širitvi osebnostnega in profesionalnega razvoja. Za leto 2025 načrtujemo izobraževanja in srečanja:

- Sodelovalna komuniciranja: dve delavnici – Zoom (22. 1. 2025 in oktober 2025);
- Okrepite agilnost svojega uma: dve delavnici – Zoom (12. 2. 2005 in november 2025);
- Vplivna komunikacija v zdravstveni negi: dve delavnici – Zoom (12. 3. 2024 in september 2025);
- Govorica telesa: ena delavnica (15. 4. 2024);
- Komunikacija v konfliktni situaciji (21. 5. 2025 in oktober 2005);
- Decembrski ženski večer.

V mesecu oktobru bomo že tradicionalno podprli člane, ki se bodo želeli udeležiti **Ljubljanskega maratona**.

Komplementarno in naravno zdravlilstvo v zdravstveni negi

(Nada Sirnik)

Na področju komplementarnega in naravnega zdravljenja bomo nadaljevali s spoznavanjem novih pristopov ter po potrebi ponovili nekatere vsebine iz preteklosti v skladu z željami članstva:

- kreativne delavnice: 2–3 delavnice (januar, november);
- refleksoterapija (februar);
- energetsko čiščenje prostorov (marec);
- naturopatija (januar);
- dve komplementarni delavnici (barve in zdravje, čustva in organi – junij in oktober);
- naravno zdravljenje kroničnih in ostalih bolezni (maj).

Vadba joge, pilatesa, razgibalnih vaj za hrbtenico in teka

(Katja Hribar)

Z utečenimi vadbami joge bi v letu 2024/2025 nadaljevali. Lokacije za jogo ostajajo v Ljubljani enake (na očesni in ginekološki kliniki); ena vadba poteka v Trbovljah in Idriji ter ena prek spleta.

Na Srednji zdravstveni šoli v Ljubljani bomo nadaljevali z dobro obiskanimi vadbami za pilates in s programom razgibalnih vaj za hrbtenico, sklepe in pravilno držo.

V Idriji bo še naprej potekala vadba badmintona.

Nadaljevali bomo s skupinsko vadbo teka na Fakulteti za šport v Ljubljani.

Kot novo obliko telesne dejavnosti bi lahko članom od novembra dalje ponudili vadbo moči in raztezanja na Fakulteti za šport, ki bi morda zanimala tudi mlajšo generacijo.

Likovna dejavnost

(Majda Jarem Brunšek)

V letu 2025 načrtujemo in se pripravljamo na knjižni zapis tako strokovne kot likovne prozne vsebine TPO z Damjanom Remškarjem v strokovnem delu. Predstavljena bo na majski razstavi 2025.

Likovno vsebino bosta krojili Marija Strnad z akvarelno osnovo in akademska likovnica Nuša Fajfar s figuraliko, barvnimi komponentami, risbo itd. Arhitekturno nas bo nekaj torkov izobraževala Eva Rakovec.

Likovni pedagog Edo Ilar nam bo z januarjem enkrat mesečno v pomoč pri učenju tako risbe kot likovnih tehnik.

Razstavljale bomo maja ob dnevu medicinskih sester v avli UKC Ljubljana. V Salusu, kjer so nas povabili, bomo razstavljale čez poletje. Zbiramo tudi pogum za samostojno razstavljanje.

Obiskale bomo nekaj razstav doma in v bližnji okolici.

Upamo, da bomo uspešno izvedle načrte in da nas bo društvo še naprej podpiralo in spodbujalo.

Klekljarska skupina

(Irma Kiprijanovič)

Klekljarska dejavnost pri društvu se bo tudi v letu 2025 nadaljevala, in sicer vsako prvo in tretjo sredo od 16. do 19. ure pod vodstvom mentorice, gospe Matejke Jakob Oven. Glede na načrtovane projekte se bomo po potrebi sestajale tudi dodatno ob sredah v skladu z razpoložljivostjo prostorov, kjer potekajo tudi druge dejavnosti.

V letu 2025 načrtujemo razstave:

- ob 12. maju, mednarodnem dnevu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov, v avli UKC Ljubljana (pripravljamo zahteven projekt);
- v aprilu 2024 v Žireh, kjer bomo sodelovale pri projektu Klekljarskega društva Cvetke;
- junija na čipkarskem festivalu v Idriji (sodelovanje in razstava);
- v decembru že tradicionalno v Knjižnici Frana Levstika v Velikih Laščah.

Od 15. do 18. 8. 2025 načrtujemo ogled Svetovnega čipkarskega kongresa OIDFA v Bolgariji (Karlovo in Kalofer). Na kongresu bomo sodelovale, poklonile pa bomo tudi vrtnice v njihovi barvi (po njihovem enotnem papircu), ki bodo združene v en projekt (najmanj 3000 vrtnic).

Če bo ponovno organiziran Čipkarski festivali v Ljubljani, se bomo z veseljem pridružile, prav tako morebitnim drugim razstavam in dogodkom.

PODRUŽNICA IDRIJA

(Vihtelič Sabina in Andreja Gruden)

Načrtovane izobraževalne dejavnosti na idrijskem območju v letu 2025:

- izobraževanje Poklicna etika v praksi zdravstvene in babiške nege ter zakonodaja s področja zdravstva – modul licenca (začetek v marcu; 2 dni, ob petkih in sobotah);
- dan »duševnega zdravja«; vsebina in program bosta izdelana do junija 2025, izvedba sledi sredi oktobra 2025 v četrtek popoldne (strokovno izobraževanje z druženjem članov).

Interesne dejavnosti:

- joga (en termin tedensko ob sredah);
- vodena vadba badmintona (enkrat tedensko 90 minut ob četrkih).

PODRUŽNICA ZASAVJE

(Katarina Kočnar)

V letu 2025 načrtujemo aktivnosti:

- v jesenskem času obvezna vsebina TPO;
- predavanje na temo osebna rast in motivacija (Katja Klobučar).

V septembru bomo na pobudo naših članov organizirali nekajdnevni izlet, decembra pa načrtujemo skoraj že tradicionalno popoldansko predavanje in kratko druženje. Nadaljevali bomo tudi z vadbo joge. Skrbeli bomo za povezovanje in pripadnost članov matičnemu društvu in spodbujali vključevanje novih članov.

Izletništvo

(Gordana Lokajner)

Na željo in pobudo članov DMSBZT Ljubljana v letu 2025 načrtujemo večdnevno strokovno ekskurzijo in izlet na Dansko v mesecu maju. Na Danskem se bomo srečali s kolegicami medicinskimi sestrami in bobicami, s katerimi se bomo osebno povezali in izmenjali znanja ter izkušnje, ki so nujno potrebne v zdravstveni in babiški negi. V pozno jesenskem oziroma zimskem času (december) načrtujemo krajši enodnevni izlet v eno od bližnjih prestolnic, kjer bomo svojo potovalno žilico potešili do naslednjega večjega potepa po evropskih državah, v katerih delujejo medicinske sestre in babice.

Športno-gibalna vadba

(Đurđa Sima)

V letu 2025 bomo pripravili 12 pohodov različne intenzivnosti in obsega, kot enodnevne in večdnevne dogodke v sosednje države, ter 3–4 kolesarske vožnje. Vse športno-gibalne dogodke kombiniramo z izletniško dejavnostjo ob vključevanju družinskih članov.

Sekcija upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana

(Olga Marija Koblar)

V preteklih letih smo imeli kar nekaj želja, ki jih zaradi objektivnih razlogov nismo mogli realizirati, zato predlagamo izvedbo aktualnih aktivnosti po željah kolegic.

Izobraževanja:

- Psihološka pomoč pri stresu in motnje hranjenja;
- Kronično ledvično obolenje, dializa, nega in prehrana dializnega bolnika;
- GERB in Helico bacter.

Interesne dejavnosti:

- Dobova – vožnja z vlakom, ogled kraja in kopanje v Hotelu Paradiso;
- Velenje z jezeri, gora Oljka, Žalec;
- Maribor, Hoče/Rače z ogledom botaničnega parka;
- Ptuj – ogled bolnice, muzeja, polja sivke, halštatskih znamenitosti;
- Braslovče, Nazarje, Radmirje, Logarska dolina, Pavličevo sedlo, Jezersko ali Gornji grad, Žolnek, Golte;
- Železniki, Idrija – ogled bolnice, rudnika in gradu –, Vojsko, če bo cesta brez ovir;
- Borl, Bistrica ob Sotli, Trakoščan, Rogaška Slatina – ogled stolpa;
- Vršič, Trenta, Kugijev spomenik;
- Velika planina, Stahovica, energijske točke, terme Snovik.

Krajša srečanja:

- Rožnik in Švicarija;
- Hiša Zlatica / Hribarjeva hiša;
- Golovec – observatorij, Grad Kodeljevo, grad Fužine;
- Rakovnik in Lavrica.

Po izboru upokojenih kolegic bomo vključili izobraževalne vsebine za krepitev, ohranjanje in razvijanje socialnih veščin pomembnih in vplivnih za tretje življenjsko obdobje.

SPLETNA DOSTOPNOST IN KOMUNIKACIJA DRUŠTVA S ČLANI DMSBZT LJUBLJANA

Spletna stran

(Peter Koren)

Spletna stran: <https://www.drustvo-med-sester-lj.si/> podrobno predstavlja DMSBZT Ljubljana z vsemi dejavnostmi in dogodki. Je pomemben način obveščanja članstva in širše javnosti o delovanju društva.

V letu 2025 bodo na spletni strani objavljeni napovedniki vseh dogodkov na širokem področju izobraževanja, interesnih dejavnosti, dejavnosti na podružnicah in sekcijah. Na spletni strani bodo objavljena tudi nekatera učna gradiva s področja obveznih vsebin za podaljšanje licence. Prav tako bodo objavljena poročila z različnih dogodkov, vključno s slikovnim gradivom. Sproti bodo ažurirane tudi vse informacije o društvu, ki so pomembne za člane.

Facebook

(Rok Hatze)

Profil društva bomo tudi v letu 2025 osveževali z načrtovanimi društvenimi vsebinami ter seznanjali sledilce z aktualnimi strokovnimi vprašanji in temami s področja zdravstvene in babiške nege, zdravja, zdravega načina življenja ipd. Izkoristili bomo prednosti promocije preko Facebook zgodb (FB Story), ki se prikazujejo oboževalcem profila, ne da bi morali klikniti na profil. 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 ugotovljamo, katere teme obiskovalce profila najbolj zanimajo. Tako upravni odbor kot člane pozivamo k aktivnostim na FB profilu (npr. všečkanje dogodkov, pa tudi komentiranje samih dogodkov). Zavedati se moramo, da komentarji udeležencev najbolj (objektivno) prepričajo obiskovalce k udeležbi v prihodnje, pomagajo pri širjenju kroga sledilcev na Facebooku in spodbujajo k sodelovanju pri promociji dejavnosti društva. Vse nosilce dejavnosti naprošamo, da svoje delovanje dokumentirajo preko fotografij za objavo na FB profilu, saj nam to omogoča večji doseg in vzbudi zanimanje sledilcev: objave z fotografijami so namreč privlačne in povedo več kot besede.

Instagram

(Nika Andoljšek)

Tudi v letu 2025 bomo nadaljevali z ustvarjanjem vsebin in deljenjem podatkov o naših aktivnostih in izobraževanjih s ciljno publiko, ki je usmerjena k mlajšim generacijam. Dosedanja prakso poročanja o izobraževalnih, interesnih in gibalnih vsebinah bomo obdržali. Pripravljali bomo napovednike dogodkov in delili utrinke o preteklih aktivnostih, izobraževanjih in ključnih dosežkih društva.

Zgodovina

Nadaljevali bomo z urejanjem muzejske zbirke predmetov.

Mednarodne aktivnosti

Skladno s podpisanimi sporazumi se na povabila vodstev združenj medicinskih sester in babic odzivamo z aktivnim sodelovanjem pri izobraževanju in strokovnem sodelovanju v širši regiji.

Udeležili se bomo mednarodnih strokovnih srečanj.

Vse našete aktivnosti vodijo k povezovanju poklicne skupine medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov širše ljubljanske regije. Veliko informacij in znanj o različnih kliničnih področjih je prišlo do članov ravno skozi društveno izobraževalno dejavnost. Vodstvo društva in nosilci dejavnosti smo prepričani, da bo tudi program dela za leto 2025 zanimiv za članice in člane, ki bodo lahko v načrtovanih aktivnostih našli marsikaj zase.

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

Đurđa Sima, predsednica