

KOTIČEK ZA KAKOVOST

Srečanje koordinatorice Slovenske mreže bolnišnic za promocijo zdravja ob podaljšanju certifikata HPH



V petek, 10. 4. 2015 ob 11. uri je v veliki sejni sobi, potekalo srečanje s predstavnico slovenske mreže za Promocijo zdravja v bolnišnicah, ga. doc. Jernejo Farkaš Lainščak, ki je predstavila aktivnosti "Slovenske mreže za promocijo zdravja v bolnišnicah."

Organizacijo in delovanje Centrov za krepitev zdravja je predstavila njena sodelavka Sanja Vrbovšek, diplomirana medicinska sestra.

Predstavitev aktivnosti na področju promocije zdravja v Bolnišnici Topolšica pa sva predstavili Darja Kramar, dipl.m.s. in mag. Brigita Putar.



*mag. Putar Brigita,
Predstavnica vodstva za kakovost*

Velikonočni zajec osrečeval

Čeprav v Sloveniji Velikonočni zajček nima posebne vloge, ga otroci obožujejo. Petra Lipičnik predsednica Krajevne skupnosti Topolšica in predsednica Turističnega društva Topolšica Podeželje je na velikonočni petek dan preživela oblečena v Velikonočnega zajčka in po Topolšici razveseljevala tako najmlajše kot tudi starejše. Najprej je Velikonočni zajček razveselil otroke Vrtca Urška v Topolšici, v vsaki skupini je neutrudno plesal in zabaval najmlajše, le pri malčkih je samo pokukal v igralnico. V podružnični šoli v Topolšici se je pridružil kar pri pouku, kjer so mu otroci veselo zapeli pesmice, največjim pa je vsem podal svoj avtogram v njihove zvezke. Iz vrtca se je zajček odpravil v Bolnišnico Topolšica, kjer je prav v vseh sobah razveselil bolnike in osebje s sladko pisanko. Tudi stanovalci doma za starejše Zimzelen so bili Zajčka zelo veseli, zmotil jih je ravno po kosilu in med njimi razdelil čokoladne jajčke. Iz Zimzelena pa se je odpravil proti Hotelu Vesna obiskati turiste, potrkal je tudi na vrata direktorice ga. Lidije Fijavž Špeh in jo prijetno presenetil. Dopoldan je bilo za Zajčka zelo naporno, vendar je popoldan pričakal pred Hotelom Vesna otroke, kateri so se udeležili tradicionalnega Otroškega velikonočnega pohoda, katerega organizira TD Topolšica Podeželje vsako leto. Tokrat jih je Zajček spremljal celo pot in s sabo vlekel celo voz z glasbo. Otroci so med potjo iskali skrita jajčka, katera so na koncu poti zamenjali za darilca.



*Petra Lipičnik
predsednica KS Topolšica*

Mobing – nasilje na delovnem mestu

Na seminarju, katerega sem se udeležila, smo govorili o mobingu in o preprečevanju stresa na delovnem mestu. Objavljam le kratek povzetek, več bom pisala v Topličniku.

»Mobing ali trpinčenje na delovnem mestu (TDM), je vsako ponavljajoče se ali sistematično in dolgotrajno graje vredno ali očitno negativno, neetično in žaljivo verbalno ali neverbalno dejanje ene ali več oseb na delovnem mestu ali v zvezi z delom, usmerjeno proti drugi osebi ali več osebam, ki povzroča socialno izključevanje in ogroža psihično, fizično in socialno zdravje in varnost ter ga žrtve razumejo kot zatiranje, poniževanje, ogrožanje in žaljenje dostojanstva pri delu».

Težava je v tem, da se mobinga ne prijavlja, zato, ker se ga žrtve ne upajo prijaviti. Podoživljajo strah in vse skupaj prenašajo dokler še lahko. V primeru, da to doživljate, prijavite mobing osebi, ki je za to odgovorna. V naši bolnici sem to jaz.

SEDAJ PA ŠE 10 DOBRIH MOŽNOSTI ZA OBVLADOVANJE STRESA

1. OTRESI SE NEGATIVNIH MISLI, RAZMIŠLJAJ KONSTRUKTIVNO IN POZITIVNO

2. PREPOZNAJ GLAVNE VIRE STRESA

3. STRES LAHKO HITRO LAJŠAŠ Z DIHALNIMI TEHNIKAMI

4. ORGANIZIRAJ DELO IN SEBE TER SI ČESTITAJ ZA DOBRO IN V MIRU OPRAVLJENO DELO.

5. POSKRBI ZA SVOJE TELO Z ZDRAVO HRANO, GIBANJEM IN POČITKOM IN DOBRO POČUTJE BO POSKRBELO ZATE

6. SPREJMI SPREMEMBE IN NOVOSTI KOT NEKAJ NORMALNEGA, NE KOT GROŽNJO

7. SPOČIT SI HITREJŠI, USPEŠNEJŠI IN USTVARJALNEJŠI

8. STRES LAHKO KADARKOLI OMILIŠ S TRIKI ZA TAKOJŠNJO SPROSTITEV (Z NEKAJ GLOBOKIMI VDIHI, SPREHODOM, PREOKVIRJANJEM MISLI).

9. UPOŠTEVAJ ZAHTEVE IN MOŽNOSTI ZA VARNO IN ZDRAVO DELO

10. POSKRBI ZA DOBRE ODNOSE S SODELAVCI Z VEŠČINAMI KOMUNIKACIJE.



In še dodatne informacije glede prihajajočih dogodkov...

Obveščam vas, da intenzivno tečejo pogajanja z vlado zaradi ureditve standardov in normativov ter glede minimalne plače. Naša stran zahteva, da se delo na nedelje oziroma dodatki, ne šteje v minimalno plačo, ampak, da se plačajo posebej. V primeru potrebe bomo zbirali tudi podpise.

V mesecu juniju bo organiziran izlet v Gardaland in tudi srečanje članov in njihovih družinskih članov SZSVS v Izoli. Točno vas bom še seznanila.

Pripravila: Suzana Platovšek

Naj sodelavec- povabilo

Glasove za **NAJ SODELAVCA 2015** oddajte do **31. maja. 2015** v nabiralniku na oddelku ali v tajništvu bolnišnice. Glasovnico dobite v zadnji številki TOPLIČNIKA.

V junijski številki Topličnika izberemo prvega finalista za končno žrebanje NAJ SODELAVCA.

Čas malice v bolnišnici

Dragi sodelavci kuhinje, hvala za dobre in okusne malice in za prijaznost in super postrežbo v času malice.



Na sliki nasmejani Alma Huremović (zdravstvena administratorica) in Nada Stojnić (kuharica).

Sodelavke Zdravstvene administracije



TOP predlogi, ideje...

Spoštovani sodelavci- prepričani smo, da v bolnišnici med vami in pri vas obstaja še ogromno neslišanih idej, predlogov, ki jih imate za predat naprej.

Top predlog je pravi naslov, povejte- izrazite predlog – na intranetni strani bolnišnice- zavihek Storitveni center – Top predlog – zapišite in pošljite- bodite eden izmed zaposlenih, ki boste prispevali izboljšavo za vse zaposlene in vse uporabnike (paciente, obiskovalce..) pravo - Top idejo- predlog..

Predloge za I. četrletje posredujte do **31.5.2015.**



Misel:

*Dajte tistim, ki jih ljubite
KRILA, da lahko letijo,
KORENINE, da se lahko vrnejo in
RAZLOGE, da ostanejo.*

(Dalaj Lama)

Uredniški odbor:

- Urednici: Metka Jevšenak, mag. Brigita Putar
- Člani: Leopold Rezar, Lucija Gabršček Parežnik, Darja Kramar, mag. Bojan Jurca
- Oblikovalca: Marko Oberstar in Klemen Forneci