interno glasilo Zdravstvenega doma Črnomelj
julij 2021

5. POVOJ

VSEBINA

3 - 11 Nagovori in poročila

12 - 27 Delo v času epidemije

28 - 38 Zaposleni

39 Dogodki

5. POVOJ
Zdravstveni dom Črnomelj je julija 2021 izdal peto številko internega glasila
Uredniški odbor: Ana Mavrin, Eva Čemas, Tatjana Gregorič
Naslovnica: Fotografija Sabina Penica, Sara Pavšer Freepik.com (Designed by new7ducks / Freepik)
Tisk: Tiskarna Kapušin
Naklada: 200 izvodov
Julij 2021

Spoštovani!

Ko sem začela delati v Zdravstvenem domu Črnomelj, sem si kot eno izmed nalog zadala tudi izdajo internega časopisa. Želela sem si, da bi časopis pripravljali z veseljem in ne kot neko dodatno obvezo. Zato je trajalo nekaj časa, da smo se zbrali posamezniki, ki so v tem videli izziv in v letu 2017 izdali prvo številko Povoja. Danes pišem uvodnik za peto, jubilejno številko in na to sem neizmerno ponosna, še bolj pa na svoje sodelavke, ki sodelujejo pri pripravi časopisa.

Prispevki v letošnjem Povoju so osredotočeni na epidemijo bolezni Covid-19, ki je v zadnjem letu in pol temeljito zaznamovala naša življenja. Čez leta, ko bo to postalo zgodovina, bodo ti zapisi prav gotovo zanimivi našim potomcem.

Virus Sars-Co-V2 nam je postavil življenje na glavo. V zdravstvu, kjer smo bili prvi soočeni z obvladovanjem virusa, smo morali povsem na novo organizirati delo. Istočasno z vzpostavitvijo spremenjene organizacije dela, smo naredili analizo vpliva izrednih razmer na izpolnjevanje pogodbeno dogovorjenih obveznosti z ZZZS in izvajanje samoplačniških dejavnosti in s tem povezan izpad prihodka. Sprejeli smo potrebne ukrepe in tudi v tem »izrednem« letu 2020 nadaljevali uspešno poslovanje. Ustvarili smo presežek prihodkov nad odhodki Smo likvidni in tekoče poravnavamo obveznosti. Uspešno investiramo in posodabljamo opremo v zavodu. V letu 2020 smo izvedli za 523.309€ investicij, kar je za 46% več kot v letu 2019. Zaključili smo gradnjo južnega prizidka ZD Črnomelj in uredili parkirišča za zaposlene.

Kot kolektiv, smo v teh izrednih razmerah dokazali, da smo najprej in predvsem ljudje in smo nesebično, takoj in brez kakršnegakoli negodovanja prevzeli zdravstveno oskrbo občanov občine Metlika. Istočasno smo se v teh izrednih razmerah čez noč reorganizirali in vzpostavili nov, uspešen način organizacije. S tem smo dokazali, da smo resna, kvalitetna in visoko organizirana zdravstvena organizacija. V tem smo bili uspešni in lahko smo ponosni nase. V takih razmerah je stresno delati, v obvladovanje situacije smo bili vključeni vsi, zdravstveni delavci na prvih linijah, podporne službe pa v ozadju. Bili smo pozitivni, kolegialni, strpni in razumevajoči, saj smo se zavedali, da le ta način lahko obvladujemo te razmere.

Postavili smo si tudi načrte za prihodnost in jih tudi smelo uresničujemo. V pripravi je dokumentacija za izgradnjo severnega prizidka ZD Črnomelj, kamor bomo umestili urgenco

in laboratorij. Do novembra naj bi bilo pridobljeno gradbeno dovoljenje. To bo tudi podlaga za prijavo na razpise MZ in EU. Pripravljena sta idejna osnutka za dva projekta, katera lahko v trenutku objave razpisov prijavimo in kandidiramo za pridobitev sredstev. Gre za projekta na področju vzpostavitve integriranega pristopa k paliativni oskrbi in na področju gibalnih aktivnosti otrok v vrtcih in šolah.

Ob tej priložnosti naj omenim, da po osmih letih vodenja Zdravstvenega doma Črnomelj odhajam novim poklicnim izzivom naproti. V teh osmih letih je bilo narejenih veliko korakov na novih področjih. Pridobili smo številne nove programe, ki so bili osnova za nove zaposlitve. V letu 2013 nas je bilo 79 zaposlenih, konec leta 2020 115. Prihodki v letu 2013 so znašali 3.218.628€, v letu 2020 6.441.167€. Ogromno delo je bilo narejeno na kadrovskem področju in sicer smo v času splošno znanega pomanjkanja zdravnikov uspeli zaposliti nove zdravnike, pridobili specializantke, ki so domačinke in bodo svojo karierno pot nadaljevale v ZD Črnomelj. Imamo štipendistko, belokranjski študenti medicine in dentalne medicine radi pridejo v naš zavod na prakso, opravljanje vaj,…. Proaktivna kadrovska politika, ki je dala dobre rezultate, zahteva ogromno osebnih razgovorov, pozorno spremljanje kadrov, poslušanje, …

Velik korak naprej za zavod je tudi pridobitev standarda kakovosti. Kljub temu, da na začetku ni bilo pretiranega navdušenja smo v kolektivu prepoznali prednosti standarda in vsako leto do sedaj presojevalci pohvalijo kolektiv in primere dobrih praks našega zdravstvenega doma, v presoji še nikoli niso ugotovili neskladnosti. V tem času se je prepoznavnost zavoda v lokalnem okolju povečala, sodelovanje je zgledno in daje velike uspehe na področju zavedanja o pomenu preventivnih dejavnosti vsakega posameznika. Zadovoljstvo uporabnikov naših storitev in pa zadovoljstvo sodelavcev in sodelavk se je povečevalo.

Ponosna sem in v čast mi je, da sem bila del kolektiva Zdravstvenega doma Črnomelj. Verjamem, da se bo uspešna pot Zdravstvenega doma Črnomelj nadaljevala. Vse dobro vam želim.

Eva Čemas, univ. dipl. ekon.

Direktorica ZD Črnomelj

Epidemija nas je doletela bolj ali manj nepripravljene

V decembru 2019 sem po medijih spremljala novice o novi bolezni na Kitajski. Zdelo se mi je, da je zelo daleč od nas in gotovo je pri nas ne bo. Po kratkem času se je pojavila pri sosedih v Italiji, pri nas pa smo začeli s prvimi sestanki z ministrstvom za zdravje, prejeli več obvestil v zvezi obvladovanjem bolezni, ki so jo poimenovali Covid-19.

Popoldan šestega marca lani pa smo prejeli dopis ministrstva, da je ZD Metlika zaradi okužbe zdravnika zaprt. Praktično čez noč smo dodatno prevzeli vso zdravstveno oskrbo za področje občine Metlika, vključno z oskrbo stanovalcev v DSO Metlika, kjer se je okužba hitro širila. Organizirali smo dve ekipi nujne medicinske pomoči, da smo lahko zagotavljali nujno pomoč za celotno Belo krajino, opravljali preglede v zaščitni obleki v DSO Metlika. Okrepljene ekipe sanitetnih voznikov so opravljale dodatno prevoze dializnih bolnikov za občane Metlike in DSO metlika, vozili smo tudi bolnike s sumom na Covid-19 in pozitivne v SB Novo mesto in Ljubljano ter na Golnik, kjer so odprli prve covid oddelke. Zagotavljali smo patronažno varstvo na področju občine metlika, izvaljali tudi nujne fizioterapevtske obravnave za občane Metlika. Oskrbo za Metliko smo izvajali nekako tri tedne, vključeni pa smo bili še v delo v DSO Metlika. Psihologinji sta bili vključeni v telefonsko psihosocialno pomoč. Takoj smo bili z ekipo zdravnika in dveh medicinskih sester vključeni po razporedu v covid ambulanto, ki je bila odprta v bolnici Novo mesto, za področje Dolenjske. Vse bolnike s sumom na covid smo na testiranje in preglede pošiljali v to ambulanto, bolnike v domu starejših in zdravljene na domu smo v zaščitni opremi pregledovali sami.

Ob zdravstvenem domu smo takoj v prvih dnevih s pomočjo občine Črnomelj in civilne zaščite postavili dva kontejnerja, ki sta služila za izolacijske prostore za obravnavo pacientov, šotor za inhalacije in sanitarije. V naslednjih tednih in mesecih smo izolacijske prostore dodatno opremljali, nadkrili s šotorom, saj je potrebno v vseh letnih časih poskrbeti za paciente in zaposlene.
Zaradi boljše dostopnosti smo se odločili, in v začetku julija odprli svojo covid ambulanto v izolacijskih prostorih ob ZD in v obeh zdravstvenih postajah, Semič in Vinica. Tu jemljemo brise, oskrbujemo okužene in potencialno okužene paciente. Epidemija nas je vzpodbudila, da smo našli rešitve za spremljanje okuženih na domu s pomočjo telemedicine.

Seveda ob vsej oskrbi okuženih, pa je ostalo vse redno delo. Zelo se je spremenil način dela, dostopa do ambulant. Na vseh vhodih je triažna sestra, vprašalniki, naročanje bolnikov na pregled k zdravniku, v laboratorij. Veliko posvetov, obravnav na daljavo po telefonu, elektronski pošti.

Ob koncu lanskega leta smo začeli v vse večjem obsegu izvajati testiranja, organizirali smo mobilne ekipe za izvajanja brisov po delovnih organizacijah.

V času največjega razmaha tretjega vala ob prestopu v novo leto smo začeli tudi s tako pričakovanim cepljenjem. V prvih tednih so bile dobave cepiva majhne, zainteresiranih veliko. Najprej smo cepili oskrbovance v domu starejših in zaposlene v zdravstvo, upoštevali smo nacionalno strategijo cepljenja, ki se je preveč spreminjala. Večkrat nas je obiskala tudi zdravstvene inšpektorica, nepravilnosti ni ugotovila.

Za izvajanje vseh nalog je bilo potrebno veliko tehnološke podpore, aplikacij za beleženje in poročanje opravljenega dela.

Veliko dodatnih del in nalog, kadrovsko pa se nismo okrepili. Več delavcev razporejenih na druga delovišča. Zelo okrnjeno je delo v CKZ in delo referenčnih sester. Pogrešamo jih zdravniki in tudi pacienti. Dolgo časa bomo potrebovali, da te vse programe vpeljemo nazaj v polni zagon.

Stresno je delati v takih pogojih. Vsi smo vključeni v obvladovanje epidemije, zdravstveni delavci v prvih linijah, podporne službe v ozadju, da smo lahko nemoteno delali.

Kot kolektiv smo dokazali, da smo predvsem in najprej ljudje in smo nesebično, takoj in brez kakršnih koli negodovanj prevzeli zdravstveno oskrbo občanov Metlike. Sodelavci so prvi dan sami klicali in se javljali za delo. Čez noč smo se reorganizirali in vzpostavili uspešen, nov način organizacije. Dokazali smo, da smo resna, kvalitetna in visoko organizirana zdravstvena organizacija. Naše delo je bilo prepoznavno in nagrajeno ob prazniku občine Črnomelj z diplomo.

Vsi zaposleni smo pokazali pripadnost poklicu in zavodu, da lahko s trdim delom strokovno in srčno pomagamo obolelim, obvladujemo razmere, ki se dnevno spreminjajo.

Hvaležna sem vsem za podporo, pohvale, molitveni spomin.

Skupaj bomo epidemijo premagali. Ostanite zdravi

Gabrijela Plut, dr.med., spec. druž. med.

Strokovni vodja ZD Črnomelj

Minulo leto 2020 si bomo zaposleni v ZN zapomnili izključno po najbolj pogosto izrečeni besedi COVID.

V Sloveniji je bila prva okužba potrjena 4. marca 2020. Po tiho smo upali, da virus SARS-CoV-2 ne bo prišel do juga, čeprav smo se v ZD Črnomelj že veliko prej pripravljali na izbruh epidemije; nabavili smo potrebno zaščitno opremo, napisali podrobna navodila kako ravnati v primeru epidemije in podobno. A komaj dva dni po prvi potrjeni okužbi, torej 6. marca se je naše upanje razblinilo. Bili smo se primorani soočiti z novim virusom, saj smo tako rekoč čez noč prevzeli vso zdravstveno oskrbo Zdravstvenega doma Metlika.

Ko se zazrem nazaj začutim moč in povezanost vseh zaposlenih. Neverjetno hitro smo organizirali sanitetne in dializne prevoze, posebej prevoze za pozitivne paciente, vzpostavili dodatne ekipe NMP, patronažne medicinske sestre so pokrivale še področje občine Metlika, čistilke so imele povečan obseg dela zaradi dodatnega čiščenja in razkuževanja, hišnik je bil desna roka pri organizaciji in postavljanju dodatnih prostorov izolacije.

S pomočjo občine in civilne zaščite Črnomelj smo dobili kontejnerje za preglede pacientov s sumom na okužbo ter šotor. Za vse je bilo poskrbljeno zelo hitro.

Afriški pregovor, ki izvira iz prepričanja, da je povezana skupnost močna skupnost, pravi, da je potrebna cela vas, da zraste otok. Vsak posameznik šteje, vsak nekaj prispeva, k medsebojnem sodelovanju in povezanosti, ki vodi do nastanka velikih stvari. In prav to je bilo v preteklem letu čutiti pri zaposlenih in celotni lokalni skupnosti.

Zaposleni v zdravstveni negi smo po naravi prilagodljivi, tako smo se dokaj hitro prilagodili novemu načinu dela, dela v zaščitni opremi, vedno novim navodilom NIJZ-ja, in odredbam Ministerstva za zdravje, ki so veljala od danes do jutri.

Preventivne medicinske sestre in ostali zaposleni, preventivnih programov zaradi epidemije niso mogli izvajati in so se vključevali v ostale nove dejavnosti, kot so; COVID ambulante, izvajanje hitrih in PCR testov, triaža, od 27.12.2020 pa tudi organizacija in izvajanje cepljenja proti virusu SARS-Cov-2. Zaposleni v NMP so dodatno izvajali še prevoze COVID pozitivnih pacientov, katerega koordinator je bil Dispečerski center Maribor.

Mineva že več kot leto dni odkar se vse vrti okoli epidemije. Veliko škode je bilo storjene na področju preventivne dejavnosti, posebej pri obravnavi kroničnih pacientov. Edina pomembna preventivna dejavnost, ki jo vidi minister za zdravje, pa je cepljenje. Zato bi bilo nujno potrebno na redne tirnice zapeljati z vsemi preventivnimi programi in cepljenje izvajati z dodatnimi kadri.

Leto je sicer hitro minilo, a kljub temu potrebujemo dopust, sprostitev, druženje, saj smo tudi vsi mi, le ljudje. »Skupaj stojimo, ločeni pademo«, je misel, ki je stoletja navdihovala složnost.

Prav to smo zaposleni v zdravstveni negi in ostali zaposleni zdravstvenega doma Črnomelj dokazali, da v izrednih razmerah in težkih trenutkih znamo in zmoremo stopiti skupaj ter si med seboj pomagamo.

Hvala sodelavkam, sodelavcem za dobro sodelovanje, strpnost, razumevanje, ter strokovno opravljeno delo tudi v izrednih pogojih.

S ponosom ostanimo takšni še naprej.

Danica Milkovič, dipl. med. sestra

Pomočnica direktorice za področje zdravstvene nege

POSLOVANJE V EPIDEMIOLOŠKEM LETU 2020

Beseda epidemija izhaja iz grške besede epidemios Sestavljena je iz predpone "epi", kar pomeni "na", in besede "demos", kar pomeni ljudje. Pomeni izbruh in hitro širjenje nalezljivih bolezni. Pandemija (predpona »pan« v stari grščini pomeni vse) je epidemija nalezljive bolezni, ki zajame človeško populacijo na velikem geografskem področju.

Leto 2020 je minilo v znamenju pandemije koronavirusne bolezni COVID-19. Življenje se nam je vsem v trenutku postavilo na glavo.

V Zdravstvenem domu Črnomelj smo se že januarja začeli pripravljati na morebiten izbruh okužbe z virusom Sars-CoV-2. Nabavili smo večje količine zaščitne opreme, dodatne aparature za razkuževanje, posodobili protokole in načrte in z njimi seznanili zaposlene. Kljub temu, nam nekateri datumi ne bodo šli iz spomina:
• 4. marec – prvi primer okužbe z virusom Sars-CoV-2 v Sloveniji;
• 6.marec – prvi primer v Metliki;
• 12. marec – razglasitev epidemije v Sloveniji.

6. marca 2020 je Minister za zdravje z odredbo zaprl Zdravstveni dom Metlika zaradi okužbe zaposlenega s koronavirusom. Direktorica nas je zvečer poklicala in prosila za pomoč pri zagotavljanju nujnega zdravstvenega varstva za občane Metlike. Takoj smo se odzvali, strnili vrste in vzpostavili izvajanje naslednjih aktivnosti:

• dve ekipi NMP sta zagotavljali nujno medicinsko pomoč za celotno Belo krajino;
• dodatno smo opravljali hišne obiske na področju občine Metlika;
• sprejemali paciente občine Metlika, ki smo jih glede na epidemiološka merila gledali v izolacijskih prostorih (skupaj s CZ Črnomelj smo že v nedeljo 8.3.2020, glede na povečan obisk iz Metlike postavili izolacijski šotor, v torek 10.3.2020 postavili dva kontejnerja in dodatni šotor za inhalacije, zunanje WC-je);
• okrepljene ekipe sanitetnih voznikov so dodatno opravljale dializne prevoze in nenujne prevoze za občane Metlike ter prevoze pacientov s sumom na COVID-19 iz občine Metlika v SB Novo mesto;
• zagotavljali smo patronažno varstvo na področju občine Metlika.

Oskrbo za Metliko smo izvajali do 26.3.2020, ko je ZD Metlika dokončno prevzel zdravstveno varstvo za občino Metlika. Ves ta čas smo izredno dobro sodelovali s Sektorjem za katastrofalno medicino MZ, posebna zahvala velja g. Čandru, ki nam je bil vseskozi na razpolago.

V prvem in drugem valu epidemije smo zagotavljali nemoteno zdravstveno oskrbo za občane občin Črnomelj in Semič v skladu z izdanimi vladnimi odloki. Zdravstvene in zobozdravstvene ekipe so se dodatno vključevale v delovanje COVID ambulante v SB Novo mesto in nujne zobozdravstvene ambulante v ZD Novo mesto in v delo DSO Metlika. Psihologinji ZD Črnomelj sta izvajali telefonsko psihosocialno pomoč za prebivalce celotne Bele krajine, ekipa CKZ se je vključevala v triažo na vhodih v zavod, on line izvajala zdravstveno vzgojo in preventivne delavnice. Decembra smo začeli z izvajanjem množičnih testiranj in v nedeljo, 27.12.2020 izvedli cepljenje v DSO Črnomelj. Bili smo del zgodovinskega trenutka, ko se je cepljenje začelo v celotni EU.

Po prvem valu, ko so se poleti epidemiološke razmere umirile, smo na podlagi izkušenj naredili Načrt obvladovanja v primeru nalezljivih bolezni, pregledali zaloge zaščitne opreme in le-te dopolnili, nabavili dodatne aparature za razkuževanje, merjenje temperature,…, zagotovili dodaten kontejner za vzpostavitev rdeče cone

in s pomočjo Občine Črnomelj in CZ Črnomelj postavili šotor, ki je nadkril celotno »Covid delovišče«. Drugi val smo pričakali pripravljeni.

Kot kolektiv, smo v teh razmerah dokazali, da smo najprej in predvsem ljudje in smo nesebično, takoj in brez kakršnegakoli negodovanja prevzeli zdravstveno oskrbo občanov občine Metlika. Istočasno smo se v teh izrednih razmerah čez noč reorganizirali in vzpostavili nov, uspešen način organizacije. S tem smo dokazali, da smo resna, kvalitetna in visoko organizirana zdravstvena organizacija. V tem smo bili uspešni in lahko smo ponosni nase. V takih razmerah je stresno delati, v obvladovanje situacije smo bili vključeni vsi, zdravstveni delavci na prvih linijah, podporne službe pa v ozadju. Bili smo pozitivni, kolegialni, strpni in razumevajoči, saj smo se zavedali, da le ta način lahko obvladujemo te razmere.

Istočasno z vzpostavitvijo spremenjene organizacije dela, smo naredili analizo vpliva izrednih razmer na izpolnjevanje pogodbeno dogovorjenih obveznosti z ZZZS in izvajanje samoplačniških dejavnosti in s tem povezan izpad prihodka, ki smo ga pričakovali, če, država ne bi javnih zdravstvenih zavodov vključila v interventne zakone. Poleg tega smo pričakovali finančne težave zaradi izplačila dodatkov zaposlenim in sicer v primeru, če ti dodatki ne bi bili kriti s strani države. V kolikor bi morali ta sredstva kriti iz lastnih virov, bi bilo ogroženo uravnoteženo poslovanje in likvidnost zavoda. Naknadno so bili javni zdravstveni zavodi vključeni v interventno zakonodajo in so bili stroški, ki so nastali zaradi ukrepov v zvezi z obvladovanjem epidemije, povrnjeni s strani proračuna.

V Zdravstvenem domu Črnomelj smo v danih razmerah nadaljevali uspešno poslovanje. Ustvarili smo presežek prihodkov nad odhodki v izkazu prihodkov in odhodkov določenih uporabnikov v vrednosti 323.844€. V izkazu prihodkov in odhodkov po načelu denarnega toka beležimo pozitiven rezultat v vrednosti 216.278€. Smo likvidni in tekoče poravnavamo obveznosti. Uspešno investiramo in posodabljamo opremo v zavodu. V letu 2020 smo izvedli za 523.309€ investicij, kar je za 46% več kot v letu 2019. V letu 2020 smo uspešno zaključili gradnjo južnega prizidka ZD Črnomelj in uredili parkirišča za zaposlene. Pozitiven poslovni rezultat smo ustvarili z medsebojnim sodelovanjem in zaupanjem. Od začetka leta smo svoje delovanje prilagajali dejanskim možnostim. Trudili smo se na vseh nivojih poslovati tako, da bi bil učinek vloženih sredstev in našega delovanja čim večji.

Osnovi predpogoj, ki vodi k pozitivnemu poslovanju je izpolnitev pogodbeno dogovorjenih obveznosti v pogodbi z ZZZS. V izrednih razmerah, ko smo morali po odredbi MZ ustaviti izvajanje določenih dejavnosti, je bilo izpolnjevanje tega pogoja ogroženo. Kljub temu smo na vseh področjih dosegli načrtovani program (glede na čas delovanja) in na številnih področjih tudi presegli in na osnovi teh podatkov predlagali širitve programov. Velik problem vidimo v neplačilu presežno opravljenih storitev s strani plačnika.

Uspešni smo bili pri širitvah obstoječih programov in pridobivanju novih programov. Pridobili smo sredstva za izvajanje dejavnosti v okviru Integriranega centra za krepitev zdravja (ki je bil do 31.12.2019 financiran preko projekta), kar pomeni, da bodo storitve preventive našim prebivalcem nemoteno dostopne tudi naprej. Pridobljen program pomeni boljši dostop naših uporabnikov do teh storitev. Istočasno to pomeni tudi stalne zaposlitve za sodelavke, ki so bile preko projekta zaposlene za določen čas, kar je pomembno za širšo lokalno skupnost. Poleg tega smo pridobili še 0,50 tima patronažne službe, dejavnost vodenja strokovne skupine za preventivo in preventivnih timov posameznih šol/vrtcev in 0,30 psihologa.

Vsako leto povečujemo sredstva za izobraževanje zaposlenih in delamo na napredku v strokovnih znanjih. V letu 2020 nam je epidemija prekrižala načrte in se izobraževanj nismo mogli udeleževati po programu, saj je bila večina izobraževanj odpovedana. Glede na situacijo pa so se naši zaposleni udeleževali številnih on line izobraževanj povezanih z obvladovanjem bolezni

COVID-19, ki so jih brezplačno organizirale zdravniške organizacije, bolnišnice, strokovne sekcije,…

Na kadrovskem področju smo nadaljevali uspešno zastavljeno proaktivno kadrovsko politiko. V dogovoru s strokovnim svetom zavoda iščemo nove kadre z namenom, da bi se čim bolj približali standardom Modre knjige (ki sicer niso financirani s strani ZZZS), vendar smatramo, da je to potrebno. Kadre iščemo tudi v tujini in v juniju se nam je pridružila zdravnica, specialistka družinske medicine iz Srbije in začela opravljati tri mesečno prilagoditveno obdobje ter v 2021 opravila izpit in pridobila licenco, tako da od maja 2021 opravlja delo družinske zdravnice v ZP Semič. V juniju se je kolektivu pridružila specializantka družinske medicine, ki se bo po končani specializaciji zaposlila kot specialistka v zavodu. Imamo tudi dve specializantki pediatrije, od tega eno, ki specializira za ZD Črnomelj in se bo tako po zaključeni specializaciji zaposlila kot specialistka v zavodu. Del te proaktivne politike ni samo iskanje kadrov, ampak tudi delo s potencialnimi bodočimi kadri. Tako smo v septembru organizirali že drugo srečanje s študenti medicine in dentalne medicine s področja Bele krajine. Veseli smo, da se nam pridružijo. Imamo štipendistko – študentko medicine, ki želi ostati v domačem kraju. Tudi v letu 2020 smo razpisali štipendije, vendar se ni nihče od študentov odločil za prijavo na štipendijski razpis.

Kljub vsem izvedenim aktivnostim v našem zavodu in trenutno dokaj dobri kadrovski situaciji, pa moram opozoriti, da pomanjkanje zdravnikov v Sloveniji predstavlja veliko tveganje za izvajanje zdravstvene dejavnosti na primarni ravni. Zavedati se moramo, da neodločanje mladih zdravnikov za specializacijo družinske medicine in številne upokojitve v prihodnjih letih, niso dobra popotnica za nadaljevanje dobro zastavljenega primarnega zdravstva. Gre za sistemski problem, ki so ga v letu 2019 zaznali tudi zdravstveni domovi v osrednji Sloveniji in velikih mestih, ne samo zdravstveni domovi na obrobju, ki že več let opozarjamo na ta problem.

Zadovoljni smo, da smo s skupnimi močmi vseh zaposlenih uspešno zaključili izredno poslovno leto in prebivalcem nudili vso potrebno zdravstveno oskrbo. Zahvaljujem se vsem sodelavkam in sodelavcem za uspešno delo in konstruktivno sodelovanje. Skupaj smo dosegli zadane cilje.

Za dobro sodelovanje se moramo zahvaliti občini Črnomelj in občini Semič.

Prav posebna zahvala pa velja županu Občine Črnomelj, g. Kavšku in poveljniku štaba CZ Občine Črnomelj, g. Weissu, ki sta nam v izrednih razmerah epidemije ves čas stala ob strani in nam nudila potrebno pomoč in podporo.

DELO V ČASU EPIDEMIJE

DODATNO DELO V DSO METLIKA

Okužba se je marca razplamtela v DSO Metlika. Prvi dan smo bili soočeni z nepoznanim virusom, okuženimi bolniki. Brez odlašanja, vendar z veliko mero previdnosti, ob upoštevanju navodil NJIZ in v zaščitni obleki smo prvi dan opravljali preglede v domu.

Zahtevna je bila organizacija prevoza na dializo, vsakega pacienta posebej zaradi morebitnih okužb, in le te so se pojavile tudi pri njih. Ogrožene bolnike je bilo potrebno hospitalizirati. V prvem valu bolnica Novo Mesto ni sprejemala covid bolnikov. Spomnim se 86-letne gospe, ponoči se ji je zdravstveno stanje poslabšalo, potrebovala je sprejem v bolnišnico. Po dogovoru je bila odpeljana na Infekcijsko kliniko v Ljubljano, ob enih ponoči pa so reševalce z gospo pustili pred vrati. Dežurna zdravnica je potrebovala veliko časa in napora, da so gospo vendar sprejeli na Golnik.

Zaradi pomanjkanja zdravnikov v ZD Metlika sem en teden delala kot oddelčna zdravnica v DSO Metlika. Veliko pozitivnih bolnikov, nekaj huje prizadetih, na kisiku, infuzijah. Delo ves čas v popolni zaščitni opremi, vroče, očala se rosijo. Pristopiš do oskrbovanca kot vesoljec, ne vidi te. Nekateri kar prestrašeni, tudi za njih ogromna sprememba, razseljeni po sobah, brez obiskov, druženj.

Gabrijela Plut

DELO DIPLOMIRANIH MEDICINSKIH SESTER V AMBULATI DRUŽINSKE MEDICINE

Leto 2020 je bilo za vse posebno, drugačno leto. Srečali smo se z novim virusom COVID 19. To smo občutili tako v privatnem življenju, kakor tudi pri delu z uporabniki. Delo diplomirane medicinske sestre v ambulanti je bilo okrnjeno. Svoje poslanstvo preventive in obravnavo urejenih kroničnih bolnikov smo od 12 mesecev v letu opravljale le 7,5 mesecev.

Med 09.03.2020 in 17.05.2020 smo bili deležni popolne prepovedi izvajanja vseh storitev v ambulanti družinske medicine. Ob umirjanju epidemije smo tako med 18.05.2020 in 19.10.2020 svoje delo opravljale normalno, pod posebnimi varnostnimi ukrepi. 20.10.2020 ponovno prepoved izvajanja preventivnih pregledov.

26.10.2020 smo v Zdravstvenem domu Črnomelj prenehali izvajat vse storitve diplomirane medicinske sestre v ambulanti družinske medicine. Ves ta čas, smo bile diplomirane medicinske sestre razporejene na druga delovišča, COVID ambulanta, množična testiranja splošne populacije, množična testiranja zaposlenih v šolstvu, cepljenje, delo v ambulanti družinske medicine, NMP, triaža na vratih.

Katja Črnič

DISPANZER ZA MENTALNO ZDRAVJE - delo v času epidemije

Spomladi 2020, ko nas je doletela epidemija, je bil kader Dispanzerja za mentalno zdravje (DMZ) sprva razporejen na delo od doma. Psihologinja je nudila psihološko podporo preko telefona in elektronske pošte tako za paciente katerih obravnava je bila prekinjena, kot tudi za ostale prebivalce, ki so čutili stisko. Naše delo je zajemalo tudi pripravo psihoedukativnega materiala.

V maju 2020 smo se ponovno vrnili na naša delovna mesta v zavod. Delo v DMZ je ob upoštevanju ukrepov za preprečevanje širjenja okužbe potekalo nemoteno naprej. Soočali smo se z zaostanki realizacije predvidenih obveznosti (predvsem sistematskih pregledov triletnikov), kar smo rešili na način, da je psihologinja iz CKZ pomagala pri izvajanju teh storitev. Hkrati pa je psihologinja iz DMZ pomagala pri izvajanju nekaterih psihoedukativnih delavnic, ki so predvidene v sklopu CKZ. Povezovanja, sodelovanja in pripravljenosti priskočiti na pomoč v naši hiši nikoli ne manjka, kar je v času teh kriznih razmer še posebej prišlo do izraza. Spoznanje, da se lahko v stiski zaneseš na kolega, pa je neprecenljivo.

Oktobra 2020 je sledilo ponovno stopnjevanje ukrepov, preklicano je bilo izvajanje preventivnih dejavnosti, s tem tudi opravljanje sistematskih psiholoških pregledov triletnikov. Ostale dejavnosti (svetovanja, psihodiagnostične ocene) smo izvajali naprej. Od marca 2021 v DMZ opravljamo vse predvidene storitve, ob upoštevanju ukrepov za preprečevanje širjenja okužbe. Soočamo se z velikim zaostankom pri sistematskih pregledih triletnikov ter močno povečanim številom napotitev na psihološko obravnavo. Doba čakanja na prvi pregled se je občutno povečala in v nekaterih primerih že presegamo najdaljšo dopustno čakalno dobo.

Stopnjevanje potreb po psihološki obravnavi opažamo že več let, v času epidemije pa je le-to občutno poskočilo. Kaže se tako po številu pacientov, ki so k nam napoteni, kot tudi po zahtevnosti vsebine obravnav. Vse bolj izrazite so potrebe po bolj poglobljeni, klinično psihološki, psihiatrični oziroma psihoterapevtski obravnavi, ki je v naši regiji zaradi pomanjkanja kliničnih psihologov in psihiatrov slabo dostopna. Zdravstveni dom Črnomelj na osnovi zaznanih povečanih potreb po storitvah psihologa (kar je razvidno tudi iz tega, da vsako leto presežemo program pogodbeno dogovorjenih obveznosti do ZZZS) vsako leto da predlog za širitev programa. Ker pri dosegi tega cilja za enkrat še nismo bili uspešni, smo našo preobremenjeno ambulanto poskusili vsaj delno razbremeniti na drug način. Po usmeritvi ZZZS od junija 2021 v obravnavo sprejemamo le še otroke in mladostnike (in ne več odraslih oseb). Rešitev vidimo kot začasno in se zavedamo, da za našo lokalno skupnost ni najbolj ugodna. Močno upamo na kadrovsko okrepitev, predvsem s kadrom, ki bi prebivalcem lahko zagotavljal bolj poglobljeno oz. psihoterapevtsko obravnavo (klinični psihologi in psihiatri), saj je potreba po takšni obravnavi na terenu zelo velika. Pomembno pa sem nam zdi tudi to, da bi se preventivne dejavnosti lahko ponovno izvajale v polnem obsegu. Če kdaj, je ravno zdaj v času te psihološke krize, čas za preventivo na tem področju, da se tveganja pravočasno prepoznajo, se preprečijo nastanki ali poglobitve že obstoječih duševnih težav.

Marina Strahinić

DELO LABORATORIJA V ČASU EPIDEMIJE

Pred epidemijo je delo v laboratoriju potekalo nekako tako: Že takoj zjutraj nas je pričakala polna čakalnica. Nekateri pacienti so prišli že pred 6:30, da so bili na vrsti čim prej. Na vrsto je bilo včasih treba čakati več kot 1 uro, pacienti pa so sedeli tudi v čakalnicah sosednjih zdravnikov in stali vzdolž hodnika. Zaradi čakanja je bilo nekaj pritoževanja, a drugače zaradi pomankanja prostora in osebja za delo žal ni šlo. Zaradi prevelike gneče smo večkrat pričeli z delom že pred sedmo uro, odvzeme pa smo izvajali tudi v času malice. V želji po večjem zadovoljstvu pacientov in lažjega poteka dela smo nabavili dodaten stol za odvzem, saj bi tako lahko bila na odvzemu 2 pacienta hkrati in bi delo potekalo hitreje.

A prišla je epidemija. Delo laboratorija se je čez noč spremenilo. Zjutraj v čakalnici sicer ni bilo več toliko pacientov, a smo veliko odvzemov opravile v kontejnerjih, kjer so bili pogoji za odvzem krvi slabi – zarošeni vizirji, oteženo tipanje žil skozi dvojne rokavice, večkrat dnevno preoblačenje. Veliko materiala je bilo tudi prinesenega iz patronaže, doma starejših občanov, urgence in kontejnerjev. Ker je narava našega dela taka, da je za delo najprej obvezen stik s pacientom, je naše delo potekalo nespremenjeno cel čas epidemije. Veliko časa smo porabile za razkuževanje, saj se zaradi kletne lege in spuščenih stropov laboratorij težko prezrači. Kljub triaži na vhodu, se je še vedno ''izmuznil" kakšen covid pozitiven pacient in prišel na odvzem v laboratorij. Predvsem na začetku epidemije je to pomenilo izolacijo tistih delavk, ki so bile z njim v stiku. Laborantke, ki so ostale v službi, so zato morale pokrivati več delovnih mest hkrati. Minilo je nekaj tednov in stvari so se počasi začele normalizirati – v laboratorij je spet prihajalo veliko pacientov. Zaradi ukrepov, ki jih je bilo potrebno upoštevati, smo uvedli spletno in telefonsko naročanje, ki ga izvajamo še danes. Kljub temu, da imamo z naročanjem veliko dela, saj se pacienti naročajo skozi cel dan in ne samo tisto uro, ki je predvidena za naročanje, je tak način zagotovo boljši tako za nas kot za paciente. Pohvalijo ga tudi sami in si želijo, da tako ostane tudi v prihodnje, saj sedaj pri nas hitreje opravijo.

V tem času se je precej povečal tudi obseg samoplačniških storitev. Največ samoplačnikov se odloči za določitev protiteles. Zaradi pozitivnih učinkov vitamina D na potek okužbe s covidom, je tudi odločanje za samoplačniško analizo le-tega precej poraslo. Za obe preiskavi kri odvzamemo mi, jo pripravimo za analizo, pacientu izstavimo račun in pošljemo v analizo v SB Novo mesto. Veliko pa se jih odloči tudi za samoplačniško kontrolo holesterolov, glukoze, TSH… kar opravim pri nas.

Zaradi vse večjega obsega dela kljub epidemiji in pomankanju prostora v laboratoriju, so nam v tem času uredili tudi prostore bivše pralnice. Tam imamo sedaj dodaten stol za odvzem krvi, ki čaka na uporabo. Namen tega je bil, da ločimo zdrave od bolnih pacientov (predvsem otroške sistematike, referenčne ambulante, nosečnice..) in s tem zmanjšamo čakalno vrsto. A ker je dela spet ogromno, nas je zaenkrat premalo, da bi pokrivale še dodatno delovno mesto. Kljub epidemiji pa nam je v oktobru 2020 uspelo ponovno pridobiti dovoljenje za delo laboratorija, ki nam ga je izdalo Ministerstvo za zdravje za dobo 5 let, kar je potrditev, da izpolnjujemo pogoje, ki jih zahteva Pravilnik o pogojih, ki jih mora izpolnjevati laboratorij za izvajanje preiskav na področju laboratorijske medicine (Uradni list RS, št. 64/04, 1/16, 56/19, 131/20 in 152/20 – ZZUOOP) in da sledimo vsem smernicam v stroki.

Nika Bahor
Marjanca Doltar

Malica v laboratorijskem mehurčku

DELO V ZOBOZDRAVSTVU

Leto 2020 je bilo tako kot za celotni zdravstveni sistem, tudi za zobozdravstvo velik izziv.

Epidemija covid-19 je ohromila delo v zobozdravstvenih ambulantah, tako v spomladanskem, jesenskem kot zimskem času.

V spomladanskem času, od sredine marca pa vse do sredine maja, je bilo delo organizirano na daljavo. S pacienti smo bili v stiku po telefonu, v primeru nujnih stanj smo jih napotili v covid ambulanto ZD Novo mesto. V sredini maja so se ambulante odprle za paciente, le zaradi varnostnih ukrepov smo naročali manj pacientov. Delo protetike nam je bilo odsvetovano, s tem so se čakalne dobe zanjo podaljšale. Novim razmeram smo se hitro prilagodili in delo je teklo brez posebnosti. Pri delu smo uporabljali vsa predpisana zaščitna sredstva. S strani pogodbenih obveznosti do ZZZS-ja smo dosegali visoke rezultate.

V jesenskem času smo se v drugo srečali z epidemijo. V zobozdravstvu smo se zelo trudili, kar se je pokazalo na koncu leta. Rezultati dela so bili kljub razmeram dobri:

- V odraslih ambulantah smo realizirali 182458 točk. Letni plan 193000 točk.
- V otroških in mladinskih ambulantah smo realizirali 81968 točk. Letni plan 95266.

Glede na rezultate anket so bili tudi pacienti zadovoljni.

Tudi v prihodnjem letu 2021, se bomo trudili za doseganje dobrih rezultatov in zadovoljstvo pacientov.

Ines Vrtin Jaklič

Delo v dežurni zobozdravstveni ambulanti v Novem mestu

KORONAČAS IN DELO V CKZ

Čas, ko smo se znašli v situaciji, ko nas je pričel »bombandirati« virus.

Čas črnih novic, strahov in negotovosti. Čas, ko nas je skrbelo za prihodnost. Čas, ko je pozitivno postalo negativno in čas, ko se je življenje obrnilo na glavo!

Bil pa je tudi čas, ko smo znali presekati negativizem! Ko smo dokazali, da zmoremo veliko. Ko smo znali zaščititi sebe, sodelavce in svoje najbližje. Čas, ko smo pokazali svoje kvalitete tudi na drugih delavnih mestih. Znali smo se povezati, stopiti skupaj. Širili smo upanje, dobro voljo. Znašli smo se na različne načine in svojo znajdljivost delili z drugimi. Tudi virtualno, na daljavo…

Pripravljali smo različne zdravstveno vzgojne vsebine preko Zoom-a, MTeams-a: vadbe, članke o zdravju in kljub zaprtju vedno našli čas za naše poslanstvo.

Trudili smo se otrokom in staršem popestriti dneve med štirimi stenami in jih ohranjati pozitivne. Poskrbeli smo tudi za najranljivejše, ter znali prisluhniti in slišati.

Znali smo tudi preslišati.

Veliko smo se naučili drug od drugega ter postali še močnejši in pogumnejši!

Tatjana Gregorič

V času epidemije smo bili zaposleni v CKZ prerazporejeni na druga delovišča (testiranje in vstopna točka). Ob pozivu nekaterih osnovnih šol z željo po naših vsebinah, smo začeli z izvajanjem delavnic na daljavo. Sprva sva dvomili v uspeh in učinkovitost naših podanih snovi. Izkazalo pa se je, da je bil najin strah odveč. Otroci so bili zelo prilagodljivi in so v našem druženju uživali skupaj z nama.

Delavnice so vključevale aktivno samostojno delo skozi cel dopoldan. Trudili sva se, da bi bilo čim manj sedečega dela za računalnikom.

Na naših srečanjih smo skupaj ustvarjali, delali poizkuse, telovadili in se veliko zabavali ter naučili.

Čeprav upava, da se bo naslednje šolsko leto odvijalo v šolskih klopeh, sva pripravljeni na nove izzive na daljavo v kolikor bo to potrebno.

V CKZ s fleksibilnostjo in dobro voljo rešujemo vsak izziv.

Katja Cerar in Anita Zajec Kambič

Ob začetku šolskega leta sem imela zapolnjen koledar z aktivnostmi v šolskem in vrtčevskem okolju. Veselila sem se obiskov malih vedoželjnih glavic. Hitro pa se je situacija spremenila in pričeli smo z drugačnimi aktivnostmi. Žal za ljudi manj prijetnimi…

V istem dnevu smo slišali pohvale in kritike. Za nekoga so bile naše roke zlate, za nekoga pa grobe in hladne. Videla se je naveličanost ljudi, ki so vsak teden redno prihajali na testiranje. Marsikdaj so stali v dolgi vrsti in nejevoljno sedli na stol. Velikokrat so bile posledično takšne tudi njihove reakcije. Zavedam se, da je test daleč od prijetnega; je pa lažje, če to sprejmeš kot del situacije.

Skupaj s sodelavci smo bili v nehvaležnem položaju, ki se na srečo bliža koncu. Naše preventivne naloge so bile v času epidemije zelo okrnjene, zato upam, da v jeseni začnemo s polno paro.

Katja Cerar

Ko sem izvedela, da sem prerazporejena sem bila zelo žalostna. Žalostna, zato ker vem, kako je preventiva pomembna in nepogrešljiva v vseh življenjskih obdobjih. Nekaj kar smo gradili toliko časa smo mogli skoraj čez noč dati na stranski tir in začeti z nečim novim, neznanim.

Moram priznati, da sem občutila tudi strah. Predvsem strah za mojo družino in nenazadnje tudi zase.

Vsak naslednji dan je bil malo lažji kot prejšnji in tako smo prišli do konca epidemije. Zdaj upam, da se nikoli več ne ponovi.

Nas v CKZ čaka ogromno dela in komaj čakamo, da se ga lotimo. Seveda z dobro voljo, entuziazmom in novimi idejami.

Anita Zajec Kambič

S pričetkom epidemije se je delo v CKZ prekinilo in prerazporejeni smo bili na delovna mesta, ki jih do sedaj še nismo poznali. Delo smo morali prilagoditi situaciji in se naučiti uporabljati spletna orodja. Skrbelo nas je, kaj bo epidemija prinesla, tako v službi, kot tudi v družini. Spopadali smo se z nezadovoljnimi, nestrpnimi in prestrašenimi pacienti ter naučiti smo se morali pristopiti in se prilagoditi različnim situacijam na triaži in testiranju.

Čeprav smo na začetku upali, da bo epidemija trajala le kratek čas, se bomo žal morali naučiti živeti s koronavirusom in se stalno prilagajati epidemiološki situaciji.

Tina Resman, Nastja Luič, Valentina Wolf in
Katarina Brgan Petric

Tim CKZ na novem delovnem mestu

DOŽIVLJANJE EPIDEMIJE NA FIZIOTERAPIJI

Tudi nam ni prizanesel ta zločesti virus. Zaradi okužbe smo morali zapreti fizioterapijo za deset dni. Vse paciente, ki so hodili k nam v tem obdobju, obvestiti o okužbi in jih prenaročiti.

Toda kdaj? Koliko časa bo to trajalo? Koliko pacientov je lahko na terapiji? Milijoni vprašanj.

Nekako smo si naredile seznam pacientov, ki so bili na seznamu čakalne knjige najprej na vrsti, jih dan pred terapijo poklicale in povprašale o možnosti okužbe s Covid virusom. Omejile smo število pacientov na terapiji, preuredile prostore, da sta bila vsaj 2 metra med posteljami. Pacienti so na terapijo prihajali s svojimi copati in večjo brisačo za pogrniti na posteljo, na kateri so ležali.

Me, fizioterapevtke, pa smo nadele maske, vizirje, plastificirano ogrinjalo, včasih tudi rokavice in veselo na delo. Stalno razkuževanje rok, razkuževanje predmetov, ki se jih pacienti dotaknejo. To je bilo res mučno.

Ta epidemija nam je poleg veliko slabega dala tudi nekaj dobrega. In to je spoznanje, da smo pravi tim, ki zna skupaj stopiti in konstruktivno sodelovati tudi v ekstremnih razmerah, kot je Covid epidemija.

Mateja Turk

Ko telovadnica postane prostor za fizioterapijo.

PATRONAŽNA SLUŽBA V KORONAČASU

Kaj povedati po tem norem letu, ki je za nami? Patronažne sestre smo preživele težko leto, leto polno strahu iz strani pacientov in tudi nas. Že na samem začetku epidemije smo morale pokriti metliški teren zaradi zaptrja ZD Metlika. Potrebno se je bilo prilagajati vsak dan posebej in varno oskrbeti vse naše uporabnike – od starejših do najmlajših. Nekateri so se nas ustrašili v vsej tej zaščitni opremi, tako, da smo se včasih tudi nasmejali.

Konec leta 2020 sta se upokojili kolegici Anica Bucik in Marica Dražumerič, zamenjali sta jih Branka in Kristina. Z dobrim timskim delom in s pomočjo sodelavk iz drugih služb ZD smo delo opravile uspešno.

Pa, da ne bomo samo »jamrale«, bilo je tudi pozitivnih stvari. Opazno se je povečalo število novorojenčkov, se pravi, da so mladi starši dobro izkoristili korona omejitve.

Antonija Balkovec

Gribeljske štorklje so odlično opravile svoje delo.

MEDICINA DELA, PROMETA IN ŠPORTA V ČASU KORONA VIRUSA !

Bil je ponedeljek. Prišla sem v službo že v dopoldanskem času in izvem, da so do nadaljnjega prekinjeni vsi pregledi v medicini dela, prometa in športa.

Zanimivo. Jaz pa imam za popoldne pripravljenih … no ja, kar veliko število delavcev za pregled. Najprej pokličem zdravnico in ji sporočim, da pregledi odpadejo in se dogovoriva, da se slišiva takoj, ko bodo pregledi zopet dovoljeni. Saj, saj, verjetno prav hitro. Pa ni bilo tako.

Jaz sem opravljala delo na vstopni točki in čakala, da se prižge zelena luč in začnemo z delom v medicini dela.

Na vstopni točki ni bilo veliko dela, saj so se vzpostavile telefonske obravnave in delo v Covid šotoru. Tako sedim na svojem stolu vstopne točke, se naslonim in pretegnem vrat … pa pogledam proti stropu – aaaaaaaaa, pajčevina! Ogromna pajčevina. Če je pajčevina je tudi »ogromen« pajek. To pa mora takoj stran, takoj dol s pajčevino. Čistilka! Ja, to je rešitev, naša dobra čistilka. Ona pozna rešitev. Poiščem čistilko »rešitev«, ji pokažen ogromno stvaritev na stropu, v kotu – in čakam, gledam, se čudim in glej rešitev. Čistilka ponosno izjavi: pajčevina je hišna sreča in te se ne dotikamo ampak jo le občudujemo.

Ha, »hišne sreče« pa že ne bomo metali ven čez okno, vrata. Ima prav naša čistilka »rešitev«. Pomirjena nadaljujem z delom na vstopni točki.

Vse do jeseni delo v medicini dela, prometa in športa ni bilo mogoče. Od septembra pa le nadaljujemo svoje poslanstvo.

Polona Zupančič

EPIDEMIJA SKOZI FOTO-OBJEKTIV

ZAČETKI EPIDEMIJE V ZD ČRNOMELJ

Ko nam je bil covid še velika neznanka. Prvi stiki zaposlenih z okuženim pacientom. Prestrašeni zaposleni so morali na testiranje po sedem dnevni karanteni ...

... Gasilci skupaj s civilno zaščito postavljajo prvi šotor (8.3.2019) ...

... Kmalu za tem smo s pomočjo civilne zaščite dobili prva dva kontejnerja ...

... Zaposleni delamo v zaščitnih oblačilih. Težko najdemo pravo velikost za vsakega izmed nas. Nekaterim je premajhna, a nekaterim prevelika, zato je potrebna improvizacija ...

... Delo v popolni zaščitni opremi nam postaja vsakdanje ...

... Omejen vstop v zdravstveni dom, brez triaže ne gre. ...

... Ko je epidemiološka slika boljša se sprostimo :)

Za dežjem vedno posije sonce.
Še vedno ga čakamo.

Foto zgodbo pripravila: Danica Milkovič

NOVA DELOVIŠČA V ČASU EPIDEMIJE

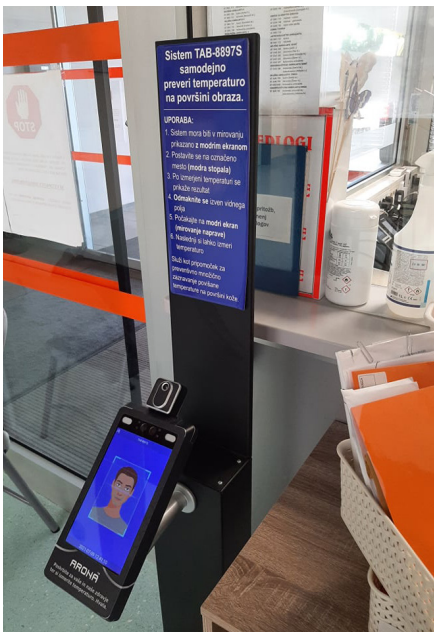
Covid ambulatna v Novem mestu

Hitri testi v ZD Črnomelj in na terenu v Adrii

Prevzem prvega covid cepiva in cepljenje v DSO Črnomelj (27.12.2020)

Fotografije zbrala: Sabina Penica

ŠE NEKATERI FOTO UTRINKI...



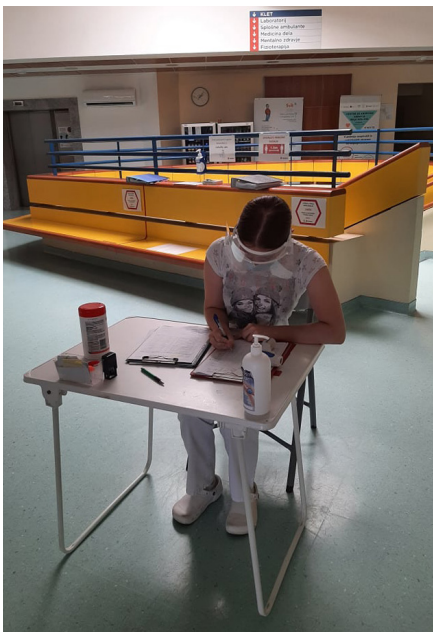
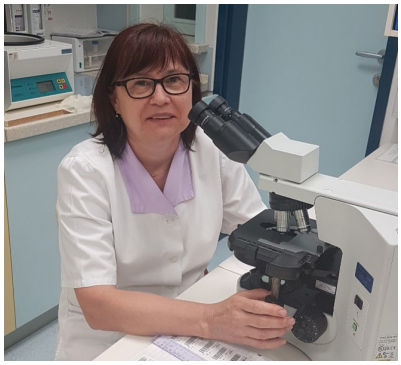


Foto: Sabina Penica, Polona Zupančič, Anita Zajec Kambič, Danica Milkovič, Tatjana Gregorič, Valentina Miketič

JUBILANTI V LETIU 2020

30 let - Ivanka Grabrijan



Oh, kako hitro čas beži. Spomnim se še mojih začetkov v laboratoriju, sedaj pa sem že pred vrati, da se poslovim od sodelavcev. Tistih, s katerimi sem začela, itak več ni v službi, z redkimi izjemami. Primerjava dela takrat in sedaj skoraj ni mogoča, ostane le vbod v žilo, pa še ta z ''boljšo" iglo. Si ne predstavljam, da bi morala še naprej delati na tak način. Sicer so bili v vseh teh letih lepi trenutki, pa tudi taki, da bi najraje odšla kam drugam. K sreči so lepi prevladovali. Mislim pa tudi, da sem si izbrala poklic, katerega sem vedno z veseljem opravljala.

20 let - Mateja Turk

Sem Mateja Turk in 30 let zaposlena kot fizioterapvtka v ZD Črnomelj. Rada hodim v naravo, kolesarim, plavam. Občasno se odpravim tudi v gore.

20 let - Boštjan Bahor

Sem Boštjan Bahor. Kot reševalec sem zaposlen v NMP že 20 let. 20 let sem bil tudi učitelj varne vožnje. Svoj poklic opravljam s srcem, se pa v prostem času rad odpeljem z družino na izlet z avtodomom, za svojo dušo pa z motorjem.

10 let - Kata Brčina

Sem Kata Brčina, rojena 20.4.1964. V ZD Črnomelj delam kot čistilka že 10 let. Prej sem delala v Belsadu, Danfsu, Iskri in Netu. Torej imam le malo več delovne dobe, kot samo deset let. Srečna sem, da imam službo. Rada spoznavam nove stvari in rada imam dobre ljudi.

10 let - Kristina Grahek

Sem Kristina Grahek, diplomirana medicinska sestra. V ZD Črnomelj sem zaposlena od septembra 2015. Pred tem sem bila zaposlena na kliniki za infekcijske bolezni in vročinska stanja v Ljubljani, kjer sem pridobila bogate izkušnje. Trenutno sem zaposlena v patronažni službi, delo mi je zelo všeč in ga rada opravljam.

10 let - Marjeta Špehar

Sem Marjeta Špehar, po poklicu tehnik zdravstvene nege z NPK zobna asistentka. Svoje delo v javnem sektorju opravljam 10 let. Poklicna pot se je začela v UKC Lj porodnišnica, Pediatrična klinika, ZD Ivančna Gorica in zdajšnje delovno mesto otroška zobna ambulanta ZD Črnomelj, kot vodja zobnih asistentk. Delo z otroci je vedno zabavno, saj današnji otroci zahtevajo zelo veliko motivacije in pozitivne energije. V upanju, da mi ne zmanjka pozitivne energije si želim vedno znova nadgrajevati svoje znanje in izkušnje.

10 let - Gordana Petrušić

Sem Gordana Petrušić, diplomirana medicinska sestra - magistrica vzgoje in managementa v zdravstvu. Svojo poklicno pot sem pričela v SBNM kot srednja medicinska sestra na oddelku za žilno kirurgijo, kjer sem 6 mesecev opravljala pripravništvo, nato pa se odločila za nadaljevanje šolanja na Fakulteti za zdravstvene vede v Novem mestu. Po zaključenem šolanju sem se zaposlila v Zdravstvenem domu Črnomelj. Sprva na Zdravstveni postaji Vinica za polovično delovni čas, drugo polovico pa kot volonterka. Kot "vajenka" sem se preiskusila na kar nekaj delovnih mestih od splošnih ambulant, medicine dela pa vse do ekonomata in nenazadnje službe nujne medicinske pomoči, kjer delam že 8 let. Velik del svojega časa poleg službe namenjam poučevanju prve pomoči. Namreč v času šolanja in strokovnega usposabljanja sem si pridobila tudi naziv inštruktorja prve pomoči pri Rdečem križu Slovenije. Zadnja leta pa sem tudi članica strokovnega centra za prvo pomoč Rdečega križa Slovenije. Tudi avtorska dela na področju prve pomoči mi niso tuja, ravno obratno knjižica Prva pomoč pri najmlajših je eno izmed del, ki je nastalo iz zabave in ljubezni do ustvarjanja strokovnih vsebin. Delo reševalca zna biti velik izziv, to je težko in stresno delo a kljub temu ga opravljam z zadovoljstvom in nasmehom saj si drugega ne predstavljam početi (vsaj ne še zdaj).

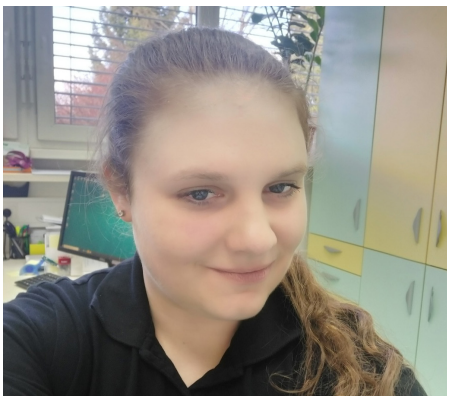
NOVI ZAPOSLENI

Sem Ema Babič. Svojo karierno pot sem pričela leta 2019 s pripravništvom v ZD Črnomelj, nato sem nadaljevala prvo zaposlitev v Urgentnem centru Splošne bolnišnice Novo mesto. V vaši ustanovi, ambulanti nujne medicinske pomoči, sem od februarja letos. Tukaj se počutim super, saj mi je v kolektivu lepo in zato so tudi v takšnih čudnih časih težki dnevi lažji. Veseli pa me tudi, da lahko delo opravljam na svojem "domačem terenu".

Sem Jelena Đukić iz Črnomlja. Od majhnega sem bila veliko po bolnicah in tu se je rodila želja da enkrat tudi sama pomagam ljudem. Obiskovala sem srednjo zdravstveno šolo v Novem mestu. Po končanem šolanju sem vedno delala v zdravstvu (DSO Črnomelj, ZD Metlika, CSD črnomelj oskrba in nega na domu, SBNM). Sedaj sem zaposlena na ZP Vinica kot zobozdravstvena asistentka. Delo v zobozdravstvu je zelo zanimivo in je nekaj povsem drugačnega, kot sem delala do sedaj. Imam enega sinčka, ki bo letos star 3 leta in še en dojenček se nam pridruži novembra.

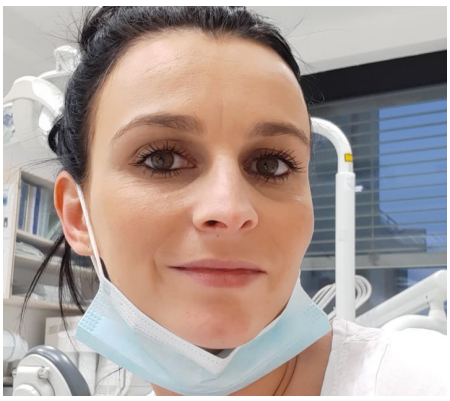
Sem Helena Moravec Stegne. Prihajam iz Goleka pri Vinici. Zaposlena sem kot diplomirana medicinska sestra v referenčni ambulanti. Pred tem sem bila zaposlena v Sb Nm na interni urgenci in pa 3 leta v patronažnem varstvu. Sem mamica 2 hčerkama, ki pobereta ves prosti čas.

Sem Lidija Ogulin, dipl. med. sestra v pediatrični ambulanti. Za otroke in mladostnike skrbim že 10 let . Do novembra preteklo leto, sem delo opravljala v Zdravstvenem domu Ljubljana sedaj pa ga nadaljujem v bližini doma. Otroci so zame ... motivacija, prihodnost, dobra volja, smeh in veselje ... so naše VSE.



Sem Sabina Penica, po izobrazbi diplomirana medicinska sestra. Marca 2020 sem se zaposlila v ZD Črnomelj, v referenčni ambulanti. Pred tem sem delo opravljala v Zdravstvenem domu Metlika, ravno tako v referenčni ambulanti. Kmalu po začetku moje zaposlitve, se je vsem nam svet obrnil na glavo, zaradi razglasitve pandemije covid-19. Tako, da sem kar hitro bila primorana spremeniti delovno okolje in se vključevati v delo v DSO Metlika, covid ambulanti v Novem mestu, izvajanje hitrih testov in izvajanje cepljenja proti covidu. Vendar sem mnenja, da po vsakem dežju posije sonce in da s skupnimi močmi zmoremo prebroditi vsako težavo, kar smo kot tim že večkrat dokazali.

Sem Petra Butala. Prihajam iz Metlike. Po poklicu sem tehnik zdravstvene nege. V ZD Črnomelj sem zaposlena kot zobna asistentka od junija 2021. V tem poklicu se dobro znajdem in ga z veseljem opravljam.



Sem Slađana Bojanić, stara 40 let, v Zdravstvenem domu Črnomelj sem zaposlena kot čistilka od julija 2020. Pri svojem delu sem odgovorna, zanesljiva in rada delam. V prostem času uživam z družino in se rada sprehajam v naravi.

Vesna Stefanović - “NOVA ZDRAVNICA POD MASKO, PRIŠLA NA POMOČ V ČASU EPIDEMIJE”.

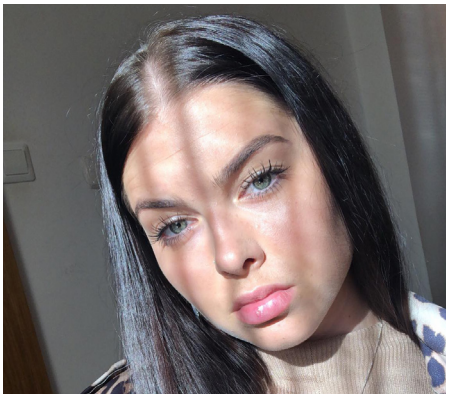
Sem Monika Peršič po poklicu sem srednja medicinska sestra. V ZD sem zaposlena od marca 2020. Delam na ZP Vinica z zdravnico Valerijo Šimec. Med kolektiv so me zelo lepo sprejeli in dobro sodelujemo. Prej sem bila zaposlena v SBNM. V veselje mi je delati v domačem kraju. Delo s pacienti me zelo veseli, saj sem o tem poklicu razmišljala že kot otrok.

Sem Katarina Guštin Zaletelj. Preden sem nastopila z delom v ZD Črnomelj sem 12. let delala v Splošni bolnišnici Novo mesto in dve leti v Vdc-ju Črnomelj. Biti medicinska sestra je zame najlepši poklic in opravljam ga z največjim veseljem. Prosti čas namenim mojim fantom, ki poskrbijo, da mi ni nikoli dolgčas Če mi čas dopušča, z veseljem preberem dobro knjigo, velikokrat se z družino podamo na kakšen izlet, še večkrat pa na daljši sprehod.Kot nova sodelavka se počutim odlično, saj ste me vsi zelo lepo sprejeli.

Jerca Kranjc - specializantka družinske medicine, rada kvačkam in uživam v naravi. :)

Sem Anja Grabrijan, stara sem 21 let in po poklicu sem srednja medicinska sestra. Srednjo šolo sem končala v Novem mestu in po uspešno končanem pripravništvu od julija 2020 nadomeščam porodniško v ambulanti družinske medicine. Ob rednem delu študiram tudi fizioterapijo na Univerzi v Novem mestu. V prostem času se rada družim s prijatelji in z velikim veseljem potujem.

Sem Mojca Simčič. Po izobrazbi sem DMS. V ZD Črnomelj oziroma ZP Semič sem zaposlena kot zobna asistentka. To delo mi je postalo všeč, odkar sem lahko tukaj pred leti opravljala pripravništvo. Od takrat sem imela željo delati v zobozdravstvu. Pred tem sem bila nekaj let zaposlena na Pediatrični kliniki v Ljubljani. Zelo vesela sem, da imam tako prijetne sodelavce in da lahko delam v domačem kraju.



Sem Nina Pečjak, srednja med. sestra v ambulanti. V ZD sem začela junija 2020 kot pripravnica nato pa februarja 2021 nadaljevala kot pomoč v času COVID-a. S septembrom pa bom začela nadomeščati porodniško. Delo v ambulanti mi je všeč, saj mi je pisano na kožo. V kolektivu se dobro počutim, v prostem času se rada ukvarjam s fitnesom in družim z bližnjimi.

Sem Tina Pašič. Po poklicu sem Srednja medicinska sestra in Višja kozmetičarka. V Zdravstvenem domu Črnomelj sem pričela z delom septembra 2020. Delam v ambulanti družinske medicine zdravnika Benjamina Kovačiča dr. med. spe. kot ambulantna sestra. Kolektiv v ZD Črnomelj me je dobro sprejel in odlično sodelujemo. Rada se bi še zahvalila vsem, ki so mi pri uvajanju v delo kakor koli pomagali.

Sem Mojca Bebar. Po poklicu sem šivilja. Pred zaposlitvijo v ZD Črnomelj, sem bila zaposlena na Danfossu, Akrapoviču ter nazadnje v Tomplastu. Tukaj sem začela delati 1.6.2021, in moram reči, da sem zelo zadovoljna. Tako z delom, ki ga opravljam, pogoji dela, in najpomembnejše, s kolektivom. Zelo lepo so me sprejeli in upam, oz. se bom potrudila, da bo naše sodelovanje še naprej tako super kot do zdaj.

Prihajam iz Marindola in po izobrazbi sem zobotehnik! S 17 let izkušenj v mojem poklicu lahko rečem hvala svoji družini, da me je usmerila v poklic, kjer lahko ljudem pomagamo, nekatere tudi lepotno preobrazimo, kar se zobovja tiče, ljudem poskušamo narediti stanje v ustih podobno, kakršno so imeli prej! Kljub coroni in strahovom, kaj bodo drugačni časi prinesli, sem ostala pozitivna! V obdobju corone se dobila priložnost, da se pridružim sodelavcem v Zdravstvenem domu Črnomelj, kjer se počutim dobro, in veselim se nadaljnih izzivov ter veliko nasmejanih obrazov okrog vseh nas!

Sem Barbara Selaković, nova računalničarka v ZD Črnomelj. Svoje delo na področju pomoči in podpore uporabnikom pri delu z računalniško tehnologijo in sistemi, opravljam že 24 let, le da do sedaj v malo drugačnih vodah (področje proizvodnje izdelkov). S 1. 4. 2020 sem se zaposlila v zdravstvenem domu, ravno sredi epidemije, ki je ohromila celotni svet. Kljub vsem napetostim, ki so takrat prevladovale, sem bila toplo sprejeta in v veliko veselje mi je bilo stopiti na novo pot učenja, spoznavanja in prilagajanja. Pri mojem delu mi veliko pomeni, da so uporabniki, ki pri reševanju težav potrebujejo mojo pomoč, zadovoljni, tako s pristopom kot rešitvijo. In se bom še naprej trudila v obojestransko zadovoljstvo.

Ime mi je Leander Črnila, letnik 1973, srednje ohranjen, zimske gume… :) Po rodu iz Ptuja, živim v Suhi Krajini. Po izobrazbi sem psiholog, pedagoške smeri. Delam 20 let večinoma na svojem področju izobrazbe, predvsem v vzgoji in izobraževanju, socialnem varstvu, na področju zaposlovanja, zlasti na področju zaposlitvene rehabilitacije. Nekaj let celo v evropski administraciji. Zadnja leta v zdravstvu. Delo z ljudmi mi je všeč, rad pomagam. V prostem času sem oče in mož, imam nekaj dobrih prijateljev. Rad plavam, se sprehajam, berem, skrbim za vrt in živali. Tu v Črnomlju sem se s sodelavkami dobro ujel, delo poznam že iz ZD Kočevje, kjer sem nazadnje služboval. Bela Krajina me je že zmeraj nekoliko spominjala na Štajersko, deluje domače, ljudje so prijetni. Evo, par besed o sebi, poletje je tu, želim vam prijeten dopust.

DOJENČKI ZAPOSLENIH

Anika - hči Mojce Simčič

Ema - hči Blerte Gashi Zogaj

Ema - hči Taje Dreža Kobe

Eva - hči Ane Mavrin

Lovro - sin Marjance Doltar

Meta Marija - hči Martine Benc in Benjamina Kovačiča

Delovno mesto so zapustili: Darinka Ilenič, Tanja Ravnjak, Mira Vranešič, Ljubica Karin, Marica Dražumerič, Bernardka Zorc, Zvonka Mihelčič, Silvestra Kapš, Kristina Mušič.

NOVOSTI GLEDE ORTODONTIJE V ZD ČRNOMELJ

Pomanjkanje kadra na področju ortodontije je problem celotne Slovenije. V ZD Črnomelj smo imeli nekaj let stalno zaposleno specialistko ortodontije. Ko se je odločila nadaljevati karierno pot na Stomatološki kliniki v Ljubljani, smo se soočili s problemom, kako zagotoviti opravljanje dejavnosti. Intenzivno smo iskali kader, v tem času pa zagotavljali oskrbo s pogodbenim sodelovanjem z ortodontom Damijanom Blatnikom. Vendar to ni bilo dovolj, da bi opravili celoten program.

V letu 2021 smo končno uspeli dobiti dodatno ortodontko Nadeždo Stanojević, ki sedaj skupaj z ortodontom Damijanom Blatnikom opravljata dejavnost ortodontije v obsegu enega tima. S tem trenutno zagotavljamo otrokom in mladostnikom celovito oskrbo na področju ortodontskega zdravljenja. Želimo si, da tako tudi ostane.

Eva Čemas

Vsak dan me v ordinaciji starši sprašujejo »Zakaj mora moj otrok tako dolgo čakati na zobni aparat?« Starši in pacienti ne morejo razumeti zakaj morajo na prvi pregled pri ortodontu čakati 3 leta in pol, potem pa še 6 let dokler dobijo zobni aparat. Odgovora na to vprašanje ni lahko dati. Kot stroka lahko predlagamo rešitev, vendar se brez sodelovanja in podpore države problem ne bo rešil.

Po eni strani država državljanom zagotavlja pravico do ortodontskega zdravljenja, po drugi strani pa nas omejuje z obsegom opravljenih ortortodontskih storitev ter dejansko preprečuje udejanje teh pravic.

Glavni problem je neusklajenost potreb prebivalstva ter števila programov katerih plačnik je ZZZS. Večina otrok v Sloveniji je upravičenih do ortodontskega zdravljenj, ki ga krije zavarovanje, vendar ZZZS ortodontom ne dodeli dovolj programov, da bi le te lahko zdravili in skrajšali čakalno dobo. Večina ortodontov lahko izvaja le en program, kar pomeni, da lahko na leto vzame le 60 novih pacientov v zdravljenje.

Slovenija ima dovolj strokovnega kadra za izvajanje dodatnih programov, prav tako pa so se tudi ortodonti zasebniki pripravljeni priključiti sistemu javne mreže, vendar ZZZS tega ne dovoli. Nujno potrebno je narediti temeljito analizo in strategijo razvoja na področju ortodontije, da se bodo lahko čakalne dobe v prihodnosti zmaljšale.

Upam, da bo v bližnji prihodnosti vsak otrok lahko v kratkem času dobil zobni aparat, saj za ortodonta ni lepše nagrade kot pa srečen in zadovoljen otrok z lepim nasmehom.

Nadežda Stanojevic

SESTRI NADI V ZAHVALO ZA SKUPNIH 35 LET DELA

Zadnji teden skupnega dela sva se s sestro Nado veliko pogovarjale kako naprej. Kaj bo sedaj delala, kako se počuti, se bomo še kaj dobile in klepetale...

Sestra Nada je zapustila delovno mesto, jaz sem ostala. ni me strah kako naprej. Le vsa ta leta nekako ne morem povezati v spomine, ne da bi mi prišle solze. V spominih je ostalo samo lepo, samo dobro, kar se nam je zgodilo v vseh teh 35 skupnih letih.

Ko je zdravnica odšla v penzijo, sestra Nada pa prevzela drugo delovno mesto, nismo hodile ena mimo druge. Lepo prijateljstvo smo nadaljevale v naši mali kuhinji zjutraj pred delom ob kavi, ob čaju, ob »gorah« sadja, ob pokušanju doma narejenih namazov in narejenih dobrot…vse, da nam je bilo lepo. Za konec delovnih dni pa je spet prišla delat v prostore medicine dela, kot da bi znale, da spadamo skupaj, da pripadamo prostorom medicine dela, kjer nam je bilo lepo, lepo. Prostori so se z adaptacijami večkrat spreminjali, me pa smo ostale iste. Zato sestri Nadi – hvala. Hvala, da smo bile dobre sodelavke in še dosti dosti več, saj sva si neizmerno in brezpogojno zaupale delo, odgovornost, pogovore, se tolažile in tudi bile vesele vsega, kar nas je osrečevalo.

Zadnji dan mi je sestra Nada rekla, naj ji privoščim, da gre – sestra Nada, iz vsega srca ti privoščim da si se upokojila, da pozabiš na obveznosti službe, da v svojem novem prihajajočem času delaš to, kar te bo veselilo, da z Dušanom uživata z ljubim zdravjem. Vsa ta leta sem vsrkavala tvojo dobroto in tvoja dobrota bo vedno del mene. Nada, za vse iz srca HVALA.

Polona Zupančič

DR. TANJA IN MAG. MATIC V MEDICINI DELA, PROMETA IN ŠPORTA

V mesecu maju je pri nas zaključil pogodbeno delo psiholog, mag. Matic Cizel. Opravljal je psihološka testiranja za medicino dela, prometa in športa. Mnogi, ki ste ga srečevali na stopnišču in hodniku, sploh niste vedeli, kdo je prijeten mladenič.

Matic – vestno, redno, tiho, mirno ste opravljali svoje delo in veselje je bilo sodelovati z vami. Veliko dobrega vam želim naprej na vaši poklicni in privatni poti. Vse dobro, Matic !

Veliko hvaležnost izražam tudi psihologinji, dr. Tanji Ravnjak. Spomnim se dneva, ko je prišla psihologinja Tanja v prostore medicine dela. S sestro Nado se nisva mogla načudit, kakšen sonček je prišel delat z nami.

Tanja – z veliko znanja, potrpežljivosti, dobroto ste opravljali delo tudi za potrebe medicine dela, prometa in športa. Hvala, hvala za vse pogovore in malenkosti, ki so nas osrečevale. Do nadaljnjega se bomo srečevali še enkrat na teden za potrebe medicine dela. Sicer pa vam želim na novi poti obilo blagoslova, vse dobro in ostanite še naprej dobri »sonček«. Tanja – hvala!

Polona Zupančič

ANEKDOTE NA DELOVNEM MESTU

"NA MEDICINI DELA, PROMETA IN ŠPORTA JE SMEH POL ZDRAVJA"

Gospod na testiranju za voznika motornih vozil izpolnjuje vprašalnik. Pri tem bere na glas:
Imate duševne motnje – ne, nimam
Druge nevrološke motnje – ne, nimam
Imate motnje zvestobe – ne, nimam, imam samo eno ženo. (sicer se vprašanje glasi: ali imate motnje zavesti !!!)

Delavcu hočem namestiti pokrivalo za eno oko preko čela in las. Delavec pa se obrne, me grdo pogleda in reče: »Zdaj pa dost, že pred tremi letmi ste mi pokvarili vso frizuro, tak al tak sem že čelav, i letos spet isto … sestra, gre brez tega? Zaradi frizure.«

Delavcu rečem, naj si sleče jakno, se sezuje in stopi na vago, da ga zvagam in zmerim višino. Delavec pa jezno: »oj, ne, danes nisem še sral!«

Delavcu razložim, da bom naredila EKG. In delavec reče: »Aja, nič ne bo. Na zadnji kontroli v DMD Novo mesto so mi namazali s sekundnim lepilom, pa še ni držalo tega gor !«

Gospe na pregledu za voznico razložim: naredila vam bom EKG preiskavo, to je preiskava, kako deluje srce.
Ona začudeno: Je li ? Ajme meni, uboga ja !
Razložim: tu se boste slekla…še preden nadaljujem
Gospa: Ajme meni, uboga ja ! Zar gače?
Jaz: ne, gospa, samo jopico in pulover slecite…še preden nadaljujem
Gospa: ne bu išlo, ne ide to tako lako.
Jaz: bo, bo, samo pulover dajte dol.
Gospa se začne počasi, ampak res prav počasi slačit. To je šlo s tako hitrostjo, da sem se imela čas naslonit na mizo in opazovati. Najprej jopa, potem brezrokavnik, potem pulover, in še en pulover, nato tanjši brezrokavnik… me pogleda in vpraša: bu to dovolj?
Odkimam. Spet ji je ušlo: Ajme meni, uboga ja ! Nato pulover in spodnja majica !
Vau, prišla je do konca slačenja. Aleluja!
Gospa: no tako, mene jako zebe, a i zima je velika! I kaj sad?
Jaz: ulezite se na hrbet, da naredim preiskavo.
Gospa se uleže, narihtam odvode za EKG ko začne: I kaj sad? Znate da me jako, jako boli? In naredi kisel obraz..
Jaz: Kje vas boli?
Gospa: pa dole, u nogi, desni, znate jako jako..
Jaz: dobro, to bomo potem, zdaj mirujte…še preden nadaljujem
Gospa: A kako da se smirim, ako me jako boli?
Jaz: le malo, prosim, da posnamem EKG, potem pa…
Gospa začudeno: Ko snema? Kdje je kamera?
Jaz: ni kamere, prosim, samo malo pri miru bodite in tiho..
Gospa: I tiho naj bum..onda naj začepim i usta…ne bu tako išlo, ako začepim usta, prevelika mi je proteza pa me žulji…
Jaz: mirno, mirno, mirno, samo še malo, mirni bodite…uh, posnela sem!
Tako, zdaj se pa lahko ustanete in nazaj oblečete!, jo smeljaje ogovorim.
Gospa: Ajme meni, uboga ja ! sva sam se zmrnula – sestra, pa i morali mi bote pomagat to sve nazaj nametnut na mene !!!!

Polona Zupančič

NEKATERI DOGODKI V ZD ČRNOMELJ

delavnica TPO za srednješolce

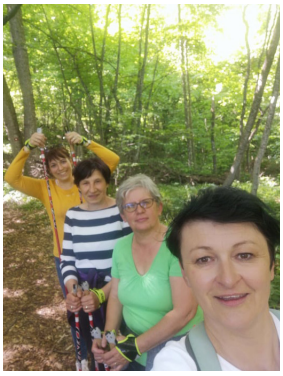
uradna otvoritev CKZ

tečaj nordijske hoje

sodelovanje na "poti olimpijske bakle" v Metliki

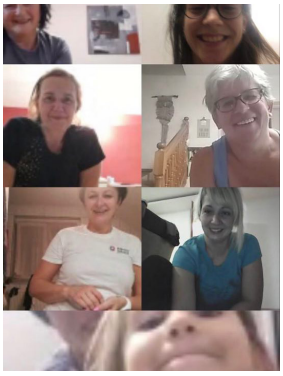
zaključek družinske obravnave za zdrav ŽS

s-faktor: mavrice v ZD Črnomelj



promocija zdravja na delovnem mestu

test hoje



vadba na delovnem mestu preko ZOOM-a

sodelovanje s HSD - otroški tabor