

BOLje

Glasilo Splošne bolnišnice Jesenice



Splošna bolnišnica Jesenice

številka **44** junij 2026



- + Naziv Zlati ambasador in Naj mentor
- + Dogodki v bolnišnici
- + Nova magnetna resonanca
- + Novosti

Vsebina

- 3** Uvodnik
- 4** Zorica Panić – v. d. pomočnice direktorice za področje zdravstvene nege in oskrbe
- 5** Predstavitev – nova vodja Službe za organizacijo in kadre SB Jesenice
- 6** Novi sodelavec v Prehranski službi
- 7** Zlati ambasador 2025 – priznanja pogumu, srčnosti in podpori otrokom z rakom
- 9** Podelitev priznanj za naj mentorja ob mednarodnem dnevu medicinskih sester in babic
- 11** 18. Dan Angele Boškin
- 13** Nova magnetna resonanca
- 15** Obisk ministrice za zdravje
- 15** Obisk delegacije Državnega sveta
- 16** Prve proteze za sedlasti sklep v Splošni bolnišnici Jesenice
- 18** EORNA – Dubrovnik, 14.–16. maj 2026
- 20** Sodobna zdravstvena administracija – sodoben poklic z veliko odgovornostjo
- 22** »Za počasnejše staranje poskrbite za svoje ledvice«
- 24** Mednarodni dan babic: »Milijon babic več«
- 25** 5. maj – svetovni dan higiene rok
- 27** CE-VITA
- 28** Tehniški dan: Poklici v zdravstvu
- 29** Obisk v sklopu projekta Socialna aktivacija Gorenjska+
- 31** Pelegrin
- 32** Topla pozornost za naše najmlajše že več kot 20 let
- 33** Druženje v Beli krajini
- 34** V ambulantni za paciente s stomo odslej tudi psihologinja
- 34** Predstavitev psihologinje
- 35** Vrv, ki povezuje dva sveta
- 36** Z ustvarjalnostjo, dobrodelnostjo in mednarodnim sodelovanjem lepšamo bolnišnične dni
- 38** Iz prejšnjega tisočletja
- 39** Naši novi upokojenci
- 43** V slovo - Primož Vidali
- 44** V slovo - Petra Pirman
- 45** Dodatek za delo v soboto?
- 46** Napredovanje javnih uslužbencev, ki so dlje časa odsotni
- 47** Šale
- 48** Seznam donatorskih sredstev
- 49** Pohvale
- 51** Križanka
- 51** Recept

Urednica: Sandra Jerebic
 Fotografije: Služba za odnose z javnostmi, avtorji prispevkov
 Lektoriranje: Polona Kus
 Prelom in tisk: Tiskarna Medium d.o.o.

Naslov uredništva: Splošna bolnišnica Jesenice
 Cesta maršala Tita 112
 4270 Jesenice
 E: bolje@sb-je.si

ISSN: C506-4392

Spoštovane sodelavke, spoštovani sodelavci.

Prvo polletje je v naši bolnišnici zaznamovalo veliko strokovnega dela, predanosti in uspešnega sodelovanja vseh zaposlenih. Kljub številnim izzivom smo skupaj dokazali, da lahko s strokovnostjo, odgovornostjo in medsebojno podporo zagotavljamo kakovostno in varno zdravstveno oskrbo pacientov.

Doseženi rezultati so odraz truda vseh zaposlenih – zdravstvenega osebja, podpornih služb in vodstva, ki vsakodnevno prispevajo k uspešnemu delovanju bolnišnice. Ponosni smo na opravljeno delo, številne izboljšave in pozitivne zgodbe, ki potrjujejo, da skupaj gradimo okolje zaupanja, strokovnosti in sodelovanja.

Uspešen začetek leta naj bo tudi spodbuda za nadaljnje delo, povezovanje in uresničevanje skupnih ciljev v dobro pacientov in zaposlenih.

Zavzeti zaposleni ste srce vsake uspešne bolnišnice. Predanost, strokovnost in medsebojno sodelovanje pomembno vplivajo ne le na kakovost zdravstvene oskrbe, temveč tudi na počutje pacientov in delovno okolje vseh zaposlenih. V vsakodnevnem tempu, ki pogosto prinaša številne izzive, je prav občutek pripadnosti, medsebojnega zaupanja in skupnega cilja tisti, ki nas povezuje in motivira.

Skupaj gradimo okolje, v katerem se cenijo znanje, sodelovanje in spoštovanje. Pomembno je, da predstavimo dobre zgodbe, uspehe ekip in posameznikov ter pobude, ki krepijo pozitivno organizacijsko kulturo. Želimo si, da ustvarimo prostor za izmenjavo mnenj, idej in izkušenj, saj verjamemo, da vsak zaposleni prispeva pomemben del v mozaik naše ustanove.



**Petra Rupar, dr. med.,
direktorica**

Zorica Panić – v. d. pomočnice direktorice za področje zdravstvene nege in oskrbe



Sem Zorica Panić in svojo poklicno pot v Splošni bolnišnici Jesenice sem začela leta 1995. V vseh teh letih sem imela priložnost strokovno in osebnostno rasti ter soustvarjati delovno okolje, v katerem imajo pomembno mesto strokovnost, sodelovanje in spoštljiv odnos do ljudi.

Svojo pot sem začela na kirurškem oddelku, kasneje pa nadaljevala delo v enoti intenzivne terapije operativnih strok, kjer sem postopoma prevzemala vedno zahtevnejše strokovne in vodstvene naloge. Delo v zdravstveni negi razumem kot veliko odgovornost, hkrati pa tudi kot poslanstvo, pri katerem sta človeški pristop in medsebojno zaupanje enako pomembna kot strokovno znanje.

Pri svojem delu si vedno prizadevam ohranjati mirnost, povezovalnost in odprto komunikacijo. Verjamem v moč sodelovanja, medsebojne podpore ter spoštljivega odnosa do sodelavcev, pacientov in njihovih svojcev. Poseben pomen

mi predstavlja tudi prenašanje znanja na mlajše generacije zdravstvenih delavcev, študente in sodelavce, saj menim, da se kakovost zdravstvene nege gradi skupaj.

Skozi leta sem aktivno sodelovala pri številnih projektih, izobraževanjih in uvajanju izboljšav na področju zdravstvene nege. Pri tem me vodi želja po stalnem učenju, napredku in razvoju kakovostne ter varne zdravstvene obravnave.

Z imenovanjem na mesto vršilke dolžnosti pomočnice direktorja za področje zdravstvene nege in oskrbe prevzemam novo odgovorno vlogo, ki jo sprejemam z veliko mero spoštovanja, predanosti in motivacije za nadaljnje delo ter razvoj zdravstvene nege v naši bolnišnici.

Zorica Panić, dipl. m. s.

Predstavitev – nova vodja Službe za organizacijo in kadre SB Jesenice



Ob nastopu funkcije vodje Službe za organizacijo in kadre z veseljem stopam v novo poglavje svoje poklicne poti v Splošni bolnišnici Jesenice, kjer sem zaposlena od 3. maja 2018. Svojo pot v bolnišnici sem začela na delovnem mestu kadrovske svetovalke, pri čemer sem skozi leta pridobivala dragocene izkušnje predvsem na področju zaposlovanja novih sodelavcev, izvajanja selekcijskih postopkov, zaposlovanja tujcev, koordinacije štipendiranja ter organizacije in spremljanja študentskega dela.

Pri svojem delu vedno izhajam iz spoštljivega in empatičnega odnosa do ljudi, saj verjamem, da sta razumevanje in sodelovanje ključna temelja kakovostnega kadrovskega dela. Pomembne vrednote, ki me vodijo pri delu, so strokovnost, odgovornost, integriteta in profesionalen odnos. Hkrati si prizadevam za nenehno učenje, osebni razvoj ter iskanje novih pristopov, ki lahko prispevajo k učinkovitemu in spodbudnemu delovnemu okolju.

Delo v bolnišnici mi je v teh letih omogočilo dobro poznavanje organizacijskega okolja, delovnih procesov in predvsem ljudi, ki soustvarjajo našo ustanovo. Prav zato novo funkcijo razumem kot veliko odgovornost, obenem pa tudi kot priložnost za nadaljnjo strokovno in osebno rast.

Veselim se sodelovanja z obstoječo ekipo ter nadaljnega skupnega ustvarjanja pozitivnega, povezovalnega in razvojno usmerjenega okolja.

Lepo vas pozdravljam,

***Sabina Mubi, mag. kadr. in izobr. sist.,
vodja Službe za organizacijo in kadre SB Jesenice***

Spoštovane sodelavke, spoštovani sodelavci,

moje ime je Andrej Okorn in na kratko se vam želim predstaviti. Kot novi sodelavec v Prehranski službi Splošne bolnišnice Jesenice z velikim spoštovanjem stopam na pot, ki jo je pred mano z izjemno strokovnostjo tlakovala dr. Lena Tajnšek. Njene dolžnosti prevzemam z zavedanjem o teži in pomenu njene dediščine ter z iskreno željo in zavezo, da bom uspešno nadaljeval zastavljeno delo in da bom kos vsem izzivom, ki jih prinaša to odgovorno mesto.

Prihajam iz srednjeveške Škofje Loke. Kot univerzitetni diplomirani inženir živilske tehnologije lahko rečem, da je moje življenje – tako zasebno kot poklicno – neločljivo povezano s hrano, prehrano in živilstvom. Že kot študent sem svojo poklicno pot začel z opravljanjem različnih del v panogi, sledili pa so resnejši in bolj odgovorni projekti. Kot »freelancer« sem po spletu okoliščin pristal v tujini. Na Finskem sem za naročnike ameriškega podjetja med drugim prevajal vsebine prehranskih deklaracij v slovenski jezik in preverjal usklajenost označb z našo zakonodajo. Po dveh letih sem se vrnil v domovino in se zaposlil v gostinskem podjetju v Ljubljani, kjer sem skrbel za organizacijo dela, pestro ponudbo, sledljivost in prehransko varnost v specializiranih gostinskih obratih, ki jih je imelo podjetje v upravljanju.

Po letu dni sem sledil novim izzivom in registriral samostojno dejavnost. Za različne deležnike v številnih živilskih in gostinskih obratih ter v trgovski in logistični panogi

sem izvajal projekte s področij vzpostavitve, dopolnitve in nadgradnje sistemov za nadzor kakovosti ter prehranske varnosti.

Ukvarjal sem se s presojami dobaviteljev, analitiko in diagnostiko, označevanjem hrane, jedi in živil, usposabljanjem osebja s področij sistemov HACCP ter s poslovnim svetovanjem, vezanim na optimizacijo dela v povezavi s prehrano. Manjšim in večjim podjetjem sem bil v strokovno podporo, ko so reševali napake ali pomanjkljivosti, ki so jih ugotovili državni inšpektorji ali presojevalci certifikatov.

Pomemben del mojega delovanja predstavlja tudi prenos izkušenj na prihodnje rodove bodočih živilcev. Kot predavatelj sem vpet v izobraževalni proces na Višji strokovni šoli za živilstvo in prehrano, kjer imam habilitacijo za tri strokovne predmete do konca leta 2030.

Moje vodilo pri delu ostaja preprosto: strokovna dejstva in zakonske zahteve prevesti v jasne, praktične in obvladljive korake, ki v vsakodnevni praksi dejansko delujejo in zagotavljajo varno hrano. To pa lahko dosežem le z nenehnim izpopolnjevanjem ter nadgrajevanjem znanja, tako na strokovnem področju kot na področju mehkih veščin.

Veselim se sodelovanja z vami!



Andrej Okorn, univ. dipl. inž. živil. tehnol.

Zlati ambasador 2025 – priznanja pogumu, srčnosti in podpori otrokom z rakom

Inštitut Zlata pentljica je v petek, 13. februarja 2026, na slovesnosti na Brdu pri Kranju podelil nazive Zlati ambasador 2025 posameznikom in organizacijam, ki s svojim delom podpirajo otroke z rakom in njihove družine. Slovesnost je potekala ob mednarodnem dnevu boja proti otroškemu raku, ki ga obeležujemo 15. februarja.

Vabilo na slovesnost smo prejeli tudi mi. Večer je bil zaznamovan z osebnimi zgodbami, glasbo in plesom ter močnim sporočilom upanja. Program so povezovali mladi, ki so raka premagali, slavnostnega dogodka sta se udeležila tudi predsednica Republike Slovenije dr. Nataša Pirc Musar in predsednik Vlade Republike Slovenije dr. Robert Golob. Dogodek je bil namenjen zahvali posameznikom in organizacijam, ki s svojo predanostjo, podporo in srčnostjo pomembno prispevajo k poslanstvu Inštituta Zlata pentljica, otroci z rakom.

Prejemniki priznanja:

- predsednica Republike Slovenije dr. Nataša Pirc Musar je priznanje prejela kot simbol podpore, sočutja in ozavešanja o otroškem raku,
- Tina Gaber Golob za nesebično podporo in širjenje sporočila upanja,

- pater dr. Robert Bahčič,
- Bronja Žakelj za ozaveščanje o raku s knjigo in filmom Belo se pere na 90,
- Turistično društvo Planina pod Golico,
- Dobrodelni tek Jezersko,
- Dobrodelno društvo Palčica Pomagalčica in dobrodelni škratje,
- Društvo študentov medicine, projekt ONKO,
- Višja šola za gostinstvo in turizem Bled in hotel Astoria Bled.



Del prejemnikov naziva Zlati ambasador



Ekipo predstavnikov Inštituta Zlata pentljica s prejemniki priznanja Zlati ambasador 2025

povezuje tradicionalni dogodek v decembru, ko skupaj s predstavniki Policijske uprave Kranj in njihovimi štirinožnimi prijatelji pripravimo prav poseben praznični dan za naše najmlajše paciente na pediatričnem oddelku. Dogodek je postal že tradicionalen – otroci Inštituta Zlata pentljica bolnim otrokom prinesejo darila, preberejo pravljico in s tem delijo veliko sporočilo, da se z voljo lahko veliko naredi.

V obrazložitvi za naziv Zlati ambasador 2025 so zapisali: ***Splošna bolnišnica Jesenice prejme priznanje Zlati ambasador za dolgoletno prijateljstvo in gostoljubje, ki nas vsako leto napolni z občutkom domačnosti. Njihov topel sprejem in odprtost sta dokaz, da se dobrota iz srca vrača še močneje – skozi zaupanje in bližino, ki***

rasteta z leti. Naše prijateljstvo je dragocen opomnik, da so odnosi tisti, ki gradijo varnost in upanje. Hvaležni smo za skupno tradicijo, toplino in zaupanje, ki nam ga izkazuje.

Priznanje Zlati ambasador 2025 je veliko priznanje za naše bolnišnico. Potrjuje, da naš način dela, ki je strokoven, a hkrati oseben in sočuten, pacientom in njihovim bližnjim pomaga prebroditi najtežje trenutke. Hvala vsem sodelavkam in sodelavcem, ki s svojim delom utelešate vrednote, zaradi katerih smo prejeli to častno priznanje.

*Sandra Jerebic, dipl. m. s., univ. dipl. soc., QM,
predstavnica vodstva za kakovost*



Predstavniki Inštituta Zlata pentljica so odlično vodili podelitev.



Zahvala naše bolnišnice za prejeto priznanje

Podelitev priznanj za naj mentorja ob mednarodnem dnevu medicinskih sester in babic

Letos praznujemo dvojno – skupaj obeležujemo svetovni dan medicinskih sester, 12. maj, in mednarodni dan babic, 5. maj. Oba dneva nas opominjata na izjemen pomen poklicev, ki jih medicinske sestre, tehniki zdravstvene nege in babice opravljajo z visoko strokovnostjo, sočutjem in odgovornostjo. Sta priložnost, da izrazimo iskreno hvaležnost vsem, ki s svojim vsakodnevnim delom prispevajo h kakovosti in varnosti zdravstvene oskrbe.

Posebno pozornost smo letos namenili mentorstvu, ključnemu elementu strokovnega razvoja in podpore novim generacijam. Dober mentor ni le strokovnjak, temveč tudi zaupnik, vzornik in navdih. Z osebnim pristopom, potrpežljivostjo in zavezanostjo spodbuja mlade k poklicni in

osebni rasti. Takšni mentorji oblikujejo prihodnost naše stroke.

Pred podelitvijo priznanj smo v ta namen prisluhnili predavanju pomočnice direktorice za splošno in poslovno po-



Nagrajenki s pomočnico direktorice za splošno in poslovno področje, v. d. pomočnice direktorice za zdravstveno nego in oskrbo in namestnice pomočnice direktorice za zdravstveno nego in oskrbo



Najmentorici Jasmina Hajdarevič in Mateja Kusterle, Urška Grašič je bila odsotna.

dročje, Tanje Antonič, ki nas je navdahnila z mislijo, da mentorstvo ni (le) prenos znanja – je prenos kulture.

Prejemniki priznanja za NAJ MENTORJA so:

- **Jasmina Hajdarević** (TZN po 38. členu) – Z izjemno predanostjo in dostopnostjo ustvarja okolje, v katerem se mladi tehniki zdravstvene nege počutijo varni in podprti. Njen pristop k mentorstvu odraža globoko razumevanje poklicnih vrednot in skrb za strokovni razvoj.
- **Urška Grašič** (dipl. m. s.) – Kot diplomirana medicinska sestra postavlja visoke standarde strokovnosti in jih prenaša na mlajše z veliko mero potrpežljivosti in znanja. S svojimi izkušnjami in pedagoškim pristopom bistveno prispeva h kakovosti klinične prakse.
- **Mateja Kusterle** (dipl. babica) – Kot prva prejemnica tega posebnega priznanja v sklopu mednarodnega dneva babic s svojo strokovnostjo, toplino in predanostjo utira pot naslednjim generacijam babic. Njena predanost mentorstvu je navdih za celotno področje babištva v naši ustanovi.

Vsem trem prejemnicam iskreno čestitamo! S svojim delom dokazujete, da mentorstvo ni le prenos znanja, temveč gradnja zaupanja, skupnosti in prihodnosti naše stroke.

Hvala za vaš zgled, požrtvovalnost in neprecenljivo vlogo, ki jo opravljate vsak dan.

*Alenka Bijol, dipl. m. s., univ. dipl. soc.,
namestnica pomočnice direktorja za
področje zdravstvene nege in oskrbe*



Udeleženci podelitve in predavanja



Predavanje pomočnice direktorice za splošno in poslovno področje

18. Dan Angele Boškin

V sklopu nenehnega izobraževanja in krepitev naših kompetenc smo tudi letos v sodelovanju s Fakulteto za zdravstvo Angele Boškin organizirali strokovno srečanje – 18. Dan Angele Boškin. Letošnja tema »Ko varnost in kakovost postaneta ključni – delovanje v izrednih razmerah« je bilo še kako aktualno. Program je ponudil preplet motivacije, sistemskih rešitev in neprecenljivih izkušenj iz prakse.

V uvodnem pozdravu so udeležence srečanja pozdravile pomočnica direktorice za splošno in poslovno področje Tanja Antoniĉ, predstavnica Zbornice – Zveze zdravstvene in babiške nege Monika Ažman in gostiteljica srečanja, pomočnica direktorice za zdravstveno nego in oskrbo Mojca Strgar Ravnik.

Srečanje se je začelo z dinamiĉnim predavanjem **Denisa Porĉića - Chorchypa**, ki je izpostavil pomen *discipline nad motivacijo*. Motivacija je namreĉ tista, ki nas poŹene v tek, disciplina pa nas obdrŹi na poti, kar je izjemno pomembno tudi v zdravstvu.

V veliko ĉast nam je bilo, da se je našega sreĉanja udeleŹil **Sreĉko Šestan**, dolgoletni poveljnik Civilne zašĉite RS, ki nas je podrobno seznanil s *sistemom varstva pred naravnimi in drugimi nesreĉami*. Predstavil je strukturo,

ki se aktivira ob najveĉjih krizah, ter pomen sinergije med Civilno zašĉito in zdravstvenimi zavodi. Izpostavil je dobre in slabe izkušnjee iz preteklih izrednih razmerah v naši drŹavi. Ravno na dan sreĉanja je bil za veĉino drŹave razglašen rdeĉi alarm zaradi moĉnega vetra. To popoldne smo vsi izkusili, kakšna je lahko igra narave in kako pomembno je, da ob takih dogodkih usklajeno delujejo Civilna zašĉita, gasilci, zdravstvo itd.

Po krajši razpravi in odmoru je za naše telo poskrbel **Marko Mlakar, dipl. fiziot.**, iz SB Jesenice, ki nas je skozi kratek aktivni odmor opomnil, kako pomembno je, da sredi napornega vsakdana poskrbimo zase.

Drugi del strokovnega sklopa je bil osredotoĉen na delovanje kritiĉne infrastrukture in vojaške medicine. **Dr. Branko Lobnikar** iz Univerze v Mariboru je osvet-



Pozdrav pomoĉnice direktorice za splošno in poslovno podroĉje Tanja Antoniĉ



Denis Porĉić - CHORCHYP



Poveljnik Civilne zašĉite RS Sreĉko Šestan

lil *vedenjske vidike zagotavljanja odpornosti in skladnosti v zdravstvu*. Poudaril je, kako ključna sta psihološka pripravljenost zaposlenih in spoštovanje protokolov za ohranitev stabilnosti bolnišnic v času kriz.

VU XIII. r. Damjan Remškar nam je predstavil delovanje in *vlogo vojaške mobilne bolnišnice (Role BL) v kriznih razmerah*, kar je ponudilo zanimiv vpogled v organizacijo medicine na terenu pod izjemnimi ptiški.

Domače izzive je v predavanju z naslovom *Ufff, kaj pa zdaj?* odkrila **Manca Mlakar, dr. med.**, SB Jesenice.

Predstavila je konkretne primere iz naše bolnišnice, ko se soočamo s preobremenjenostjo sistema, ter odprla vprašanja o tem, kako v takšnih trenutkih ohraniti visoko raven oskrbe in zaščititi time.

Sledil je pogled **Mateja Stare, dipl. m. s.**, iz UKC Ljubljana, ki je delila svoje bogate izkušnje o *kakovosti in varnosti humanitarnega dela na vojnih območjih*. Njeni primeri s terena so nas opomnili na pomen prilagodljivosti, iznajdljivosti in humanosti v najtežjih življenjskih pogojih, ko je ogroženo tudi življenje humanitarnih zdravstvenih delavcev. Ob njenih fotografijah z misij po vsem svetu, kjer je sodelovala, smo ostali brez besed.



Aktivni odmor



Prof. dr. Branko Lobnikar



Damjan Remškar



Manca Mlakar



Mateja Stare



Interaktivna delavnica – bolnišnica v živo

Po zaključni razpravi in zasluženem odmoru se je teoretični del prelil v prakso. Strokovni dan se je sklenil z **interaktivno delavnico »Bolnišnica v živo«**, na kateri so si udeleženci lahko ogledali neposredni praktični prikaz obravnave pacienta. Delavnica je znova dokazala, da so ključ do uspeha v kriznih situacijah dobra komunikacija, znanje in uigranost celotne ekipe.

Strokovno srečanje je potekalo na dan, ko smo vsi udeleženci srečanja prvič prejeli sms sporočilo o izrednih razmerah zaradi močnega vetra. Med udeleženci je bilo

začutiti nekoliko strahu. Med potjo domov smo spremljali podrt drevesa in moč vetra, ki je bila tokrat res izjemna. Strokovno srečanje nas je obogatilo z novim znanjem in zavedanjem, da tudi v kriznih razmerah zmoremo in moramo delovati kakovostno in varno. Hvala vsem predavateljem in udeležencem za udeležbo in nasvidenje v letu 2027.

Sandra Jerebic, dipl. m. s., univ. dipl. soc., QM, predstavnica vodstva za kakovost

Nova magnetna resonanca

Po štirinajstih letih je bolnišnica dobila nov aparat za magnetno resonanco, ki je nameščen v sodobni novi stavbi. Svetli, prostorni in tehnološko dovršeni prostori bodo prijaznejši tako za zaposlene kot za paciente in predstavljajo pomemben korak naprej v razvoju zdravstvene oskrbe.

Medicinsko osebje si je nove pridobitve želelo vrsto let. Z novo magnetno resonanco bodo lahko izvajali sodobnejšo in natančnejšo diagnostiko, preiskave pa bodo za paciente hitrejši in udobnejši. Aparat, ki omogoča skrivnostni pog-

led v notranjost telesa, sodi med najnaprednejše slikovne metode sodobne medicine.

Da bi pacientom tudi v prihodnje omogočili še kakovostnejše preiskave, je bolnišnica zgradila prizidek za novo napravo, s katerim je pridobila več kot 200 kvadratnih metrov novih prostorov. Ti omogočajo več prostora za delo, sodobnejšo opremo ter prijetnejše okolje za paciente in zaposlene. Vsaka faza gradnje je pomenila korak bližje boljšim diagnostičnim možnostim in sodobnejšim zdravstvenim storitvam.



Nova stavba Oddelka za radiologijo za magnetno resonanco



Novi prostori za magnetno resonanco



Nadzorni prostor radioloških inženirjev

Novi strokovno napredni aparat omogoča hitrejše preglede in večje udobje za paciente. Zaradi širšega loka bodo preiskave manj obremenjujoče, predvsem za tiste, ki med pregledom občutijo tesnobo ali nelagodje v zaprtih prostorih.

Ko bomo v naslednjih dneh vstopili v prostor z novo magnetno resonanco, bomo vstopili v svet, kjer magneti, radijski valovi in računalniki delujejo kot usklajen orkester. To bo prostor, kjer se prepletata vrhunska znanost in skrb za človeka.

Za zaposlene magnetna resonanca ni le naprava, temveč nepogrešljivo orodje za zgodnje odkrivanje bolezni in natančno načrtovanje zdravljenja. Radiologi in radiološki tehnologi vsak dan razbirajo podrobne »zemljevide« človeškega telesa ter iščejo drobne spremembe, ki razkrivajo zgodbo o zdravju posameznika. Ob tem skrbijo tudi za najvišjo raven varnosti, saj močan magnet zahteva posebno previdnost in dosledno upoštevanje pravil pri delu.

Nova pridobitev bo za zdravstveno osebje pomenila še boljšo kombinacijo strokovnosti, varnosti in natančnosti. Vsak napredek v diagnostiki pomeni korak bližje pravočasni pomoči, uspešnejšemu zdravljenju ter večjemu upanju za paciente.

Sredstva, namenjena temu projektu, niso zgolj finančna investicija. Predstavljajo naložbo v zdravje, znanje in predvsem v življenje. Ker vrednosti človeškega življenja ni mogoče meriti z denarjem, je vsaka takšna pridobitev neprecenljiva. V bolnišnici so zato ponosni, da s skupnimi močmi gradijo prihodnost, v kateri bo vsak pacient deležen najboljše možne zdravstvene oskrbe.

Investicijo je v celoti financirala SB Jesenice, projekt pa je bil izveden po sistemu »funkcionalni ključ v roke«. Gradbeno-obrtniška dela so presegla milijon evrov, medtem ko je vrednost nove magnetne resonance znašala 1,7 milijona evrov. V sklopu projekta so bili zagotovljeni tudi stroški projektiranja, gradbenega nadzora in opreme novih prostorov s sodobnim pohištvo.

Izvedba projekta je potekala skladno z načrtovanim terminskim planom in v okviru predvidenih finančnih sredstev, brez potrebe po dodatnih finančnih zahtevkih ali aneksih.

Zaposlenim na Oddelku za radiologijo ob tej pomembni pridobitvi želimo prijetno delovno okolje, veliko strokovnih uspehov ter zadovoljstva pri delu v novih sodobnih prostorih.

*Mateja Malovrh, univ. dipl. geog. in prof.,
vodja službe za nabavo in javna naročila*



Nov aparat MRI z različnimi možnostmi projekcij



Obisk ministrice za zdravje

V torek, 10. februarja, nas je obiskala ministrica za zdravje, dr. Valentina Prevolnik Rupel, s svojo ekipo. Obisk je bil priložnost, da smo predstavili delovanje bolnišnice, naše dosežke, predvsem pa vizijo in načrte za prihodnost. Kot je poudarila direktorica **Petra Rupar**, smo bili obiska zelo veseli, saj smo v zadnjih dveh letih z ministrstvom dobro sodelovali na različnih področjih in skupaj dosegli pomembne rezultate. S povezovanjem, podporo, medsebojnim spoštovanjem in razumevanjem smo na pravi poti. Ob tem nas je ministrica razveselila še z novico, ki smo jo čakali skoraj deset let. Vlada je namreč v načrt razvojnih programov uvrstila nov projekt **dobave in montaže angiografa v SB Jesenice**.



Ministrica za zdravje in pozdrav direktorice bolnišnice



Oglede novih prostorov Enote intenzivne internistične medicine SB Jesenice

Obisk delegacije Državnega sveta

28. januarja 2026 se je delegacija Državnega sveta mudila na regijskem obisku na Gorenjskem, del obiska pa je bil namenjen tudi naši bolnišnici – edini splošni bolnišnici v gorenjski regiji in pomembni zdravstveni ustanovi za prebivalce širšega severozahodnega dela Slovenije.

Direktorica **Petra Rupar** je delegaciji predstavila delovanje zavoda, organizacijo specialistične in urgentne dejavnosti ter aktualne izzive v zdravstvu. Ob zaključku obiska smo gostom predstavili tudi prostore Enot intenzivne internistične terapije SB Jesenice, kjer jih je s svojo ekipo navdušil zdravnik **Tomaž Šavli**.

Državna svetnica **Monika Ažman** je poudarila, da je organizacija osnovnega zdravstva na Gorenjskem zelo dobra in da imamo v Sloveniji kakovostne preventivne programe ter dobro razvito kurativno zdravljenje, kljub izzivom, kot sta dostopnost in pomanjkanje kadra. Ob tem je poudarila pomen ohranjanja javnega in vsem dostopnega zdravstva. Predsednik Državnega sveta RS **Marko Lotrič** je podprl čimprejšnjo izgradnjo nove regijske bolnišnice na Gorenj-

skem ter pozval državo k podpori projektoma magnetne resonance in invazivne srčno-žilne diagnostike na Jesenicah, ki ju bolnišnica že pripravlja z lastnimi sredstvi.

*mag. Maja Valjavec,
strokovna sodelavka*



Delegacija Državnega sveta RS z vodstvom bolnišnice Jesenice

Prve proteze za sedlasti sklep v Splošni bolnišnici Jesenice

Obraba sedlastega sklepa palca, strokovno imenovana rizartrroza, je ena najpogostejših oblik obrabe sklepov na roki. Gre za obrabo sklepa na bazi palca, ki povezuje prvo dlančnico in zapestni koščico trapezium ter omogoča dobro gibljivost palca in hkrati čvrst in natančen oprijem pri aktivnostih kot so pisanje, odpiranje steklenic, držanje pribora, uporaba telefona in drugo. Čeprav gre za razmeroma majhen sklep, ima izredno pomembno vlogo pri vsakodnevni funkciji roke. Zaradi staranja, ponavljajočih se obremenitev, prirojenih anatomskih značilnosti ali predhodnih poškodb, lahko pride do obrabe sklepnega hrustanca. Posledica so bolečine pri uporabi palca, zmanjšana moč stiska, okorelost, težave pri vsakodnevni opravi in pri napredovali bolezni deformacija palca. Rizartrroza je pogostejša pri ženskah, predvsem po menopavzi, in pomembno vpliva na kakovost življenja ter delovno sposobnost.

Zdravljenje je v začetnih fazah neoperativno. Uporabljajo se opornice, prilagoditev aktivnosti, protibolečinska terapija, fizioterapija ter infiltracije v sklep. Ko težave kljub konzervativnim ukrepom vztrajajo, se odločamo za operativno zdravljenje. Tehnike stan-

dardne operacije temeljijo na odstranitvi prizadetega trapeziuma z različnimi rekonstrukcijskimi tehnikami. Te metode so precej učinkovite pri zmanjšanju bolečine in povrnitvi funkcije roke, vendar zahtevajo daljšo rehabilitacijo in v določenih primerih zmanjšajo moč ali stabilnost palca. V zadnjih letih pa se v svetu vse bolj uveljavlja tudi vstavev proteze sedlastega sklepa, ki predstavlja sodobnejši pristop zdravljenja pri izbranih pacientih.

S to metodo sem se prvič podrobneje srečal leta 2023 med strokovnim izobraževanjem v Švici, kjer sem še kot specializant v sklopu kroženja v tujini opravljal t. i. *fellowship* pod vodstvom dr. Stephana Schindeleja in dr. Daniela Herrena na eni vodilnih tamkajšnjih ustanov – ortopedski kliniki Schultess v Zurichu. Tam sem se imel priložnost srečati z novejšimi tehnikami kirurške oskrbe rizartrroze ter sodelovati pri obravnavi pacientov ter raziskovalni dejavnosti. Proteze sedlastega sklepa sicer niso povsem nova metoda, vendar so rezultati v preteklosti kazali na precejšnje stopnje pooperativnih zapletov. Slednje se je z razvojem vsadkov v zadnjih desetih letih drastično spremenilo in danes beležimo



zelo dobre funkcionalne izide in hitro pooperativno okrevanje – poleg zmanjšanja bolečin lahko pacientom omogočimo ohranitev dobre gibljivosti palca, fine motorike in hitrejšo vrnitev k vsakodnevnim aktivnostim.

Po vrnitvi v Slovenijo sem kolegom predal idejo in začeli smo razmišljati o uvedbi metode tudi v naši ustanovi. Sprva so bili odzivi na oddelku zadržani. Ker gre za tehnično zahtevnejši poseg, ki zahteva dobro poznavanje tehnike, pravilno izbiro pacientov in natančno operativno izvedbo, je bilo pred začetkom treba posvetiti kar nekaj časa študiju tako kirurške tehnike kot tudi celostne obravnave pacientov. Po kar nekaj prebrani literature, razmišljanju o operativni tehniki in iskanju timske podpore, sva z Anžetom Militarovom, dr. med. februarja letos opravila dodatno specializirano izobraževanje v Ženevi – kadaverski tečaj KERI Academy tehnike vstavljanja ti. TOUCH proteze. Tam sva od izkušenih kolegov kirurgov iz tujine pridobila dodatna praktična znanja o sami operativni tehniki, načrtovanju posega in pooperativni rehabilitaciji. Poseben poudarek izobraževanja je bil namenjen različnim korakom in posebnostim kirurške tehnike, ki je bistvena za preprečevanje pooperativnih zapletov.

Pridobljeno znanje smo spomladi prenesli v prakso. Tako smo 24. marca v Splošni bolnišnici Jesenice izvedli prvi dve operaciji vstavitve proteze sedlastega sklepa palca. Posega sta potekala brez zapletov, pacientki sta po operaciji pričeli z zgodnjo rehabilitacijo. Za uspešen rezultat pri takšnih posegih je zelo pomembno dobro sodelovanje celotnega tima – od koordinacije posega in dostopnosti inštrumentarija, nato operacijskega osebja, anesteziološke ekipe, oddelčnih medicinskih sester kirurškega oddelka, do fiziatra

in fizioterapevtov ter delovnih terapevtov, ki pacienta spremljajo po operaciji. Prvi rezultati po kontrolnih pregledih so zelo spodbudni in kažejo na izrazito skrajšano potrebo po rehabilitaciji, saj sta prvi od dosedanjih pacientk že po mesecu dni polno aktivni z rokami brez večjih omejitev. Seveda bo za dolgoročno oceno uspešnosti potrebno nadaljnje spremljanje, začetni rezultati pa kažejo, da gre za obetavno metodo zdravljenja tudi v našem okolju.

Uvedba protez sedlastega sklepa v Splošni bolnišnici Jesenice predstavlja pomemben korak v razvoju kirurgije roke v naši ustanovi. Takšni posegi pacientom omogočajo dostop do sodobnih načinov zdravljenja. Hkrati pa uvajanje novih metod pomeni tudi strokovni razvoj celotnega tima in dodatno motivacijo za nadaljnje izobraževanje ter izboljševanje kakovosti oskrbe pacientov. Veseli nas, da lahko pacientom v naši bolnišnici ponudimo tudi tovrstne sodobne kirurške pristope, in verjamemo, da bomo z nadaljnjim delom ter izkušnjami to področje v prihodnje še razvijali.

Na tem mestu se zahvaljujemo za sodelovanje, zavzetost in potrpežljivost celotnemu timu, zunanjim sodelavcem ter vodstvu bolnišnice in kirurškega oddelka.

Ožbej Kunšič, dr. med.



EORNA – Dubrovnik, 14.–16. maj 2026

Med 14. in 16. majem 2026 je slikoviti Dubrovnik postal prestolnica evropske perioperativne zdravstvene nege. Pod krovnim geslom *Sinergija strokovnosti in znanja* je potekal že 12. kongres združenja EORNA (European Perioperative Nurses Association). Na dogodku v kongresnem centru Sheraton Dubrovnik Riviera se je zbralo skoraj 800 delegatov, kliničnih strokovnjakov, raziskovalcev in vodilnih menedžerjev v zdravstveni negi iz več kot tridesetih držav.



European Operating Room Nurses Association predstavlja osrednje evropsko strokovno združenje operacijskih oziroma perioperativnih medicinskih sester in pomembno vpliva na razvoj sodobne perioperativne zdravstvene nege v Evropi. Organizacija, ki je bila ustanovljena na pobudo evropskih perioperativnih medicinskih sester leta 1980, formalno pa oblikovana leta 1992 v Københavnu, danes povezuje 24 nacionalnih strokovnih združenj iz 23 evropskih držav. Slovenija je v organizacijo aktivno vpeta s svojimi predstavniki. Predstavniki držav v okviru organizacije EORNA niso povezani le zaradi strokovnega sodelovanja, temveč tudi zato, da gradijo mednarodne vezi ter kot predstavniki svojih držav predstavljajo nacionalno perioperativno zdravstveno nego, strokovne dosežke in dobre prakse v evropskem prostoru.

Temeljno poslanstvo organizacije EORNA je zagotavljanje visoke kakovosti perioperativne zdravstvene oskrbe, krepitev varnosti pacientov ter razvoj strokovnih standardov v operacijskem okolju. EORNA s svojim delovanjem

spodbuja mednarodno strokovno sodelovanje, raziskovalno dejavnost, izobraževanje in razvoj kompetenc operacijskih medicinskih sester. Posebno pozornost namenja pripravi smernic dobre klinične prakse ter uvajanju na dokazih temelječe zdravstvene nege v vsakodnevno delo operacijskih timov.

Pomemben prispevek organizacije predstavljajo evropski kurikulum za perioperativno zdravstveno nego, okvir kompetenc perioperativnih medicinskih sester ter priporočila za varno perioperativno prakso, ki pomembno prispevajo k poenotenju strokovnih standardov v Evropi. EORNA redno organizira mednarodne kongrese, strokovna srečanja, seminarje in delovne skupine, na katerih strokovnjaki iz različnih držav izmenjujejo znanje, izkušnje in dobre prakse. V okviru organizacije deluje sedem strokovnih komitejev, med njimi tudi External Development Affairs Committee (EDAC), ki skrbi za razvoj in podporo mednarodnim dejavnostim organizacije ter spodbuja strokovno povezovanje med državami članicami.

V sodobnem zdravstvu, kjer tehnološki napredek in kompleksnost kirurških posegov rasteta eksponentno, je nenehno izobraževanje operacijskih medicinskih sester ključni steber varnosti pacientov.

Splošna bolnišnica Jesenice že tradicionalno vlaga v razvoj svojih kadrov in sledi najvišjim evropskim standardom. Tokrat je našo ustanovo v mednarodnem prostoru zasto-

pala štiričlanska odprava: **Elvira Sadiku, Janja Kovačič, Dane Agbaba in Irena Janša**. Njihova udeležba ni bila le pasivno poslušanje predavanj, temveč aktivno sooblikovanje strokovnega programa, mreženje in prenos neprecenljivih dobrih praks, ki jih bomo v prihodnjih mesecih implementirali v našem operacijskem bloku.

Ekipa SB Jesenice z mednarodnim ugledom

Prisotnost predstavnikov SB Jesenice na tako odmevnem dogodku potrjuje, da se naša bolnišnica po strokovnosti enakopravno kosa z večjimi univerzitetnimi centri v Evropi. Vsak član ekipe je v Dubrovnik prinesel specifična znanja in se predstavil v svoji vlogi.

Uradno zastopstvo v evropskem združenju (Elvira Sadiku)

Naša kolegica Elvira Sadiku je od leta 2019 aktivna predstavnica Slovenije v EORNI, kjer tesneje sodeluje s komitejem EDAC ter s svojim delovanjem prispeva k mednarodnemu povezovanju slovenske perioperativne zdravstvene nege z evropskim strokovnim prostorom, izmenjavi strokovnih izkušenj in promociji slovenskega znanja na evropski ravni. To članstvo je izjemnega pomena za SB Jesenice, saj nam odpira vrata do neposrednega vira informacij o nastajajočih evropskih smernicah, zakonodajnih spremembah na področju dela v operacijskih dvorah in mednarodnih raziskovalnih projektih. Elvira je tekom kongresa sodelovala

na uradnih srečanjih delegatov (board meetings) kjer so se oblikovale strategije za standardizacijo perioperativne nege na ravni celotne Evropske unije, bila je tudi moderatorica na kongresu.

Mednarodna izobraževalna vloga (Janja Kovačič in Dane Agbaba)

Kot AO inštruktorja v okviru mednarodne fundacije AO (AO Trauma/AO Foundation) sta Janja Kovačič in Dane Agbaba aktivno sodelovala pri pripravi in izvedbi strokovnega predavanja v sodelovanju z drugimi AO strokovnjaki.

Izobraževanje AO za operacijsko osebje (ORP) – Standardi oskrbe zlomov

Predavanje, pri katerem sta aktivno sodelovala naša AO inštruktorja Janja Kovačič in Dane Agbaba, je privabilo polno dvorano poslušalcev. AO Foundation že desetletja velja za zlati standard na področju izobraževanja o oskrbi mišično-skeletnih poškodb, s poudarkom na vlogi operacijskih medicinskih sester (ORP – Operating Room Personnel). Sodobna travmatologija ne sloni več zgolj na spretnosti kirurga, temveč na visoko usklajenem timskem delu.

Zaključek

Kongres EORNA v Dubrovniku je ponovno dokazal, da je perioperativna zdravstvena nega dinamična, visoko strokovna in ključna za uspešen izid vsakega kirurškega zdravljenja.



Naslednji kongres EORNA bo potekal leta 2028 v Marseillu v Franciji. Cilj naše bolnišnice je, da do takrat v celoti implementiramo prav vse ključne novosti iz Dubrovnika in s tem našim pacientom na Gorenjskem zagotovimo še varnejšo, sodobnejšo in vrhunsko oskrbo. Zahvala gre vodstvu bolnišnice, ki podpira mednarodno izobraževanje, ter celotni ekipi, ki vsak dan v operacijskih dvoranah daje vse od sebe.

Elvira S., Irena J.



Sodobna zdravstvena administracija – sodoben poklic z veliko odgovornostjo

14. in 15. maja smo se sodelavke z različnih področij zdravstvene administracije Splošne bolnišnice Jesenice udeležile konference Sodobna zdravstvena administracija, ki jo je na Ptuj organizirala EDUCA Izobraževanje. Konferenca je ponovno potrdila, kako strokovno, raznoliko in pomembno področje predstavlja zdravstvena administracija v sodobnem zdravstvenem sistemu.

V zdravstvu pogosto govorimo o strokovnosti, kakovosti in varnosti obravnave pacientov. Za vsem tem pa stojijo tudi dobro urejeni procesi, natančna komunikacija, poznavanje zakonodaje, informacijskih sistemov, pravil naročanja, dokumentiranja in obračunavanja. Prav na teh področjih ima zdravstvena administracija zelo pomembno vlogo. Dobra administracija lahko bistveno olajša, pospeši in izboljša delo ambulant, oddelkov in drugih enot, saj zagotavlja pravočasne informacije, urejeno dokumentacijo in podporo nemo-tenemu poteku dela.

Pri tem ne smemo pozabiti, da je administracija pogosto prvi stik pacienta z bolnišnico. Prijazen sprejem, jasne informacije, mirna komunikacija in občutek, da je pacient slišan, lahko pomembno vplivajo na njegovo izkušnjo že ob prihodu v bolnišnico. Prav tako je pogosto zadnji do-

kument, ki ga pacient prejme v roke – izvid, obvestilo ali druga zdravstvena dokumentacija, še vedno pripravljen s strani zdravstvene administratorke ali administratorja. Zato naše delo ni le podpora procesom, temveč pomembno so-oblikuje podobo ustanove in kakovost obravnave pacientov. Delo v zdravstveni administraciji pa sicer že dolgo ni več le tipkanje izvidov. Z razvojem novih tehnologij je tega vedno manj, hkrati pa se povečujejo zahteve po širšem znanju, samostojnosti, natančnosti in odgovornosti. Zdravstvena administracija danes pomeni dobro poznavanje procesov, hitro odzivnost, strokovno komunikacijo, varovanje osebnih podatkov, razumevanje informacijskih sistemov ter sposobnost reševanja številnih vsakodnevnih situacij, ki pogosto zahtevajo veliko mero zbranosti, prilagodljivosti in izkušenj.

Letošnja konferenca je znova odprla številne aktualne teme: digitalizacija v zdravstvu, komunikacija s pacienti, organizacija dela, varstvo podatkov ter vloga administracije pri učinkovitem delovanju zdravstvenih ustanov. Skupna ugotovitev razprav je bila jasna – sodobna zdravstvena administracija je strokovno področje, ki zahteva vedno več kompetenc, odgovornosti in stalnega izobraževanja. Ob pa tem je bilo večkrat poudarjeno tudi nekaj, kar v hitrem tempu dela ne sme izgubiti svoje vrednosti: spoštovanje, empatija, integriteta in profesionalizem. Tako v odnosih med sodelavci kot predvsem v odnosu do pacientov. Način komunikacije, pripravljenost pomagati, prijazen pristop in medsebojno spoštovanje pogosto ustvarijo razliko med povprečno in zelo dobro izkušnjo pacienta v zdravstveni ustanovi.

V Splošni bolnišnici Jesenice se zaposleni v zdravstveni administraciji zavedamo pomembnosti svojega poklicnega področja. Zavezani smo k temu, da bomo tudi v prihodnje razvijali strokovnost, nadgrajevali znanje ter sledili spremembam in novostim na področju zdravstvene administracije. Hkrati pa želimo ohranjati vrednote, ki dajejo našemu

delu pravo težo – odgovornost, spoštljiv odnos, natančnost, zanesljivost in skrb za pacienta.

Posebej dragoceno je vsakoletno druženje in povezovanje udeležencev iz različnih zdravstvenih ustanov. Takšna srečanja nam omogočajo izmenjavo izkušenj, dobrih praks in novih idej, hkrati pa potrjujejo, da je zdravstvena administracija pomemben in enakovreden del sodobnega zdravstvenega sistema.

Janina Azinovič, dipl. digit. menedž,
vodja Enot za sprejem pacientov SB Jesenice



»Za počasnejše staranje poskrbite za svoje ledvice«

se glasi letošnje geslo svetovnega dneva ledvic, ki smo ga obeležili 12. marca. Obenem letos mineva že 20 let, odkar po vsem svetu opozarjamo na pomen zdravja ledvic, ki prepogosto ostaja spregledano.

Morda ne pomislimo pogosto nanje, a ledvice imajo velik vpliv tudi na to, kako se staramo. Ko ne delujejo optimalno, se v telesu kopičijo škodljive snovi, kar lahko pospeši procese staranja in poveča tveganje za bolezni – predvsem srca in ožilja. Prav zato je skrb za ledvice hkrati tudi skrb za dolgo in kakovostno življenje.

Tudi letos smo v našem centru za hemodializo pripravili presejalno akcijo, katere glavni namen je bilo ozaveščanje javnosti o pomenu zgodnjega odkrivanja in preprečevanja kronične ledvične bolezni.

Ker je krvi tlak eden izmed pomembnejših dejavnikov pri zdravju ledvic, smo ga vsem udeležencem tudi izmerili in zabeležili. Povprečen krvni tlak je znašal **132/81**, kar pomeni blago povišanje in je zgodnje opozorilo o pomembnosti zdravega načina življenja in rednega spremljanja vseh dejavnikov tveganja.

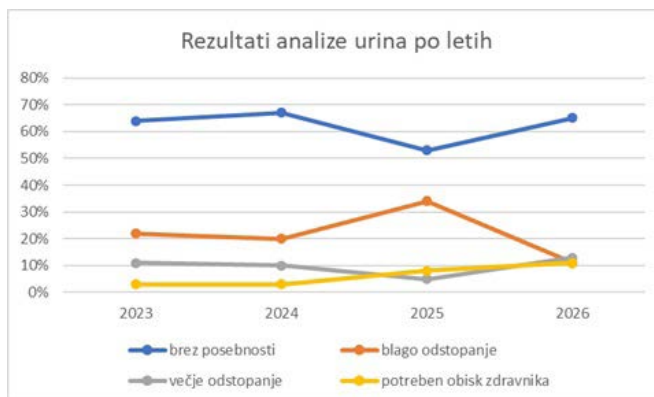
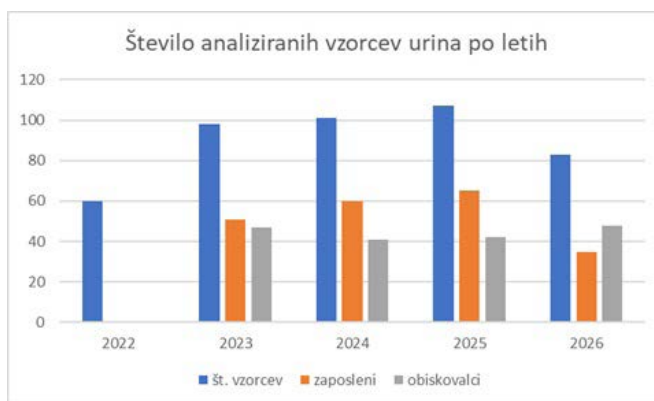
Čeprav je bila letošnja udeležba na akciji nekoliko nižja kot lani (83 vzorcev v primerjavi s 107 v letu 2025), je bilo prvič udeleženih več obiskovalcev kot zaposlenih. Ta podatek nakazuje, da preventivne aktivnosti vedno bolj dosegajo tudi širšo populacijo in ne ostajajo več le znotraj delovnega okolja.

Posebno energijo so akciji prinesle dijakinje srednje zdravstvene šole Jesenice, ki so s svojo odprtostjo in pristopom poskrbele za sproščeno vzdušje in počutje obiskovalcev. Pokazale so tudi, da se zavedanje o zdravju začne že pri mladih.

Za strokovnim delom pa brez dvoma stoji tudi bolnišnični laboratorij, ki je kot vsako leto s svojo natančnostjo in podporo omogočil uspešno izvedbo akcije – zato iskrena hvala.

Kaj pa kažejo številke?

Delež izvidov **brez posebnosti** se skozi leta giblje okoli podobnih vrednosti in je letos znašal **65 %**. To je dokaj spodbuden rezultat, vendar hkrati ostaja dejstvo, da se pri precejšnjem deležu udeležencev, kljub odsotnosti simptomov, pokažejo določena odstopanja.



Število **manjših odstopanj** je bilo letos spet nižje, in sicer **11 %**, **večja odstopanja** pa so bila prisotna v **13 %** analiziranih vzorcev. Takšni izvidi pogosto še ne pomenijo bolezni, lahko pa opozarjajo na začetne spremembe ali začasna stanja, ki jih je smiselno preveriti. Tukaj je bil zato priporočen ponovni odvzem ali dodatna diagnostika in spremljanje.

Nujen obisk zdravnika je bil priporočen **11 %** udeležencev. Odstotek večjih in klinično pomembnih odstopanj v analizi urina skozi leta postopno narašča, kar pomeni, da

je prisotnih vedno več primerov, kjer je potrebna nadaljnja obravnava in večja pozornost. Pomeni pa lahko tudi višjo stopnjo ozaveščenosti, kar pa je v bistvu sam namen te akcije.

Svetovni dan ledvic nas vsako leto znova opomni na preprosto dejstvo – skrb za zdravje ni nekaj, kar odlašamo, je nekaj, kar lahko začnemo že danes.

Laura Jan



Ekipa Centra za hemodializo SB Jesenice



Dijaki Srednje šole Jesenice



Merjanje krvnega tlaka in svetovanje



Na stojnici

Mednarodni dan babic: »Milijon babic več«

Ob mednarodnem dnevu babic, 5. maju, smo babice tudi letos pripravile dan odprtih vrat porodnišnice. Z raznolikim in strokovno obarvanim programom smo pritegnile številne nosečnice in njihove partnerje ter ponovno poudarile pomen timskega sodelovanja pri kakovostni obravnavi ženske, novorojenca in celotne družine. Program je bil vsebinsko osredotočen na skrb za otročnico in novorojenca, hkrati pa je bodočim staršem ponudil podporo in znanje za lažji prehod v novo življenjsko obdobje.

Uvodoma je klinična dietetičarka predstavila povezavo med prehrano matere in prebavnimi težavami pri dojenčku ter z jasnimi strokovnimi pojasnili razblinila številne pogoste dileme. Pediater je na interaktiven način predstavil pomen vitamina K pri novorojenčku, preveril znanje prisotnih ter pojasnil smisel preventivne uporabe. Babica je nato predstavila presejalne teste pri novorojenčku, njihov pomen in časovni potek izvajanja.

Fizioterapevtka je udeležencem prikazala delovanje trebušne stene med nosečnostjo, pojasnila problematiko diastaze trebušnih mišic ter predstavila možnosti fizioterapevtske obravnave v poporodnem obdobju. Bodoči starši so prejeli številne koristne informacije o okrevanju po porodu, dodatno pa je babica predstavila tudi celjenje poškodb porodne poti, rane po carskem rezu ter nego ragad bradavic. Predavanje je vključevalo praktične nasvete glede osebne higiene, počitka in podpore celjenju.

V nadaljevanju smo babice poudarile pomen prvih ur po porodu za uspešno prilagajanje novorojenčka na zunajmaternično življenje ter za vzpostavljanje dojenja in zgodnjega navezovanja med materjo in otrokom. Posebej smo izpostavile tudi pomen zgodnjega povezovanja med dojenčkom in starši za dolgoročno telesno in duševno zdravje ter predstavile okoliščine, v katerih je proces navezovanja lahko zahtevnejši ali dolgotrajnejši.

Formalni del srečanja smo zaključile z mini Rebozo delavnico, na kateri smo predstavile uporabo tradicionalnih mehiških trakov v nosečnosti in med porodom za sproščanje ter lajšanje popadkov. Ob praktičnem prikazu, pri katerem smo uporabile kar bolnišnične rjuhe, smo z nosečnicami vzpostavile še bolj neposreden stik ter poskrbele za sproščeno in prijetno vzdušje.

Uspešnost dogodka se je odražala v velikem zanimanju obiskovalk, ki so z nami ostale vse do poznega popoldneva, si nato ogledale še porodni blok, zastavile številna vprašanja in odšle domov zadovoljne ter pomirjene. Babice pa se veselimo ponovnih srečanj z njimi v prihodnjih mesecih.

Mateja Kusterle, dipl. bab.



5. maj – svetovni dan higiene rok

Ob 5. maju, svetovnem dnevu higiene rok, smo se tudi v Splošni bolnišnici Jesenice pridružili aktivnostim za osveščanje o pomenu higiene rok in preprečevanja okužb, povezanih z zdravstveno dejavnostjo, s čimer prispevamo k varni zdravstveni obravnavi pacientov. Dan smo obeležili s promocijsko stojnico, propagandnim materialom, izobraževanjem ter številnimi aktivnostmi, ki so popestrile dogajanje. Pri izvedbi dogodka so sodelovali dijaki Srednje zdravstvene šole ter otroci iz sosednjega vrtca. Poseben pečat dogodku so dali prav otroci iz vrtca, ki so skozi igro, ples in petje na prijeten in zabaven način prikazali pomen higiene rok ter dokazali, da se pomembnih higienskih navad učimo že od malih nog. Otroci so si umivali roke, barvali glinene rokice, sodelovali v igri spomin ter z gumijastimi figuricami »lovili« patogene mikroorganizme. Sproščeno in veselo vzdušje je pritegnilo obiskovalce ter dodatno poudarilo pomen preventive in zdravstvene vzgoje.

Letošnje geslo »Action saves lives – Ukrepanje rešuje življenja« nas opominja, da prav vsakodnevna dosledna dejanja pri našem delu omogočajo večjo varnost pacientov in vseh deležnikov v zdravstvu. Higiena rok ostaja eno najprej-

rostejših, a hkrati najpomembnejših dejanj za preprečevanje prenosa okužb ter zagotavljanje kakovostne in varne zdravstvene obravnave. Prav na ta dan smo za zaposlene pripravili tudi interaktivno delavnico o obvladovanju bolnišničnih okužb s poudarkom na higieni rok, s katero smo dodatno poudarili pomen doslednega izvajanja preventivnih ukrepov v vsakodnevni praksi.



Radovednost otrok



Udeleženci stojnice



Dijaki Srednje šole Jesenice



Kako si pravilno umiti roke ...

Ob tej priložnosti se iskreno zahvaljujemo vsem zaposlenim, ki s svojim znanjem, odgovornim ravnanjem in zgledom vsakodnevno pomembno prispevate h kulturi varnosti v naši ustanovi. Verjamemo, da je tudi letošnji 5. maj predstavljal priložnost, da ponovno poudarimo pomen higiene

rok in zavedanja, da lahko z majhnimi, a doslednimi dejanji skupaj rešujemo življenja.

Tanja Pristavec, mag. zdr. nege, vodja centralne sterilizacije in obvladovanja bolnišničnih okužb



Ples z učenjem higiene rok



Otroci ustvarjajo in se učijo pomena higiene rok.

CE-VITA

CE-VITA

Sistemske izboljšanje regionalnega zdravstvenega varstva za odporne obrobne regije Srednje Evrope (Systemic Improvement of Regional HealthCare for Resilient Peripheral Central Europe Regions)

1. februarja 2026 smo pričeli izvajati projekt CE-VITA, katerega glavni poudarek je pomoč osebam po možganski kapi, predvsem, kako zagotoviti pravočasnejše in doslednejše prehode iz bolnišnične oskrbe v rehabilitacijo ter okrevanje na domu.

Projekt se osredotoča na izboljšanje povezanosti med akutno oskrbo, rehabilitacijo in dolgotrajno oskrbo, vključno z oskrbo na domu, podprto z digitalnimi orodji. **Zgodnja rehabilitacija je namreč odločilen dejavnik za uspešno okrevanje, dolgoročno mobilnost in samostojnost.**

Projekt je financiran v okviru programa Interreg Srednja Evropa in združuje partnerje iz Slovenije (SB Jesenice, Zavod Iskriva), Slovaške (Univerza medicinskih znanosti Martin) in Poljske (Regionalna razvojna agencija Rzeszów). Splošna bolnišnica Jesenice v projektu sodeluje kot vodilni partner.



Projekt je sofinanciran iz sredstev Evropske unije iz Evropskega sklada za regionalni razvoj v okviru programa Interreg Srednja Evropa 2021–2027.

Možganska kap ostaja eden vodilnih vzrokov dolgotrajne invalidnosti v Evropi. Čeprav se je akutna oskrba izboljšala, dostop do rehabilitacije še vedno močno niha glede na zmožljivosti sistema in geografsko lokacijo, kar vodi v neenake izide okrevanja pri bolnikih s podobnimi stanji. Projekt CE-VITA zato naslavlja pomembno strukturno vprašanje: kako zagotoviti pravočasne in dosledne prehode iz bolnišnične oskrbe v rehabilitacijo ter okrevanje na domu.

V okviru projekta CE-VITA so predvidene naslednje aktivnosti:

- pilotna uvedba modela CE-VITA in prilagojenega protokola rehabilitacije po možganski kapi,
- razvoj modela zdravstvenih storitev nove generacije za obrobne regije,
- priprava regionalnih akcijskih načrtov za sistemsko izboljšanje zdravstvenega varstva,
- krepitev kompetenc zdravstvenega osebja in zdravstvenih ustanov,
- dejavnosti za širjenje in prenos razvitih rešitev na evropski ravni.

Izvajanje projekta bo prispevalo k izboljšanju dostopa do zdravstvenih storitev v oddaljenih območjih, učinkovitejši porabi javnih sredstev, razvoju kompetenc zdravstvenega osebja ter oblikovanju trajnostnega in prilagodljivega modela zdravstvenega varstva. Projekt traja 24 mesecev. Skupna vrednost projekta je 765.380 evrov.

Več informacij najdete na: <https://www.interreg-central.eu/projects/ce-vita/>

*mag. Maja Valjavec
strokovna sodelavka*

Tehniški dan: Poklici v zdravstvu

Zaposleni iz Splošne bolnišnice Jesenice smo se z veseljem odzvali povabilu Srednje šole Jesenice za predstavitev poklicev na tehniškem dnevu, ki je bil namenjen dijakom 2. letnika programa Zdravstvena nega. Srečanje je 25. maja 2026 v prostorih Gimnazije Jesenice zaznamovalo vzdušje, polno energije, radovednosti in pristnih stikov med mladimi in zdravstvenimi strokovnjaki.

Udeležence sta v uvodnem delu pozdravila ravnatelj Srednje šole Jesenice g. Tomaž Bernard, namestnica pomočnice direktorja za področje ZNO Alenka Bijol ter prof. Petra Alič. Po predstavitvi vseh sodelujočih in skupinski fotografiji, ki bo zagotovo lep spomin na ta dan, je sledila predstavitev po posameznih učilnicah.

V prvem sklopu so svoje delo in poklicne poti z dijaki delili:

- **Nada Macura Višić** (urgentni center) in **Admir Krupić** – mavčarna
- **Ilhana Selman** in **Katarina Krstić** – pediatrična služba
- **Janja Kovačič** – operacijski blok
- **Janez Biček** in **Tamara Šolar** – oddelek za radiologijo

V drugem sklopu so jih navdušili še:

- **Stane Ogrin** – enota intenzivne terapije operativnih strok
- **Nina Poljanc** in **Benjamin Bešić** – služba za fizikalno in rehabilitacijsko medicino
- **Valerija Volk** in **Maja Kunšič** – internistična služba
- **Anita Rošić** – kirurška služba

Vsaka skupina je obiskala vse delavnice in se tako na lastne oči prepričala, kako razgibano je delo v zdravstvu. Pri delavnicah so sodelovali tudi zaposleni iz Enote nujne medicinske pomoči ZD Kranj in Psihiatrične bolnišnice Begunje. A ta dan ni bil namenjen le predstavitvi poklicev, bil je tudi lep dokaz dolgoletnega in srčnega sodelovanja med Splošno bolnišnico Jesenice in Srednjo šolo Jesenice, ki traja že dobro desetletje. To posebno partnerstvo je za dijake resnično neprecenljivo: strokovnjaki iz prakse jim prenašajo znanje, izkušnje in veselje do poklica ter jim že med šolanjem odpirajo vrata v svet zdravstvenih poklicev. Skupaj gradimo mostove med teorijo in prakso, in prav to mladim pomaga, da svojo poklicno pot izberejo z zavestjo, pogumom in veseljem.





Vsem sodelujočim iz bolnišnice in šole iskrena hvala za čas, predanost in energijo, ki so jo vložili v ta dan. Dokazali ste, da je moto tega tehniškega dneva več kot le besede »Pravi poklic je ključ do sreče v življenju«.

*Alenka Bijol, dipl. m. s., univ. dipl. soc.,
namestnica pomočnice direktorja za
področje zdravstvene nege in oskrbe*

Obisk v sklopu projekta Socialna aktivacija Gorenjska+

V okviru projekta Socialna aktivacija Gorenjska+ na Ljudski univerzi Jesenice izvajajo šestmesečni program, namenjen podpori ženskam iz različnih kulturnih okolij pri aktivnejšem vključevanju v lokalno skupnost. Udeleženke ob različnih aktivnostih razvijajo znanje slovenskega jezika, pridobivajo novo znanje in kompetence, krepijo samozavest ter spoznavajo možnosti za vključevanje na trg dela in v širšo družbo.

Poseben pečat projektu je dal delovno-učni modul, v okviru katerega so udeleženke s Filipinov, Kosova, iz Bosne in Hercegovine ter Ukrajine nekaj ur namenile ustvarjanju knjižic iz blaga za otroke. Ideja je nastala povsem spontano – večinoma mlade mamice so izhajale iz lastnih izkušenj in razmišljale, kaj bi razveselilo ter

hkrati spodbudilo njihove otroke pri igri in učenju. Z veliko domišljije, potrpežljivosti in ročnih spretnosti so zbirale materiale, razvijale ideje ter ustvarile unikatne knjižice, ki najmlajšim na igriv način približujejo svet zgodb, barv in domišljije. Svoje izdelke so ob zaključku projekta podarile Splošni bolnišnici Jesenice, kjer bodo razveseljevali najmlajše obiskovalce in jim krajšali trenutke v bolnišnici.

Udeleženke so med drugim obiskale tudi našo bolnišnično kuhinjo, kjer so hitro spoznale, da delo v njej spominja na vodenje strogo varovanega laboratorija. Že na samem začetku so bile namreč prijetno presenečene nad izjemno strogim higienskim režimom za vstop v prostore. Preden so sploh lahko prestopile prag, so

morale podpisati izjavo o zdravstvenem stanju na dan obiska ter se od glave do pet opremiti s predpisano zaščitno opremo – zaščitnimi haljami in pokrivali za lase.

Ko so bile »modno usklajene« z našimi HACCP standardi, smo si skupaj ogledali celoten, natančno načrtovan proces. Pot nas je vodila od sprejema surovin preko strogega shranjevanja živil v treh različnih temperaturnih režimih (hramba na sobni temperaturi, hlajenje na temperaturi hladilnika in globoko zamrzovanje), pa vse do mehanske priprave ter končne toplotne obdelave živil. Udeleženkam smo prikazali tudi ključne logistične korake: izdajo dietnih jedi oziroma obrokov, njihov varen transport do oddelkov ter nato manj »dišeč«, a nujen del – vračanje vozičkov v namensko pomivalnico, kjer poteka čiščenje in pranje posode. Krog se je zaključil s finalizacijo in pripravljalnimi deli za naslednji obrok, saj kuhinja »zaspi« šele v večernih urah.

Ker slaščičarna v naši bolnišnici zaradi kronične podhranjenosti osebja žal že nekaj let sameva, je obisk pri-

nesel tudi nepričakovano luč na koncu predora. Ena od navdušenih udeleženk je namreč takoj izkazala resen interes, da bi se našemu kolektivu pridružila kot slaščičarka.

Gostje so bile navdušene nad vrhunsko organiziranim sistemom dela, ki ga z znanjem in dolgoletnimi izkušnjami usmerja vodja kuhinje, še posebej pa jih je impresioniralo neverjetno število različnih zdravstvenih diet in njihovih specifičnih izpeljank, ki jih vsakodnevno z ljubeznijo pripravlja naše osebje za paciente bolnišnice in tudi za zaposlene.

Ob koncu obiska smo udeleženke pospremili iz kuhinje z obojestranskim navdušenjem in tiho željo, da bi tista obljuba o novi slaščičarki čim prej obrodila sadove. Navsezadnje vsi vemo, da je pot do bolnikovega (pa tudi zdravnikovega) srca najhitrejša preko želodca – še posebej, če je na koncu obroka na vrsti tudi kos sladice!

Sandra Jerebic in Andrej Okorn



Ogled bolnišnične kuhinje



Predaja knjigic iz blaga naši bolnišnici

Pelegrin

Naša hišica na morju je dobila novo podobo.

Veseli nas, da je vodstvo podprlo idejo o prenovi počitniške hišice ter zanjo namenilo tudi precej finančnih sredstev. Tako smo lahko ustvarili prijetnejši in bolj urejen prostor za vse uporabnike. Iskrena hvala tudi sindikatom, ki so s svojim prispevkom pomembno dopolnili projekt in pomagali, da je prenova zaživela v celoti.

Posebna zahvala gre Špeli, Alenki, Klemenu, Martinu, Urošu in Slavcu, ki so sodelovali pri prenovi in z veliko mero truda, dobre volje ter predanosti poskrbeli, da so naše ideje in želje postale resničnost.

Verjamemo, da bomo v prenovljeni hišici ustvarili še veliko lepih trenutkov in prijetnih spominov.



Nova keramika v kuhinji



Velika soba



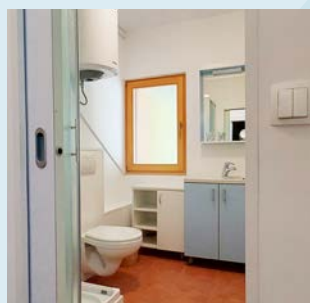
Nova lokacija hladilnika in nova omara



Nova ograja pri zunanjem tušu



Nova kuhinja



Kopalnica



Nova mala soba

Topla pozornost za naše najmlajše že več kot 20 let

Na ginekološko-porodniškem oddelku smo izjemno veseli in ponosni, da lahko že več kot 20 let ob rojstvu razveseljujemo mamice in novorojenčke s posebnimi darili – ročno pletenimi copatki, kapicami in odejicami.

Za to lepo tradicijo skrbijo številne srčne in predane gospe, ki del svojega prostega časa namenjajo pletenju teh čudovitih izdelkov. Vsak par copatk, vsaka kapica in vsaka odejica so izdelani z veliko mero skrbnosti, topline in dobre volje.

Mamice so teh daril vedno zelo vesele, saj ne predstavljajo le uporabnega izdelka za prve dni življenja njihovega otroka, temveč tudi dragocen in trajen spomin na rojstvo v

naši porodnišnici. Ročno izdelani izdelki nosijo posebno sporočilo pozornosti, povezanosti in skrbi za naše najmlajše ter njihove družine.

Ob tej priložnosti se vsem pletiljam iskreno zahvaljujemo za njihov čas, trud in nesebično predanost. S svojim delom že vrsto let soustvarjajo prijetne prve trenutke novorojenčkov in njihovih staršev ter prispevajo k ohranjanju čudovite tradicije naše porodnišnice.

Hvala vsem, ki s svojimi spretnimi rokami in velikim srcem tkete toplino za naše najmlajše.



Gospa Yuliia Kucher je za novorojenčke nakvačkala in naštrikala kapice.



Gospa Silvija Šimnic s copatki



Članice društva Razkrite roke s čudovitimi odejicami



Donacija Inštituta Zlata pentljica



Donacija upokojenk iz Žirovnice, gospa Brigita Mrak



Gospa Marlena Taborin

Druženje v Beli krajini

Aprila smo se zaposleni kirurške službe podali na strokovno-družabni izlet v Belo krajino. Opoldne smo se z avtobusom odpravili na pot, polni dobre volje in pričakovanj prijetnega dneva v sproščenem okolju.

Obiskali smo Hišo dobrega kruha, kjer so nam pripravili zanimiv in poučen program. Preizkusili smo se v pastirskih igrah, ki so poskrbele za veliko smeha, ekipnega duha in medsebojnega povezovanja. Posebno doživetje je bila priprava tradicionalne belokranjske pogače ter peka domačega kruha. Ob vonju sveže pečenega kruha smo za trenutek pozabili na vsakodnevni bolnišnični tempo. Vsak izmed nas je svoj kruh lahko odnesel tudi domov kot prijeten spomin na lepo preživet dan.

Za odlično razpoloženje so poskrbeli tudi dobra hrana, prijazni gostitelji in sproščeno druženje sodelavcev izven delovnega okolja. Takšni trenutki so dragoceni, saj krepijo medsebojne odnose, sodelovanje in pozitivno energijo v kolektivu.

Polni lepih vtisov, dobre volje in nekoliko utrujeni smo se v večernih urah vrnili domov z mislijo, da so takšna srečanja pomemben del povezovanja našega kolektiva.

Ksenija Šmid, dipl. m. s.



V ambulantni za paciente s stomo odslej tudi psihologinja

V Splošni bolnišnici Jesenice od septembra deluje ambulanta za paciente s stomo. Zaradi naraščajočih potreb pacientov se je v delovanje ambulate vključila tudi psihologinja. Njena vključitev predstavlja pomemben korak k celostni obravnavi stomistov. Življenje s stomo prinaša številne psihološke in socialne izzive.

Pacienti, ki dobijo stomo, se soočajo s strahom, negotovostjo in žalostjo. Nekateri stome ne sprejmejo. Pojavi se strah pred socialnimi stiki, intimnostjo ali vrnitvijo na delovno mesto. Psihološka podpora je ključnega pomena pri prilagajanju na življenje s stomo. Sodelovanje enterostomalne terapevtke ter psihologinje omogoča multidisciplinarni pristop, ki je usmerjen v izboljšanje kakovosti življenja pacientov.

Anita Rošić



Predstavitev psihologinje

Sem magistrica psihologije z večletnimi izkušnjami na področju klinične psihologije ter vzgoje in izobraževanja. Pet let sem delovala v klinično-psihološki ambulantni, kjer sem pridobila dragocene izkušnje pri delu z osebami v različnih življenjskih stiskah, dodatna tri leta pa sem delovala na področju vzgoje in izobraževanja. Dobro poznam postopek usmerjanja otrok s posebnimi potrebami ter delo z otroki, mladostniki in njihovimi starši. Opravljen imam strokovni izpit za delo v zdravstvu ter strokovni izpit za delo v vzgoji in izobraževanju, dodatno pa sem zaključila tudi izobraževanje za mediatorja, kar mi omogoča še širše razumevanje medosebnih odnosov, komunikacije in reševanja konfliktov.

Pri svojem delu izhajam iz načel vedenjsko-kognitivne terapije (VKT), saj verjamem v strokoven, strukturiran in hkrati topel pristop, ki posamezniku pomaga pri razumevanju lastnih misli, čustev in vedenja. Zaključila sem prvo stopnjo izobraževanja za VKT terapevta in trenutno nadaljujem izobraževanje na drugi stopnji, kjer svoje znanje še dodatno poglobljam.

Pomemben del mojega dela predstavlja psihološka podpora osebam s stomo. Zaposlena sem v INN, d.o.o., kjer si prizadevajo osebam s stomo omogočiti dostop do brezplačne psihološke podpore in svetovanja. Vesela sem, da imam v

okviru svojega dela priložnost sodelovati s SB Jesenice ter pomagati pacientom, ki se soočajo s pomembno življenjsko spremembo – življenjem s stomo. Verjamem, da posameznik v takšnih trenutkih, poleg strokovne zdravstvene oskrbe, potrebuje tudi varen prostor za pogovor, podporo in postopno prilagajanje na novo življenjsko situacijo.

Pri svojem delu mi je posebej pomembno ustvarjanje zupanja vrednega odnosa, v katerem se posameznik počuti slišane, sprejete in razumljene. Vsakemu človeku se posvetim celostno, strokovno in z veliko mero spoštovanja do njegove osebne zgodbe ter življenjskih izkušenj.

Nina Bartol

Vrv, ki povezuje dva svetova

V Splošni bolnišnici Jesenice me večina pozna v zeleni uniformi operacijskega bloka, z obvezno pisano kapico, ki pod močnimi lučmi dvorane doda kanček barve našemu delu. Delo operacijske medicinske sestre zahteva brezhibno koncentracijo, poznavanje instrumentov in predvidevanje vsakega kirurškega koraka. Ta sposobnost ohranjanja mirne krvi v kritičnih trenutkih je ključna tudi v gorskem reševanju.

Gore so moj drugi dom, moj razvoj v gorah pa se neustavljivo nadaljuje. Kot alpinistična inštruktorica že vrsto let delim ljubezen do vertikale in učim varno gibanje v steni. Pred kratkim pa sem svojo pot nadgradila še z nazivom inštruktorice gorskega reševanja. Ta dosežek je zaključek

dolgotrajnega procesa, ki zahteva leta aktivnega alpinizma, gorskega reševanja, številnih tečajev in izpitov pod mentorstvom najizkušenejših.

Moja želja po tem koraku izvira iz strasti do gora, nenehne potrebe po učenju ter zavedanja, kako pomembno je širiti znanje o varnem plezanju in učinkovitem reševanju. Verjamem, da lahko s svojim strokovnim znanjem iz zdravstva ter alpinističnimi izkušnjami pomembno prispevam k vzgoji prihodnjih generacij gorskih reševalcev in alpinistov.

Delo v gorski reševalni službi zahteva nenehno pripravljenost. Da bi bili v steni suvereni, se vse leto udeležujemo rednih letnih in zimskih vaj, kjer pilimo reševalno tehniko.



Plezanje v Sappadi



Ženski del ekipe Društva GRS Ljubljana



Pogled na Triglav

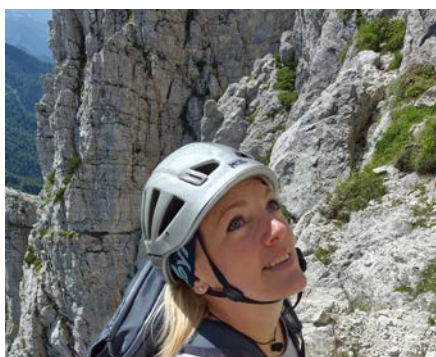
Veliko časa posvetimo tudi preventivi, varovanju na športnih dogodkih, nenehnemu izobraževanju iz prve pomoči ter promociji GRS. Poleg resnega dela pa nas družijo tudi močno tovarištvo. Skupne kondicijske ture, naj bo to plezanje ali turna smuka, so tiste, ki krepijo naše vezi. Brez medsebojnega zaupanja v hribih ne gre.

Moja pot pa ni bila vedno le v vlogi tiste, ki pomaga. Pred časom sem tudi sama doživela nesrečo v hribih in takrat sem pomoč potrebovala jaz. Pomagali so mi gorski reševalci, nato pa je za moje okrevanje poskrbela naša ekipa v operacijskem bloku Splošne bolnišnice Jesenice. Ta izkušnja mi je dala dragocen vpogled v to, kako se počuti pacient na

operacijski mizi ali poškodovanec v steni. Danes zato še bolj razumem tiste, ki jim hitim na pomoč. Zame sta operacijski blok in gorska stena zelo podobna. Povsod štejejo sekunde in povsod je ključno zaupanje ekipi. Moja izobrazba mi v gorah daje prednost pri oskrbi poškodovancev, alpinistično znanje in izkušnje pa mi omogočajo, da do njih pridem varno. Ta most med bolnišnico in steno je tisto, kar mojemu delu daje poseben smisel.

Ponosna sem, da sem del tega kroga pomoči. Največje plačilo pa ostaja preprosto: stisk roke ponesrečenca, ki smo mu varno pomagali nazaj k njegovim bližnjim.

Petra Hadalin, dipl. m. s.



V steni nad Vrščem



Vrtni dostop, vaja GRS



Zimska vaja GRS

Z ustvarjalnostjo, dobrodelnostjo in mednarodnim sodelovanjem lepšamo bolnišnične dni

V zimskih in pomladnih dneh je bil pediatrični oddelk še posebej živahen, saj smo poleg bazarja, učenja in ustvarjanja, v sklopu programa Erasmus gostili študentki zdravstvene nege iz tujine. Mednarodni obisk je prinesel dragoceno izmenjavo znanja in izkušenj, hkrati pa smo gostjama s ponosom predstavili uspehe našega dela z otroki in nedavnih dobrodelnih projektov.

V sklopu programa Erasmus smo na pediatričnem oddelku na strokovni izmenjavi gostili študentki zdravstvene nege iz Nemčije. Da bi obiskovalki čim bolj celostno spoznali naš način dela z najmlajšimi pacienti, sta se na pobudo njune mentorice Kemile Trako, magistrici zdravstvene nege, pridružili tudi dejavnostim v bolnišnični šoli. Z nami sta preživeli čudovit in pester dan, ki je bil priložnost za izme-

njavo številnih primerov dobrih praks iz obeh držav. Gostji sta tako od blizu spoznali, kako pri nas poteka vzgojno-izobraževalno delo v bolnišnični šoli in kakšen je način dela učiteljic Brigitte in Alenke, ki bolnišnično šolo tudi vodiva. Spoznali sta, kako pomemben del zdravljenja in celostne oskrbe predstavlja otrokova vključenost v šolske in ustvarjalne aktivnosti ter kako pomembno je, da je otrok vključen v šolske dejavnosti tudi v času bolnišnične oskrbe.

Med obiskom smo jima s ponosom predstavili naše ustvarjalno delo, ki je ključen del sprostitevno-terapevtskih dejavnosti na oddelku. Prav te unikatne izdelke, ki nastajajo pod spretnimi rokami otrok in njihovih staršev v bolnišnični šoli, smo namreč že drugo leto zapored ponudili na našem tradicionalnem dobrodelnem bazarju v decembru.

Ob tej priložnosti se želimo še enkrat iskreno zahvaliti vsem zaposlenim in obiskovalcem, ki ste z donacijami na bazarju podprli naš trud. Z zbranim izkupičkom smo v dveh letih dosegli čudovit cilj – kupili smo didaktični material, glasbene zvončke in glasbeni boben, material za ustvarjanje, slikovno smo opremili in polepšali prav vse bolniške sobe

na pediatričnem oddelku, da so te zdaj za otroke še toplejše in prijaznejše. Otroci so nastanjeni v tematsko opremljenih sobah (džungla, dinozavri, morje, vile, Sneguljčica in sedem palčkov, medvedek Pu, medvedki, vesolje, gozdne živali ...). Z našimi načrti pa še nismo zaključili, saj bomo počasi v nove podobe poskušali odeti tudi skupne hodnike in ambulate na pediatričnem oddelku. Sicer učiteljici redno skrbiva za okrasitev glavnih hodnikov bolnišnice, ki jo skrbno usklajujeva z letnimi časi. Želiva si namreč, da bi lepša in bolj domača okolica že ob samem prihodu v bolnišnico izzvala nasmešek tako pri malih in večjih pacientih ter njihovih obiskovalcih kot tudi pri vseh zaposlenih.

Ker si želimo, da naša komunikacija in povezovanje z vami tečeta še lažje, smo aprila pridobili svoj uradni elektronski naslov. Če nam želite karkoli sporočiti, z nami deliti svoje misli ali podpreti naša prihodnja prizadevanja, nam lahko po novem pišete na naslov bolnisnicna.sola@sb-je.si.

Veselimo se vaših sporočil in novih skupnih zgodb!

Alenka in Brigita, učiteljici bolnišnične šole



Predstavnici bolnišnične šole in študentka na bazarju



Študentki programa Erasmus in mentorica Kemila Trako

Iz prejšnjega tisočletja

Prejel sem kar nekaj pozitivnih odzivov na članek »Iz prejšnjega tisočletja«, ko smo objavili novico o novem čistilnem servisu. Upam, da mi bo moj cenzor dovolil, da tokrat začnem pri vrhu. Našel sem novico, ki je bila objavljena 7. avgusta 1998 v Gorenjskem glasu. Spominjam se še, da je bila pred mojih prihodom v SB Jesenice, pediatrija še v stavbi E, v drugem nadstropju. Bili so precej manjši prostori. Danes je to čisto nekaj drugega. Otroški oddelek se je preselil v nove prostore. Gradnja na vrhu obstoječe bolniške zgradbe se je začela jeseni 1997, nov, sodoben in otrokom prilagojen oddelek pa je bil dograjen v dveh letih.

Danilo Dvoršak

Petek, 7. avgusta 1998

DOBROTA NI SIROTA

Nov pediatrični oddelek na Jesenicah

Donatorji prispevali 3 milijone tolarjev

Pediatrični oddelek jeseniške bolnišnice bo eden najlepših perifernih oddelkov v Sloveniji.

Jesenice, 6. avgusta. Tako slabih in nefunkcionalnih prostorov, kot jih ima sedanji pediatrični oddelek jeseniške bolnišnice, ni nikjer v Sloveniji. Dve leti zbirajo denar za 1300 kvadratnih metrov novih prostorov, sobe s kopalnicami in stranišči, sobo za sprejem, intenzivno nego.

Pediatrični oddelek Splošne bolnišnice Jesenice si že vsaj dvajset let prizadeva, da bi obnovili prostore ali zgradili nove, da bi ustrezali vsaj najnujnejšim zahtevam sodobnega zdravljenja.

Razmere v sedanjih prostorih pediatrije na Jesenicah je treba videti in doživeti. Nekdaj so bili to stanovanjski prostori, zato so za vsakršno obliko zdravljenja povsem neprimerne, nefunkcionalne. Vodstvo pediatričnega oddelka se je vsa zadnja leta trudilo, da bi se kljub vsemu mali bolniki v njih dobro počutili, oselje jim je namenjal še več dodatne skrbi in poskrbelo za dobro oskrbo, a kljub temu so bile prostorske omejitve neznesne in se jih s še tako dobro voljo ni dalo premagati.

Samo nekaj podatkov za ilustracijo: ni oddelka v sodobni Evropi in tudi ne v Sloveniji, kjer bi bilo na 20 bolnišničnih postelj ena sama kopalnica in prav tako na 20 postelj eno samo stranišče! Kako nevzdržno šele postane tedaj, ko se matere odločijo, da so s svojimi bolnimi malčki noč in dan?

Pediatričnemu oddelku na Jesenicah je bila torej vsa minula desetletja odtegnjen osnovni pogoj za sodoben pristop k terapiji, saj so med drugim brez nujnega kisika in morajo vse improvizirati.

Med drugim so celo brez dvigala, v katerem bi bolnike lahko popeljali v druge oddelke bolnišnice in jih morajo nositi!

Če pomislimo, kako evropske deklaracije opredeljujejo pravice otrok do sodobnega zdravljenja, potem se mora vsak obiskovalec pediatričnega oddelka na Jesenicah zgro-



Sedanji oddelek pediatrije na Jesenicah je v starih stanovanjskih prostorih in je tako za 20 postelj na voljo le ena kopalnica in eno stranišče.



Dr. Lucija Odlasek - Kunstelj

ziti nad nemogočimi prostorskimi pogoji zdravljenja.

3 milijone solidarnostnih sredstev

Predstojnica oddelka dr. Lucija Odlasek - Kunstelj se je vrsto let trudila, da bi oddelek dobil nove prostore. Ob koncu letošnjega leta ali v začetku prihodnjega leta bo lahko zadovoljna, saj se tudi po njeni zaslugi in po njenem trudu in nenehnem zavzemanju za otroški oddelek odpira sodob-

na pediatrija, ki jo Splošna bolnišnica Jesenice gradi kot nadzidek nad bolnišnico. Ko predstojnica opisuje sedanje razmere na oddelku, med drugim pravi:

«Od leta 1992 se je na oddelku precej spremenilo tudi v tem smislu, da sprejemo otroke do 18. leta starosti. Spremenila se je tudi patologija. Zato so že do tedaj neprimerni prostori postali še hujše breme: otroci, stari 18 let, so bili v sobi skupaj z mlajšimi in hodili na isto stranišče kot majhni otroci. Vzdržali smo predvsem po zaslugi naših srednjih medicinskih sester, ki so najboljše, kar jih je. Biti srednja medicinska sestra na pediatričnem oddelku pomeni, da si z dušo in srcem pri bolnikih, saj jim ne nudiš le zdravstvene oskrbe, ampak tudi nadomeščaš materinsko toplino.

Zato smo izredno veseli novega pediatričnega oddelka, kjer bo vsaka soba imela svojo kopalnico in stranišče, kjer bo tudi nekaj nadstandarnih sob, kjer bo pediatrična intenzivna nega, ki terja za hudo bolne stalno kontrolo. Prostori so zares imenitni.

Nov pediatrični oddelek na 1.300 kvadratnih metrov povr-

šine ne potrebuje nobenih specialnih medicinskih aparatov, le najnujnejšo opremo. Vsi aparati so že v bolnišnici in vsi imajo dodatke, sonde tudi za male paciente. Ne potrebuje mo svojega ultrazvoka, ne aparatov za dihalne ali druge težave.

Mislim, da bo oddelek s tako patologijo zadostoval za naslednjih trideset let in bo eden najboljših perifernih pediatričnih oddelkov v Sloveniji.

Ob tem se zahvaljujemo vsem donatorjem, ki so prispevali za gradnjo novega pediatričnega oddelka.

Do zdaj smo zbrali 3 milijone tolarjev z različnimi dobrodelnimi akcijami, koncerti, prireditvami, samostojnimi prispevki posameznikov in drugih.

Ogledali smo si tudi prostore novega pediatričnega oddelka in lahko zagotovimo, da so res izredno lepi, funkcionalni, manjka le še oprema. Ob gradnji je bolnišnica dobila tudi dve dvigali, ki jih je nujno potrebovala.

Ob nadgradnji otroškega oddelka pa bodo pobelili tudi pročelje jeseniške bolnišnice, kajti njena fasada ni bila od izgradnje bolnišnice naprej še nikoli prebeljena.

D. Sedej

Naši novi upokojenci

Zinka Forčakovič

V začetku leta 2026 je v pokoj odšla naša dolgoletna sodelavka, Zinka Forčakovič, ki je bila dobrih 40 let nepogrešljiv člen naše prehranske službe.

Zinka je začela svojo pot kot pomočnica, nato se je skozi leta priučila dela v kuhinji. Delala je juhe, priloge, solate, nekaj časa je preživela tudi v slaščičarni. Njene jedi so bile vedno okusne. Nekaj časa je razveseljevala tudi obiskovalce menze. Spominjali se je bomo kot zabavne, šaljive, kolegialne sodelavke, ki je bila vedno pripravljena pomagati. Prav tako ji ni bilo nikoli težko poprijeti za katerokoli delo v kuhinji. Za nove sodelavce je vedno našla čas in jih z veseljem učila dela v kuhinji.

Hvala ti za vse, kar si dobrega doprinesla v naš kuhinjski kolektiv, predvsem pa hvala za veselje in smeh, ki si ga prinesla med nas.

Sedaj pa, draga Zinka, uživaj v zasluženem pokoju, neskončnih sprehodih in delu na vrtu. Želimo ti predvsem veliko zdravja, veselja, brezskrbnih dni in prijetnih voženj s kolesom.



Prehranska služba

Heleni Lindič Dolžan

Štirideset let predanih dni,
korakov tihih, a zanesljivih poti,
tam, kjer delo ni le dolžnost,
ampak srce, strokovnost in človečnost.
Vedno znova – vestna, predana,
v vsakem trenutku z mislijo na druge,
s toplino, ki zdravi tudi brez besed,
in znanjem, ki vliva mir.
Ko so prišle preizkušnje,
si jih nosila pogumno in dostojanstveno,
in kljub vsemu ostajala zvesta –
sebi, poklicu in ljudem.
Bila si več kot sodelavka,
bila si opora in zgled,
del ekipe, ki diha skupaj,
in ki te bo še dolgo nosila v spominu.

A tvoje poti se tu ne končajo –
svet te že kliče drugam,
med razglede, daljave in dogodivščine,
kjer boš pisala nove zgodbe.
In tam nekje v prihodnosti
se bodo zaslišali še nežni koraki –
najlepša vloga šele prihaja.
Draga Helena,
hvala za vse, kar si dala.
V timu KZO te bomo
velikokrat z mislijo obiskali –
in se s hvaležnostjo spomnili nate.



Sabina

Darja Noč

Pred natanko štirimi desetletji je skozi vrata SB Jesenice stopila sestra Darja – z nasmehom, ki bi lahko razsvetlil še tako temačen hodnik, in z mislijo, da bo delo pač ... delo. No, njeni prvi sodelavci v CITU so zelo hitro ugotovili, da so dobili nekaj precej boljšega: človeka, ki ne zna delati »na pol«, ampak vedno na polno – z glavo, srcem in (po potrebi) tudi z dodatno kavo.

Življenje pa se seveda ni pustilo motiti in je poskrbelo za tempo: otroci so prihajali eden za drugim. A Darjin nasmeh je rasel sorazmerno z družinskim urnikom. Če kdo misli, da je to zmanjšalo njeno energijo v službi, se očitno še ni srečal z njo. Ko je napočil čas za spremembo, je pogumno zavihala rokave in se podala na ginekološki oddelok, kjer se je počutila kot doma. Ker ji izzivi očitno nikoli niso bili tuji, se je preizkusila tudi v vodenju takratnega OZN oddelka in dokazala, da zna poleg vsega ostalega še odlično krmariti med ljudmi, situacijami in verjetno tudi kakšnim trmastim urnikom.

Seveda, Darja ne bi bila Darja, če ne bi čez čas začutila, da jo svet kliče drugam. Za kratek čas je odšla v drugo ustanovo – verjetno samo zato, da so tam lahko videli, kako izgleda prava delovna etika, in se nato vrnila. In ja, nasmeh? Še vedno tam. Morda celo večji.

Tokrat je pristala v ambulanti pri dr. Lopuhovi, kjer je, če verjamemo njenim zgodbam (in bilo jih je veliko), našla tisto pravo delovno srečo. O tem obdobju ni nikoli nehala govoriti. Iskreno – tudi mi smo radi poslušali, ker so bile zgodbe vedno začinjene s toplino, humorjem in kakšnim »notranjim« biserom.

Zadnja leta je delala na radiološkem oddelku, kjer je ostala to, kar je bila vedno: strokovna, vestna in natančna. Skratka – tista sodelavka, za katero si vsi želijo, da bi bila »v njihovi izmeni«.

Draga Darja, ko odhajaš v pokoj, imamo eno samo skrb: Kdo bo zdaj skrbel, da bo nasmeh na oddelku vedno na zalogi? A če te vsaj malo poznamo, vemo, da se ne poslavljaš, temveč samo seliš svoje talente na novo »delovno

mesto«, kjer boš še naprej organizirala, skrbela in (seveda) nasmejana vodila stvari.

Hvala za vse – za delo, za smeh in za energijo, ki očitno pri tebi ne pozna roka trajanja. Užij zasluženi pokoj ... če ti bo sploh uspelo pri miru sedeti!

Radiološki oddelok bo brez tebe verjetno še vedno stal, ampak priznajmo si, malo manj pokončno. Tisti tvoj pogled, ki je znal povedati »tole bomo naredili brez bližnjic«, bo ostal legenda oddelka. In ja, tudi tvoj humor, ki se je pogosto pojavil ravno takrat, ko je bil najbolj potreben.

Darja, tvoj odhod v pokoj ni konec zgodbe – je samo premestitev na oddelok »uživaj, kolikor lahko«. Tam ni nadrejenih, ni urnikov (razen tistih za kavo in kosilo), in kar je najpomembnejše – dopust je neomejen.

Čeprav si verjetno že delaš plan, kako boš zdaj imela »več časa«, te vsi, ki te poznamo, malo sumničavo gledamo. Ker vemo, da boš tudi v penziji našla način, da bo vse teklo kot mora – samo da bo tokrat po tvojih pravilih. Hvala, ker si bila – in ostajaš – Darja: nasmejana, predana, zanesljiva in tista, ki je vedno naredila še korak več, kot je bilo treba.

Srečno na novi poti!

... in kot se za pravo zgodbo spodobi, ima tudi ta čisto poseben »mednarodni« epilog.

Darja se ni samo upokojila, ona je stvar nadgradila. Preselila se je na Norveško! Ker, roko na srce, zakaj bi človek po štiridesetih letih predanega dela izbral nekaj običajnega, če lahko izbere fjorde, severni veter in še vedno dovolj velik prostor za njen legendarni nasmeh, ki ga bo od zdaj naprej imela samo za svoje otroke in vnuke.

A naj vas ne skrbi – vezi niso prekinjene. Daleč od tega. Vedno, ko jo pot zanese nazaj, nas obišče. In ne pride praznih rok. Ne, ne – Darja pride oborožena s čokolado.



Tako zdaj živimo v prijetnem pričakovanju, kdaj se bodo vrata odprla, vstopila bo Darja z nasmehom (nič manjšim kot pred štiridesetimi leti) in s čokolado v roki. In za tistih nekaj trenutkov bo spet vse tako, kot je bilo – malo bolj veselo, malo bolj domače in precej bolj sladko. Darja, hvala za vse – za leta predanosti, za smeh, za red (in redne opomine) ter za čokoladne obiske s severa. Če

je to penzija, potem si jo definirala po svoje – in to točno tako, kot smo od tebe pričakovali. Vrata ti bodo vedno odprta. Mi pa ... poskrbeli bomo, da bo tudi kava pripravljena. Za vsak slučaj.

Sodelavci oddelka za radiologijo

Breda Sodja

Breda se je v SB Jesenice zaposlila potem, ko si je nekaj izkušenj nabrala že v Domu dr. Janka Benedika v Radovljici. Vso empatijo je prenesla na ginekološko-porodniški oddelke in jo ohranjala vse do upokojitve.

Bila je naša mirna moč – vedno prijazna, natančna in izjemno strokovna. S svojo umirjenostjo je prinašala ravnotežje, s svojo doslednostjo zaupanje, kot mentorica pa je nesebično delila znanje in izkušnje. Mnogi so ob njej zrastle – strokovno in osebno. Bila je sodelavka z veliko začetnico. V lepem spominu nam bodo ostali nočni klepeti, iskreni pogovori in zaupanje, ki je med nami raslo skozi leta sodelovanja.

Draga Breda!

Zdaj prihaja čas zate – za hribe in razglede, za kolesarske poti, ki te napolnijo z energijo, za dolge sprehode s tvojo zvesto spremljevalko Kafko, za gledališke večere, kjer se sprostiš, za dobre knjige, ki te odnesejo v nove



svetove, ter za brezskrbna druženja s prijateljicami in pravi odklop od vsakdana.

Naj bo novo poglavje polno zdravja, miru in radosti.

»Vsak vrh je nov začetek – razgled, ki ga dosežemo, pa nas opomni, kako daleč smo že prišli.«

Z globokim spoštovanjem in toplimi željami,

kolektiv ginekološko-porodniškega oddelka

Tatjana Tušar

Ob upokojitvi naše dolgoletne sodelavke in vodje Službe za organizacijo in kadre SB Jesenice, Tatjane Tušar, se težko odločimo, kje sploh začeti. Njena poklicna pot v naši ustanovi je bila namreč vse prej kot dolgočasna – prej bi lahko rekli, da je bila prava »mini enciklopedija bolnišničnih poklicev«.

Začela je kot knjigovodja drobnega inventarja in verjetno že takrat vedela za vsako mapo, spenjač in obrazec, ki je krožil po bolnišnici. Nadaljevala je kot fakturistka, nato pa jo je pot hitro zanesla tudi v računalniške vode – od računalniškega tehnika do računalničarke in kasneje upravljalke aplikacij v informatiki. V času, ko so bili računalniki še precej bolj muhasti kot danes, je marsikomu rešila kakšen »nujno – ne dela« trenutek.

Skozi leta je prevzela vedno več odgovornosti in dokazala, da se znajde tako med številkami kot med ljudmi. Delovala je kot kadrovske referent, strokovna sodelavka za upravno-pravne zadeve in nato skoraj deset let vodila službo za organizacijo in kadre. Če bi obstajalo mesto »oseba, ki ve vse«, bi ga brez težav lahko zasedla prav ona. V vseh teh letih je bila sodelavka, na katero smo se lahko obrnili, ko smo iskali odgovor, rešitev ali pa samo nekoga, ki zna stvari urediti mirno, odločno in učinkovito. Njene bogate izkušnje, neposrednost, občutek

za ljudi in organizacijo ter nešteto ur predanega dela, so pustili pomemben pečat v naši bolnišnici.

Ob njenem odhodu v pokoj se zavedamo, da ne izgubljammo le vodje, ampak tudi sodelavko, ki je poznala (skoraj) vse pro-

cese, veliko ljudi in verjetno tudi kakšno zgodbo, ki bo ostala legendarna še dolgo po njenem odhodu.

Draga Tatjana, hvala, ker si bila naša vodja, ki je glasno branila svojo ekipo, nas bodrila s humorjem, nasmehom, kančkom simpatične raztresenosti in s klici naših imen iz tvoje pisarne. Želimo ti, da tvoj pokoj zveni kot tvoja najljubša bossa nova – sproščeno, toplo in polno ritma. Naj te pot kmalu znova popelje na Kubo, tvoji dnevi pa naj bodo prežeti z vrhunsko kulinariko, ustvarjanjem na vrtu, družbo tvojih najdražjih ter zimami, polnimi zasneženih kilometrov in sončnih trenutkov.

Hvala ti za vse skupne trenutke v pisarni, zdaj pa pogumno stopi novim potovanjem naproti. Srečno!

Sodelavci Službe za organizacijo in kadre SB Jesenice



Prim. mag. sc., Primož Vidali, dr. med., spec. int. (1928–2025)

Ob slovesu od našega cenjenega kolega, zdravnika, predstojnika internega oddelka, učitelja in človeka izjemne strokovne ter človeške širine, se s spoštovanjem spominjamo njegove življenjske poti in neizbrisnega prispevka slovenski medicini.

Rodil se je 14. januarja 1928 v Mengšu. Leta 1947 se je vpisal na Medicinsko fakulteto v Ljubljani, ki jo je z odličnim uspehom zaključil leta 1952. Že v prvem letniku študija je bil nagrajen kot najboljši študent letnika, kar je napovedovalo njegovo izjemno poklicno pot.

Po končanem študiju in strokovnem izpopolnjevanju se je posvetil interni medicini. Specializacijo je opravljal med letoma 1956 in 1960 ter 22. oktobra 1960 uspešno opravil specialistični izpit iz interne medicine na Medicinski fakulteti v Ljubljani. Svoje poklicno življenje je skoraj v celoti posvetil Internemu oddelku Bolnišnice Jesenice, kjer je deloval kot specialist internist, posebej predan področju gastroenterologije.

Svoje znanje je nenehno poglobljal in ga nadgrajeval doma ter v tujini. Podiplomski študij je nadaljeval na Medicinski fakulteti v Zagrebu, kjer je leta 1980 zagovarjal magistrsko delo in pridobil naziv magister interne medicine. Izpopolnjeval se je tudi v Nemčiji ter aktivno sodeloval na številnih mednarodnih kongresih.

Leta 1972 je postal predstojnik Internega oddelka Bolnišnice Jesenice. Pod njegovim vodstvom je oddelek uvedel sodobne strokovne metode dela, subspecialistično organizacijo internistične dejavnosti ter organizacijo urgentne medicine. Posebej si je prizadeval za razvoj gastroenterologije in endoskopske diagnostike. Združenje gastroenterologov Jugoslavije mu je leta 1975 v Beogradu podelilo naziv specialist gastroenterolog.

Bil je avtor številnih strokovnih del s področja gastroenterologije, cenjen mentor mladim zdravnikom in sodni izvedenec medicinske stroke za področje interne medicine. Njegovo delo in predanost stroki sta bila večkrat priznana. Leta 1987 je prejel naziv primarij. Bil je častni član Slovenskega zdravniškega društva in Združenja internistov Slovenije, predsednik Gorenjskega zdravniškega društva ter prejemnik Zlatega prstana Slovenskega zdravniškega društva za Gorenjsko.



Od leta 1990 je vodil Združenje internistov Slovenskega zdravniškega društva ter pomembno prispeval k povezovanju internističnih strok in vključevanju slovenske medicine v evropski strokovni prostor. Organiziral je številne kongrese in strokovna srečanja ter neutrudno skrbel za strokovni razvoj internistov in napredek medicine.

V spominu bo ostal kot vrhunski zdravnik – internist, spoštovan strokovnjak, predan mentor in človek z izjemnim občutkom za sočloveka. S svojim delom je zaznamoval številne generacije zdravnikov in bolnikov ter pustil trajen pečat v slovenski medicini.

Njegovo življenje se je izteklo v Bolnišnici, in to v sobi na oddelku, katerega je vodil leta, v sobi, v kateri je ničkolikokrat opravljal vizite, posege. Umrli je, če lahko tako napišem, doma.

Njegov spomin bo ostal med nami v globokem spoštovanju in hvaležnosti.

***Prim. Igor Rus, dr. med.,
predstojnik internistične službe***

Dragi Petri v slovo

Nenadoma nas je pretreslo prehitro slovo naše draga sodelavke in upokojenke Petre Pirman.

Petra Pirman je svojo poklicno pot v Splošni bolnišnici Jesenice začela leta 1982 na kirurškem oddelku. V naši bolnišnici je opravljala pripravništvo in 23. novembra 1983 uspešno opravila strokovni izpit. Veliko let je bila predana in srčna medicinska sestra, ki je razumela težave pacientov. Bila je vedno nasmejana, srčna, empatična in do sodelavcev zelo kolegialna. Zaradi zdravstvenih težav je svoje delo opravljala v okulistični ambulanti, kjer je pridobila specialna znanja. Njeno strokovno področje je bilo tudi ginekologija in porodništvo. Svoje znanje in izkušnje je s pridom uporabljala v sterilizaciji in enoti za naročanje.

Paciente je vedno z nasmehom in dobro voljo sprejela, ogovorila in jim pomagala. Zadnja leta je bila nepogrešljiva na informacijskem pultu bolnišnice. Bila je prvi stik s pacienti, ki so prišli v bolnišnico. S svojo pozitivno energijo jih je znala pomiriti in usmeriti v pravo ambulanto ali oddelek. Pacienti so bili hvaležni za njeno prijaznost in prejeli smo

veliko pohval, v katerih so jo še posebej izpostavili. Bila je sodelavka in medicinska sestra s srcem.



Svoje delo je opravljala s ponosom, 20. septembra 2021 se je upokojila. Veliko časa je preživela s svojo družino, rada je imela tudi živali. Bila je vesela upokojenka, nasmejana smo jo pogosto srečali bodisi v trgovini ali pa nekje na sprehodu. Njena pozitivna energija in velik nasmeš na obrazu nam bosta ostala v spominu za vedno.

Petra pogrešali te bomo zelo, pogrešali tvoj nasmeš in topel pozdrav ob vstopu v bolnišnico. Svojcem izrekamo iskreno sožalje.

Naj ti bo lepo za mavrico ...

Sodelavke in sodelavci

Dodatek za delo v soboto?

Številnim javnim uslužbencem, ki morajo delati tudi v soboto, ne pripada noben dodatek. Sobotno delo je torej ovrednoteno enako kot delo od ponedeljka in petka. To bi se lahko kmalu spremenilo. Sobota v Sloveniji ni uradno določena kot dela prost dan, razen če pade na katerega od državnih praznikov. Kot izjemo jo obravnavajo le nekatere kolektivne pogodbe, v katerih je posebej določeno, da šteje kot dela prost dan ali da ima krajši delavnik (npr. do 13. ure). V javnem sektorju dodatek za delo v soboto ni določen kot samostojen dodatek, ampak se obračuna kot delo preko polnega delovnega časa (če sobota ni dela prost dan), in sicer v višini 30 odstotkov urne postavke osnovne plače. Če pa je sobota dela prost dan (praznik), se obračuna dodatek za dela prost dan. Torej se delo v soboto šteje kot nadurno delo, kar pa velja le za tiste, ki imajo po pogodbi o zaposlitvi delo razporejeno kot enakomeren delovni čas.

Razlikovanje med uslužbenci nepravilno?

A kot je med pobudami vladi opozoril eden od državljanov, je v Sloveniji veliko javnih uslužbencev, ki imajo neenakomeren delovni čas in morajo zaradi narave dela le-tega opravljati tudi v soboto. Med te sodijo zaposleni v zdravstvu, reševalnih službah, policiji, gasilcih, pravosodni policiji ... Takšnim uslužbencem ne pripadajo nobeni dodatki in jim delo v soboto pomeni enako, kot da bi delali en dan od ponedeljka do petka – njihovo delo se ne šteje kot delo preko polnega delovnega časa. Državljan tako predlaga, da bi se takšnim javnim uslužbencem, podobno kot za nedeljsko delo, tudi za sobotno delo povišala urna postavka oziroma dodal primeren dodatek. Z zakonom je trenutno določeno, da za delo v nedeljo ali prost dan (torej praznik) uslužbencu pripada dodatek v višini 90 odstotkov.

Torej bi morali tisti, ki imajo neenakomeren delovni čas, za delo v soboto, že zaradi nujne narave dela, odsotnosti od družine itd, prejemati vsaj delni dodatek, je prepričan pobudnik. Nepravilno je, da uslužbenci z enakomernim delovnim časom ob morebitnem delu v soboto prejmejo določen znesek, uslužbenci z neenakomernim delovnim časom pa nobenega. Poudariti je potrebno,

da uslužbenec z enakomernim delovnim časom opravlja dela in naloge v sklopu 40 ur na teden (redno delo), v primeru prihoda v soboto dobi nato izplačilo za opravljene nadure, uslužbenec z neenakomernim delovnim časom pa včasih opravi tudi po 50 ur ali več na teden (v sklopu rednega dela) in ker imajo večinoma vsi t.i. referenčno obdobje, se višek opravljenih ur kompenzira s tem, da te delodajalec čez teden (od ponedeljka do petka) pusti prostega doma in ti tako zmanjša število opravljenih nadur. Takšen uslužbenec je nato prikrajšan za polno izplačilo nadur, za delo v soboto pa ne prejme nobenega dodatka.

Vsak javni uslužbenec bi torej po njegovem mnenju moral prejeti dodatek za delo tudi v soboto, ne glede na to, ali imajo enakomeren ali neenakomeren delovni čas.

Že zdaj deset dodatkov

Kot so odgovorili z Ministrstva za javno upravo, trenutni zakon o skupnih temeljih sistema plač v javnem sektorju že predvideva številne dodatke. Našteli so jih kar deset: položajni dodatek, dodatek za delovno dobo, dodatek za mentorstvo, dodatek za specializacijo, magisterij ali doktorat, če to ni pogoj za zasedbo delovnega mesta, dodatek za dvojezičnost, dodatki za manj ugodne delovne pogoje, ki niso upoštevani v vrednotenju delovnega mesta ali naziva, dodatki za nevarnost in posebne obremenitve, ki niso upoštevane v vrednotenju delovnega mesta ali naziva, dodatki za delo v manj ugodnem delovnem času, dodatek za pripravljenost in dodatki za prepovedi in omejitve.

Plačni sistem je bil dogovorjen z večino sindikatov javnega sektorja, nov plačni zakon, ki je bil sprejet v državnem zboru, pa se izvaja od 1. januarja 2025. S tem so na ministrstvu za javno upravo med vrsticami povedali, da za zdaj ostane tako, kot je dogovorjeno. A hkrati priznali, da je ideja zrela za razmislek o spremembah v prihodnje: Predlog bomo proučili ob naslednjih spremembah plačnega sistema.

Javnim uslužbencem se torej nekoč morda obeta tudi sobotni dodatek v slogu nedeljskega.

Danilo Dvoršak

Napredovanje javnih uslužbencev, ki so dlje časa odsotni

Ste vedeli, da se lahko v javnem sektorju napreduje le na podlagi obdobja zaposlitve? Bolniške ali porodniške odsotnosti ter druge odsotnosti z dela nimajo nobenega vpliva.

Leta 2024 je bil v javnem sektorju uveden Zakon o skupnih temeljih sistema plač, ki je predpisal sistem avtomatskega napredovanja po poteku predpisanega časovnega obdobja za napredovanje. Napredovanje v novem sistemu je bilo v primerjavi s prejšnjo ureditvijo poenostavljeno. Torej, čisto preprosto, javni uslužbenec vsakokrat napreduje za en plačni razred. V prvi do tretji plačni razred delovnega mesta tako lahko napreduje vsakič po dveh letih, v četrti do sedmi plačni razred delovnega mesta vsakič po nadaljnjih treh letih, v osmi in nadaljnji plačni razred delovnega mesta pa vsakič po nadaljnjih štirih letih.

Časovno obdobje je torej postalo ključ za napredovanje, ki tako teče od prve zaposlitve v javnem sektorju, od zadnjega napredovanja v višji plačni razred oziroma od prekinitve časovnega obdobja za napredovanje. Žal pa v zakonu ni nobene določbe o napredovanju v javni upravi glede na prisotnost zaposlenega. Med predlogi vladi se je tako znašlo mnenje nekega sindikalista, ki meni, da napredovanja v plačne razrede ni smiselno za tiste, ki so veliko oziroma precej pogosto bolniško odsotni ali na porodniškem dopustu. Opozoriti je hotel samo to, da bi bilo treba napredovanje v javni upravi pogojevati s prisotnostjo na delovnem mestu in delom.



Seveda se Ministrstvo za javno upravo ni kaj veliko ukvarjalo s predlogom. V svojem odgovoru je pobudnika spomnilo, da zakonske določbe tega ne upoštevajo.

Njihova obrazložitev je bila sledeča:

Odgovor na vprašanje, kdaj bo javni uslužbenec napredoval v višji plačni razred v novem plačnem sistemu, je odvisen od tega, kdaj mu je začelo teči časovno obdobje za napredovanje in za katero njegovo napredovanje gre. Pri tem pa iz zakonskih določb ne izhaja, da bi na časovno obdobje za napredovanje vplivala odsotnost javnega uslužbenca, saj se v časovno obdobje šteje obdobje zaposlitve, ne pa obdobje efektivnega opravljanja dela. Iz navedenega izhaja, da tudi javni uslužbenci, ki so daljše časovno obdobje odsotni, so pa izpolnili časovno obdobje za napredovanje, napredujejo za en plačni razred.“

Za zaključek se sprašujem, če se vam, ki kdaj preberete moje zapise v časopisu BOLJE to zdi pošteno? Vesel bi bil kakršnegakoli odgovora, ki mi ga lahko posredujete na moj e-naslov ali pa kar osebno. No, saj veste kje me najdete ...

Danilo Dvoršak

ODKLOP

Marjan sedi zavaljen v fotelj in reče ženi, ki dela kot medicinska sestra v bolnišnici: »Draga moja, če bom kdaj v umetni komi in bom odvisen samo od aparatov, prosim te, odklopi vse, kar me drži pri življenju.«

»Seveda bom,« mu odgovori žena. Ugasne televizor in mu vzame iz rok daljinca in pivo.

KADILEC

Zdravnik vpraša pacienta: »Kadite?«

»Ja, vsakič po seksu,« reče pacient.

»Se vidi. Pljuča imate kot nova.«

ŠTUDENT MEDICINE

Pepca vpraša sosedo: »Ti, kdo pa je tisti čedni fant, ki si ga zjutraj pospremila iz stanovanja?«

»Ah, to je študent četrtega letnika medicine.«

»Redni?«

»Ne. Samo kadar je mož na službenem potovanju.«

V VRTCU

Žena Slavka je medicinska sestra in je stalno v službi, mož Marko pa prvič pride po otroka v vrtec.

»Kateri pa je vaš?« ga vpraša vzgojiteljica.

»Vseeno mi je, katerega mi daste,« je jasno rekel Marko,

»tako ali tako ga bom jutri pripeljal nazaj.«

ZALIVANJE ROŽ

»Tomaž, a ne bi zalil rož na našem vrtu?«

»Mila moja, a ne vidiš, da že dve uri pada dež.«

»Dobro, pa vzemi še dežnik s seboj.«

AVTOBUS

Čakata blondinki na avtobus.

Prva vpraša drugo: »Na kateri avtobus čakaš?«

»Na številko 1,« pravi druga, »na katerega pa ti?«

»Na številko 3,« odvrne prva.

Pripelje se avtobus 13.

»Super!« reče prva blondinka, »zdaj greva pa lahko skupaj!«



RECEPT ZA HUJŠANJE

»Preden se za večerjo lotim svinjske pečenke, jo dam na tla in jo preskočim.«

»Zakaj pa to?«

»Pravijo da se shujša, če preskočiš večerjo.«

GINEKOLOŠKI ASISTENT

Franci na vhodu v ljubljanski zavod za zaposlovanje zagleda oglas za ginekološkega asistenta. Stopi do uradnice za sprejemnim okencem in jo zaprosi za več informacij.

»Vaše delo bi bilo, da pacientke pripravite za pregled. Najprej jim pomagata sleči perilo, potem leči na stol in jim nato umijete še intimne dele. Nanesete še peno za britje in jim obrijete sramne dlake. Na koncu vtrete balzam v določene dele telesa, da so pacientke pripravljene za pregled. Plača je odvisna od števila pacientk, vendar ni nižja od 4000 EUR bruto. Če ste zainteresirani, se kar odpeljite v Brežice!«

»Ali je ginekološka ordinacija v Brežicah?«

»Ne, ne. Tam je samo konec vrste čakajočih za to delo ...«

Danilo Dvoršak

Seznam donatorskih sredstev

PREJETE DONACIJE FIZIČNIH OSEB

Datum:	Donator:	Znesek v EUR:
19/02/2026	Plevel Tomaž, ulica 4. oktobra 10, Cerklje na Gorenjskem	200,00
22/05/2026	Vidali Marija Gabrijela, Šubljeva ulica 33, Mengeš	500,00
SKUPAJ		700,00

PREJETE DONACIJE PRAVNIH OSEB

Datum:	Donator:	Znesek v EUR:
09/12/2025	SRC Infonet d.o.o., Cesta na Okroglo 7, Naklo	1.200,00
09/12/2025	NOVO NORDISK, trženje farmacevtskih izdelkov, d.o.o., Ameriška ulica 2, Ljubljana	600,00
11/12/2025	ROCHE farmacevtska družba d.o.o., Stegne 13g, Ljubljana	300,00
16/12/2025	Smart Com d.o.o., Brnčičeva ulica 45, Ljubljana	300,00
18/12/2025	ROCHE farmacevtska družba d.o.o., Stegne 13g, Ljubljana	2.500,00
05/01/2026	Metalka Media, d.o.o., cesta v Gorice 34c, Ljubljana	1.000,00
05/01/2026	Metalka Media, d.o.o., cesta v Gorice 34c, Ljubljana	1.050,00
25/02/2026	SZSV SBJ, cesta maršala Tita 112, Jesenice	100,00
25/02/2026	SRC Infonet d.o.o., Cesta na Okroglo 7, Naklo	2.200,00
25/02/2026	Medicinstal d.o.o., Pod Strahom 48a, Škofljica	500,00
02/03/2026	PD Medical, Poslovna cona A 10, Šenčur	579,60
06/03/2026	Amgen zdravila d.o.o., Ameriška ulica 2, Ljubljana	2.471,00
12/03/2026	Medis, farmacevtska družba, d.o.o., Brnčičeva 1, Ljubljana-Črnuče	1.300,00
18/03/2026	Meditrade d.o.o., Brnčičeva ulica 17b, Ljubljana-Črnuče	650,00
18/03/2026	Metalka Media, d.o.o., cesta v Gorice 34c, Ljubljana	1.012,80
23/03/2026	Mark Medical d.o.o., Partizanska cesta 109, Sežana	2.600,00
23/03/2026	Medis, farmacevtska družba, d.o.o., Brnčičeva 1, Ljubljana-Črnuče	620,00
30/04/2026	Bayer d.o.o., Bravničarjeva ulica 13, Ljubljana	2.500,00
04/05/2026	Metalka Media, d.o.o., cesta v Gorice 34c, Ljubljana	1.200,00
07/05/2026	KRKA, tovarna zdravil, d.d., Šmarješka cesta 6, Novo mesto	3.800,00
15/05/2026	Četrta pot d.o.o., Planina 3, Kranj	1.200,00
28/05/2026	ROCHE farmacevtska družba d.o.o., Stegne 13g, Ljubljana	2.500,00
SKUPAJ		30.183,40

PODARJENO BLAGO

Datum:	Donator:	Donacija:	Kol.:
dec. 2025-maj 2026	Tosama d.o.o., Vir, Šaranovičeva cesta 35, Domžale	darilni paketi ob rojstvu	396

Pohvale

Ob tej priložnosti želim izraziti zahvalo in pohvalo celotnemu osebju Splošne bolnice Jesenice za izvrstno izvedeno operacijo kolka ter za vso strokovno in človeško podporo v času zdravljenja.

POSEBNA ZAHVALA GRE OSEBJU KIRURŠKEGA ODDELKA z dr. Silvestrom na čelu, ki je s svojo predanostjo, strokovnostjo in prijaznostjo dokazal, da je ekipa resnično mojstrska na svojem področju.

Hvaležen sem za vrhunsko opravljeno delo ter za profesionalen, srčen in spoštljiv odnos vseh zaposlenih. Takšna ekipa zasluži vso pohvalo.

Rada bi se zahvalila ekipi na pediatričnem oddelku, ki naju je s hčerko v petek, 8. 5. ponoči, sprejela v obravnavo. Prijaznost, toplina, empatija in predvsem človeškost, ki sva je bili deležni, bosta z mano za vedno. Odslej me ne bo več tako strah bolnišnice, saj vem, da so tam čudoviti ljudje. Prosim posredujte zahvalo sestram in pediatrijama. Zares hvala za tako lep sprejem, odnos in tudi darilo – plišasto igračko, ki jo je dobila hčerka. Ves čas jo ima pri sebi in tudi njej je sicer zoprna izkušnja, ostala v lepem spominu. Še danes pravi, da si ni predstavljala, da zna biti v bolnišnici potem tudi prijetno – ko malo minejo znaki, zaradi katerih prihajaš tja.

Najlepša hvala za prijaznost in vso podporo. Super ekipa ste.

V petek sem bil obravnavan v vaši bolnišnici na oddelku za radiologijo (storitev 1740 CTA). Povsod, brez izjeme, od glavne sprejemne pisarne, sprejemne pisarne na oddelku za radiologijo, pripravljalne ambulantne in pri CT sem bil lepo sprejet. Celoten postopek je potekal hitro, tekoče brez kakršnegakoli daljšega čakanja. Osebje je bilo prijazno, komunikativno. In še preden sem prišel domov, sem imel na portalu zVEM že izvid CT diagnostike. Vsem izrekam iskreno zahvalo za takšen odnos do pacientov. Domov sem odšel vesel, zadovoljen.

Ob pregledu kolonoskopije želim povedati, da sem bila izjemno presenečena, zadovoljna in hvaležna za ves postopek od vhoda v bolnišnico do odhoda od vas. Iskrena zahvala in hvaležnost zaradi izvedbe postopka in osebnega pristopa gospoda zdravnika Janeza Breznika in DMS ge. Gregorčič. Pokazala sta človečnost, empatijo in vse to, kar bolniki potrebujemo. Vem da je SBJ institucija, ki resnično skrbi za vse nas in nikoli ne pozabi, da k vam pridemo ljudje, ki smo potrebni pomoči. Srčna hvala vam vsem skupaj za to. Hvala, ker ste.

Bila sem na pregledu pri zdravnici Vidičevi. To je zdravnica z veliko začetnico!!! Čudovit človek, zdravnik, ki si vzame čas za pacienta, seveda tudi sestre zaslužijo pohvalo. Pa gospa v laboratoriju. Skratka, vaša bolnišnica je ustanova, ob kateri se lahko drugi učijo prijaznosti, strokovnosti, skratka enkratni ste. Hvala.

Pripotovala sem iz Maribora. Kljub daljavi mi ni žal, da sem prišla v bolnišnico Jesenice. Že predhodni telefonski pogovori – naročanje, informacije, so bili izredno prijazni. Posebej pa se zahvaljujem sestri Nini in sedaj po pregledu tudi Janji Borič, dr. med., za tople, umirjen sprejem in natančen pregled s sprotnimi pojasnili. Hvala, da se tako predano posvečate, verjamem, da vsakemu pacientu, ki potrebuje pomoč v vaši nevrolški ambulanti.

								REVIJA BOLJE	IGRALNIŠKO MESTO V NEVADI	JEKLENI KONJČEK	LUKNJAST MLEČNI IZDELEK	PESEM FRANCETA PREŠERNA	OSNOVNA KOLIČINA	ČEVELJS KOLESCI
								NEMSKI MATEMATIK IN ŠAHIST (EMANUEL)						
								NATOVA LETALSKA BAZA V ITALIJI						
								GRAD PRI CERKLJAH NA GORENJSKEM						
								VALENTIN OMAN			DRAMATURGINJA RATEJ	THOMAS ELIOT PREBIVALEC SAVE		
								TAJNI VOJAŠKI ODPOSLANEC						
								VISOKA VZPETINA JEKLENA VRV PRI JADRNICI					TRAVNIŠKA ZDRAVILNA RASTLINA	PRVA POMOČ: KRAŠAN, IASI, KASIDA
														ČRESLOVA KISLINA
REVIJA BOLJE	NASLOVLJENKA PISMA	STARIN. GLASBILO, PREDNIK KLAVIRJA	ITAL. FILM. REŽISERKA (LILIANA)	KOSTUMOGRAFGA VOGELNIK	BANČNI DEPOZIT	TOM CRUISE	MESTO V ROMUNIJI VELIKO LETALO				NEKD. NOVINAR KANONI KRAJ PRI OPATJI			
KDOR KAJ SPREJME ALI V KAJ PRIVOLI										TROPSKA OVIJALKA PREDEL, OBMOČJE				
PRETIRANO NATANČEN ČLOVEK										MESTO V DALMACIJI PO NJEJ SE PRETAKA KRI				
MANJŠI EL. MODEL ZNAMKE CUPRA						ROGOZNICA MESTO V ITALIJI						KLEMENILOVAR ARABSKA PESNIŠKA OBLIKA		
PEVKA IN KITARISTKA HREN				PREBIVALCI KOPNEGA SREDI MORJA							GLIVIČNA BOLEZEN NA VINU IGRALEC SINATRA			
POTOMEČ				PUSČAVA V SREDNJI AZIJI POLITIK PIJADE					PRVA GR. ČRKA FRANC. PISATELJ (EMILE)				MADŽAR. FILMSKA IGRAČKA KOVATS	BARVA IGRALNIH KART
NEKD. FILMSKI IGRALEC TAMIROFF					POKRIVALO KMEČKIH ŽENA DEL TEDNA					PARTSKI KRALJ ANG. SVETLO PIVO				
TOLE			PUSTOLOVSKO POTOVANJE PLOŠČINSKA MERA								VERDIJEVA OPERA ALES ZALAR			
NAŠ BOTANIK (FRANC)							STROJ ZA GLAJENJE TKANIN							
MESTO NA VZHODNI OBALI SICILIJE							AVTOR: MARKO DREŠČEK	FREZALO, ORODJE ZA REZKANJE						

NAGRADNA KRIŽANKA

Geslo pravilno rešene križanke pošljite do 10. 7. 2026 v zaprti kuverti na naslov:

Uredniški odbor Bolje, Splošna bolnišnica Jesenice, 4270 Jesenice.

Nagrade so zagotovljene.

RECEPT

Polpeti s sardelo in krompirjem

V toplejših mesecih pogosto posegamo po lahkotnih in preprostih obrokih. Na voljo imamo več sveže zelenjave in sadja, pa tudi ribe se večkrat znajdejo na naših jedilnikih.

Za vse, ki iščete način za redno vključevanje rib v svojo prehrano, danes predstavljamo pogosto zapostavljene sardele. Kot predstavnice mastnih morskih rib so izjemen vir esencialnih večkrat nenasičenih omega-3 maščobnih kislin. Te spojine ohranjajo zdravje srca in vida, podpirajo kognitivne sposobnosti, obenem pa pozitivno vplivajo na uravnavanje krvnega tlaka in količino trigliceridov v krvi.

Enostavne in priročne so lahko konzervirane ribe, ki so dostopne in pogosto bolj hranilne kot sveže ribe. Vabljeni, da z nami pripravite polpete iz sardel in krompirja. Servirate jih lahko s svežo zelenjavo in jogurtovo omako po okusu.

SESTAVINE:

- 300 g krompirja
- 2 konzervi sardel v olju (cca 200 g)
- 1 mlada čebula
- 4 stroki česna
- 10 g peteršilja
- sok ¼ limone
- 2 žlici drobtin
- poper
- sol



PRIPRAVA: Najprej skuhamo krompir v zadostni količini slane vode. Med kuhanjem krompirja nasekljamo čebulo, česen in peteršilj. Dodamo sardele, drobtine, sok limone in začimbe. Ko je krompir kuhan, ga dodamo k preostalim sestavinam in vse skupaj z vilico temeljito pretlačimo v homogeno maso. Nato oblikujemo polpete poljubne velikosti in jih zložimo na pekač, ki smo ga prej obložili s papirjem za peko. Da bi si olajšali oblikovanje polpetov, lahko zmes predhodno postavimo v hladilnik za približno eno uro. Pečemo jih v predhodno ogreti pečici na 180 °C približno 15 do 20 minut, pri čemer jih na polovici časa pečenja enkrat obrnemo, da se enakomerno zapečejo.

Recept zadošča za pripravo 15 polpetov.

Pa dober tek!

Pripravila: Katja Balanč, dipl. diet., pripravnica

