

## OBVLADOVANJE STRESA PRI ZAPOSLENIH V ZDRAVSTVU

Obvladovanje stresa pri zaposlenih v zdravstvu je interaktivna učna delavnica **SIM** centra Zdravstvenega doma Ljubljana.

**KOMU JE NAMENJENA:** Zdravnikom, medicinskim sestram, celotnim zdravstvenim timom, študentom medicine in zdravstvene nege, s ciljem izboljšanja varnosti pacientov in učinkovitosti zaposlenih.

Učna delavnica je namenjena še posebej medicinskim sestram, ki so zaposlene na delovnih mestih, kjer morajo pogosto samostojno ukrepati brez zdravnika (urgentni oddelki, medicinske sestre v prehospitalu / reševalci, medicinske sestre v domovih za starejše, patronažne medicinske sestre, ...). Zaradi tega so še bolj intenzivno izpostavljene stresorjem na delovnem mestu.

**POTEK IN VSEBINA USPOSABLJANJA:** V programu usposabljanja, ki je praktično naravnano, udeleženci pridobijo ustrezna znanja iz vsebin prepoznavna stresorjev v zdravstvu ter reakcije na slednje.

**Udeleženci se naučijo uspešnih tehnik obvladovanja stresa na delovnem mestu.**

Usposabljanje poteka v obliki podajanja kratkih teoretičnih vsebin, delavnic z učenjem ročnih spretnosti in veščin ter naprednih simulacij, kjer lahko udeleženci modula združijo vso pridobljeno znanje. Svoje uspehe potrdijo in preverijo na koncu modula ob »debrifingu«, kjer na posnetku scenarijev spoznajo svoje prednosti ter navsezadnje tudi pomanjkljivosti. Ves čas modula se posameznikovo znanje tudi evalvira. Udeleženec modula na koncu prejme potrdilo z osvojenimi kompetencami na modulu.

### PROGRAM STROKOVNEGA SREČANJA:

ČASOVNICA	VSEBINA	NAČIN IZVEDBE
08:50 – 09:00	Registracija udeležencev	
09:00 – 10:30	Stres v zdravstvu	predavanje
	Obvladovanje stresa	predavanje
	Merjenje stresorjev na delovnem mestu	delavnica
	Obvladovanje stresa na delovnem mestu	predavanje
10:30 – 10:45	Odmor	
10:45 – 12:00	Tehnika obvladovanja stresa	predavanje
12:00 – 13:15	Odmor s pogostitvijo	
13:15 – 16:00	Obvladovanje stresa pri zaposlenih v zdravstvu	simulacije
16:00 – 17:00	Debrifing	

**PRIDOBLEJENE KOMPETENCE MODULA:** Identifikacije stresorjev na delovnem mestu, merjenje stresorjev na delovnem mestu, tehnike za obvladovanje stresa.

**ČAS TRAJANJA MODULA:** 9:00 – 17:00

**CENA MODULA:** Kotizacija na učni delavnici znaša **180 EUR z DDV**.

Kotizacijo je potrebno poravnati po izstavitvi računa v valutnem roku.

**LOKACIJA IZVEDBE MODULA:** Simulacijski center Zdravstveni dom Ljubljana

**PRIJAVA NA MODUL: KLIK**

Prijavite se lahko tudi preko e-naslova: [prijava.sim@zd-lj.si](mailto:prijava.sim@zd-lj.si).

Število prijav je omejeno na 20 udeležencev.

Udeležba na modulu se šteje za strokovno izobraževanje. Seminar je s strani Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije in Zdravniške zbornice Slovenije ovrednoten z licenčnimi točkami.

**DODATNA VPRAŠANJA IN INFORMACIJE:**

Tajništvo SIM centra:

E-pošta: [prijava.sim@zd-lj.si](mailto:prijava.sim@zd-lj.si)

Tel.: 031-396-533

Tel.: (01) 47-23-780

Ljubljana, 13. 1. 2020