

# MOJE ZDRAVJE

Glasilo Splošne bolnišnice Brežice

Objem misli



Za vsako lepoto obstaja nekdo, ki jo bo opazil. Za vsako resnico obstaja uho, ki jo bo slišalo. Za vsako ljubezen obstaja srce, ki jo bo sprejelo.

Številka 2, letnik 10

## OBVESTILO - PARKIRANJE

*Spoštovani,*

*Ponovno opažamo, da uslužbenci puščate svoje avtomobile na mestih, kjer jih ni dovoljeno parkirati ali jih puščati za določen čas, kar moti dostope reševalnih vozil in dobaviteljev, lahko pa je tudi nevarno za ostale udeležence in vozila sama.*

*Vozila so parkirana tudi na prepovedanih mestih, kot so uvozne in izvozne poti, intervencijske poti in prostori rezervirani za izvajanje intervencij (gasilska vozila).*

*Ponovno vas obveščamo, da parkiranje na dostopnih cestah in poteh znotraj območja bolnišnice, dvorišču med stavbama A, B, trafo postajo in upravno stavbo, pred Urgentnim centrom, okoli ekološkega otoka (kontejnerji za odpadke), med ginekološko ambulanto in urgentnim centrom, okoli prosekture oziroma na mestih, kjer se ovira intervencijske poti do bolnišnice in posameznih stavb, ni dovoljeno, oziroma je na intervencijskih poteh in prostorih za intervencijska vozila in dostopih do njih **PREPOVEDANO**.*

*V bodoče bomo primorani opazene kršitve prijavljati pristojnim organom, kar lahko za kršitelje pomeni tudi finančno breme.*

*Prosimo vse zaposlene v Splošni bolnišnici Brežice, da osebna vozila parkirate na parkiriščih, v čim večji meri na javnih*

*parkiriščih, saj bomo s tem parkirne prostore v neposredni bližini bolnišničnih stavb prepustili pacientom.*

## ZADOVOLJSTVO HOSPITALIZIRANIH PACIENTOV

V obdobju **september - december 2016** so hospitalizirani pacienti izpolnjevali anketne vprašalnike o zadovoljstvu z našimi storitvami. Do 31.12.2016 je bilo vrnjenih 133 izpolnjenih vprašalnikov, od tega je bilo anketiranih 43 moških, 86 žensk, 4 pa se niso opredelili.

Število vrnjenih vprašalnikov po oddelkih:

- kirurški oddelek: 72,
- ginekološko-porodni oddelek: 18,
- interni oddelek: 27,
- pediatrični oddelek: 16.

Največ pacientov, 82 oz. 62 %, se je na oddelku zdravilo od 0 do 3 dni.

### 1. Vtis ob sprejemu v bolnišnico in odnos osebja ob sprejemu

Zelo dober vtis ob sprejemu v bolnišnico je imelo 105 bolnikov (79 %), še boljši vtis pa je pustil odnos osebja ob sprejemu na 112 anketirancev (84 %). Najboljši vtis ob sprejemu v bolnišnico so imeli pacienti na ginekološko-porodnem oddelku, sledijo kirurški, interni in otroški oddelek. Odnos osebja do sprejetih pacientov v bolnišnico je bil najboljši na internem oddelku, sledijo ginekološko-porodni, kirurški in otroški oddelek.

### 2. Zadovoljstvo z bivanjem in osebjem v bolnišnici

Ob bivanju v bolnišnici so bili pacienti z osebjem v povprečju zelo zadovoljni (ocena 4,9 na lestvici od 1-5). Hospitalizirani pacienti so bili najbolj zadovoljni z medicinskimi sestrami in bolniškimi strežnicami. Sledijo administrativno osebje, ostali, laboratorijski inženirji, zdravniki, radiološki inženirji, vratarji in fizioterapevti in vratarji.

### 3. Varovanje zasebnosti

V večini so bili pacienti mnenja, da je bila njihova zasebnost na oddelku varovana (99 %), ta je bila najbolj varovana na ginekološko-porodnem in otroškem oddelku, sledita kirurški in interni oddelek.

### 4. Izraz na obrazih osebja

Pacienti so se srečevali v glavnem z nasmejanimi obrazi osebja (77 %), največ nasmejanega osebja so srečali na internem oddelku, nato na kirurškem, otroškem, in ginekološko-porodnem oddelku.

## **5. Zadovoljstvo z zdravljenjem v bolnišnici**

Z zdravljenjem so bili anketirani pacienti večinoma (92 %) zelo zadovoljni. Najbolj so bili z zdravljenjem zadovoljni pacienti na kirurškem in internem oddelku, sledita ginekološko-porodni in otroški oddelek.

## **6. Zadovoljstvo s kakovostjo prehrane**

S kakovostjo prehrane so bili pacienti načeloma zadovoljni (4,4 na lestvici od 1-5), najbolj zadovoljni so bili s količino, sledijo čas serviranja obrokov, kakovost postrežbe, temperatura, raznolikost in okus. Na splošno so bili s hrano najbolj zadovoljni pacienti na internem in kirurškem oddelku, sledita ginekološko-porodni in otroški oddelek.

## **7. Zadovoljstvo s čistočo opreme in prostorov**

S čistočo opreme in prostorov so bili pacienti zelo zadovoljni (83 %). Najbolj so bili s čistočo zadovoljni pacienti na kirurškem oddelku, sledijo mu otroški, interni in ginekološko-porodni oddelek.

## **8. Zadovoljstvo z osebno urejenostjo zaposlenih**

Osebno urejenost zaposlenih so anketirani pacienti ocenili z oceno 4,9 (89 % vseh anketiranih). Najbolje so jo ocenili na kirurškem oddelku, sledijo otroški, interni in ginekološko-porodni oddelek.

## **9. Zadovoljstvo z urnikom obiskov**

Z urnikom obiskov je bila večina anketirancev zelo zadovoljnih (70 %), najbolj zadovoljni so bili pacienti na internem in otroškem oddelku, sledita kirurški in ginekološko-porodni oddelek.

## **10. Možnost stika s svojci**

Možnost stika s svojci je imela večina anketirancev (123 oziroma 92 %).

## **11. Pohvale, pritožbe in druge pripombe:**

### **Pohvale:**

#### **1) Kirurški oddelek:**

- Hvala za res prijaznega zdravnika dr. Županiča in vse osebje, ki je imelo oseben odnos do vsakega pacienta. Bravo sestre!
- Kirurški oddelek dela zelo dobro. Glede na odnos do pacienta pa je odličen.
- Počutila sem se dobro. Želim vam še veliko uspeha.
- Bila sem zadovoljna z vsemi, ki so mi pomagali in skrbeli zame.
- Vsi si zaslužite velike pohvale. Super ste. Hvala.
- Hvala za prijaznost.

- Ko sem bivala na zdravljenju v bolnišnici Brežice, tega ne bom pozabila, dokler bom živa. Prijaznost in nasmeh vsega osebja so mi pripomogli k hitremu okrevanju. Še enkrat vsem prisrčna hvala.
- Ostanite takšni še naprej. Zlati ste.
- Mlad kader – odlično.
- Nadaljujte z razvojem. Tako naprej!
- Super. Boljše ne more biti. Zelo sem hvaležen, da sem bil pri vas.

#### **2) Ginekološko-porodni oddelek:**

- Zahvaljujem se za prijaznost vsega osebja. Ostanite takšni še naprej.
- Zadovoljna sem bila prav z vsemi! Prijazen, strokoven in usklajen tim. Hvala!
- Vsi zaposleni prijazni in nasmejani.

#### **3) Interni oddelek:**

- Zelo sem bila zadovoljna. Osebjem oddelka se še enkrat iskreno zahvaljujem za izredno prijaznost in potrpežljivost z nami. Želim vam vsem še naprej tako spoštljiv odnos do pacientov, v novem letu pa obilo zdravja.
- Zelo sem bil zadovoljen na internem oddelku 2.
- Vse pohvale najboljšim sestram interne 2.
- Če je v vseh bolnišnicah vsaj za 1/2 takšno stanje, se nimamo kaj bati za slovenske paciente.
- Vsi so potrpežljivi, skrbni, pridni.

#### **4) Otroški oddelek:**

- Zdravstvenemu osebjem želimo, da imajo višje plače, ker delajo odlično in preveč. Zdravnik je bil več kot prijazen, profesionalen, prav tako osebje.
- Pohvala vsem zdravnikom, sestram in vzgojiteljici.
- Ponovno sem navdušena nad strokovnostjo, prijaznostjo, ustrežljivostjo, potrpežljivostjo osebja. Resnično so se potrudili, da bi nam olajšali bivanje v bolnišnici ter ga naredili, kar se da prijetnega.
- Le tako naprej!

### **Pritožbe oziroma pripombe:**

#### **1) Kirurški oddelek:**

- Želim, da se ne bi preoblekli v spodnjem oddelku, ampak šele pri nastanitvi.
- Bolj mi je bil všeč sprejem direktno na oddelek, kot pa sprejem na UC in potem namestitvev na oddelku.

#### **2) Ginekološko-porodni oddelek:**

- Sestre bi morale imeti sobo bližje otroški sobi, saj ne slišijo, ko otrok v inkubatorju joka.
- Moti me odpadli omet.

### 3) Interni oddelek:

- Zaželeno tuš kabina za moške.

### 4) Otroški oddelek:

- Predlog: čakalnica... kurativa / preventiva... kontaktna izolacija, ko je potrebno, že v tej fazi. Hvala.
- Za starša, ki spremlja otroka v bolnišnici, bi se lahko priskrbelo dodatna postelja, saj je stol, ki je namenjen staršu, zelo neudoben in nefunkcionalen. Prostor – soba bi lahko bila večja, saj je gibanje otroka zelo omejeno.

## SEZONSKA GRIPA

### Na NIJZ priporočajo cepljenje

**Sezona gripe in drugih respiratornih okužb se je tudi pri nas že začela, čeprav primerov gripe za zdaj še ni veliko. Na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje (NIJZ) priporočajo cepljenje proti gripi, opozarjajo pa tudi na nujne higienske ukrepe.**

V Sloveniji že približno mesec dni zaznavamo posamezne primere obolenj, katerih povzročitelj je virus influence. Kar se tiče gripe, številke za zdaj še niso velike, je pa precej drugih akutnih okužb dihal, je dodala. Poleg tega ljudem precej težav povzročajo črevesna virusna obolenja. Trenutno so v ospredju norovirusi, ki povzročajo izbruhe v domovih za starejše, šolah in vrtcih.

Na NIJZ letos opažajo zmeren odziv na cepljenje proti gripi, precepljenost prebivalstva je po besedah Sočanove z NIJZ še vedno prenizka. Posebej to velja za tiste, ki jih gripa najbolj ogroža: ljudi s kroničnimi boleznimi srca in pljuč, sladkorni bolniki in starejši ljudje.

Zato si želijo, da bi ljudi pohiteli s cepljenjem in se še pravočasno zaščitili. Učinkovitost cepiva proti gripi sicer dokončno še ne morejo oceniti, a prve ugotovitve kažejo, da bo cepivo v tej sezoni uspešno.

Poleg cepljenja ne smemo pozabiti na higienske ukrepe, ki so nujni. Na NIJZ odsvetujejo obiskovanje krajev, kjer je veliko ljudi, na primer nakupovalnih centrov. Ljudje naj si skrbno umivajo roke in poskrbijo za higieno kašlja.

Če zbolimo, pa je zelo pomembno, da nikakor ne obiskujemo tistih krajev, ki so še posebej ogroženi. Mednje sodijo tudi hospitalizirani bolniki. Nekatere bolnišnice so zaradi respiratornih obolenj že omejile obiske.

**Vir: ZIB bilten št. 4275**

## RAK USTNE VOTLINE

### Pravočasen pregled lahko reši življenje.

**Odbor za zobozdravstvo Zdravniške zbornice Slovenije v sodelovanju s Kliničnim oddelkom za maksilofacialno ter oralno kirurgijo UKCL in Centrom za ustne bolezni in parodontologijo Stomatološke klinike pripravlja nadaljevanje uspešnega projekta Pravočasen pregled ustne votline lahko reši življenje.**

Pobuda za nadaljevanje projekta je prišla s strani strokovne javnosti, zobozdravnikov, ki so ga ocenili kot izjemno učinkovitega v smislu promocije ustnega zdravja in ozaveščanja prebivalstva o raku ustne votline. Pobuda za nadaljevanje projekta je prišla tudi s strani medijev in širše javnosti, ki so prepoznali, da je pozitivna promocija zdravja in ozaveščanje prebivalstva o lastnem zdravju skupna pomembna naloga.

V letu 2014 je prvič stekel projekt Pravočasen pregled ustne votline lahko reši življenja. V njem je sodelovalo nad 250 slovenskih zobozdravnikov in skupaj so prebivalcem Slovenije omogočili okoli 2000 brezplačnih preventivnih pregledov ustne votline, s ciljem, da bi odkrili zgodnje maligne spremembe v ustni votlini ter ozavestili prebivalstvo o tej hudi bolezni.

**V mesecu maju letos bodo slovenski zobozdravniki ponovno omogočili brezplačen preventivni pregled ustne votline, da bi odkrili morebitne zgodnje maligne spremembe v ustni votlini.**

**Vir: ZIB bilten št. 4284**

## SPOPRIJEMANJE S TESNOBO IN STRESOM

### V zdravstvenih domovih na voljo delavnice za pomoč pri anksioznih motnjah

**V okviru posameznih zdravstveno vzgojnih centrov in centrov za krepitev zdravja so lani začele delovati brezplačne delavnice spoprijemanja s stresom ali s tesnobo. Delavnice predstavljajo pomemben vir pomoči posameznikom pri posledicah anksioznih motenj ali pri spoprijemanju z obremenitvami, ki jih prinaša stres.**

Kot so zapisali na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje, se lahko delavnice *Podpora pri spoprijemanju s tesnobo* udeležijo odrasli z diagnosticiranimi anksioznimi motnjami in tisti, ki jih tesnoba ovira pri vsakodnevnem življenju. Poleg tega je zaželeno tudi udeležba svojcev.

V okviru delavnice udeleženci obravnavajo vzroke in simptome anksioznih motenj, zdravljenje in premagovanje teh motenj, vpliv misli na čustva, vedenje in telo ter preprečevanje poslabšanj in ponovitev. Med drugim se naučijo, kako si lahko pomagajo sami in izboljšajo svoje počutje. Z drugimi v skupini pa lahko izmenjujejo tudi svoje izkušnje in se medsebojno podpirajo. Na delavnico lahko posameznike napotijo osebni zdravnik, referenčna ambulanta ali psihiater.

*Delavnica Spoprijemanje s stresom* pa je namenjena vsem odraslim, ki čutijo, da jih stres obremenjuje v vsakodnevem življenju. Na njej udeleženci spoznavajo osnovne značilnosti doživljanja stresa, vzroke zanj ter načine njegovega obvladovanja. V okviru delavnice med drugim obravnavajo razvijanje čustvenega zavedanja – prepoznavanje in obvladovanje čustev, duševne motne, povezane s stresom, reševanje problemov – načrtovanje odziva na stresne situacije ter izboljšanje delovanja v vsakodnevem življenju. Za delavnico ni potrebna napotitev s strani zdravnika.

Obe delavnici trajata en mesec in obsegata štiri tedenska srečanja v skupini, ki trajajo uro in pol. V skupini je okoli osem udeležencev. Vsak udeleženec ima v okviru delavnice tudi možnost 15-minutnega individualnega razgovora z izvajalcem delavnice. Udeležba na delavnicah je možna v kateremkoli zdravstvenem domu, ki izvaja delavnice.

Na prvem srečanju udeleženci prejmejo tudi brezplačen priročnik, ki ga ves čas uporabljajo tudi kot delovni zvezek.

**Vir: ZIB bilten št. 4287**

## DAROVANJE ORGANOV

### Kampanja *Ne čakaj, postani darovalec*

**Namen kampanje *Ne čakaj, postani darovalec*, ki se je začela včeraj, je ozavestiti ljudi o pomembnosti darovanja organov za presaditev. Čeprav se več kot polovica Slovencev strinja s presaditvijo organov kot obliko medicinskega zdravljenja in celo izkazuje namero za darovanje organov po smrti ali za privolitev v darovanje organov svojih sorodnikov, je med Slovenci le okoli 0,2 % uradno registriranih darovalcev organov. Osrednji razlog za podpovprečno opredeljenost Slovencev za darovanje je slaba informiranost o tematiki in strah pred neznanim.**

Glavni pobudnik kampanje je agencija za tržno komuniciranje AV studio, ki je združila moči z zavodom za presaditev organov in tkiv Slovenija – transplant. Kot zagotavljajo v obeh institucijah,

Slovenija ni izjema, saj zagotavljanje zadostnega števila razpoložljivih organov za presaditev predstavlja nenehen izziv za zdravstvene sisteme povsod po svetu.

»Osnova zdravljenja s presaditvijo je podpora široke javnosti darovanju organov in tkiv. Če te podpore ni, tudi vseh nadaljnjih strokovnih korakov ni. Pravilno pa se lahko odločamo le, če imamo dovolj dobrih informacij,« je v zvezi s kampanjo poudarila direktorica Slovenija – transplanta Danica Avsec.

Slovenija se s transplantacijsko dejavnostjo uvršča med zelo napredne države sveta. Na leto beležimo okoli 120 presaditev organov. Kljub uspehom pa obstaja nesorazmerje med bolnimi, ki potrebujejo zdravljenje s presaditvijo, in razpoložljivimi organi. Število bolnih, ki čakajo na presaditev, vztrajno narašča, darovalcev po smrti ali za časa življenja pa je premalo.

Na začetku tega leta je bilo na nacionalnem čakalnem seznamu za presaditev 181 pacientov: 58 jih čaka na srce, 94 na ledvico, 1 na ledvico in jetra, 28 na jetra, 4 na ledvico in trebušno slinavko in 1 na trebušno slinavko. Pacienti na srce v povprečju čakajo 177 dni, na jetra 77 dni in na ledvico 300 dni.

Presaditev organov je v Sloveniji zelo uspešna metoda zdravljenja pri dokončni odpovedi organa, ko so ostali načini zdravljenja izčrpani. Vrhunske rezultate Slovenija dosega pri zdravljenju napredovalega srčnega popuščanja s presaditvijo srca, kjer se že nekaj let uvršamo na prvo mesto na svetu po številu presaditev srca na milijon prebivalcev.

Pri presaditvi ledvic smo v Sloveniji leta 2015 presegli povprečje vse članic v mreži Eurotransplant, saj smo presadili največje število ledvic doslej: 64 oziroma več kot 30 na milijon prebivalcev.

Slovenija je član mreže Eurotransplant, ki koordinira in organizira izmenjavo organov med transplantacijskimi centri Belgije, Nizozemske, Luksemburga, Nemčije, Avstrije, Hrvaške, Madžarske in Slovenije.

Transplantacijski program pljuč Slovenija izvaja v sodelovanju z dunajsko univerzitetno bolnišnico. V povprečju so v zadnjih petih letih presadili pljuča približno petim slovenskim bolnikom letno.

Velik je bil lanski dosežek transplantacijskega centra v UKC Ljubljana, ki je lani izvedel prvi laparoskopski odvzem ledvice pri živi darovalki, ki je ledvico darovala svojemu sinu. Presaditev



ledvice živega darovalca ima prednosti, kot so daljše preživetje, boljše zgodnje delovanje presajene ledvice in zato krajše bolnišnično zdravljenje ter manj agresivno imunosupresivno zdravljenje.

Že marca 2015 pa je Slovenija – transplant z ministrstvom za obrambo podpisal pogodbo o sodelovanju. Od takrat do konca lanskega leta so dežurne posadke 152. letalske eskadrilje Slovenske vojske z letalom falcon v Slovenijo pripeljale 16 organov za presaditev.

**Vir: ZIB bilten št. 4283**

### **ČISTE ROKE, MANJ OKUŽB**

V pol ure se dotaknemo do 300 različnih površin, na katerih se lahko zadržujejo nevarni mikroorganizmi. Redno in pravilno umivanje rok je zato zelo pomembno, saj lahko s tem zmanjšamo okužbe prebavil za 44 %, okužbe dihal pa za 30 %. V Dezinfekcijskem društvu Slovenije poudarjajo, da si moramo roke vedno umiti pred jedjo, po uporabi stranišča ali menjavi plen, po rokovanju, prihodu domov iz službe, nakupovanja ali drugih opravkov, po dotikanju živali, pred pripravo hrane, vstavljanjem kontaktnih leč ipd.

Z umivanjem z rok odstranimo vidno umazanijo in številne bakterije ter viruse, zaradi katerih lahko – če jih vnesemo v naša usta, nos, oči ali ranjeno kožo – zbolimo za prehladom, gripo, nalezljivimi črevesnimi boleznimi ali drugo prenosljivo (tudi smrtonosno) boleznijo.

Nujna sta milo in topla tekoča voda, umivanje naj traja najmanj 20 sekund. Roke si potem obrišemo s papirnato brisačo. Če si jih ne moremo umiti, uporabimo dezinfekcijsko sredstvo, ki naj vsebuje vsaj 60 % alkohola; tako odstranimo mikroorganizme in hkrati preprečimo njihovo širjenje. Dezinfekcijsko društvo priporoča občasno dezinfekcijo površin, ki se jih doma ali v službi pogosto dotikamo – ne pozabimo na kljuko na vratih, ročajih hladilnika, omaric, pomivalnega in pralnega stroja ter drugih naprav ter stikal za luči.

**Vir: Slovenske novice**

### **POHVALA**

#### **NEGOVALNI ODDELEK**

***Preljube sestre kako dobre ste vse.  
Z vašega obraza vam vidim v srce,  
ko na vas mislim, kako pridne ste vse.  
Čudim se čudim kaj zmorete vse.***

***Res je, da to je vaš kruh.  
A nobeno življenje ni brez muk.  
Naj božji blagoslov se razliva na vas,***

***ko z vašo ljubeznijo skrbite za nas.***

***Novak Frančiška***

### **ZIMSKI POHOD NA LISCO**



Čudovita zima. »Fit frajlice« vseh starosti in mali pes, ki nima izbire, smo si za prvi izlet v novem letu izbrale Lisco. Na pot smo se podale iz samega mestnega jedra. Pot in narava zasneženi, zbudajo spomine na neke davne zime, ko je bil sneg še pravilo ne izjema. Polne občudovanja smo se počasi vzpenjale v hrib, pes pa je zopet poskušal spremeniti naslov in to celo dvakrat. Imel je srečo, da je zimska idila tako očarala »frajlice«, da smo ga obakrat prijazno počakale. Do vrha smo se počasi ogrele. Malica, ki je vsebovala vse možne maščobe, beljakovine, proteine, vitamine, nam je zelo teknila. Na poti v dolino nas je narava nagradila še s čudovitim razgledom na naše očake. V dolino smo se vrnile prijetno utrujene, a polne pozitivne energije in načrtov za nove podvige. Se vidimo.





**Mija Novak**

### URNIK POHODOV

**V soboto, 11.2.2017 gremo na Valentinov pohod po Bohorju. Dobimo se ob 8.00 uri zjutraj na starem mestu za bivšim pljučnim oddelkom ali pa ob 8.30 uri v Kozjem. Pohod je tradicionalen in smo ga me že prehodile. Koliko snega bo še ne vemo. Na Bohorju bomo imele malico in počitek. V Kozje se bomo vrnili po isti poti. Lepo vabljeni.**

### SMEH JE POL ZDRAVJA



**Vir: Spletna pošta**

### KADROVSKE SPREMEMBE

#### Sklenitev delovnega razmerja:

- ŽARN Irma,
- VOVK Darja,
- KUNEJ TERČELJ Katja.

#### Prenehanje delovnega razmerja:

- JORDANOSKA Stana,
- SKALE Marija Elisa,
- MIŽIGOJ Tomaž.

Število delavcev na dan 31.1.2017 je bilo **337**, od tega 4 pripravniki zdravniki, 2 pripravnika tehnika zdravstvene nege, 1 pripravnik fizioterapevt in 1 pripravnik analitik v laboratorijski medicini.

Število delavcev iz ur za mesec december 2016 je znašalo **324,59**, od tega iz rednega dela **316,91**, **6,68** iz pripravnikov, **1** iz javnih del.

**\*\*\* Jubilejna nagrada \*\*\***

### V mesecu januarju je 10 – letni delovni jubilej dosegla

**APOLONIJA BAŠIČ, zdravstveni administrator**

**ČESTITAMO!**

### ZDRAVSTVENI KOLEDARČEK

- Drugi ponedeljek v februarju – Evropski dan epilepsije,
- 4. februar – Svetovni dan boja proti raku,
- 6. februar – Mednarodni dan ničte tolerance do pohabljenja ženskih spolovil,
- 11. februar – Svetovni dan bolnikov, Evropski dan številke za klice v sili 112,
- 28. februar – Evropski dan redkih bolezni.

### VABILO K SODELOVANJU

Uslužbenci, ki bi želeli objaviti svoj prispevek v bolnišničnem glasilu, ga pošljite na elektronski naslov: [rebeka.gasparin@sb-brezice.si](mailto:rebeka.gasparin@sb-brezice.si). Glede na zmožnosti bo objavljen v naslednji številki. Še naprej vljudno vabljeni k sodelovanju! ☺



**DIETA ZA BOLJŠE ŽIVLJENJE**

Izogibaj se:

- \* negativnim ljudem,
- \* zahrbtnim ljudem,
- \* zavistnim ljudem,
- \* ljudem, ki ti ne želijo sreče ...

*V enem mesecu boš izgubila 5kg tesnobe in pridobila 5kg sreče :)*

*Objem misli*