

30. Učne delavnice za zdravnike družinske medicine:

UČENJE IN POUČEVANJE O ZDRAVJU ZDRAVNIKOV

31. januar in 1. februar 2014

Terme Krka Strunjan, Hotel Svoboda

Generalni sponzor Krka d.d. Novo Mesto

Vodja delavnice: prim. doc. dr. Davorina Petek, dr. med.,

Vodje skupin: asist. mag. Tatjana Cvetko, dr. med., asist. dr. Rade Iljaž, dr. med., Tadeja Čerin, dr. med.

Lokalni organizator: Ljubica Kolander Bizjak, dr. med.

Srečanje je namenjeno sedanjim in bodočim mentorjem študentov in specializantov v družinski medicini.

Namen: Namen delavnice je udeležencem pomagati pridobiti znanje in veščine s katerimi bo zdravnik ohranil svoje zdravje.

Cilji:

Ob koncu delavnice bodo slušatelji:

- **spoznali** dejavnike tveganja za neželene izide v zdravljenju zdravnikov
- **razvili sposobnosti** za prepoznavanje simptomov izgorelosti pri študentih, specializantih, sodelavcih in sebi
- **spoznali preventivne ukrepe**, ki jih je mogoče izvajati za preprečevanje izgorelosti in drugih negativnih posledic na našem zdravju
- **spoznali možne strategije** v zdravljenju zdravnikov
- **cenili preventivni pristop** in zgodnje odkrivanje težav, spodbujali zdrav način življenja tudi pri sebi za uspešno in zadovoljstva polno osebno kariero.

NAVODILO:

Vsak udeleženec naj pripravi en primer, ki prikazuje primer kolega (študenta, specializanta, sodelavca), pri katerem opaža (je opažal) zdravstvene težave, povezane z delom ali pa so težave predstavljale nevarnost za opravljanje dela zdravnik. S primerom lahko predstavite tudi osebno izkušnjo biti bolnik oziroma poveste, kako vam uspe ohranjati lastno zdravje.

Petek 31. Januar 2014

Ura	Vodja	Dejavnost	Vsebina
8.00-8.30	Vodje delavnice	Sestanek	Sestanek vodij delavnice
8.30-9.00			Prihod in registracija
9.00-9.30	Davorina Petek	Plenarno	Pozdrav in predstavitev udeležencev, uvod v delavnico
9.30- 10.00	Davorina Petek	Plenarno	Uvod v temo: Zdravje zdravnikov
10.00-11.00	Vodje skupin	Delo v skupinah	Predstavitev primerov (domače naloge)
11.00-11.30		ODMOR	
11.30-12.00	Tatjana Cvetko	Plenarno	Izgorelost zdravnikov
12.00-13.30	Vodje skupin	Delo v skupinah	Kako preprečiti, prepoznati in obvladovati izgorelost
13.30-15.00		KOSILO	
15.00-15.45	Vodje skupin	Delo v skupinah	Osebne izkušnje zdravnikov
15.45-16.30	Vodje skupin	Delo v skupinah	Kakšno pomoč pričakujem, če zbolim?
16.30-17.00		ODMOR	
17.00-17.30	Rade Iljaž	Plenarno	Poročanje o delu skupin
17.30-18.30	Plenarno	Plenarno	Satelitski simpozij Krka
18.30-19.15	Plenarno	Plenarno	Sestanek mentorjev
20.00			Družabno srečanje za vse udeležence delavnice in mentorje v družinski medicini

Sobota 1. februar 2014

Ura	Vodja	dejavnost	Vsebina
8.30-9.15	Rade Iljaž	Plenarno	Kako zdraviti kolega, prikaz videa z analizo (Jo)
9.15-10.45	Vodje skupin	Delo v skupinah	Izkušnje z zdravljenjem zdravnikov (zdravstvenih delavcev)
10.45-11.15		ODMOR	
11.15-11.45	Tadeja Čerin	Plenarno	Kako ostati zdrav in o tem poučevati
11.45-13.00	Vodje skupin	Delo v skupinah	Kako ostati zdravi in z zgledom učiti o ohranjanju zdravja, izdelava modula
13.00-14.00	Davorina Petek	Plenarno	Predstavitev dela v skupinah, ocena in zaključek delavnice
14.00			Zaključek delavnice

Kotizacije ni.

Udeleženci bodo na srečanju prejeli zbornik, ki bo obravnaval omenjene teme. Prijavnico pošljite na naslov **ga. Ana Artnak, Medicinska fakulteta, Katedra za družinsko medicino, Poljanski nasip 58, p.p. 2218, 1104 Ljubljana**, tel.: 01 43 86 915, faks: 01 43 86 910, elektronska pošta: kdrmed@mf.uni-lj.si.