

ZDRAVJE ZA VSE

Revija projekta EU programa Interreg HEALTH FOR ALL

INFORMACIJE
o prvem letu
projekta

IZDAJA 1 / 2024



Fotografija: Adobe Stock/master1305

graz.at/gesundheitsdrehscheibe

GRAZ

Interreg



Sofinancira
EVROPSKA UNIJA
Kofinanziert von
der EUROPÄISCHEN UNION

Slovenija – Österreich

Health for All



CENTER ZA ZDRAVJE IN RAZVOJ
CENTRE FOR HEALTH AND DEVELOPMENT
MURSKA SOBOTA



KÄRNTEN
University of
Applied Sciences

Vsebina

Uvodnik	5
Projektne partnerji	
Mestna uprava Gradec – Urad za zdravje	6
Center za zdravje in razvoj Murska Sobota	8
Zdravstveni dom Murska Sobota	9
Koroška univerza za uporabne znanosti	11
Bilateralni študijski obiski	
Slovenija–Avstrija	12
Avstrija–Slovenija	14
Informacije in dogodki	
Center za zdravstveno varstvo na primarni ravni v središču mesta Gradec, kjer ne boste našli zdravnikov	16
Tvoj spomin je v tvojih rokah	18
Informativni dogodki: Dodatek za pomoč in postrežbo	19
Tečajji zdravstvene nege v turščini in arabščini	20
Zdrava učilnica	21
Svetovalnica za starše na temo zdravja	22
Božična zabava v zdravstvenem centru Gesundheitsdrehscheibe	23

Lastnik medija in izdajatelj:

Mesto Gradec – Urad za zdravje

Zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe

Tel.: +43 (0)316 872-3999

gesundheitsdrehscheibe@stadt.graz.at

Redakcija: izeta.mulabisevic@stadt.graz.at, mirjam.purkarthofer@stadt.graz.at

Prevod: Barbara Lečnik

Lektura: Špela Vidmar

Grafika: achtzigzehn – Agentur für Konzept und Gestaltung

Tiskanje: Mesto Gradec, Poštne in tiskarske storitve ter storitve fotokopiranja

Razpošiljanje: Pošiljanje po pošti in v digitalni obliki

Naklada: 100 izvodov

graz.at/gesundheitsdrehscheibe

Revijo projekta Health for All z vsebinami projektnih partnerjev izdaja mesto Gradec.

Revija izhaja v nemškem in slovenskem jeziku.

HEALTH FOR ALL

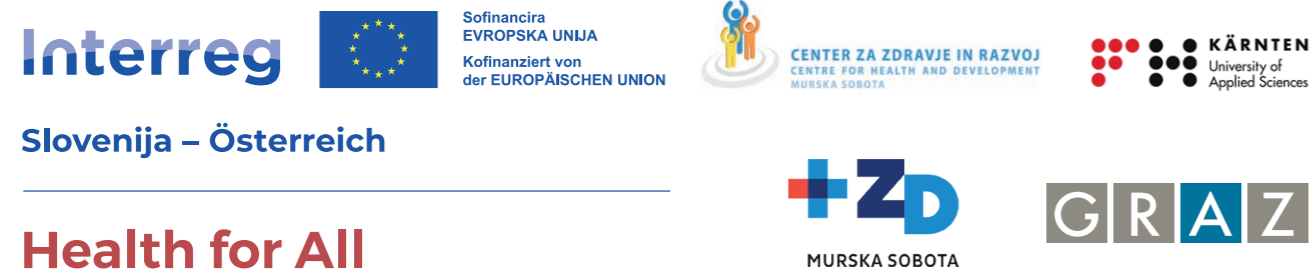
je projekt, namenjen krepitvi čezmejnega sodelovanja in razvoja novih rešitev, s katerimi bi vsem ljudem omogočili celovit dostop do znanja na področju zdravja in zdravstvenih storitev.

- Nizkopražno svetovanje in podpora
- Medkulturna odprtost programov za spodbujanje zdravja in preprečevanje bolezni
- Skupna usposabljanja in nadaljnja izobraževanja

Proračun projekta: 1.152.160 evrov

- Od tega sredstva Interreg: 921.728 evrov (ESRR)
- Trajanje projekta: od septembra 2023 do avgusta 2026

Pri tem projektu sodelujejo:



Drage bralke in bralci!

Health for All je projekt, pri katerem gradovi v oblakih postajajo resnični. Projekt EU programa Interreg, ki traja od leta 2023 do 2026, si je kot cilj zadal vsem ljudem omogočiti enak dostop do zdravstvenih in preventivnih zdravstvenih storitev ter programov za spodbujanje zdravja.

Projektni načrt z vključevanjem in inovacijami odpravlja danes še preveč prisotno zdravstvo »dveh hitrosti«, pomanjkanje sredstev ter socialno-ekonomske, regionalne, starostne in druge ovire v zdravstvenih sistemih.

Pri doseganju tega cilja Urad za zdravje mesta Gradec sodeluje s čezmejnimi projektnimi partnerji, in sicer s Centrom za zdravje in razvoj Murska Sobota (SLO), ki sodeluje s Svetovno zdravstveno organizacijo, Zdravstvenim domom Murska Sobota (SLO) in Koroško univerzo za uporabne znanosti (AUT). V treh

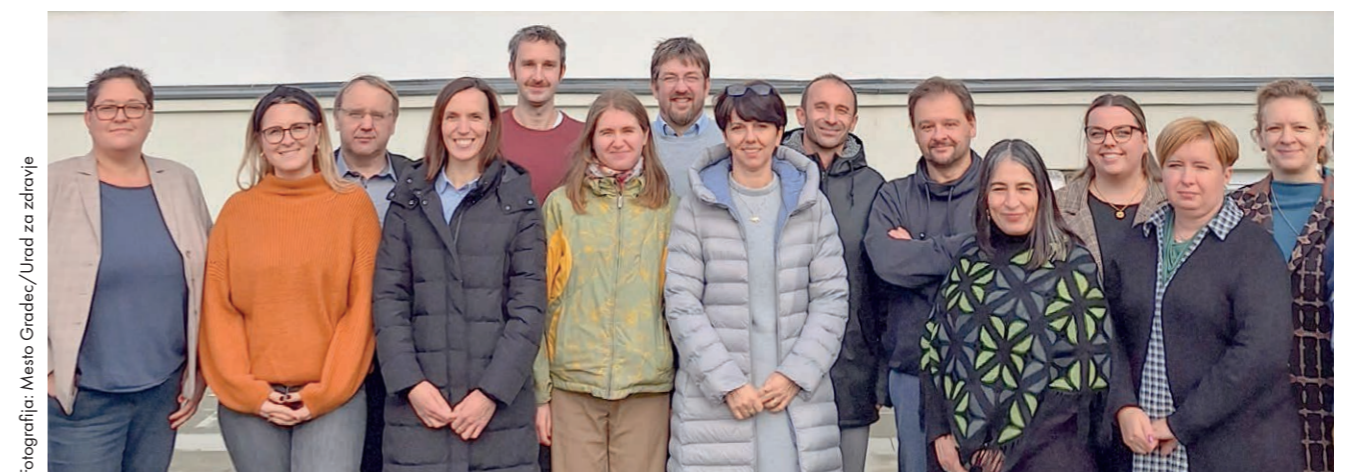
letih se nam obeta veliko razburljivega, od usposabljanja vodnikov in tolmačev ter multiplikatorjev v zdravstvu pa vse tja do mobilnih in novih digitalnih rešitev za izboljšanje zdravstvene pismenosti. S katerimi konkretnimi zamislimi smo že v prvem letu prispevali k uresničitvi naše vizije, si lahko preberete v prvi številki projektne revije.

Otipljivi rezultati

Vnaprej vam lahko razkrijemo, da velik del nizkopražnega in v skupnost ter potrebe usmerjenega dela že poteka v centrih za večjo zdravstveno ozavešče-

nost, ki so osrednji element projekta. In ko nekdo po dolgih letih uspešno uravna krvni sladkor, pridobi dovoljenje za prebivanje, premaga globoko zakoreninjeno travmo, dobi nov invalidski voziček ali doživi »aha-trenutek« med posvetom, pri katerem je prisoten tolmač – ti centri postanejo otipljivi gradovi v oblakih, ki jih najdete na ulici Annenstraße 28 v Gradcu ali v Pomurju.

Ekipo projekta Health for All vas lepo pozdravlja in vam želi, da ostanete zdravi.



Fotografija: Mesto Gradec/ Urad za zdravje

Ekipo projekta Health for All iz avstrijske Štajerske, Slovenije in avstrijske Koroške ob začetku njene misije, ki je narediti zdravje dostopno za vse.



Fotografija: Mesto Gradec/Fischer (2)

Slavnostno odprtje zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe 6. septembra 2023.



Fotografija: kubalieblich

Christoph Pammer

Socialni delavec, znanstvenik s področja zdravstva in vodja zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe do julija 2024

Mestna uprava Gradec – Urad za zdravje

Zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe:

Vzpostavitev centra za večjo zdravstveno ozaveščenost ljudi v Gradcu

Vzpostavitev nove zdravstvene ustanove je, kot da bi hoteli znesti še posebej debelo jajce. Poleg tega gre v tem primeru za ustanovo, ki mora znati igrati po vseh notah. Seči mora tja, kjer je težko. Delati mora z vsemi ljudmi, tudi tistimi najbolj ranljivimi. Še posebej zdaj, ko so naložbe v podporne ustanove prava redkost. In prav to se je zgodilo znotraj Urada za zdravje Mestne uprave Gradec, ki sam po sebi ne predstavlja enega od orodij že tako krhkega zdravstvenega sistema.

Mednarodni projekt

Evropski projekt Health for All, ki ga izvajajo znotraj programa Interreg, vsebuje vse, kar v ta namen potrebujemo: usposobljene regionalne in mednarodne partnerske organizacije ter ambiciozen triletni delovni program, s katerim želimo ugotoviti, kakšne so potrebe zdravega in bolnega lokalnega prebivalstva, ter se na njih odzvati. Mestna uprava Gradec in njen Urad za zdravje sta zagotovila infrastrukturo in vzpostavila upravni okvir za delovanje zdravstve-

nega centra Gesundheitsdrehscheibe. Tako smo imeli že na začetku projekta na voljo »strojno opremo« v obliki odličnih prostorov na ulici Annenstraße 28, pa tudi ekipa se je vedno bolj oblikovala. Zdaj pa želimo s projektnimi sredstvi EU do leta 2026 zagotoviti še »programsko opremo«, tj. primerne metode dela in ponudbo za vse prebivalce in prebivalke mesta Gradec.

Navdih in partner

Čeprav nikoli ne začneš popolnoma

na začetku, so bili prav v Gradcu narejeni prvi vzorčni projekti na področju socialno-medicinskih zdravstvenih centrov v nemško govorečem prostoru. Mesto Gradec se je pri tem zgledovalo po konceptu »zdravstvenih kioskov«, ki si jih je zamislilo mesto Hamburg, in predstavljajo še nekoliko bolj nizkopražno dostopno točko do zdravstvenih storitev. Slovenija že tradicionalno stavi na močno primarno zdravstveno varstvo, zato smo v Zdravstvenem domu Murska Sobota, Centru za zdravje in razvoj Murska Sobota, ki sodeluje s Svetovno zdravstveno organizacijo, in na Koroški univerzi za uporabne znanosti našli prave projektne partnerje, ki bodo vprašanju, kako spodbujati zdravstveno pismenost prebivalstva iz socialno-ekonomsko prikrajšanih okolij, predvsem med kroničnimi bolniki, dali nov zagon.

Projektni partnerji so se jeseni in pozimi medsebojno obiskali in izmenjali strokovna stališča (glej stran 12).

Ekipe in klienti

Od julija 2024 ekipo v zdravstvenem centru Gesundheitsdrehscheibe sestavljajo štiri patronažne medicinske

sestre, dve psihoterapevki, ena socialna delavka, ena fizioterapevka, trije projektni vodje oziroma projektne osebe ter vodstveno in podporno osebje. Člani ekipe so se našli v pravem pomenu besede, verjetno tudi zato, ker jih je težko preseči po raznolikosti, saj govorijo enajst jezikov, kar je, kot je zapisal že pesnik Hermann Hesse, čarovnija, ki je lastna vsakemu začetku. V prvi polovici leta je v Gradcu ponudba, ki smo jo zasnovali pri projektu, dosegla več kot 1.300 ljudi.

V program »odprto svetovanje« je vsak dan vključenih več novih bolnikov. Na splošno se zasleduje več zdravstvenih in socialnih ciljev. V povprečju se v sklopu programa »osebno upravljanje zdravja« opravi pet posvetov.

Health for All kot »programska oprema«

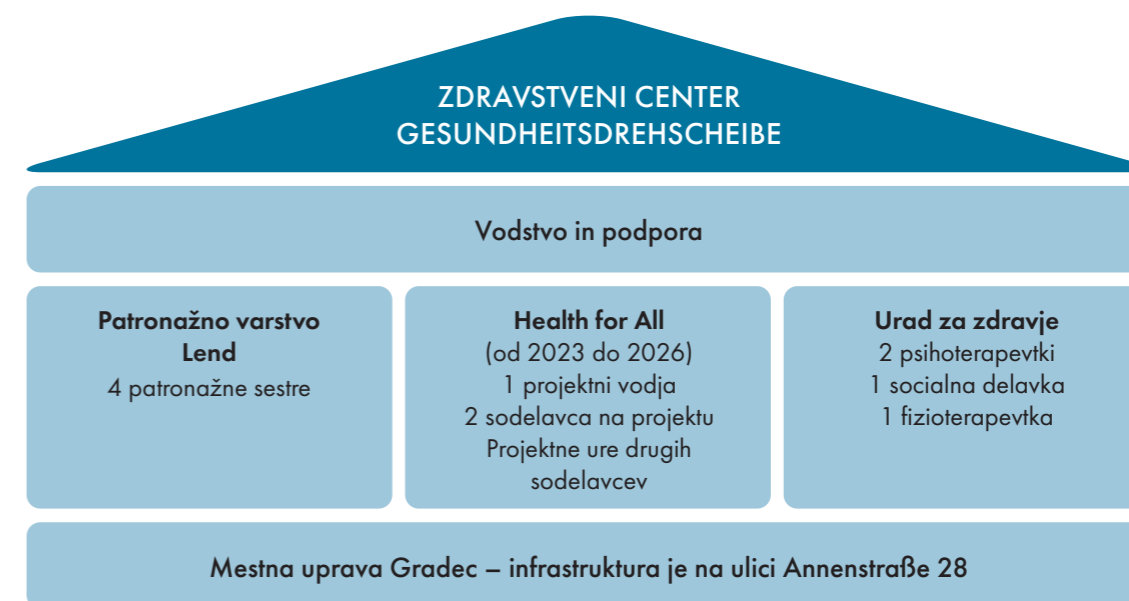
Glede na trenutne izzive zdravstvenih sistemov je svetovalno delo naporno in zahteva posebne pogoje, da bi pri pacientih lahko dosegli uspeh. Partnerstvo v sklopu tega projekta EU zagotavlja »programsko opremo« in zdravo razdaljo, ki sta potrebni za vsakodnevno delo. Po medsebojnih spoznavnih

obiskih je že sledilo prvo skupno usposabljanje. V sklopu tega usposabljanja so udeleženci spoznali sodobne komunikacijske tehnike, s katerimi lahko ljudi motivirajo do želenih sprememb vedenja.

Kako se z izzivi projekta Health for All spoprijemajo v Veliki Britaniji – med drugim s pomočjo »socialnega predpisovanja« (angl. social prescribing) –, je pokazalo mednarodno študijsko potovanje v London.

Pogled naprej

Zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe si je videne primere vtisnil v svoj DNK in po zaslugi sredstev EU razvil več edinstvenih praks, ki so značilne za nov pristop »zdravja za vse«. Kako doseči učinkovite rezultate za naše bolnike, ali lahko »socialno predpisovanje« postane stalnica, kakšno vlogo igra pri tem medkulturna odprtost obstoječih programov za spodbujanje zdravja in kako se iz tako debelega jajca izvali piščanec, pa vam bomo zauपालi v naslednji številki revije Zdravje za vse in na zaključni konferenci projekta, ki bo leta 2026 v Gradcu, na katero vas že zdaj vljudno vabimo.



Sestava in struktura zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe v juliju 2024

Center za zdravje in razvoj Murska Sobota



Spodbujanje zdravja in trajnega razvoja

Center za zdravje in razvoj Murska Sobota je bil ustanovljen leta 2005 z namenom spodbujanja raziskovanja, izobraževanja, vlaganja v zdravje in razvoj ter trajnostnega razvoja na območju Pomurja in širše. Kot kolaborativni center Svetovne zdravstvene organizacije skrbimo za izgradnjo kapacitet v zdravstvu ter aktivno sodelujemo v različnih globalnih mrežah in na mednarodnih forumih. Tako bistveno prispevamo k izboljševanju kakovosti življenja v regiji.

Sodelovanje s SZO in mednarodna prepoznavnost

Kot kolaborativni center Svetovne zdravstvene organizacije od leta 2009 si v centru prizadevamo za spodbujanje prenosa primerov dobrih praks in krepitev zmogljivosti v evropskih državah članicah SZO. Poudarek je na socialnih determinantah, zmanjševanju neenakosti v zdravju in medsektorskem vlaganju za zdravje. Od leta 2017 je center registriran tudi kot raziskovalna organizacija.

V mrežah sodelujemo v različnih raziskavah, pri pripravi publikacij, sodelujemo na strokovnih konferencah, študijskih obiskih in smo aktivni pri spodbujanju medsektorskega sodelovanja za zdravje. Regijo Pomurje na mednarodni ravni predstavljamo kot primer dobre prakse na področju medsektorskega sodelovanja za zmanjševanje neenakosti v zdravju.

Inovativni pristopi, ki združujejo različne sektorje

Imamo ogromno izkušenj pri medsektorski koordinaciji in mapiranju ter zastopanju interesov. Poleg tega motiviramo deležnike iz različnih sektorjev za sodelovanje v projektih vlaganja v zdravje ter umeščanju zdravja v razvojne dokumente na regionalni in državni ravni.

To vlogo Centra za zdravje in razvoj Murska Sobota je potrdil tudi Razvojni svet regije Pomurja. Razvojni svet je centru podelil mandat za pripravo razvojnih prioritet regije na področju zdravstva in zmanjševanja neenakosti v zdravju.

Skupni cilji za boljše kakovost življenja

V skladu s svojim poslanstvom in vizi-

jo ustvarjanja pogojev za višjo kakovost življenja vseh prebivalcev Pomurja in širše je center v preteklih letih zgradil mrežo za izgradnjo kapacitet za zmanjšanje neenakosti v zdravju v Pomurju in širše.

Sodeloval je pri številnih projektih in programih ter se povezal s številnimi partnerskimi organizacijami v Pomur-

ju, v Sloveniji in po Evropi. Izkušnje na področjih vlaganja za zdravje in razvoj, socialnih determinant zdravja, razvoja trajnostnega turizma, ohranjanja kulturne dediščine, podpore lokalni trajnostni (samo)oskrbi in krepitev civilne družbe skupaj prispevajo k doseganju višje kakovosti življenja.



Fotografija: Arhiv CZR

Peter Bezec

Zdravstveni ekonomist in direktor Centra za zdravje in razvoj Murska Sobota

Literatura:

European Public Health Alliance (2024, 25. julij). <https://epha.org>

WHO Regions for Health Network (2024, 25. julij). <http://www.who.int/europe/groups/regions-for-health-network>

WHO European Healthy Cities Network (2024, 25. julij). <https://www.who.int/europe/groups/who-european-healthy-cities-network>

Global Network for Health in All Policies (2024, 25. julij). <https://actionsdg.ctb.ku.edu>

Zdravstveni dom Murska Sobota



Celovita zdravstvena oskrba za več kot 60.000 prebivalcev

Zdravstveni dom Murska Sobota je bil ustanovljen leta 1929 in danes spada med večje zdravstvene domove v Sloveniji. Zagotavlja celovito zdravstveno oskrbo za več kot 60.000 prebivalcev v 12 občinah ustanoviteljicah ter si prizadeva za kakovost, inovacije in promocijo zdravja v regiji.

Zdravstveni dom zaposluje več kot 400 strokovnjakov, vključno s skoraj 70 zdravniki, več kot 200 medicinskimi sestrami ter 70 zdravstvenimi sodelavci in drugimi zaposlenimi. Opravljamo osnovno in specialistično ambulantno dejavnost ter druge dejavnosti v skladu z Zakonom o zdravstveni dejavnosti.

Storitve opravljamo na sedežu v Murski Soboti in na 20 dislociranih enotah, kar pomembno poveča dostopnost do primarne zdravstvene oskrbe celotni populaciji, za katero skrbimo.

Predanost h kakovosti

Osebe zdravstvenega doma si nenehno prizadeva, da bi izboljšalo kakovost svojega dela. Certifikata ISO 9001:2015 in EN 15224:2016 potrjujeta kakovost sistema vodenja in visokih ciljev organizacije. Zaposleni se za varno in kakovostno delo redno udeležujejo strokovnih izobraževanj oziroma usposabljanj. Kot učni zavod dijakom in študentom omogočamo, da pri nas opravijo prak-

so. Poleg oskrbe pacientov in izvajanja zdravstvenih storitev opravljamo še raziskovalno dejavnost, sodelujemo pri razpisih za različne projekte, dobro sodelujemo z lokalno skupnostjo, občinami, društvi, preostalimi zdravstvenimi domovi, bolnišnicami, Zavodom za zdravstveno zavarovanje in drugimi službami.

Pomembno središče za krepitev zdravja

Od leta 2018 do danes smo pridobili več novih dejavnosti, kot so Center za krepitev zdravja (CKZ), Center za duševno zdravje otrok in mladostnikov, Center za duševno zdravje odraslih in



Fotografija: Arhiv CZR

Peter Bezec na enem od številnih dogodkov na področju javnega zdravja, ki se ga je udeležil tudi Center za zdravje in razvoj Murska Sobota.

Razvojno ambulantno s centrom za zgodnjo obravnavo. Izvedli smo vrsto izboljšav infrastrukture, katerih skupna vrednost investicij je znašala skoraj sedem milijonov evrov. Večino sredstev smo zagotovili iz sredstev rednega delovanja, del sredstev pa smo pridobili s projekti, 1,5 milijona evrov je zagotovila Evropska unija. Pomemben del preventive izvaja Center za krepitev zdravja. Podpora in pomoč na poti do boljšega počutja in zdravja ponuja 14 usposobljenih strokovnjakov z različnih področij, ki izvajajo ukrepe za krepitev zdravja, celostno preprečevanje kroničnih bolezni in zmanjševanje neenakosti v zdravju pri vseh populacijskih skupinah.

Njihovo delo vključuje aktivnosti vzgoje za zdravje, zdravstvene vzgoje in zobozdravstvene vzgoje ter zagotavljanje na uporabnika osredotočenih preventivnih obravnjav. Posebna pozornost se posveča konceptu skupnostnega pri-

stopa k zdravju v lokalnih skupnostih s posebnim poudarkom na vključevanju ranljivih oseb v programe preprečevanja bolezni.

Center za krepitev zdravja je v prostorih Zdravstvenega doma Murska Sobota. Zaradi obnovitvenih del pa večina zaposlenih svoje delo opravlja načasni lokaciji v Tešanovcih. Prav tako deluje naša enota na lokaciji Cankova, v okviru projekta Health for All pa smo v letu 2024 začeli delovati na Zdravstveni postaji Gornji Petrovci. V naslednjih letih pa načrtujemo delovanje Centra za krepitev zdravja na lokaciji v Beltincih in Martjancih.

Osredotočenost na ljudi

Čez vsa ta leta se naši strateški cilji niso spremenili. Kljub temu se prilagajamo sodobnim izzivom, vedno z enakim poslanstvom: zagotoviti pravičen dostop do zdravstvene obravnave čim bližje prebivalcem, ponuditi obravna-

vo, ki je usmerjena v človeka, ga opolnomočiti ter skrbeti za celovito in varno zdravljenje. V srcu našega delovanja so bili, so in bodo tudi v prihodnje ljudje, njihovo zdravje in dobro počutje!

Pri tem pa vseskozi ostajamo zvesti vrednotam, ki jih prav vsi zaposleni živimo vsak dan – to so znanje, sočutje, srčnost in empatija. Te lastnosti so tiste, ki naše zdravstvo in oskrbo bolnikov dvigujejo na izjemno visoko raven.

Renata Gorjan

Pomočnica direktorice
Zdravstvenega doma
Murska Sobota

Edith Žižek Sapač

Zdravnica družinske medicine in direktorica
Zdravstvenega doma Murska Sobota



Center za krepitev zdravja je v prostorih Zdravstvenega doma Murska Sobota.

Koroška univerza za uporabne znanosti

Spodbujanje zdravja ob pomoči digitalizacije

Koroška univerza za uporabne znanosti pri projektu Health for All sodeluje z raziskovalno skupino ENABLE. Raziskovalna skupina se ukvarja s temi, ki so povezane z zdravjem, oskrbo in vključevanjem, ter pri tem posebno pozornost namenja digitalizaciji v zdravstvu.

Odločitev za projekt

Osrednja raziskovalna področja raziskovalne skupine se odražajo tudi pri projektu Health for All in zadevajo (skoraj) vse ljudi: Kadar je ogroženo zdravje ali vključenost posameznika, ima lahko to daljnosežne posledice za kakovost njegovega življenja, neodvisnost in opravilno sposobnost. Raziskovalna skupina ENABLE si je zadala nalogo, da s svojo raziskovalno dejavnostjo podpira enak dostop do nizkopražnih zdravstvenih storitev. To je tudi razlog, zakaj so se odločili sodelovati pri projektu. Ko govorimo o temah raziskovalnih področij in participativnih raziskovalnih metodah, se partnerji v projektu Health for All namreč optimalno dopolnjujejo.

Vloga v projektu

Transdisciplinaren raziskovalni pristop v raziskave in razvoj vključujeta tako bolnike in strokovnjake na področju zdravstva kot druge relevantne skupine oseb. Pri tem igrajo pomembno vlogo podporne tehnologije in aplikacije na področju e-zdravja ter dolgoletne izkušnje Koroške univerze za uporabne znanosti pri njihovem razvoju in raziskavah o njihovem sprejemanju. Po meri izdelane digitalne rešitve omogočajo enak dostop do zdravstvene oskrbe za vse ter boljšo dostopnost do programov za spodbujanje zdravja za različne ciljne skupine. Druga osrednja dejavnost Koroške univerze za uporabne znanosti v projektu je izvajanje spremljajočih znanstvenih raziskav v različnih fazah projekta. Dejavnosti zdravstvenih centrov v Avstriji in Sloveniji ter usposabljanje zdravstvenih vodnikov se spremljajo ob podpori znanosti, da bi lahko raziskali, kakšen je učinek sprejetih ukrepov. Na podlagi načrtovanih pilotnih študij bo Koroška uni-

verz za uporabne znanosti opravila analizo potenciala uporabe digitalnih orodij za podporo različnim ciljnim skupinam na področju preprečevanja bolezni in za povečanje zdravstvene pismenosti. Pri tem bo poudarek na ozaveščanju, preventivi s pomočjo digitalnih orodij in povečanju digitalne zdravstvene pismenosti med prikrajšanimi skupinami prebivalstva. Pridobljena spoznanja bodo v veliko pomoč partnerskim regijam pri uporabi digitalnih orodij za izboljšanje zdravja.



Fotografija: H. Bauer

Lukas Wohofsky

Raziskovalec in predavatelj pri predmetu zdravstvena nega in vodja raziskovalne skupine ENABLE na Koroški univerzi za uporabne znanosti



Fotografija: H. Bauer

Daniela Krainer

Raziskovalka in predavateljica pri predmetu ergoterapija in vodja raziskovalne skupine ENABLE na Koroški univerzi za uporabne znanosti



Fotografija: M. Wilperntig

Anna-Theresa Mark

Raziskovalka in predavateljica pri predmetu zdravstvena nega in sodelavka raziskovalne skupine ENABLE na Koroški univerzi za uporabne znanosti



Fotografija: Koroška univerza za uporabne znanosti / colourbox.de

Uporaba digitalnih tehnologij za spodbujanje zdravja



Fotografija: Mesto Gradec/Urad za zdravje

Ekipa iz Slovenije na obisku v predbožičnem Gradcu

Bilateralni študijski obisk: Slovenija – Avstrija

Ali se lahko od avstrijske Štajerske naučimo, kako spodbujati zdravje?

Na začetku projekta EU programa Interreg Health for All so se projektni partnerji iz Gradca (AUT), Koroške (AUT) in Murske Sobote (SLO) medsebojno obiskali, da bi izmenjali mnenja o spodbujanju zdravja za ljudi z nizkim socialno-ekonomskim življenjskim standardom. Primerjava je privedla do ugotovitve, da v Avstriji obstajajo določene posebnosti, ki smo jih v sklopu študijskega obiska v Gradec, ki je potekal 19. decembra 2023, predstavi-

li 25 izbranim zaposlenim Zdravstvenega doma Murska Sobota. Tako je Avstriji z uvedbo Zakona o spodbujanju zdravja iz leta 1997 uspelo vzpostaviti zelo pomembno agencijo za financiranje na zvezni ravni z namenom spodbujanja zdravja, ki je od takrat po vsej Avstriji uvedla, izvedla in ocenila na stotine projektov. Posebnost te zakonodaje je, da se po zakonu bolj ali manj daje prednost »okolju«. Ta pristop, ki izhaja iz koncepta preprečeva-

nja, ki se je razvil na področju sociologije, je usmerjen v zdravstvene potrebe ciljnih skupin in okolščine, ki vplivajo na njihovo zdravje. Je v nasprotju z vedenjsko usmerjenimi pristopi, ki po večini prevladujejo v Sloveniji, pa tudi z zdravstvenimi ukrepi, ki se jih je takrat že financiralo iz drugih virov.

Zanimiva izkušnja avstrijske Štajerske

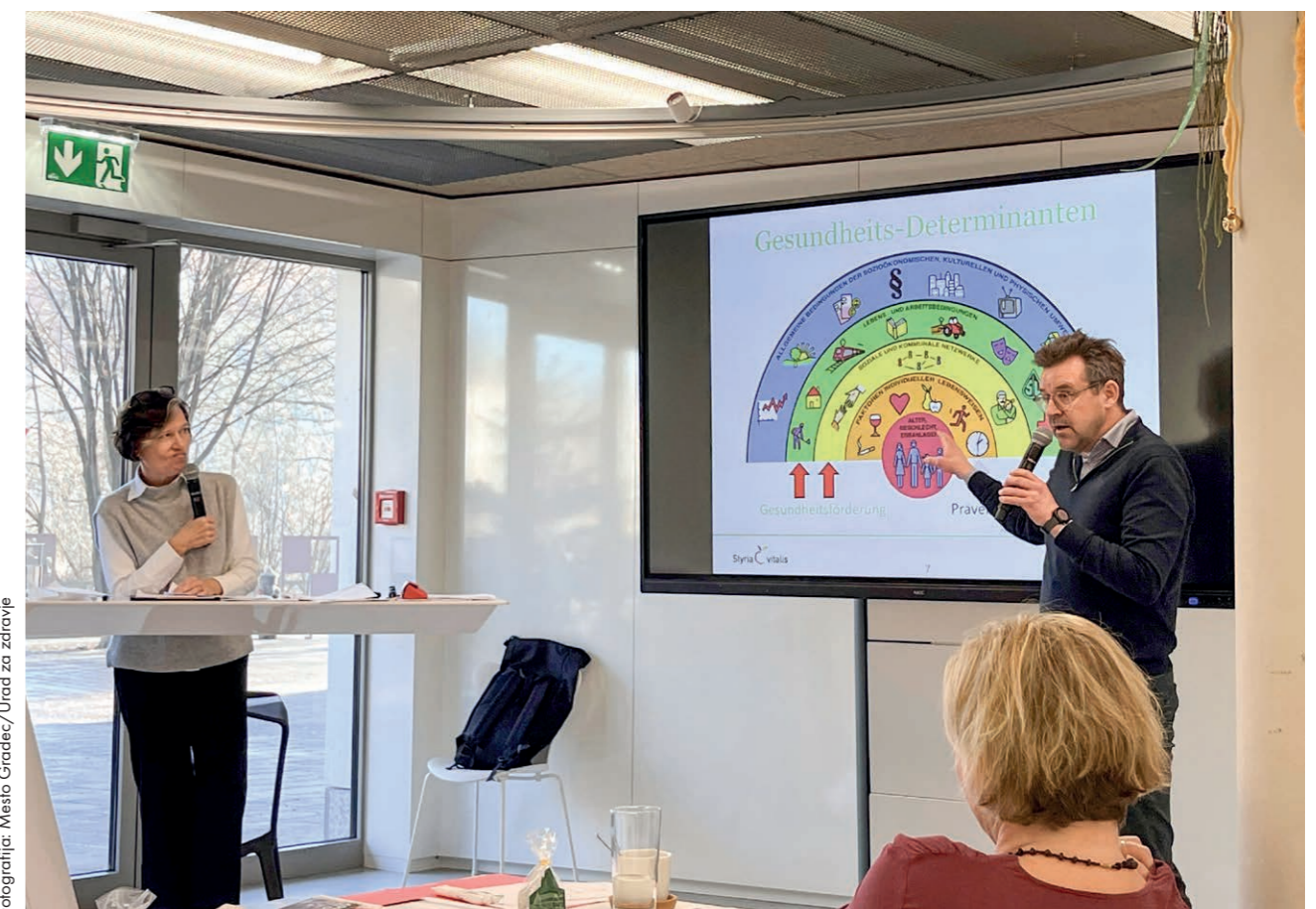
Da bi odprli razpravo na to temo, je Eva

Ackbar (Österreichische Gesundheitskasse) najprej spregovorila o tem, katere programe na avstrijskem Štajerskem zdravstvena blagajna že izvaja v šolah in podjetjih. Zaradi osredotočenosti na »okolje« se programi posvečajo tistim pogojem, ki tam, kjer živimo in delamo, vsakodnevno vplivajo na naše zdravje. To pomeni, da je mogoče v šolah in podjetjih prepoznati vzroke za stres, se o njih odkrito pogovoriti in jih obravnavati ter jih s skupnimi rešitvami odpraviti. V drugem predavanju je Christian Fandengruber (Styria vitalis) pokazal, da lahko tudi druga »okolja«, kot so na primer občine, učinkovito izboljšajo pogoje za zdravo staranje na podeželju in jim je v ta namen podeljen znak kakovosti. Največja težava občin je,

kako doseči in vključiti različne družbene skupine, vendar je Styria vitalis preizkusila številne možnosti aktivacije prebivalstva, o katerih je sledila zanimiva razprava. Kot zadnji predavateljici sta Bernadette Pirker in Eva Gföller (LOGO! Jugendmanagement) s projektoma Points for Action in Points Coach prikazali, kako je mestu Gradec uspelo pridobiti mlade za družbenokoristno in prostovoljsko delo s starejšimi, in sicer s podeljevanjem virtualnih kreditnih točk. Te lahko izkoristijo v številnih trgovinah, kinodvoranah in restavracijah v Gradcu. Ta projekt je pri naših udeležencih požel veliko zanimanja, med drugim tudi zaradi aktualne politične razprave v Sloveniji, kako mlade spodbuditi k družbenemu udejstvanju.

Tako se je tik pred božičem v okviru našega projekta razpravljalo o tem, katere institucije in ustanove v različnih regijah izvajajo in krepijo dejavnosti na področju spodbujanja zdravja ter na kakšnih kulturnih razlikah temeljijo posamezni pristopi. Potem ko smo uspešno zaključili predavanja in v sklopu projekta Health for All prenesli znanje iz avstrijske Štajerske v Slovenijo, smo to z našimi slovenskimi gosti proslavili na čarobni adventni tržnici v središču mesta. Tako smo tudi prišli do naše prve skupne ugotovitve, in sicer da lahko z močnim projektnim konzorcijem zlahka premostimo kulturne razlike.

Christoph Pammer



Fotografija: Mesto Gradec/Urad za zdravje

Pristop, ki temelji na »okolju«, je mogoče najti v številnih avstrijskoštajerskih projektih za spodbujanje zdravja.

Bilateralni študijski obisk: Avstrija – Slovenija

Kaj nam lahko Slovenci povedo o primarnem zdravstvenem varstvu?

Obisku slovenske ekipe v Gradcu je sledil obisk avstrijske delegacije v Sloveniji. 25. januarja 2024 se je 39 strokovnjakov na področju zdravstva odpravilo na študijski obisk v Zdravstveni dom Murska Sobota (SLO).

Zdravniki, patronažne sestre, raziskovalci, politiki, strokovnjaki za javno zdravje, socialni delavci, skupnostni delavci in terapevti so si lahko ustvarili vtis močnega primarnega zdravstvenega varstva, kakršen v Avstriji v glavnem (še) ni poznan.

Ker se Markus Narath ni mogel udeležiti študijskega obiska, nam je pot na

avtobusu krajšal Gustav Mittelbach, ki je udeležencem na kratko predstavil razlike med obema zdravstvenima sistemoma.

Temu uvodu je sledilo jedro dogodka v Murski Soboti: Edith Žižek Sapač je predstavila Zdravstveni dom Murska Sobota, ki je s približno 400 zaposlenimi bistveno večji od podobnih ustanov v Avstriji. V svojem predavanju o slovenskem zdravstvenem sistemu je Peter Bezec navedel tudi enega od razlogov za to, in sicer dolgoletno tradicijo primarnega zdravstvenega varstva v Sloveniji.

Široko zastavljeno primarno zdravstveno varstvo

Zdravstveni dom ponuja široko paleto zdravstvenih storitev, vključno z ambulantno splošno medicino, 24-urno dežurno ambulanto in različne specialistične ambulante. O uspehih psihiatrične ambulante za odrasle je spregovoril Zlatko Horvat. Izstopala je tudi predstavitev Martine Panker o patronažni službi in njenih dislociranih enotah ter predstavitev Sandre Gaber-Flegar o Centru za krepitev zdravja.

Obe enoti v središče postavljata bolnike in njihovo dobro počutje. Tako so



Fotografija: Mesto Gradec/Urada za zdravje

med drugim na voljo preventivni obiski na domu med nosečnostjo, usposabljanja za družinske člane, ki negujejo svojce, in preventivni zdravstveni ukrepi, ki jih upravlja visoko specializirano zdravstveno osebje.

Sladek zaključek

Po dnevu, polnem vtisov o primarnem zdravstvenem varstvu, in števil-

nih novih idejah je skupina obiskala Hišo gibanice, splošno koristen projekt zaposlovanja, kjer pečejo vsem dobro znano gibanico – seveda brez degustacije ni šlo.

Če povzamemo:

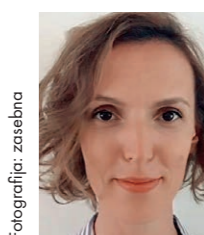
Tako z vidika primarnega zdravstvenega varstva kot njene kulinarike je Slovenija večplastna, navdihujoča in zagotovo vredna obiska.



Fotografija: zasebna

Mirjam Purkarthofer

Fizioterapevtka v zdravstvenem centru Gesundheitsdrehscheibe in usposobljena tolmačica za nemščino, angleščino in arabščino



Fotografija: zasebna

Izeta Mulaibisevic

Vodja projekta Health for All z izkušnjami na področju javnega zdravja, zdravstvene nege in nege bolnikov ter z znanjem bosanskega, hrvaškega in srbskega jezika



Fotografija: Edith Žižek Sapač

Avstrijska delegacija na obisku v Zdravstvenem domu Murska Sobota



Fotografija: Mesto Gradec/Gesundheitsdrehscheibe

Tako slovenski sistem primarnega zdravstvenega varstva kot slovenska kulinarika sta večplastna in vredna, da ju spoznate.



Fotografija: Mesto Gradec/Urada za zdravje

Zdravstveni dom v pravem pomenu besede v središču Gradca, kjer ne boste našli zdravnika ...

Center za zdravstveno varstvo na primarni ravni v središču mesta Gradec, kjer ne boste našli zdravnikov

Leta 2023, ko so se začela gradbena dela za novo urbano referenčno točko za vsa z zdravjem povezana vprašanja, so se na desnem bregu Mure pokazale velike vrzeli v oskrbi.

Tako v mestni četrti Lend osebni zdravniki s koncesijo za več mesecev vnaprej niso sprejemali novih pacientov, kar je povzročalo velike težave kroničnim bolnikom. Hkrati je bilo zaradi pomanjkanja kadrovskih virov v sektorju nege in oskrbe zelo težko vključiti storitve socialnega skrbstva brez dolgih čakalnih dob.

Večdisciplinarna ponudba

Centri zdravstvenega varstva na primarni ravni (med katerimi so MEDIUS, Allgemeinnmedizin Gries, Gesundheitszentrum Reininghaus, Gesundheitszentrum Smart City) imajo zelo dobre izkušnje, ko gre za visoke zahteve glede kakovosti splošne zdravstvene oskrbe – pri čemer imamo v mislih dolg delovni čas, širok nabor storitev in promocijo zdravja.

V centrih zdravstvenega varstva na primarni ravni je brez dodatnih stroškov za paciente na voljo tudi funkcionalna terapija (delovna terapija, logopedija, fizioterapija), svetovanje na področju dietetike in celo psihoterapija. Vendar so zmogljivosti teh novih centrov omejene. Zato se večina bolnikov še naprej obrača na osebne zdravnike, ki delajo v lastnih ambulantah.

Na desnem bregu Mure večinoma delujejo splošni zdravniki s koncesijo, ki pa se ne morejo upreti na ekipo zdravstvenih delavcev. Zato se je zdelo smiselno ustanoviti »center za zdravstveno varstvo na primarni ravni v središču mesta Gradec, kjer ni zdravnikov«, zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe pa postaviti na raven primarnega zdravstvenega varstva. Ta slogan, ki nas spremlja že od ustanovitve zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe, se je kmalu izkazal kot tisti, ki nam je odprl vrata do politike na področju zdravstva dežele Štajerske.

Dodana vrednost za zdravstveno oskrbo v Gradcu

Tako sta na primer zdravstvena blagajna Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK), pri kateri je zavarovanih približno 85 odstotkov prebivalcev Gradca, in zdravstveni sklad dežele Štajerske aktivno sodelovala pri oblikovanju strukture zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe. Kot viden znak je zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe dobil na razpolago

enako količino sredstev za psihoterapevtsko dejavnost kot kateri koli (pravi) zdravstveni dom.

Skupaj z danes že 28 napotitvenimi zdravniki splošne medicine zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe izpolnjuje merila mreže zdravstvenega varstva na primarni ravni v središču Gradca, če upoštevamo njegov pozitiven vpliv na zdravstveno varstvo revnejših slojev družbe.

Spodbujanje zdravja za vse

Hkrati je zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe zelo hitro postal testni poligon za učinkovito promocijo zdravja in preventivnih zdravstvenih storitev. Dejavnosti vključujejo univerzalne (izobraževalni programi o cepljenju za Čečene), selektivne (hitri testi spomina na javnih mestih) in indicirane (osnovni tečaj za družinske člane, ki negujejo svojce, v turškem oziroma arabskem jeziku) preventivne ukrepe ter ukrepe za spodbujanje zdravstvene pismenosti (informativni dogodek o dodatku za pomoč in postrežbo v ukrajinskem oziroma turškem jeziku) in pro-

mocijo zdravja (šolski projekt v osnovni šoli St. Andrä).

Povezano biopsihosocialno zdravstveno varstvo na primarni ravni

Storitve, ki jih ponuja zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe, so zelo pomembne, zlasti glede kakovosti psihosocialnega zdravstvenega varstva na primarni ravni v Gradcu.

Da bi poudarili njegov pomen, se je Urada za zdravje odločil, da izvajalce primarnega zdravstvenega varstva povabi na redne pogovore, na katerih udeleženci razpravljajo tako o stalnem pomanjkanju psihoterapevtskih storitev kot tudi o skupnih dejavnostih na področju spodbujanja zdravja in preprečevanja bolezni.

Na splošno si Gradec vse bolj prizadeva za zagotavljanje dobrih osnovnih storitev za prebivalce svojega mesta, kar pozitivno vpliva tudi na osnovno zdravstveno in psihosocialno varstvo, za katero je pristojna dežela oziroma zdravstvena blagajna ÖGK.

Christoph Pammer



Fotografija: Mesto Gradec/Fischer

... ima pa zato 28 napotitvenih zdravnikov splošne medicine, široko ponudbo biopsihosocialnih storitev ter nizkopažne programe za spodbujanje zdravja in preprečevanje bolezni.



Fotografija: Mesto Gradec/Urada za zdravje

Ekipe zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe v boju proti demenci 13. maja 2023 v Eggenbergu.

Fotografija: Mesto Gradec/Fischer



Christina Holzer

Patronažna sestra, ki je v sklopu zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe vključena v različne mreže zdravstvenega varstva na primarni ravni

Tvoj spomin je v tvojih rokah

Hitri testi spomina na javnih mestih

Kdor pri sebi ali svojih bližnjih opaži pozabljivost, se pogosto sooča s strahom in sramom. Namen projekta »Tvoj spomin je v tvojih rokah« je povečati ozaveščenost javnosti o pomenu zgodnjega diagnosticiranja in pravočasnega zdravljenja znakov demence ter odpraviti ovire pri tem.

S pravočasno diagnozo lahko uvedemo ustrezne ukrepe za čim boljše ohranjanje kakovosti življenja, samostojnosti in družbene vključenosti prizadetih oseb.

Projekt je bil izveden na šestih različnih lokacijah. Mimoidoči so lahko anonimno in neobvezujoče izvedli »hitri trojček z uro«, presejalni test za odkrivanje demence, ki lahko zaradi visoke senzitivnosti in specifičnosti preveri spo-

sobnost abstraktnega razmišljanja in kratkoročni spomin pri posamezniku. Med izvajanjem ukrepa v skupnem obsegu 24 ur je bilo v različnih jezikih (bosanščina, hrvaščina, srbščina, arabščina, dari, farsi, angleščina, nemščina) v posvetovalne pogovore vključenih 150 oseb. Spominska igra je pritegnila mimoidoče, od katerih jih je 88 sodelovalo tudi v »hitrem trojčku z uro«. Od tega je bilo 27 primerov oziroma 31 odstotkov izstopajočih.

Testirancem smo podali vse potrebne informacije in jih 24 napotili v svetovalnico SOPHA za geriatrično psihiatrijo, sedem oseb pa je bilo napotnih v zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe. Največ se je dogajalo na trgih Kaiser-Josef-Markt in

Südtiroler Platz, sledila pa je ulica Annenstraße 28.

Z epidemiološkega vidika so bile lokacije, na katerih so bili opravljeni testi, dobro izbrane, saj so zajele predvsem osebe, ki sicer ne bi opravile testa spomina in testa tveganja za demenco. Poleg tega je visoka stopnja sumljivih testov risanja ure pokazala, da je pojavnost v ciljni populaciji pogosta. Poleg specifičnosti in senzitivnosti testa je visoka prevalenca najpomembnejši pogoj za učinkovito uporabo finančnih sredstev pri presejalnih dejavnostih. Zaradi velikega uspeha projekta so za prvo polovico leta 2024 načrtovane še štiri daljše akcije na dodatnih lokacijah na projektnem območju in v mestni četrti Lend.

Literatura:

Strotzka S, Psota G, Sepandj A (2003) Uhrentest in der Demenzdiagnostik – Auf der Suche nach der verlorenen Zeit. Psychopraxis 4(3): 16–24.
Strotzka, S. (2015) Kognitives Assessment für Migrantinnen und Migranten. Z Gerontol Geriat 48, 10–14. <https://doi.org/10.1007/s00391-014-0844-1>

Informativni dogodki Dodatek za pomoč in postrežbo

V Avstriji so ljudem v stiski na voljo različne storitve zdravstvenega varstva, kot je dodatek za pomoč in postrežbo. Vendar jih lahko izkoristijo le tisti, ki vedo za te storitve.

Za ciljno skupino zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe je pogosto značilno, da zaradi pomanjkanja informacij le s težavo uveljavlja pravico do dodatka za pomoč in postrežbo ali pa ga sploh ne more uveljavljati. Ekonomske razmere, jezikovne ovire in pomanjkanje izobrazbe so pogosto nepremostljive ovire na poti do storitev oskrbe. Da bi lahko premostili te ovire, je treba na jasen in razumljiv način strukturirati strokovne informacije, kar je pomemben del nalog učinkovitega zdravstvenega centra, kot je Gesundheitsdrehscheibe.

Strokovne informacije v maternem jeziku

Dober primer prilagojenih preventivnih dejavnosti sta informativni delavnici v

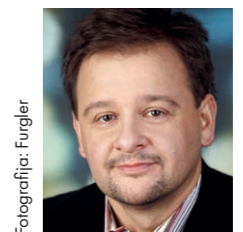
maternem jeziku na temo dodatka za pomoč in postrežbo, ki sta 29. januarja 2024 potekali v turščini in 12. februarja 2024 v ukrajinščini.

Delavnici sta potekali v prostorih našega parterja v mreži, društva JUKUS, v mestni četrti Lend. Že vnaprej so bili organizirani informativni sestanki s strokovnjaki s področja prava (dodatek za pomoč in postrežbo ter pravice tujcev), ki so bili prisotni tudi na delavnicah, kamor smo prav tako povabili tolmače. Da bi lahko vzpostavili stik z ljudmi iz tistega predela mesta, uporabljamo sinergijske učinke usposobljenega partnerja. Skupno se je obeh večernih dogodkov udeležilo 45 oseb. Da bi lahko odgovorili na vsa vprašanja, so predavanjem sledila številna individualna posvetovanja za paciente na to te-

matiko, ki so potekala v zdravstvenem centru Gesundheitsdrehscheibe na ulici Annenstraße.

NAROČITE SE

Dodatek za pomoč in postrežbo je na voljo v sedmih stopnjah osebam z običajnim prebivališčem v Avstriji, za katere se predvidoma pričakuje, da bodo pomoč in postrežbo potrebovale vsaj šest mesecev več kot 65 ur na mesec.



Fotografija: Furgler

Helmut Steinkellner

Sodelavec pri projektu Health for All in strokovnjak za nizkoprazne metode dela



ochizgizeln: Adobe Stock/ichaznong

Zdravstvene informacije, ki so dostopne v nemščini, turščini in ukrajinščini.



Nega na domu ob pomoči patronažne sestre in tolmača



Fotografija: Mesto Gradec/Fischer

Angelika Führer

Patronažna sestra in pomočnica vodje zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe

Tečajji zdravstvene nege v turščini in arabščini

Projekta patronažnega varstva Gries in Lend sta 7. in 28. marca 2024 skupaj organizirala dva tečaja za svoje, ki negujejo sorodnike, v turščini in arabščini.

Udeleženci tečaja so lahko postavili individualna vprašanja o oskrbi sorodnikov v domačem okolju. Praktični del delavnice sta izvedli trenerki Melanie Koch in Angelika Führer v izobraževalnem središču ASIGG klinike Albert Schweitzer v Gradcu.

Pomen in ozadje

V Avstriji je 466.360 oseb odvisnih od nege in oskrbe – samo v Gradcu prejema dodatek za pomoč in postrežbo 17.448 oseb.¹ Za približno 80 odstotkov ljudi, ki potrebujejo oskrbo, skrbijo laiki ali sorodniki.² Da bi podprli sorodnike, ki negujejo svoje, v tej tako fizično in psihično zahtevni situaciji, že pote-

kajo tečajji v nemščini. Za prebivalce, ki ne govorijo nemško, pa so ti tečajji dostopni v omejenem obsegu oziroma jim niso dostopni. Doseči te ljudi in tako odpraviti vrzeli v oskrbi, je osrednja naloga patronažnega varstva.³

Tečajji

V sklopu preventivnih obiskov na domu v projektnih območjih Gries in Lend sta patronažni sestri Melanie Koch in Angelika Führer ugotovili, da obstaja velika potreba po pomoči pri oskrbi na domu v družinah, ki ne govorijo nemško. Zato sta marca 2024 ponudili dva dvourni praktična tečaja v turščini in arabščini za osebe, ki v domačem oko-

lju negujejo svoje. Na delavnicah so bili prisotni tolmači, ki niso pomagali le pri prevajanju tehničnih vidikov, temveč tudi pri njihovem medkulturnem posredovanju. S praktičnim izvajanjem zaporedja gibov, kot sta transfer ali mobilizacija ob pomoči negovalne postelje in drugih pripomočkov, je udeležencem uspelo najti bolj ekonomične rešitve za njihove individualne težave. Udeleženci so se lahko tudi sami vživeli v vlogo oskrbovanca in začutili, kako se počutijo oni. Tečaja sta imela pomembno vlogo tudi pri ozaveščanju udeležencev o pomenu ohranjanja lastnega zdravja. Nadaljnji tečajji so v načrtu za prihodnje leto.

Literatura:

- 1 Gesundheitsfonds Steiermark (izdajatelj) (2021) Gesundheitsberichterstattung Steiermark. Graz. <https://gesundheitsbericht-steiermark.at/>
- 2 Nagl-Cupal, M., Kolland, F., Zartler, U., Mayer, H., Bittner, M., Koller, M., Parisot, V., Stöhr, D., Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (izdajatelj.) (2018) Angehörigenpflege in Österreich. Einsicht in die Situation pflegender Angehöriger und in die Entwicklung informeller Pflegenetze. Universität Wien.
- 3 Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) (izdajatelj.) (2022) Österreichischer Pflegevorsorgebericht

Zdrava učilnica

Kaj imajo skupnega koncept pisarn za izpopolnjevanje znanja (nem. Lernbüro) za otroke in starše ter zdravje? Sodeč po zdravstvenem centru Gesundheitsdrehscheibe in osnovni šoli St. Andrä, kar nekaj.

Po zgledu ustanove Child-Parent Center iz Chicaga je zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe vzpostavil pisarno za izpopolnjevanje znanja za učence osnovne šole St. Andrä. Medtem pa so se starši udeležili pogovora, namenjenega izpopolnjevanju njihovega znanja s področja zdravja.

Velik potencial za spodbujanje zdravja

Osnovna šola St. Andrä je od zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe oddaljena manj kot 400 metrov zračne linije. Da se v tem sodelovanju skriva velik potencial za učinkovite ukrepe na področju spodbujanja zdravja, lahko pripišemo več dejavnikom: na eni strani imamo družine, ki ne govorijo nemško in se srečujejo z zdravstve-

nimi, psihosocialnimi in ekonomskimi izzivi; na drugi strani pa imamo visoko zavzeto ravnateljico Daniela Touray in socialno pedagoginjo Liso Fischereder. Skupaj s patronažnimi sestrami so dobili idejo o ustanovitvi pisarn za izpopolnjevanje znanja za učence in starše.

Učenje za učence, starše in ekipo

Od aprila do junija 2024 je za učence vsak teden potekalo izpopolnjevanje znanja v nemščini in matematiki. Medtem ko so se otroci učili (včasih so se tudi žogali, igrali družabne igre ali plesali), je za starše v sosednji učilnici potekalo podobno izpopolnjevanje znanja. Starši so tako dobili možnost, da spregovorijo o individualnih socialnih in zdravstvenih težavah. Projekta

se je udeležilo skupno 11 učencev in njihovih staršev.

Trajno nadaljevanje

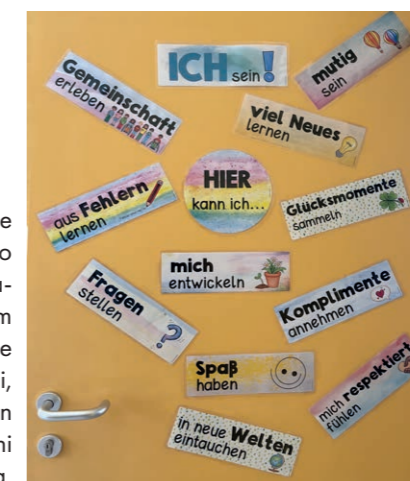
Po zaključku projekta v poletnem semestru 2024 se sodelovanje nadaljuje: Zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe namreč sodeluje pri ustanovitvi društva za starše, ki ga do zdaj na osnovni šoli St. Andrä še niso imeli. Od njega so odvisne šolske dejavnosti, kot so poletne zabave, izleti, zunanje delavnice o gibanju, prehrani, spolni vzgoji, otrokovih pravicah itd. pa tudi povezovanje staršev in njihova pravica do soodločanja v šoli – vse to pa so dejavniki, ki trajno vplivajo na zdravje družin.

Mirjam Purkarthofer
Angelika Führer

NAROČITE SE

Dolgoročne raziskave iz leta 2022 o programu Child-Parent Center iz Chicaga so pokazale, da zgodnji izobraževalni programi za starše in otroke, ki jih izvajajo že v vrtcih in osnovnih šolah, pozitivno vplivajo na zdravje otrok v odrasli dobi, med drugim v zvezi s kardijskim vedenjem, sladkorno boleznijo in duševnim zdravjem.

V pisarnah za izpopolnjevanje znanja ne gre samo za nemščino in matematiko: Učenje in izobraževanje, spretnosti pri osebnem izražanju, razigrano preživljanje časa s sošolkami in sošolci, izmenjava mnenj med starši in skupnostjo na šolski poletni zabavi – vse to je del zdravja.

**Literatura:**

- Center for High Impact Philanthropy (2015). Child-Parent Centers. <https://live-penn-impact.pantheon.io/wp-content/uploads/2016/2015/04/High-Impact-Opportunity-Child-Parent-Centers.pdf>
- Varshney, N., Temple, J. A., Reynolds, A. J. (2022). Early Education and Adult Health: Age 37 Impacts and Economic Benefits of the Child-Parent Center Preschool Program. Journal of Benefit-Cost Analysis. 2022;13 (1): 57-90. doi:10.1017/bca.2022.4



Fotografija: Mesto Gradec/Urada za zdravje

V sproščnem vzdušju imajo starši čas, da se pogovorijo o vprašanih in skrbeh, povezanih z zdravjem njihovih otrok.

Svetovalnica za starše na temo zdravja

Čas za zdrav pogovor kot dopolnitev dela s pacienti v ambulanti

Ni skrivnost, da so pediatrične ambulante v Gradcu prenatrpane. Nič boljše slike ne boste našli niti na kliniki za pediatrijo. S tem se spoprijemajo starši, ki se za obiske pri pediatrih odločajo zaradi manjših ali večjih tegob svojih otrok. Vendar v natrpanem okolju pogosto ne dobijo časa in odgovorov, ki jih potrebujejo. Pa naj si gre za ordinacijo, kjer se mora en zdravnik vsak dan posvetiti velikemu številu malih pacientov, ali pa za urgentno ambulanto, ki mora znotraj svoje 24-urne službe sprejeti več kot sto bolnih otrok.

Kaj pa če bi starši imeli možnost, da v miru razpravljajo o zdravju svojih otrok, po možnosti vnaprej in ne le v akutnih primerih? Če bi imeli po končanem pogovoru z zdravnikom še enkrat možnost, da jim pojasnijo priporočila, ki so

jih prejeli, ter jih tako boljše udejanjili? Če bi vedeli, kaj lahko storijo doma in kdaj je smiselno poklicati na brezplačno telefonsko številko 1450 ali se posvetovati s pediatrom oziroma obiskati bolnišnico? Če bi dobili točno tiste informacije, ki jih potrebujejo, da bi izboljšali zdravstveno stanje svojih otrok? Vsa ta vprašanja naslavlja svetovalnica za starše, ki jo je organiziral zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe in je potekala 12. februarja in 4. marca 2024 v prostorih neprofitne organizacije ISOP Graz. Dve skupini skupno 19 žensk sta se lahko v sproščnem vzdušju s pediatrinjo Analeno Ott, socialno delavko Astis Schrag in fizioterapevtko Mirjam Purkarthofer pogovarjali o zdravstvenih vprašanih njihovih otrok, ki so zanje pomembna. Enakovredna izmenjava med sogovornicami je pokazala,

da starši nikakor niso prepuščeni samim sebi, ko gre za skrbi, povezane z boleznimi njihovih otrok, vzgojo, življenjskim slogom, podpornimi storitvami in izkušnjami v zdravstvenem sistemu. Ob koncu dvournega pogovora se je zdelo, da so se matere domov k svojim otrokom vrnile nekoliko olajšane, bolj samozavestne in opolnomočene. Projekti s podobnim učinkom že obstajajo v drugih državah, na primer v zdravstvenem centru Bromley-by-Bow v Združenem kraljestvu.

Po uspešnem začetku je v načrtu nadaljevanje projekta v različnih ustanovah v Gradcu. Da se bodo lahko starši s pomočjo participativnega zdravstvenega opismenjevanja bolj samozavestno in učinkovito spoprijemali z vsemi izzivi, ki jih prinaša zdravje njihovih otrok.

Mirjam Purkarthofer

Literatura:
Bromley by Bow (2015). DIY Health (0-5) toolkit. https://www.bbbc.org.uk/wp-content/uploads/2018/05/DIY_Health_Toolkit_-_October_2015.pdf
Gerressu, Makeda; Edbrooke-Childs, J.; Deighton, J. (2017). DIY Health Evaluation Report. <https://www.transformationpartners.nhs.uk/wp-content/uploads/2017/11/DIY-Health-evaluation-report.pdf>

Božična zabava v zdravstvenem centru Gesundheitsdrehscheibe

21. decembra 2023 v prostorih zdravstvenega centra Gesundheitsdrehscheibe izjemoma ni bilo načrtovanih nobenih terminov, takrat je namreč skupaj s pacienti zdravstvenega centra potekala božična zabava.

Ti ljudje s seboj nosijo najrazličnejša bremena: travme, skrbi, strahove, osamljenost, socialne izzive ter fizične in psihične težave. Naši pacienti so raznoliki in prihajajo iz različnih kulturnih in verskih ozadij. Nismo bili prepričani, kako bodo sprejeli naš načrt. Vendar smo imeli vizijo: želeli smo praznovati kot ekipa, kot neke vrste družina.

Naša božična zabava je bila ganljiv dogodek. Ne glede na jezik, narodnost ali poreklo smo peli in praznovali skupaj. To je bil praznik povezanosti.

S strokovnega vidika je to praznovanje poglobilo številne terapevtske odnose. Zaradi družinskega vzdušja smo ustvarili osnovo za medsebojno zaupanje.

Težki nahrbtniki, ki so jih naši pacienti s seboj prinesli na svojih plečih, so se spremenili v pisane okraske za božično jelko. Včasih so ti okraski težki in upognejo veje jelke, ampak zaradi njih je božično drevesce to, kar je. Spominjajo nas na preteklost ter nam dajejo upanje za jutri in zaupanje v prihodnost.



Fotografija: Mesto Gradec/Gesundheitsdrehscheibe



Fotografija: zasebna

Bahaneh Ovis-Schatzl

Psihoterapevka v zdravstvenem centru Gesundheitsdrehscheibe ponuja terapije v nemščini ter jezikih dari in farski

Božična zabava je skupen trenutek veselja in solidarnosti, ki je trajno spremenil terapevtske odnose.

Mesto Gradec – Urad za zdravje
Zdravstveni center Gesundheitsdrehscheibe
Tel.: +43 (0)316 872-3999
gesundheitsdrehscheibe@stadt.graz.at
graz.at/gesundheitsdrehscheibe