

RSU Darba drošības un vides veselības institūts
organizē profesionālās pilnveides semināru

“Medicīnas māsu darba vides stresa faktori, stresa pārvaldība un laika menedžments”

Semināra mērķis:

Iepazīstināt medicīnas māsas ar veselības aprūpes nozares darba vides risku pētījumu datiem un NURED projekta aptauju datiem, nodrošināt ar informāciju par stresa fizioloģiju un somatizācijas procesu, savas profesionālās dzīves kvalitātes novērtēšanu un izdegšanas sindroma izplatību māsu darbā, kā arī apgūt stresa pārvaldības tehnikas, spēt plānot darbus un darboties komandā.

Mērķauditorija:

Praktizējošas medicīnas māsas, māszinību mācību programmas studenti.

Programmā ietvertās tēmas:

- Veselības aprūpes nozares darba vides risku pētījumu dati.
- NURED projekts - mērķi, projekta aktivitātes un aptauju dati.
- Stresa jēdziens. Stresa fizioloģija. Distresa ietekme uz organismu.
- Profesionālās dzīves kvalitāte un izdegšanas sindroms.
- Laika menedžments un efektīva plānošana.

Semināra programma – pielikumā.

Semināra norises laiks un vieta:

2018.gada 13.februāris, plkst. 12:00 - 16.30

Norises vieta: Rīga, Dzirciema iela 16, Hipokrāta auditorija, C korpuss, 1.stāvs

Informācijai:

- Pieteikšanās: **SLĒGTA**
- Projekta admin. asistente Laura Haberkorne, e-pasts: laura.haberkorne@rsu.lv
- Dalībnieku skaits seminārā ir ierobežots, tāpēc lūdzam pieteikties savlaicīgi. Ja tiks pārsniegts vietu skaits auditorijā, paturam tiesības atteikt dalību tiem dalībniekiem, kuri pieteikušies vēlāk.

Sertifikāts: Par dalību seminārā tiek izsniegts RSU DDVVI sertifikāts, kas reģistrēts Latvijas Māsu asociācijā (Izglītības stundas/ tālākizglītības punktu skaits 5).

Dalības maksa: Dalība seminārā ir BEZMAKSAS. Semināra dalībniekiem tiks nodrošināti semināra materiāli.

Semināra

“Medicīnas māsu darba vides stresa faktori, stresa pārvaldība un laika menedžments”

PROGRAMMA

Semināra norises laiks un vieta:

2018.gada 13.februāris, plkst. 12:00 - 16.30

Norises vieta: Rīga, Dzirciema iela 16, Hipokrāta auditorija, C korpuss, 1.stāvs

Laiks	Tēma	Lektors
11.45 - 12.00	Reģistrācija	
12.00 - 12.05	Ievads un semināra atklāšana.	<i>Svetlana Lakiša</i> , RSU Darba drošības un vides veselības institūta pētniece, NURED projekta pētniece un vadītāja, Mg. sc. sal.
12.05- 12.50	NURED projekts - mērķi, projekta aktivitātes un aptauju dati. Veselības aprūpes nozares darba vides risku pētījumu dati.	<i>Svetlana Lakiša</i> , RSU DDVVI pētniece, NURED projekta pētniece un vadītāja, Mg. sc. sal.
12.50 - 13.35	Stresa jēdziens. Stresa fizioloģija. Distresa ietekme uz organismu.	<i>Artūrs Pāpārde</i> , RSU Medicīnas fakultātes, Cilvēka fizioloģijas un bioķīmijas katedras docents, Dr. biol.
13.35 - 13.55	Pārtraukums	
13.55 - 14.30	Profesionālās dzīves kvalitāte un izdegšanas sindroms.	<i>Kristaps Circenis</i> , RSU maģistra studiju programmas "Māszinības" vadītājs, Sabiedrības veselības un sociālās labklājības fakultātes, Māszinību un dzemdību aprūpes katedras docents, Dr. Med.
14.30 - 16.00	Laika menedžments un efektīva plānošana.	<i>Reinis Upenieks</i> , Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas mācību projektu vadītājs, RSU tālākizglītības kursu pasniedzējs, klīniskais psihologs, Mg. psych.
16.00 - 16.30	Diskusijas un jautājumi, ierosinājumi. Semināra noslēgums.	

Sekojiēt līdzī jaunumiem www.stradavesels.lv