

DR. DRBNA



PRAVIDELNÝ ČTVRTLETNÍK

2
2023

nemocniční zpravodaj

000000

Připravujeme pro vás velké preventivní akce

Obří mikrovlnka nám šetří miliony korun

Šlapali jsme pro dobrou věc 2222 km za 111 h na kole kolem České republiky




NEMOCNICE
HAVÍŘOV



Slovo šéfredaktorky

Milé kolegyně a kolegové,
čtenáři i čtenářky,

Léto je v plném proudu a s ním i letní vydání našeho nemocničního časopisu Dr. Drbna. Je to právě léto, které je ideální pro relax, odpočinek i plnění mnohých, často cestovatelských, snů a přání. Schválně, kolikrát jste se v průběhu léta zeptali svých přátel nebo kolegů, jak a kde trávili svou dovolenou? Málokdo z nás si v tu chvíli ale uvědomí, jak velké máme my, kteří si můžeme užívat letních dní ve zdraví a plnými doušky, štěstí.

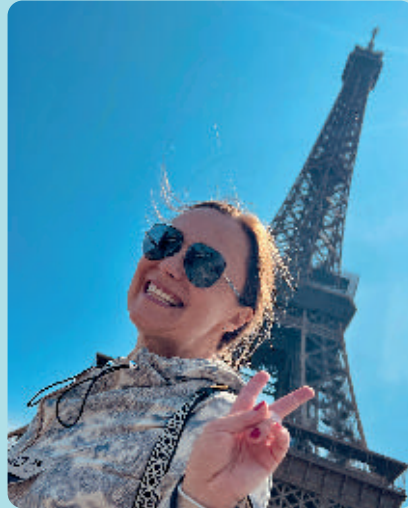
V ambulancích naší nemocnice se zdravotníci denně setkávají s pacienty a jejich rodinami, jejichž příběhy nám připomenou, jak je důležitý být za tute, pro mnohé z nás samozřejmost, vděční. Mít možnost cestovat, plnit si v plné síle a ve zdraví své tajné sny a přání. Jsou mezi námi totiž lidé, ke kterým osud nebyl tak velkorysý. My si tuto nemilou pravdu hluboce uvědomujeme, proto jsme se rozhodli spojit síly s havířovskou neziskovou organizací **Vzhůru k zázrakům**. Ta pomáhá dětem, které jsou nemocné, handicapované nebo opuštěné a potřebují odbornou pomoc a podporu svého okolí. Loni jsme společně podpořili částkou **110 tisíc korun malého Šimona**, který se narodil v naší porodnici se vzácnou formou Downova syndromu. Pomocí sbírky, na kterou přispěli mnozí z vás, jsme si letos, stejně jako loni, našli dalšího dětského patrona, který má něco společného s naší nemocnicí. Je jím malý Patrik, který se léčí v naší dětské kardiologické ambulanci. Jeho celý příběh i způsob, jak mu pomoci, najdete v článku Pomáháme spolu s vámi. Náš nemocniční tým pro něj objel republiku na kolech v rámci Handy cyklo maratonu. Byla to dřina, mnozí závodníci

si sáhli až na hranici svých sil, ale všechno to stálo za to!

Stejně tak, jak **stojí za to pomáhat**, se rozhodně vyplatí nepodceňovat prevenci a být sám k sobě v rámci preventivních programů šetřivý. Na co všechno se můžete v nadcházejících měsících těšit, najdete v článku Připravujeme pro vás. Bude toho hodně! Navíc vám jako speciální bonus nabídneme unikátní možnost nakouknout pod pokličku pro veřejnost super uzavřených pracovišť, jakými jsou patologie s pitevnou, operační sály, nebo urgentní příjem. Možná právě prohlídka těchto míst od dětství patřila mezi vaše **tajná přání**. My jsme tady proto, abychom je vám pomohli splnit!

Plňte si své sny, mějte krásné, slunečné dny plné pohody a radosti!

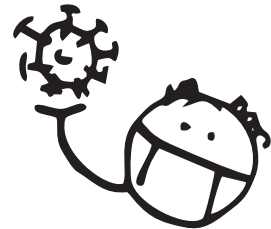
 Irma Kaňová, šéfredaktorka



Slovo náměstkyně

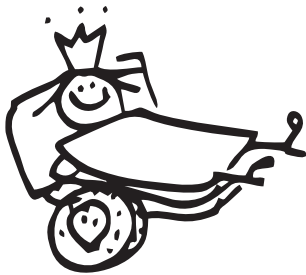
Milé kolegyně a kolegové, vážení
čtenáři,

v červenci to byly dva roky, kdy jsem nastoupila jako ekonomická náměstkyně do havířovské nemocnice. V té době měla nemocnice plno práce, a to nejen s celosvětovým bojem s covidem, ale také s realizací mnoha změn a projektů, byla plna nových vizí a plánů.



Ze stavebních prací to byla stavba druhého psychiatrického oddělení a modernizace několika ambulantních traktů, nových prostor se dočkalo oddělení lidských zdrojů. Z mnoho let **nefunkční prádelny**, která sloužila pouze jako odkladiště nepotřebného a vyřazeného nemocničního inventáře, vznikla **školka pro děti našich zaměstnanců**. Za půl roku od svého otevření doslova praská ve švech, jaký je o ní zájem. Co se týká novinek v poskytované péči, probíhaly velké změny v přístupu k nemocniční stravě, dále v péči o dětské pacienty, kdy se stále více zahrnoval prorodinný přístup charakterizovaný **principy Family Centred Care**, tvořila se systematická péče o barietrické pacienty a na plné obrátky jely výkony nově pořízené magnetické rezonance. Rok 2021 byl nejvýznamnějším i pro porodnici, kdy oproti roku 2019 se **počet porodů téměř zdvojnásobil** a přesáhl počet 1100. Už v té době mělo vedení další vize. Mezi ně patřily rozvoj operativy s cílem stát se edukačním pracovištěm robotické chirurgie pro ostatní krajské nemocnice, rozšíření zdravotní péče v oblasti ORL

vybudováním spánkové laboratoře, reorganizace urgentního příjmu, zajištění mamografické screeningové péče a mnoho dalších. Co se týká výsledku hospodaření byl rok 2021 druhým rokem, kdy dosáhla nemocnice (i díky covidovým kompenzacím) po mnoha letech ztrát zisku a pokračovala tak i v roce 2022.



Nadšení vedení nemocnice pro rozvoj, systematické plánování a analyzování všech kroků, se ani po dvou letech nezmírnilo, ba naopak nabralo na obrátkách. V letošním roce bylo nejvýznamnějším krokem k rozšíření zdravotní péče zahájení ortopedické operativy velkých kloubů, o které nemocnice ještě před dvěma lety jen snila. Podářilo se nasmlouvat několik pojišťoven, které těmto operacím daly zelenou. Do vysněného cílového stavu zbývá přesvědčit ostatní pojišťovny o potřebnosti operativy velkých kloubů v havířovské spádové oblasti, tak aby naše nemocnice zajistila svým pacientům včasný a bezpečný termín indikovaného operačního výkonu. To by jistě všichni ti, kteří čekají na zákrok v bolestivých stavech a průměrných čekacích dobách neřídka až 36 měsíců, ocenili. Nemocnici zůstává ambice **zahrnout do chirurgické a urologické operativy robotické výkony**. Má schválení přístrojové komise a v současné době se zřizovatelem řeší možnosti nákupu robota. Naším velkým plánem do budoucna je stát se **mamografickým screeningovým centrem**. Veškeré tyto kroky směřují ke stabilizaci nemocnice a trvale lepším hospodářským výsledkům. Ty umožní nemocnici

vydělané peníze vracet zpět v podobě modernizace dalších oddělení, obnovy přístrojů a vybavení. To bude mít vliv na podporu příznivějšího prostředí jak pro pacienty, tak pro zaměstnance. Současně s dobrými ekonomickými výsledky vzniká prostor pro nové zaměstnanecké benefity.

Zajímá vás, kolik přestavby a nákupy nových, či obnova starých přístrojů stojí? V současné době v rámci evropských dotací, dotací od zřizovatele, finanční pomoci města Havířova i vlastních financí modernizujeme porodnici, infekci, dětskou JIP a po mnoha letech čekání se rekonstrukce dočkala i ambulantní rehabilitace. Jedná se o **investice ve výši 220 milionů korun**. Z evropských dotací ve výši 110 milionů korun a vlastních financí ve výši 25 milionů korun pořídila nemocnice nové přístroje (lůžka, CT, mamograf, denzitometr, ultrazvuky, mobilní rentgen, monitory vitálních funkcí, EKG, a mnoho dalších zdravotnických přístrojů, jako jsou defibrilátory, infuzní pumpy aj.)



Po dvouletém ohlédnutí mohu s čistým svědomím říct, že jsme udělali v nemocnici kus práce. Je to vidět jak ze zpráv od pacientů, kteří nám píšou milé pochvaly a vzkazy, tak z reakcí zaměstnanců, kterým se snažíme vycházet v rámci ekonomických možností vstříc a zkvalitňovat jejich pracovní prostředí. Ve spolupráci s městem Havířov jsme pro ně například zrekonstruovali šatny v suterénu, neplánovanou covidovou pauzu jsme využili k rekonstrukci zamě-

stnanecké jídelny, z nehostinného bufetu se stalo moderní bistro s reprezentativní vstupní halou a mnoho dalšího. Nejsou to jen novinky a dynamika změn, které mi procházejí v podobě čísel a ekonomických statistik coby ekonomické náměstkyni pod rukama, je to především **celková atmosféra vzájemné spolupráce** mezi kolegy i všemi zaměstnanci nemocnice. Jsou to právě lidé, přátelské pracovní prostředí plné podpory a nadšení, které jsou pro mě zásadní. Pomohou totiž překonat mnohá, na první pohled neřešitelná úskalí, která na nás téměř denně číhají ve formě zákonných předpisů, neřádné legislativy a zamítavých rozhodnutí.

Přeji nám všem, abychom i nadále v nastoleném tempu změn a příznivě se rozvíjejícího pracovního prostředí pokračovali, viděli jeho pozitivní dopady a abychom byli na naši nemocnici právem hrdi.

Ing. Andrea Skříčková,
ekonomická náměstkyně



SEZONNÍ TÉMA



Pomáháme spolu s vámi

Tým havířovské nemocnice se zúčastnil 11. ročníku Metrostav handy cyklomaratonu.

Ve spolupráci s neziskovou organizací Vzhůru k zázrakům druhým rokem spolu s vámi pomáháme handicapovaným dětem. Loni jsme podpořili malého Šimona, který se u nás narodil se vzácnou formou Downova syndromu, letos je naším společným patronem Patrik, který je pacientem našeho dětského kardiologa a primáře dětského oddělení Hynka Canibala.

Právě pro Patrika jel náš tým, sestavený z nejzdatnějších nemocničních cyklistických hobíků, maraton **dlouhý 2222 km za časový limit 111 hodin okolo České republiky**. Přesně takto je totiž dlouhá trasa Metrostav handy cyklo maratonu v rámci projektu Cesta za snem. Jako tým nemocnice jsme se této akci zúčastnili úplně poprvé.

Start i cíl byl v Praze, se startovním

číslem 801 jsme vyjeli v úterý 25. 7. 2023 na trať jako úplně první závodní osmičlenný tým, kterých bylo celkem šestnáct. Do týmu jsme nominovali cyklistické hvězdy naší nemocnice. Největší ozdobou a zároveň tahounkou nemocničního cyklo týmu byla jediná ženská závodnice Júlia Rizmanová, lékařka naší rehabilitace. Tato, na první pohled křehká blondýnka, nemá problém měsíčně na silničním kole ujet pro běžného rekreačního cyklistu **neředstavitelných 2.000 km!** A to nejen jeden měsíc v roce, ale od jara do podzimu takto jezdí bez přestání! Její oblíbenou cyklo trasou je cesta z Havířova do Olomouce a zpět.

Pravidelný trénink s mnoha stovkami najetých kilometrů také pravidelně podstupuje mužská část týmu - ředitel nemocnice Norbert Schellong, vedoucí zádobování a zároveň kapitán týmu Teodor Jurga, primář gyn. - por. oddělení Michal Mrózek i sanitář Jiří Vašíček. Česko Slovenský tým

pod vlajkou havířovské nemocnice doplnili další zkušení mladí cykloborci Samuel a Jan Hrtúsovi.

Myšlenkou i poselstvím Metrostav handy cyklo maratonu je **podpořit ve sportovních aktivitách všechny bez fyzických rozdílů, včetně handicapovaných sportovců**. Byli jsme poctěni, že se součástí našeho týmu stal sportovec s neuvěřitelnou vůlí, pokorou, skromností



a pozitivním postojem, paraolympionik Vladimír Gajdičiar. Jeho zkušenosti z olympiády v Salt Lake City, v Turíně a v kanadském Vancouveru byly cenné pro všechny účastníky cyklo maratonu. Vladimír je borec, který byl našim cenným a zcela plnohodnotným želízkiem v ohni závodního pelotonu. O jeho kondici, morálce a sportovních výkonech by si mnozí sportovci bez handicapu mohli nechat jen zdát!

🏆🏆🏆🏆🏆

Tým byl doplněn o dvě kustodky, které se staraly o dokumentaci cesty, reportážní servis i pozitivní naladění týmu. Neváhaly se chopit volantu doprovodného karavanu, když bylo potřeba.

Jak to všechno dopadlo?

Z šestnácti týmů jsme skončili na celkovém 11. místě. Cílovou páskou na Střeleckém ostrově v Praze projel tým svorně v sobotu dopoledne 29. 7. 2023 v časovém limitu 96 hodin. To, že se podařilo **zajet celou 2222 km dlouhou trasu pod 100 hodin**, přivedlo celý tým do finální euforie. Ještě větší radost jsme měli z toho, že jsme společně s vámi podpořili malého Patrika. Pomocť mu v rehabilitaci, která není hrazena z prostředků veřejného pojištění, mů-

žete i nadále. Jednoduše otevřete vaše on-line bankovníctví, naskenujte v aplikaci vaší banky přiložený QR kód pro on-line platbu a zadejte libovolnou částku. Zaslát je můžete taky přímo na transparentní účet: 123-1552310247/0100. **Děkujeme vám!**



QR Platba

Příběh Patrika

"Patrik se narodil ve 36 t.t. Hned po porodu se zjistilo, že má nemocné srdíčko a jelikož odmítal stravu, měl až do svých šesti let gastro sondu přímo do břicha. Po všemožných vyšetřeních mu v jednom roce diagnostikovali Costello syndrom. Toto vzácné onemocnění má v naší republice pouze několik dětí.

Patrik je tělesně i mentálně postižený, ve dvou letech měl nádor močového měchýře, jehož náročná léčba nebyla zcela úspěšná a bylo nutné mu močový měchýř odoperovat. Nyní má trvale ureterostomie. **Prodělal operaci srdce a 7 ortopedických operací.**



Péče o syna je náročná, bere spousty léků, nemluví a neumí se sám pohybovat. Patrik nutně potřebuje pravidelné rehabilitace. Absolvuje **speciální neurorehabilitace**, které díky nejmodernějším metodám pomáhají Patrikovi posilovat svaly a značně zlepšovat motoriku. Tyto nákladné rehabilitace bohužel zdravotní pojišťovna neproplácí. Děkujeme všem lidem dobré vůle za jejich pomoc a podporu".

Michaela Zorychtová,
maminka Patrika



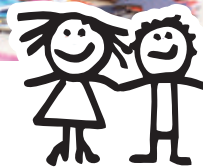
Síň slávy

Havířovská nemocnice podporuje nejmodernější technologie, za pomoci našich odborníků je uvádí do praxe.

Nejnovější **ocenění za významný digitální počín** patří především našim kolegům z radiologického oddělení, kteří se podíleli na využití umělé inteligence nejvíc, a to zejména primáři tohoto oddělení **MUDr. Patriku Valentovi a MUDr. Romanu Michálkovi.**

Gratulujeme!





V červnu proběhl druhý Den rodiny pod otevřeným nebem

Nemocnice znovu přišla za vámi!

Druhý ročník Dne rodiny pod otevřeným nebem proběhl již tradičně v havířovském parku pod okresním soudem. O zajímavých tématech z naší porodnice, Centra pro léčbu obezity nebo o prevenci onkologických onemocnění hovořili naši odborníci a osobnosti havířovské nemocnice. **Bohatý doprovodný program** byl letos zaměřen nejen na děti, které se měly možnost vydovádět v herně Neposedové, zajezdit si na konících **Hobby Horse** nebo si v kreativních dílnách namalovat svůj kamínek či ozdobný pytlíček. Lékárenskou práci si na stánku Malý chemik mohly vyzkoušet starší děti. Dospělí návštěvníci si mohli odnést spoustu vzorků od našich partnerů, vyzkoušet si, jak funguje léčba na dálku pomocí telemedicíny, zaregistrovat se do Portálu pacienta, naučit se správnou hygienu rukou nebo si zasoutěžit v kvízu o hodnotné ceny. O ochutnávku **vitaminových smoothie a zdravých sušenek** i povídání o tom, jak je připravit a vůbec jak se zdravě stravovat se postaral náš stravovací úsek.

Podle kladných ohlasů se všem, kteří na druhý ročník Dne rodiny přišli, odpoledne s naší nemocnicí zase líbilo.

Těšíme se na vás zase za rok!





Piknik na oslavu letošního Světového týdne kojení

Naše laktační poradna uspořádala letos již druhý ročník pikniku na oslavu Světového týdne kojení, který připadá na 1. – 7. srpna. Ženy totiž věnují kojení mnoho času, energie a často i spánku, proto jej společně slavíme.



Organizátorky i maminky si setkání, které se neslo v duchu podpory kojení „**Ať mohu kojít**“ užily i přesto, že se piknik kvůli nepříznivému počasí nemohl podle plánu uskutečnit na naší

rozkvetlé květinové louce před nemocnicí, ale proběhl v náhradních prostorách. Na ulici M. Kudeříkové se pravidelně setkává Podpůrná skupina kojení vedená dulou a laktační poradkyní Pavlou Hyžíkovou. Právě tam si svůj den užily všechny ženy, které se zajímají o kojení.

O čem to všechno bylo? Probírala se různá témata nejen podpory začátků kojení, ale také dlouhodobého kojení. Ženy sdílely své zkušenosti s kojením při nástupu do práce či dětí navštěvujících jesle a mateřské školy. V kojení vidíme smysl i my, proto spolupracujeme s organizací Mamila – dojení. Naším společným cílem je, abychom **usnadnili začátky kojení co nejvíce ženám**. Tuto milou akci podpořily i další laktační poradkyně a doly.



red

Bodyčka pro havířovská sluníčka



Příběh bodyček pro havířovská sluníčka začal v naší porodnici před téměř čtyřmi roky, přesně v prosinci 2019. Jejich autorkou je havířovská návrhářka pocházející z Bratislavy Kristina Polakovičová, která pracuje pod značkou Chriss Pola.

Každý rok vyrobí pro naši porodnici novou **barevnou řadu těchto unikátních bodyček, která v noci svítí** a která jsou tak jedinečným dárkem pro každé, u nás narozené miminko. Maminky si od nás odvezly pro svá miminka už šedivou, krémovou i bílou řadu tohoto milého dárku.

Pro jedno bodyčko z letošní 2023 bílé kolekce si toto pondělí 31. 7. odpoledne přijela i sama návrhářka. Ten den večer totiž u nás přivedla na svět malého Sebastiana. Doma se na něj s tatínkem těší i dvě starší sestřičky Shanti a Sophie.

Přejeme celé rodince hodně zdraví a mamince i do budoucna spoustu kreativních nápadů! Letošní kolekci bodyček jsme se **předzásobili** až

do konce roku, s výpadkem výroby ve 2. pololetí z důvodu těchto krásných povinností naší milé návrhářky jsme totiž počítali. Už zase **v lednu** se maminy mohou těšit na **novou barevnou variantu** pro rok 2024!

red

Týmovka na cestách

Letní cestování s naší taškou týmovkou vás zaneslo až za hranice cestovatelských snů. Taška vám dělala společnost v **helikoptéře na Havaii**, kochala se pohádkovými **trulli domečky v italském Alberobello**, pokořila několik horských vrcholů nebo **střechu Národního divadla** v Praze. Ať jí vyvezete nebo vynesete kamkoli, nezapomeňte se s taškou, která je vaším praktickým cestovatelským parťákem, zvěčnit! Za publikované fotografie **získáte odměnu v podobě 200 Kč poukázky** na nákup v naší nemocnici.

Tentokrát odměnu za své fotografie získávají **K. Borová, L. Martínková, I. Lišková, I. Kaňová, J. Przywarová** a **R. Tydlačková**



Irma Kaňová,
Alberobello



Kateřina Borová, Šumava



Przywarová Jaroslava,
Zakynthos



Renata Tydlačková,
střecha ND Praha



Lenka Martínková, Havaii

Obří mikrovlnka plní plán nad očekávání

V ložském roce jsme jako jedna z prvních nemocnic v ČR uvedli do provozu opravdu **obří mikrovlnku STERILWAVE**, která nám pomáhá likvidovat vlastní nebezpečný infekční odpad přímo v nemocnici. Tato dekontaminační jednotka pracuje v kombinaci mikrovlnného záření a mechanické úpravy odpadu. Chytrá technologie tohoto zařízení umí zpracovat téměř veškerou produkci nebezpečného nemocničního odpadu, mezi který patří obvazový materiál, pleny, jednorázové pláště a obleky, dialyzační sety, krevní vaky a konzervy, ale také použité injekční jehly. **Celkově nemocnice v prvním pololetí letošního roku vyprodukovala 110,8 t** tohoto infekčního odpadu. Denně jí projde v průměru 546,19 kg, rekordmanem byl 8. březen, kdy bylo v tento den zpracováno 817,6 kg odpadu. **Čísla jsou důkazem, že celá technologie skvěle funguje! Z vyprodukovaných 110,8 t jsme 98,9 t (tj. 89 %) přetvořili pomocí obří mikrovlnky na neinfekční odpad.** Ten se použil jako palivo pro cementárnu. Zároveň se při procesu dekontaminace snížila hmotnost nově vzniklého odpadu na 78,2 t. Celkové náklady na likvidaci nebezpečného odpadu se díky této technologii obří mikrovlnky v prvním pololetí letošního roku snížily o 60 %, což je téměř 1,5 milionu korun. Snížil se také počet odvozů odpadu. Z původních svozů třikrát týdně jej stačí z nemocnice odvézt jen jednou za měsíc. **Ekonomický přínos je tedy jednoznačný, profituje z něj ale i naše planeta.** Tato novinka má totiž velký dopad na životní prostředí v úsporách na palivu, množství emisí z výfukových plynů, ale také v daleko menší produkci extrémně nebezpečných nanoprachových částic z otěrů pneumatik a brzd.



Mějte své zdraví i zdravotní dokumentaci pod kontrolou!

Zaregistrujte se do Portálu pacienta Moravskoslezského kraje a získejte hned několik výhod!

Registrací získáte:

- přístup ke své zdravotní dokumentaci 24/7 z pohodlí domova
- lékařské zprávy z šesti krajských zdravotnických zařízení si můžete prohlížet, tisknout nebo sdílet
- možnost online rezervace termínů vyšetření
- přehled o svých objednávkách



K registraci potřebujete:

- občanský průkaz
- průkaz pojištěnce
- e-mail, mobilní telefon



Kde a jak se zaregistrovat?

- registraci můžete provést sami zde: <https://e-health.msk.cz>
- registraci uděláme za vás s vámi v kontaktním centru havířovské nemocnice



Kde si ověřit totožnost uživatele portálu?

Kontaktní centrum pro Portál pacienta se nachází u vstupu do haly Centrálního příjmu Nemocnice Havířov, p. o. (vchod z ulice Astronautů)

kontaktní osoba: Bc. Romana Ráblová

mobil: 705 898 927, e-mail: romana.rablova@nemhav.cz

provozní doba: Po-Pá 7.00-15.30

Těšíme se na Vaši návštěvu.

Chlupáček oranžový



V areálu naší nemocnice můžete vidět ledaco. Běžně se po něm prohánějí zajíci a poletují bažanti s koroptvemi. Nedávno byla za heliportem dokonce viděna srna s kolouškem. Rostou v něm houby, lesní jahody, divoké ostružiny i maliny. Není tedy asi žádným překvapením, že v něm Štěpánka Slavíková z rehabilitační ambulance objevila vzácný a ohrožený druh Chlupáčka oranžového, vytrvalé a značně chlupaté byliny. Tato rostlina je od roku 2012 v Červeném seznamu cévnatých rostlin České republiky zařazena do **skupiny ohrožených druhů**.



Děti dětem

Děti z výtvarného oboru ZUŠ Bohuslava Martinů v Havířově se pod vedením svých vyučujících rozhodly zkrášlit prostředí svých nemocných vrstevníků. Pomocí **vitrážové techniky** namalovaly okna v jídelně našeho dětského oddělení. Připravily si tolik krásných návrhů, díky kterým měli zástupci oddělení velmi těžkou práci vybrat jen dva. Talentované malíčky několik dní pracovaly na těchto obrázcích za finanční podpory manželů Slavíkových z Bludovic, kteří sponzorovali nákup barev. Děkujeme paní učitelce Petře Hrachovcové, která vše zorganizovala.

Aby se děti cítily v nemocnici lépe, předali nám ve stejný den představitelé Střední a základní školy v Havířově - Šumbarku kouzelné, ručně šité mazlíčky a polštářky v rámci dobročinné akce "**Dětské srdce - čím více srdcí našijeme, tím více srdéček obdarujeme**". Děkujeme za všechny malé dětské pacienty, kterým tak uděláte velkou radost!



Khoma vyzdobí další pokoj dětského oddělení díky Dni technických služeb

Na letošním Dni technických služeb města Havířova mohli všichni šlápnout do pedálů **FRUIT BIKU** a podpořit dětské oddělení naší nemocnice.

Účastníci akce **ušlapali nádherných 79 km** a vyšlapali tak neuvěřitelných **31.800 Kč od Technických služeb** města Havířova.

Tuto částku dětské oddělení použije na vymalování dalšího pokoje **havířovským umělcem Khomou**, aby se u nás nemocné děti cítily ještě lépe. Děkujeme všem za účast i podporu!



Na slovíčko s ředitelem nemocnice v klubu Stolárna



Na konci června se v havířovském klubu Stolárna uskutečnilo historicky první setkání veřejnosti s ředitelem havířovské nemocnice.

Umožnili jsme všem havířovákům položit jakýkoli dotaz prostřednictvím **aplikace NNTB** (Nenech to být). Dotazy jsme také registrovali na sociálních sítích a zařadili je do setkání s ředitelem.

Děkujeme všem za účast i zasláné podněty, mnohé byly impulzem ke zlepšení prostředí naší nemocnice. Na záznam z tohoto setkání se můžete podívat na našem **YouTube kanálu Nemocnice Havířov**.





Mgr. Andrea Trojovská

vedoucí sestra samostatných ambulantních provozů



Touhu stát se zdravotní sestřičkou pociťovala již na základní škole, která zesílila v době studia na gymnáziu, patrně vlivem vlastní dlouhodobé hospitalizace. Po ukončení studia na Gymnázium v Orlové začala studovat na Střední zdravotnické škole v Ostravě – Vítkovicích, obor Ženská sestra. V roce 1993 začala pracovat v Městské nemocnici Ostrava jako porodní asistentka, posléze jako sálková sestra na gynekologickém operačním sále. Během mateřské pracovala v agentuře domácí péče. Po dvojité mateřské nastoupila do ordinace praktického lékaře pro dospělé v Orlové, věnovala se také domácí péči a pomáhala na kardiologické ambulanci. Vystudovala na Slezské univerzitě v Opavě program Ošetřovatelství, obor Všeobecná sestra. Stále ji lákala intenzivní péče, proto nastoupila na interní JIP v nemocnici v Orlové, zároveň začala studovat specializaci v intenzivní péči pro dospělé v Brně. Z důvodu organizačních změn v nemocnici v Orlové krátce nastoupila v Karviné na JIP oddělení chirurgie páteře a ortopedie, ale vrátila se zpět do Městské nemocnice v Ostravě. Pracovala na nefrologickém a dialyzačním středisku, na metabolické JIP, kde pracuje dosud. Magisterské vzdělání absolvovala na OU FSS v oboru Zdravotně-sociální péče a rehabilitace. Jako vyučující na Vysoké škole Prigo v Havířově se

podílí na vzdělávání studentů v oborech Diplomovaná dětská sestra a Diplomovaná všeobecná sestra, působí rovněž jako mentor klinické praxe studentů VŠ.

Dr. Drbna: Ve svém volném čase se věnuje turistice, józe, cvičení TRX, ráda navštíví divadlo. Je matkou dvou dospělých dětí, na které je velmi pyšná. Dcera studuje na Slezské univerzitě v Opavě obor Český jazyk a literatura, syn obor Business a management na univerzitě v Irsku v Carlow. Snaží se jim být stále oporou a vzorem.

Petra Watorová

koordinátorka ortopedických operací



Její dětským snem bylo stát se letuškou. Ke zdravotnické profesi ji přivedla maminka, která je celý život zdravotní sestrou. Střední zdravotnickou školu vystudovala v Ostravě, kde začala také hned po jejím ukončení pracovat jako zdravotní sestra v domově důchodců. V průběhu svého profesního života, kdy pracovala na různých zdravotnických i manažerských pozicích (naposledy jako vedoucí dispečinku sanitní přepravy), zvládla dvě mateřské dovolené. V havířovské nemocnici pracuje od dubna letošního roku na pozici koordinátorky ortopedických operací. Její náplní práce je provázet pacienty, kteří se chystají na operativní zákrok výměny velkých kloubů, od indikace k operaci odborným lékařem

až po ukončení lázeňské péče. Na této práci ji nejvíc baví to, že do ní může dát své srdce. Ke každému jednomu pacientovi si získává osobní vztah. Petra je potom jimi vnímána ne jako zdravotník, ale jako přítel.

Dr. Drbna: Petra každý den dojíždí do práce z Vyškova u Brna. Mezi její koníčky patří modeling, kterému se aktivně věnuje od mládí, pro mladé začínající modelky vede pravidelné kurzy. Má ráda pozitivní prostředí, turistiku po místních horách, ráda jezdí na kole. Miluje Baltské moře, ke kterému se vrací, kdykoli může.

Mgr. Soňa Fojtíková

vrchní sestra ortopedického oddělení



Touhu být zdravotní sestrou v ní probudily dětské sestry, které pracovaly v jeslích a vozily na procházky v kočárcích stejně oblečené děti. Od svých deseti let byla rozhodnutá, že její povolání bude právě toto. Podařilo se jí dostat na Střední zdravotnickou školu v Ostravě, kde svůj vysněný obor dětské sestry vystudovala. Po ukončení střední školy nastoupila jako dětská sestra k dětským ortopedickým pacientům do nemocnice v Orlové. Děti na tomto oddělení postupně ubývalo, ale super parta zdravotníků, kteří zde pracovali, jí vtáhli mezi sebe a o dalším působení Soni bylo rozhodnuto. Během své ošetřovatelské praxe si postupně doplňovala



vzdělání. Začala studiem Ošetřovatelské péče o dos-pělé a ARIP, následně Mgr. studium na Lékařské fakultě Ostravské univerzity. Od roku 1990 pracovala na ortopedické JIP až do ukončení činnosti oddělení ortopedie v Orlové. V havířovské nemocnici je od roku 2020, kde nastoupila jako vrchní sestra chirurgického oddělení a od 1. 6. 2023 je vrchní sestrou nově vzniklého ortopedického oddělení. Práce ji baví, tvrdí, že ortopedie je krásný obor, který pomáhá pacientům s problematikou vad pohybového aparátu. Má radost z toho, když ji pacienti řeknou, že se mohli vrátit zpět k pohybovým aktivitám a odvrátit tzv. smutné polehávání.

Dr. Drbna: Soňa je cyklo hobík, který relaxuje při jízdě na horském kole v létě a v zimě ráda lyžuje. Má ráda společnost, své kamarády, peče sladké dobroty a ráda je i jí (což na ní není vůbec vidět, pozn. redakce).

Bc. Michaela Lošonská

staniční sestra ARIM



Před 21 lety absolvovala Střední zdravotnickou školu v Karviné. Po maturitě nastoupila do Karvinské hornické nemocnice na ARO-JIP, nemoci páteře. Po třech letech odjela na zkušenou do Prahy, kde pracovala ve Fakultní Thomayerově nemocnici na oddělení ARO. V Praze zároveň absolvovala pomaturitní specializační studium v oboru intenzivní péče.

Protože Praha je plná možností, nastoupila zároveň na částečný úvazek do Centra reprodukční medicíny, kde měla možnost pracovat jako anesteziologická sestra. Po třech letech působení v Praze se vrátila do Ostravy. Po svém návratu pracovala pět let ve Vítkovicích jako anesteziologická sestra, později vedoucí sestrou anestezie. Michaela je člověk, který potřebuje stále něco objevovat, poznávat a zdokonaľovat se. Zjistila, že když má pocit, že všechno ví a zná, potřebuje novou výzvu. Proto po roce příprav odjela na čtyři a půl roku do Rijádu, hlavního města Saudské Arábie, kde pracovala jako sestra u lůžka na ARO, později také jako mentor a staniční sestra. Kromě času po narození svých dětí bere roky, prožité v Saudské Arábii, jako jedno z nejkrásnějších období svého života. Tato cesta ji obohatila o velké zkušenosti, otevřela v mnohém oči a přinesla spoustu přátel z nejrůznějších koutů světa. Po návratu z arabské země začala pracovat v třinecké nemocnici jako anesteziologická sestra, záhy otěhotněla a přešla pracovat na dospávací pokoj, protože těhotné ženy na sálech pracovat nemohou. Po narození dcery nastoupila po deseti měsících na zkrácený úvazek na interně neurologickou JIP. Po roce otěhotněla podruhé, zůstala doma a užila si tentokrát mateřskou dovolenou s dětma. Během těhotenství začala studovat na Slezské univerzitě v Opavě obor ošetřovatelsví. Po úspěšném ukončení školy si podala přihlášku na navazující magisterské studium v oboru intenzivní péče, kde, jak sama říká, úspěšně válčí doposud. Po skončení mateřské dovolené ji osud zavál do nemocnice v Havířově.

Dr. Drbna: Míša žije v Třinci v domečku s manželem, dvěma dětmi, které mají 3 a 5 let a králíčky. Ráda jezdí na kole a kope v záhonu na zahradě. Přeje si, aby měl den 48 hodin a ona mohla vše stihnout, ale vzhledem k jejím aktivitám by bylo asi i to málo.

Mgr. Jana Kozyková

vrchní sestra gynekologicko-porodnického oddělení



Zdravotní sestrou chtěla být od malička. Ošetřovala plyšáky, panenky i svého staršího bratra, když byl nemocný. Dala mu dokonce zvoneček, aby na ni zvonil, když něco potřeboval. Nosila mu čaj, měřila teplotu, dávala obklady. Proto byla šťastná, když se dostala na Střední zdravotnickou školu. Během praxe na novorozeneckém oddělení se jí zalíbila práce s miminky, proto bylo další studium porodní asistence jasnou volbou. Po skončení studia nastoupila na porodní sál do Městské nemocnice Fifejdy, ale po několika měsících práce ji oslovil obor Učitelství odborných předmětů pro zdravotnické školy na Univerzitě Palackého v Olomouci. Během studia Janu velmi ovlivnily vyučující, které jí předaly mimo učebnicovou teorii i spoustu zajímavých poznatků nejen z praxe u lůžka, ze kterých čerpá dodnes. Janu lákala představa spojit nabytou teorii s praxí a pomáhat tak v profesním rozvoji novým kolegyním. Během své práce na porodním sále, ke které se po studiu vrátila, vedla studentky jako mentorka. Zároveň učila a dodnes vyučuje porodní asistentky na Lékařské fakultě Ostravské univerzity. Propojení teorie, 13 let zdravotnické praxe a vedení lidí Janu inspirovalo k tomu, odpovědět na inzerát na pozici vrchní sestry v Havířovské porodnici. Hlavní motivací, i přes každodenní

ní dojezdovou vzdálenost do práce, je pro ni možnost ovlivnit péči a přístup v porodnictví jak ve vztahu k rodícím ženám a novorozencům, tak ke zdravotníkům navzájem. Zdejší akční management, otevřený novým přístupům, ji nadchnul již během výběrového řízení.

Dr. Drbna: Sama o sobě říká, že je empatická, kamarádká a ukecaná. Fandí celostnímu přístupu k člověku. Věří, že psychosomatika je původcem takřka všech nemocí a neduhů. Ve svém volném čase, kterého je teď díky její práci a výchově prvňáčky méně, si ráda zajde do přírody, do sauny, na koncert či do kina nebo si zaleze pod peřinu s knížkou. Kvůli práci vrchní sestry také ukončila činnost svého kosmetického salónu, do kterého chodila relaxovat. Jana je beran tělem i duší, s ohnivou energií sobě vlastní, ráda boří mýty. Nebojí se ničeho a nikoho.

Mgr. Simona Kotulová

staniční sestra gynekologicko-porodnického oddělení



Ač pochází z učitelské rodiny, už od malička ji lákalo pracovat ve zdravotnictví. Žádný jiný obor si nikdy nepřipouštěla. Je rodinný typ, má moc ráda děti a chtěla k nim směřovat i svůj pracovní život. Nakonec po gymnáziu nastoupila na Ostravskou univerzitu – obor porodní asistentka. Povinnou praxi absolvovala v porodnici v Ostravě na Fifejdách, kde zůstala dalších 15 let pracovat na

porodním sále a oddělení šestinedělí. Při práci vystudovala obor Komunitní péče v porodní asistenci a získala tak magisterský titul. V průběhu mateřské dovolené začala pracovat v gynekologické ambulanci se zákrokovým sálkem, kde se na svůj obor podívala zase z jiné strany. Postupem času se jí však po práci v nemocnici začalo stýskat a na Fifejdy se plně vrátila. Ráda se učí a poznává nové věci, začala toužit po změně. Díky tomu letos nastoupila do nemocnice v Havířově jako staniční sestra porodnice. Těší ji, že zde může využít a předat své mnohaleté zkušenosti z práce v intermediárním centru a zároveň sebe i své kolegyně obohacovat o zkušenosti a nové informace.

Dr. Drbna: Narodila se ve znamení raka, je přátelská a empatická, lákají ji výzvy. Společně s partnerem a dvěma syny bydlí v domku u Těrlické přehrady. Miluje přírodu a ta je tam všude blízko. I když se někdy ráda nechá vtáhnout do děje zajímavé knihy, nemá ráda "nicnedělání". O víkendech vyráží společně do hor, přes týden si zajde do tělocvičny na nějakou skupinovou lekci. Lákají ji výzvy, a proto doufá, že si jednou splní sen a úspěšně dokončí závod B7.

MUDr. Tomáš Gongol

primář ortopedie



V mládí se chtěl stát kameramanem, při gymnáziu zvládnul vystudovat výtvarnou fotografii na ostravské konzervatoři. Přestože

měl blízko k technickým oborům, nakonec jej zlákala medicína, kterou vystudoval na Fakultě všeobecného lékařství v Olomouci. Ortopedie, která spojuje technické řemeslo s lékařstvím, byla potom jasnou volbou. Od roku 1993 pracoval na ortopedickém oddělení v nemocnici v Orlové, od roku 2004 na pozici zástupce primáře. V této funkci byl až do roku 2019. V průběhu své praxe také pracoval na několika ortopedických ambulancích. Od roku 2010 má také svou soukromou ortopedickou ambulanci v Havířově. V havířovské nemocnici provádí čtvrtým rokem artroskopické zákroky, od letošního roku vede v pozici primáře nově vzniklého ortopedického oddělení, které se mimo artroskopie soustředí na operace totálních endoprotéz. Má to štěstí, že ho po celou třicetiletou praxi ortopedická operativa baví. Jak sám říká, je to především proto, že je jeho obor veskrze pozitivní. Jeho pacientům přináší úlevu od bolesti, po operacích odchází po svých, s nově získanou kvalitou života. Mezi jeho profesní vize a plány patří vznik a rozvoj samostatného, plnohodnotného ortopedického oddělení v havířovské nemocnici. Jeho cílem je, aby toto oddělení poskytovalo péči občanům z Havířova a okolí a zároveň spolupracovalo s ostatními odděleními nemocnice. Mezi jeho profesní koníčky už více než třicet let patří práce lékaře záchranáře na Hlavní báňské záchranné službě v Ostravě Radvanicích.

Dr. Drbna: Celý život žije v Havířově se svou rodinou, kterou spojuje láska k cestování i medicíně. Manželka je internistka a diabetoložka, dcera jde ve šlépějích svých rodičů a studuje medicínu v Olomouci. Ve volném čase relaxuje sportem, nejraději jezdí na kole, mezi jeho oblíbené trasy patří výjezdy z Havířova směrem do Beskyd. Když nejezdí na kole, cestuje po světě nebo hraje golf, nejraději na svém domovském golfovém hřišti v Ropici. Relaxuje také prací na zahradě.



DEN ZDRAVÍ HAVÍŘOVSKÉ NEMOCNICE



Den zdraví proběhne 20. 9. 2023 od 12 do 16 hodin

Můžete si nechat vyšetřit:

- krevní obraz
- hladinu cukru v krvi
- krevní tlak a pulz
- EKG
- štítnou žlázu ultrazvukem
- orientačně karotidy ultrazvukem
- kožní znaménka
- správnou funkci ledvin
- množství tuku, vody a svalů v těle přístrojem InBody

Poradíme vám s:

- inkontinencí
- správnou výživou a obezitou
- zdravým způsobem života
- cukrovkou
- prevencí cévních onemocnění
- onemocněním ledvin

Uvidíte a můžete si vyzkoušet:

- ukázkou první pomoci
- expozici operačních sálů
- ukázky operačních nástrojů
- laparoskopický trenažér
- správnou techniku mytí rukou
- komentovanou prohlídku CT
- přístroj Vacumed a balanční plošinu
- telemedicínské služby
- prezentace farmaceutických a zdravotnických firem

Můžete se zeptat:

- lékařů a sester
- nutričních terapeutů
- hygienika

Změna programu vyhrazena.

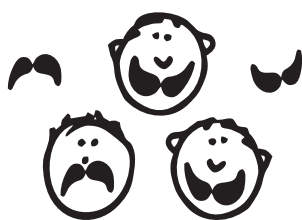


Preventivní podzim v havířovské nemocnici



DEN ZDRAVÍ a MOVEMBER zapište si do kalendáře!

Ve spolupráci s téměř všemi obory péče, které nabízí havířovská nemocnice, jsme pro vás připravili dvě velké podzimní preventivní akce. Můžete se těšit na Den zdraví v září a Movember v listopadu. Co všechno si v rámci těchto dvou dní můžete přijít nechat vyšetřit, zkonzultovat, nebo vyzkoušet?



DEN ZDRAVÍ 20. 9. 2023 12 – 16:00 hodin areál nemocnice

Den zdraví proběhne ve středu 20. 9. v odpoledních hodinách. V prostorách přízemí a prvního patra naší nemocnice vám dopřejeme zcela zdarma a bez objednání základní vyšetření. Také vám otevřeme dveře do míst, kam se běžně nepodíváte, například na pitevnu naší patologie. Jako novinku vám umožníme vyplnit si svou vlastní Kartu zdraví, do které vám v tento den naši odborníci zapíšou veškeré zjištěné hodnoty o vašem zdravotním stavu, které získáte na jednotlivých přípravných pracovištích. Budete také

moc získat 15% slevu na volný prodej do naší Nemocniční lékárny. Na co všechno se tedy můžete v tento den těšit?

Hlavní vestibul nemocnice (u Nemocniční lékárny)

V hlavním vestibulu bude u infostánku připravena k vyzvednutí Karta zdraví, získáte informace, ve kterém patře a v jaké ambulanci preventivní vyšetření Dne zdraví probíhají. Kolegyně z infostánku budou připraveny doprovodit vás na jednotlivá pracoviště. Zároveň pro vás budou připraveny stánky našich partnerů s drobnými dárky, nebo možností nakoupit produkty za akční ceny, které budou platit pouze v tento den.

Den zdraví v přízemí nemocnice

Na počkání vám vyšetříme hladinu cukru v krvi glukometrem nebo natočíme a vyhodnotíme záznam EKG. Změříme vám krevní tlak i pulz. Vypočítáme vám vaše BMI, změříme nasycení krve kyslíkem. Poskytneme vám poradenství v oblasti zdravého životního stylu, obezity, diabetu, vysokého krevního tlaku. Pomůžeme vám odhalit případné onemocnění ledvin pomocí jednoduché diagnostiky, ke které budeme potřebovat vzorek vaší moči. Ten si můžete přinést z domova, nebo jej odebrat na místě. Provedeme

vám kontrolu kožních znamének pomocí dermatoskopu. Nabídneme vám poradenství jak s kožní lékařkou, tak dermo poradkyní z naší lékárny. Ukážeme vám, jak správně poskytnout první pomoc a automatický externí defibrilátor, se kterým pracují záchranáři. Seznámíme vás s novými trendy v ošetřování pacientů se stomií i novinky ve stomických pomůckách.



V Centru pro léčbu obezity vás zdarma zvážíme na nejnovějším přístroji In Body, který na počkání a zcela bezbolestně vyhodnotí poměr vašeho tělesného tuku, svalové hmoty a vody v tkáních. Nutriční terapeutky vám poskytnou poradenství v oblasti stravování a výživových doplňků. Součástí bude také ochutnávka zdravé stravy, odnesete si recepty na naše vyhlášené zdravé sušenky. Bude pro vás připravena ukázka telemedicínských služeb v praxi, jak probíhá sledování životních funkcí na dálku.

Cévní ambulance si pro vás připravila edukační program prevence cévních onemocnění, ukázku kompresních punčoch i moderní léčbu chronických ran a defektů. Zde si budete také moc nechat zdarma zkontrolovat průchodnost vašich krčních tepen jako prevenci cévní mozkové příhody.

Naše rehabilitační oddělení vám v prostorách OČKOVacího centra poskytne poradenství ohledně

zdravých pohybových návyků. Je pro vás připravena ukázka tejpování, komentované představení balanční plošiny i unikátního přístroje Vacumed, vyvinutého vědci z NASA.

Vstupní hala u urgentního příjmu (od haly Slávie)

I zde, stejně jako v hlavním vestibulu, na vás bude čekat infostánek s navigátorkami a připravenými Kartami zdraví. V tomto prostoru vám pomůžeme s registrací do Portálu pacienta, abyste mohli mít svou zdravotní dokumentaci trvale pod kontrolou. Mimo partnerského stánku s produkty za zvýhodněné ceny pro vás budou připraveny k zakoupení dobroty z produkce našeho stravovacího provozu, ke kterým si můžete dát kávu z Kavárny života Nadačního fondu Pavla Novotného. Těšit se na vás budou také ADRA, Armáda spásy a Sociální služby města Havířova.



Den zdraví v 1. patře nemocnice

Urologická ambulance bude ve své ambulanci v prvním patře provádět konzultace potíží s únikem moči, jejich diagnostiku i možnosti léčby. Součástí bude ukázka inkontinenčních pomůcek. Fyzioterapeuti budou v čekárně před urologickou ambulancí ukazovat cviky proti i při inkontinenci. Na oddělení radiologie bude probíhat ultrazvuk ští-

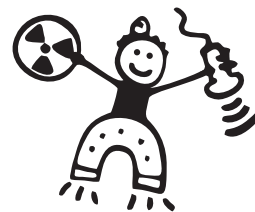
tné žlázy. Na oddělení hematologie si můžete nechat vyhodnotit svůj krevní obraz. Odběr krve vám za tímto účelem provedeme v odběrovém centru budovy OČKOVacího centra 20. 9. od 12.00 – 15.00 hodin. Na operační sály vás sice pustit nemůžeme, ale do spojovacího krčku ano. Tam pro vás bude připravena ukázka operačních nástrojů i techniky, sami si budete moci vyzkoušet techniku operování na laparoskopickém trenažéru. Protože operovat se může pouze po správné hygieně rukou, naučíme vás, jak na ni. Čistotu rukou vám poté zkontrolujeme pomocí speciálního přístroje. I v prvním patře na vás budou čekat stánky našich partnerů.

MOVEMBER 1. 11. 2023 8 – 14:00 hodin 1. patro urologická a radiologická ambulance

Movember je již tradiční preventivní akcí rakoviny prostaty a varlat. První listopadový den na ni zveme všechny muže, kteří doposud nejsou v naší urologické ambulanci registrováni. Letos poprvé zveme i ženy, pro které jsme ve spolupráci s radiologickým oddělením připravili zdarma vyšetření prsou ultrazvukem. Součástí akce je ukázka správného samovyšetření prsou a varlat, kterou představí neziskové organizace INNA z. s., havířovské onkologické organizace, člen Ligy proti rakovině a Aliance žen s rakovinou prsu. Akci jako vždy doprovodí NF Pavla Novotného s edukačními materiály i drobnými dárky. Vše proběhne v 1. patře nemocnice před urologickou ambulancí a vedle sousedící recepce radiologického oddělení.

Komentovaná prohlídka urgentního příjmu a radiologie

Zájemcům v rámci Movemberu první listopadový den nabídneme dvě komentované prohlídky urgentního příjmu, pohotovosti a radiologie v přízemí, kde se nachází magnetická rezonance a CT. Sraz zájemců v 9.00 nebo v 10.00 hodin ve vstupní hale před urgentním příjmem (vstup od haly Slávie).



Dr. Drbna – na tomto vydání spolupracovali:

PhDr. Irma Kaňová, Ph.D.
Mgr. Silvie Skotnicová
redakční rada

Vydavatel: Nemocnice Havířov, p. o.
Dělnická 1132/24, 736 01 Havířov,
IČO 00844896

Telefon: +420 596 491 111

Šéfredaktor: PhDr. Irma Kaňová,
Ph.D., irma.kanova@nemhav.cz

Redaktor, korektury:

Mgr. Silvie Skotnicová,
silvie.skotnicova@nemhav.cz

Grafická sazba: UAX design

Náklad: 3 500 ks

Zpravodaj naleznete také
na webových stránkách
www.nemocnicehavirov.cz

Určeno pro vnitřní potřebu
Nemocnice Havířov, p. o.

Ev. Č.: MK ČR E 18915



Príspevková organizace
Moravskoslezského kraje



Fotožaluzie.cz



Pro váš útulnější domov

Fotožaluzie a fototapety na míru s originálním designem.

10% sleva s kódem: SLEVA10

www.fotozaluzie.cz

KOMPLEXNÍ PODPORA IMUNITY



VITAMIN D3 ULTRA+

7000 I.U. v jedné tobolce.
Dávkování pouze 1x týdně
zvyšuje komfort v užívání.

30 tobolek
balení na 6 měsíců

IMUNO PROTECT

Vysoký obsah zinku, D3
a vitamínu C k podpoře správné
funkce imunitního systému.

Také v dětské verzi
Junior od 6 let.
60 tobolek

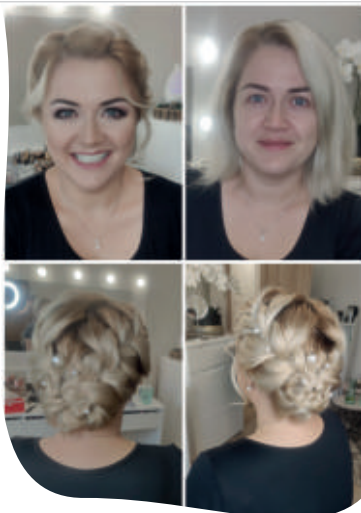
PŘÍRODNÍ DOPLŇKY STRAVY BEZ OBSAHU
CUKRU, LEPKU, LAKTÓZY A DALŠÍCH ADITIV.

Více než
30
let
Biomin

Výrobce: BIOMIN, a. s., Potočná 1/1, 919 43 Cífer, SR, OZ v ČR: Calcibone, s.r.o.,
Jakubská 156/2, 602 00 Brno, ČR, info@bio-min.sk, jsemstalekost.cz



Chystáte
se na
společens-
kou
událost?



Salón krásy

Svatba, ples nebo nějaká rodinná oslava?

Ráda se Vám postarám o líčení i účes,
aby jste se cítila jako princezna nebo filmová stár.

+420 730 138 076

Žanet Tabáček

Havířov



RESTAURACE
HOTEL
SVATEBNÍ HOSTINY
OSLAVY
TEAMBUILDING
FIREMNÍ AKCE



RESORT
MAJÁK

731 916 861

rezervace@resort-majak.cz

resort_majak

www.nemocnicehavirov.cz

Nemocnice Havířov - oficiální
Instagram @nemocnicehavirov

NEMOCNICE
HAVÍŘOV