

## Otevřeli jsme rekonstruované pracoviště centrální sterilizace

Začátkem října byla ve Fakultní nemocnici Ostrava ukončena výstavba nového oddělení centrální sterilizace. Náklady na rekonstrukci, která byla zahájena v říjnu 2009, představují 65,76 mil. Kč, přičemž 40 mil. Kč z této částky tvoří dotační prostředky. Součástí rekonstrukce bylo také zavedení nových technologií. **Jako první v České republice**

**má Oddělení centrální sterilizace FNO k dispozici dvě velkokapacitní myčky transportních, sterilizačních a dekontaminačních kontejnerů a centrální systém dávkování chemikálií pro celý mycí systém zdravotnických prostředků.** Součástí oddělení jsou nové parní sterilizátory, nízkoteplotní plazmová i chemická sterilizace atd. Více na straně 2.



Při slavnostním otevření pásku přestřihli MUDr. Svatopluk Němeček, ředitel FNO, a Eva Tiefenbachová, vrchní sestra Oddělení centrální sterilizace FNO.

**Dobrovolník je člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí. Více na stranách 4 a 5.**

## Pod mikroskopem

### Léčba versus prevence

**Léčebněpreventivní péče... Tento pojem znají všichni zdravotníci. Co vše však tato tři slova zahrnují, na to jsme se zeptali PhDr. Jozefa Látky, Ph.D., vrchní sestry Oční kliniky FNO.**

„Jde o velmi široké téma. Vše, co léčebněpreventivní péče zahrnuje, bychom našli v zákonu o péči o zdraví lidu č.20/1966 Sb., který je upraven mnoha novelizacemi. Tento zákon vymezuje práva a povinnosti občanů v oblasti zdravotnictví, povinnosti zdravotníků, zejména lékařů, a určuje základní atributy vztahu lékař – pacient a další. Jde o komplexní systém, který je u nás zavedený již od minulého století a který v mnoha oblastech funguje velmi dobře. V čem ale pokulháváme, je prevence, zvláště ta onkologická. Vždy jde hlavně o zdraví, a to máme všichni jen jedno. Osobně si tedy myslím, že prevence je nejdůležitější a tento fakt by se měl odrážet v jednání zdravotnických za-

řízení, pojišťoven, ale hlavně by si ho měli uvědomovat i samotní lidé. Mám pocit, že v posledních letech mnozí zapominají na to, že mají možnost v rámci zákonného pojištění nechat si udělat například testy na karcinom tlustého střeva a konečníku, který je bohužel v ČR stále velmi rozšířený, že ženy od určitého věku mají nárok na mamologický screening nebo že se lidé mohou nechat třeba i anonymně vyšetřit na HIV a další. Ještě horší než zapomenout na prevenci je ale bezhlavě vrhání se do rizik jako jsou drogy, alkohol, kouření, promiskuita nebo třeba i přejídání se a nezdravý životní styl. To vše s sebou přináší hrozbu onemocnění nebo nakažení se infekční chorobou. Léčebněpreventivní péče tedy nezahrnuje jen to, na jakou léčbu má člověk nárok, ale i to, co vše může jednotlivec nebo skupina pro své zdraví udělat dříve, než nemoc vůbec zaklepe na dveře...“ - hal -

### Den dárců orgánů

V pátek 15. října 2010 proběhne pod záštitou Transplantačního centra FNO ve Fakultní nemocnici Ostrava Den dárců orgánů. V České republice probíhá tento den, který letos připadá na sobotu 16. října a je vyhlášen Evropskou komisí (EDQM), poprvé, jeho tradice v Evropě však sahá do roku 1990. Jedním z cílů této akce je informování o možnostech dárcovství a transplantací orgánů a zvýšení povědomí o této problematice. Veřejnost se tak například dozví, že jeden zemřelý dárců orgánů může zachránit až 6 lidských životů a že v Evropě je zařazeno na čekací listinu více než 50 tisíc lidí.



- red -

### Gerontologické dny Ostrava

Ve dnech 13. až 15. října 2010 proběhne pod záštitou Ing. Petra Kajnara, primátora statutárního města Ostravy, čtrnáctý ročník Gerontologických dnů Ostrava. Akce je realizována s finanční podporou statutárního města Ostravy a v jejím rámci bude udělena Cena osobnostem s finanční podporou Moravskoslezského kraje a pod osobní záštitou hejtmana Ing. Jaroslava Palase. Mezi odbornými partnery kongresu je Fakultní nemocnice Ostrava a členem přípravného výboru MUDr. Milan Stolička, primář LDN Klokočov. Ten také jako garant sekce Nemoci pohybového aparátu ve stáří vystoupí s přednáškou zaměřenou na moderní koncepci bezpečné rehabilitace chůze u seniorů.

- gl -



### X. ostravské traumatologické dny

Ve dnech 6. až 8. října se v Rožnově pod Radhoštěm konaly jubilejní X. ostravské traumatologické dny, jejichž prezidentem je doc. MUDr. Leopold Pleva, CSc., přednosta Traumatologického centra FNO. Organizátory akce s mezinárodní účastí, která se koná pod záštitou mnoha významných osobností kraje, jsou Česká společnost pro úrazovou chirurgii ČLS JEP, Česká chirurgická společnost ČLS JEP, POUZP ČECH, MORAVY A SLEZSKA PŘI FN OSTRAVA, Traumatologické centrum FN Ostrava a Chirurgická klinika FN Ostrava. Hlavní témata se týkala multioborového ošetřování polytraumat a varií.

- red -

# Otevřeli jsme rekonstruované pracoviště centrální sterilizace

Oddělení centrální sterilizace FNO, které zajišťuje komplexní přípravu sterilních zdravotnických prostředků pro všechny operační sály a zdravotnická pracoviště FNO, posunul tento krok v rámci daného oboru na opravdu světovou úroveň.

Rozsáhlé stavební úpravy mimo jiné umožnily **podstatné zjednodušení přepravy kontaminovaného materiálu** do centrální sterilizace a přímocha-  
ný návrat naprosto sterilních souprav operačních nástrojů a zdravotnických prostředků zpět na sály a jednotlivá oddělení FNO. „V rámci rekonstrukce byl jako **první v republice** zprovozněn počítačem řízený **centrální dávkovač chemie**, který zajistí doplňování speciálních čistících a dezinfekčních přípravků do mycích systémů, v nichž probíhá dezinfekce a mechanická očista zdravotnických prostředků. Tak bude úkon, který doposud prováděly sestry našeho oddělení, plně automatizován,“ komentuje změny v technologickém vybavení modernizovaného pracoviště Eva Tiefenbachová, vrchní sestra Oddělení centrální sterilizace FNO. „Opravdu zásadním krokem je **pořízení dvou velkokapacitních myček**, které jsou u nás instalovány rovněž jako **první v České republice**. Jedna z nich je určena k dekontaminaci transportních kontejnerů, které až doposud ručně čistili a dezinfikovali

naši zaměstnanci. Nyní v myčce projdou kontejnery, jejichž úkolem je chránit materiál před kontaminací, procesem mytí s termodezinfekcí. Dokonale dekontaminované pak vyjedou ve sterilní zóně, kde do nich bude naložen sterilní materiál, aby byl transportován po celé nemocnici. Druhá myčka bude určena k dezinfekci a mechanické očistě sterilizačních a dekontaminačních kontejnerů.“ Celý systém provozu centrální sterilizace bude kromě toho napojen na informační systém Medix, který detailně monitoruje celý proces oběhu operačních nástrojů a zdravotnických prostředků. Systém je určen zejména pro pracoviště operačních sálů a centrální sterilizace. Jedná se o jedinečný komplexní produkt, který dokáže řešit veškeré standardní činnosti potřebné k jejich řízení. „Naše sestry pomocí zmíněného systému vyhodnotí, zda proces sterilizace proběhl správně a zda materiál může opustit naše pracoviště,“ pokračuje Eva Tiefenbachová. „Kromě toho systém dokumentuje oběh každé operační soupravy, případně každého operačního nástroje. V rámci zajišťování kvality nemocniční péče jde o významný krok, protože máme přesný záznam o tom, kdo se kterým kusem manipuloval, kdo a jak dezinfikoval, kdo zodpovídá za očistu, kdy a kolikrát prošel nástroj sterilizací.

Díky tomu můžeme také vyhodnotit životnost jednotlivých souprav a posoudit finanční výhody nákupu u jednotlivých dodavatelů. V tom spatřujeme obrovský, především ekonomický přínos.“ **Všechny úkony prováděné v rámci Oddělení centrální sterilizace FNO směřují k tomu, aby riziko jakékoliv vnější kontaminace bylo nulové a aby zajištění bezpečí pacientů bylo ve vztahu ke sterilizovanému materiálu stoprocentní.** Objem nástrojů a zdravotnických prostředků, které procházejí sterilizací, je vzhledem k velikosti FNO obrovský. Jen v průběhu prvních osmi měsíců roku 2010 zde bylo v 8 speciálních myčkách provedeno 7110 mycích a dezinfekčních cyklů a vysterilizováno bylo 23 338 souprav operačního instrumentaria a 362 292 kusů jednotlivých zdravotnických prostředků. „Z našich specializovaných pracovišť, jako jsou například oddělení JIP a ARO, k nám mimo jiné přicházejí zdravotnické prostředky, které vyžadují speciální péči. Některé z nich jsou navíc vyrobeny z termolabilních materiálů, takže nesnášejí klasický způsob sterilizace a vyžadují zvláštní způsob ošetření. I na tento trend musíme umět reagovat a dokázat nastavit standard tak, abychom se stoprocentně vyhnuli riziku nozokomiálních nákaz,“ dodává Eva Tiefenbachová. - gl -

## Cyklus besed v Librexxu



## Informace o výběrových řízeních

Na základě výsledků výběrových řízení byli s účinností od **1. 10. 2010** ředitelem FN Ostrava jmenováni:

- **MUDr. Marcel Gärtner** do funkce primáře oddělení gynekologie Porodnicko-gynekologické kliniky
- **MUDr. Igor Michalec** do funkce primáře oddělení porodnice Porodnicko-gynekologické kliniky
- **MUDr. Pavel Vávra, CSc.**, do funkce zástupce primáře pro léčebnou péči Oddělení kardiologického

Ing. Lenka Nétková  
náměstkyně ředitele pro personální řízení



V ostravském Domě knihy Librexx byl 22. září zahájen cyklus besed s odborníky Fakultní nemocnice Ostrava s názvem Moderní metody medicíny aneb Opravdové celebrity. První beseda byla věnována otázce kardiologie, takže s hosty, kteří o danou tematiku projevovali živý zájem, diskutovali MUDr. Radim Brát, primář Kardiologického centra FNO, a MUDr. Radovan Jursa. Mezi hosty byli také bývalí pacienti centra, kteří před časem absolvovali operaci srdce a nyní přišli poděkovat lékařům, kteří jim zachránili život.

Cyklus besed bude 19. října pokračovat setkáním s MUDr. Davidem Feltlem, Ph.D., MBA, přednostou Onkologické kliniky FNO. - gl -

## Kongres o infekcích

V Ostravě proběhne 2. listopadu 2010 celostátní kongres s názvem Aktuální infekční nemoci v současnosti, jehož hlavními organizátory jsou Klinika infekčního lékařství FNO a Společnost prevence nozokomiálních nákaz. Generálním partnerem akce je Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje. Jednotlivé přednášky odprezentují epidemiologii a patogenезi uvedených infekcí, jejich etiologii, terapii, prevenci i data ohledně jejich výskytu v České republice. - red -

# Histologičtí pracovníci z Česka i Slovenska přijeli do Ostravy!

Ve dnech 1. a 2. října 2010 se konal již 18. sjezd České společnosti histologických laborantů s mezinárodní účastí. Akci organizovala tři významná pracoviště patologie v Ostravě, a to Ústav patologie Fakultní nemocnice Ostrava, Oddělení patologie Městské nemocnice Ostrava a CGB laboratoř a.s. Poprvé v historii byl sjezd uspořádán v Ostravě, a to v prostorách Clarion Congress Hotelu Ostrava. „Překvapila nás velká účast na tomto sjezdu. Přijelo sem zhruba 140 histologických laborantů z celé ČR a různých koutů Slovenské republiky,“ popisuje akci Jana Vaculová z Ústavu patologie FNO a pokračuje: „Mezi čestnými hosty byli zástupci organizujících pracovišť, náměstkyně pro ošetrovatelskou péči Bc. Mária Dobešová, ředitel Městské nemocnice Ostrava MUDr. Jan



Zháněl a ředitelka CGB laboratoře a.s. RNDr. Magdalena Uvírová. Slavnostního zahájení se zúčastnil i přednosta Ústavu patologie Fakultní nemocnice Ostrava MUDr. Jana Dvořáčková, Ph.D.“ Odborný program 18. sjezdu České společnosti histologických laborantů byl velice bohatý a tematicky pestrý. Zájemci mohli navštívit také workshop

týkající se jednorázových nástrojů a žilettek, který u laborantů zaznamenal velký úspěch. Vedl ho D. Wieselman z německé firmy Pfm medical. „Zajímavé byly rovněž přednášky z oblasti imunohistochemie a metodiky molekulární patologie, které úzce navazují na práci v laboratořích patologie a v posledních letech jsou téměř nezbytné např. pro

přesnou diagnostiku a klasifikaci nádorových onemocnění. Přínosné byly ale i příspěvky několika sponzorských firem, které informovaly o novinkách a trendech v patologii.“ Již 18. sjezd České společnosti histologických laborantů se velmi zdařil, a to jak po organizační stránce, tak i po odborné, a organizátoři již nyní plánují další opakování této akce.

## Lékařská fakulta zvyšuje prestiž a sebevědomí Ostravy

**Do dějin Ostravy se 22. září 2010 vepíše jako historický den slavnostního zahájení činnosti nové Lékařské fakulty Ostravské univerzity. MUDr. Josefa Srovnala, náměstka ředitele FNO pro léčebnou péči, jsme se zeptali, v čem spatřuje přínos vzniku Lékařské fakulty v Ostravě?**

„Fakultní nemocnice Ostrava i Ostravská univerzita jsou významnými nositeli vzdělanostního potenciálu města Ostravy. Vznik Lékařské fakulty je z tohoto pohledu jednoznačným zvýšením prestiže a sebevědomí třetího největšího města naší republiky. Možná že ještě mnozí z nás nedoceňují, co vše přinese našemu městu, jeho obyvatelům a především mladým lidem z našeho regionu. Špičkovým odborníkům z fakultní nemocnice rozšíří možnosti seberealizace, navýší množství kontaktů a vztahů globalizujícího se světa vědy a výzkumu, nabídne zajímavé pracovní příležitosti mladým nadějným kolegům po promoci. Očekáváme návraty našich rodáků, kteří na svou příležitost zatím čekají v jiných univerzitních městech.

**Čím je pro FNO spolupráce s Ostravskou univerzitou přínosná?**

Fakultní nemocnice Ostrava a Ostravská univerzi-

ta se vzájemně respektují, v mnoha oblastech již spolupracují. Obě významnou měrou podporovaly kandidaturu našeho města na Evropské hlavní město kultury 2015. Ostravská univerzita osobnostmi humanitních oborů, vytvářením příležitostí pro mladé talenty, Fakultní nemocnice Ostrava pak svými projekty a programy vědy a výzkumu směřujícími do oblasti vlivu životního prostředí Ostravska na zdraví jeho občanů a léčbu civilizačních onemocnění. V posledních letech jsou zřetelné tendence ke vzájemné spolupráci v mnoha oblastech, vytváření neformálních „mozkových trustů“, společných projektů mezioborové spolupráce.

**Jaké jsou aspekty spolupráce FNO s Lékařskou fakultou OU?**

Lékařská fakulta je zřízena transformací Fakulty zdravotnických studií. Máme tedy neopakovatelnou šanci být na samotném začátku vzájemné spolupráce. Nejsme zatíženi předchozím obdobím, vše je pro nás svým způsobem nové. Víme, že nás čeká tvrdá práce, kterou za nás nikdo jiný neudělá. Cíl je jeden a je jasný. Klíč k němu držíme rukou společnou.

- red -

## FNO se aktivně zapojila do akce „Týden vědy a techniky“

V pondělí 1. listopadu se od 14.00 hod. uskuteční v Domově sester v Ostravě-Porubě odborná přednáška konaná v rámci „Týdne vědy a techniky“ s názvem Léčba závislosti na tabáku v ČR podle zkušeností Mayo clinic (USA). Přednáška je volně přístupná veškerému zdravotnickému personálu FNO a má za cíl pomoci kuřákům zbavit se této závislosti. Zajímavé informace z této oblasti přítomným přednesou MUDr. Eva Králiková, Ph.D., a MUDr. Alexandra Kmetová. Obě na klinice Mayo v USA nějaký čas působily a touto problematikou se podrobně zabírají již několik let.



Fakultní nemocnice v Ostravě se tak aktivně zapojila do již 10. ročníku Týdne vědy a techniky, který probíhá na území celé České republiky ve dnech 1.–7. listopadu 2010. Jde o nejrozsáhlejší český festival, v rámci něhož mají studenti a učitelé středních škol i široká veřejnost možnost nahlédnout do mnohých laboratoří a knihoven a poznat „jak se dělá věda“.

# Dobrovolník je člověk, který bez nárů svůj čas, energii, vědomosti a dove

„Smrt pro mě není tabu,“  
říká Andrea Radomská



Zdravotní sestra z oddělení urologie Bc. Andrea Radomská, DiS., se na první pohled nijak neliší od svého okolí. Kdo ji však pozná lépe, ví, že je zcela jiná. Je dobrovolnice. Již téměř deset let věnuje volné chvíle lidem, kteří to potřebují, a to i přesto, že sama má časově náročnou práci a také dva dnes již dospělé syny.

„Nikdy jsem o tom neuvažovala, prostě to přišlo. Před deseti lety vážně onemocněl můj tatínek a když už jsme věděli, že mu není pomoci, moc jsme si všichni přáli, aby byl do poslední chvíle s námi doma, což se podařilo. Nebylo to však vůbec jednoduché, v té době ještě neexistovaly mobilní hospice jako dnes a nám pomohlo hlavně to, že jsem zdravotní sestra. Proto jsem se rozhodla, že se pokusím lidem v těchto chvílích pomáhat, a zapojila jsem se do vzniku mobilního hospice Ondrášek, který se stal druhým hospicem na území Ostravy, první zřídila Charita Ostrava. Přestože dnes oba tyto mobilní hospice fungující na území Ostravy poskytují vynikající péči a těchto zařízení postupně přibývá, je jich v současnosti v rámci celé ČR jen osm, což je dle mého názoru žalostně málo. Lidé jsou nemocní všude, nejen ve velkých městech, a mnoho z nich by rádo strávilo poslední chvíle svého života v kruhu rodiny, namísto nemocničního lůžka,“ popisuje své první kroky vedoucí k dobrovolnictví paní Andrea. V průběhu let absolvovala mnoho kurzů a seminářů, kde získala nutné vědomosti z oblasti paliativní a hospicové péče. Zároveň působí jako lektorka a supervizorka nových dobrovolníků v dobrovolnických centrech Adra Ostrava a Frýdek-Místek. Od té doby již pomohla mnoha rodinám v situacích, kdy je opuštěl blízký člověk. „Není lehké přijít do rodiny, kde po domě běhají dvě malé děti a maminka umírá, ale pokud naši pomoc chtějí, jdeme za nimi a pomáháme jim vyrovnat se se vším, jak nejlépe to jde. Kromě hospicové péče založené především na zdravotní a sociální pomoci, která v nemalé míře

znamená pro rodiny i psychickou podporu, nabízím osobně i tzv. pomoc dobrovolníka. To znamená, že navštěvuji tyto rodiny nejen ve chvílích, kdy potřebují pomoc s ošetřením nebo je jim smutno, ale chodím za nimi, pozůstalými i za jinými osamělými lidmi jen tak si popovídat, ukrátit jim čas čtením a podobně. A protože vím, že v Ostravě je tato péče relativně na dobré úrovni, snažím se pomáhat především mimoostravským,“ pokračuje paní Radomská, která zastává heslo, že kdyby každý zdravý člověk věnoval hodinu týdně někomu, kdo to potřebuje, nebyli by lidé osamělí. Zároveň si je jista, že půlhodina strávená s osamělou babičkou nebo dědou v domově důchodců nebo těžce nemocným člověkem obohatí především ji samotnou. „Člověk, který je na sklonku svého života, vidí věci zcela odlišně, má jinak uspořádané hodnoty a povídání s ním má úplně jiný rozměr. Možná i proto jsem své hodnoty postupně změnila i já a smrt ani samota pro mě není tabu jako pro mnoho lidí v mém okolí. Myslím, že když lidé oslavují narození nového člena rodiny, měli by stejně důstojně přistupovat i k odchodu někoho z nich. Rozloučení patří k životu a neměli by u toho chybět ani děti. A i když odchod blízké osoby nikdy nepřebolí, může být snazší,“ dodává paní Andrea, která přiznává, že mnohé situace jsou psychicky velmi náročné i pro ni samotnou, a tak čerpá energii především v přírodě lezením po skalách a ve svém horolezeckém oddílu. „Jednou ročně pořádáme také tábor pro malé horolezce, kde s námi pravidelně jezdí i děti, které přišly o svého rodiče. Mám radost, když je vidím, že žijí a radují se dál i přesto, že ve stanu na stolečku mají fotku své maminky nebo tatínka, která jim připomíná smutnou událost...“



Raději být stokrát odmítnut,  
než nepomoci vůbec...



Petra Procházková, zdravotní sestra z Oddělení intervenční angiologie a neuroradiologie RDG ústavu, je rovněž dobrovolnicí Dobrovolnického centra ADRA Ostrava. Na rozdíl od paní Radomské, která se zapojila do pomoci dlouhodobě, je paní Petra vyškolená pro pomoc příležitostnou, což znamená, že ji ADRA oslovuje pouze v případech mimořádných událostí (přírodních a živelních katastrof, krizových situací, povodní apod.). Ona tedy vyrazí čas od času bezplatně pomáhat lidem, kteří to potřebují...

„Zpočátku jsem v rámci Dobrovolnického centra ADRA Ostrava pomáhala hledat zdroje finanční nebo materiální pomoci, které zajišťují chod této organizace. Později mi však byla nabídnuta možnost odborného proškolení, které mi umožnilo zařadit se do Komunitního intervenčního psychosociálního týmu, jenž je aktivován pouze při mimořádných událostech,“ popisuje svou úlohu dobrovolnice paní Petra, která byla jen v letošním roce vyzvána hned dvakrát k pomoci při povodních. Poprvé v květnu, kdy voda zasáhla blízký Bohumín, a podruhé v létě, kdy bleskové povodně ničily měs-

**ADRA** je mezinárodní humanitární organizace poskytující pomoc lidem v nouzi. Byla založena ve Spojených státech amerických před více než padesáti lety a dnes má zastoupení již ve 125 zemích světa. V roce 1997 jí byl od Ekonomické a sociální rady OSN udělen statut vrchního poradce.

V České republice začala ADRA působit v roce 1992, a to nejprve jako nadace, jejímž úkolem bylo přerozdělovat finanční pomoc. Pracovníci ADRA postupem času rozšířili své pole působnosti a začali sami realizovat různé pomocné programy. S nárůstem pracovní agendy a v reakci na legislativní změny bylo v roce 1994 založeno občanské sdružení ADRA. Jeho úkolem je poskytovat humanitární, sociální a rozvojovou pomoc nejen doma, ale i v zahraničí. ADRA dnes patří mezi tři největší humanitární organizace v České republice.

**Dobrovolnická centra** fungují jako prostředníci mezi dobrovolníky a přijímajícími organizacemi, jimiž jsou například ústavy sociální péče. Cílem je poskytnout smysluplnou činnost občanům (všech věkových kategorií) a vyhledávat ty, kteří potřebují pomoc. Dobrovolnická centra chtějí nejenom pomáhat, ale i motivovat mladé lidi tak, aby se dobrovolnictví stalo přirozenou součástí společnosti. ADRA v současnosti má 8 center, a to v Českých Budějovicích, České Lípě, Prostějově, Praze, Zlíně, Valašském Meziříčí, Frýdku-Místku a Ostravě.

# okru na finanční odměnu poskytuje dnosti ve prospěch ostatních lidí

ta a vesnice na severu Čech v Libereckém kraji. „Člověk, který si zvolí vstupovat do takovýchto událostí, musí počítat s tím, že se bude muset rozhodovat velice rychle a na čas bude muset opustit svou rodinu i své zaměstnání. Proto si vážím kolektivu v práci za jeho podporu a rodinného zájmu,“ pokračuje paní Petra, která stejně rychle jako opouští pracoviště, opouští i své tři děti, o něž se po dobu nepřítomnosti stará její muž. A jak sama říká, bez tohoto pracovního i domácího zázemí by se dobrovolnická činnost ani zvládat nedala.

„Hlavním úkolem našeho týmu při příjezdu na místo, které bylo zasaženo jakoukoli přírodní katastrofou nebo živelní pohromou, je okamžitě začít monitorovat stav v zasažených oblastech. To znamená, že zjišťujeme rozsah jednotlivých škod, abychom věděli, jakou konkrétní pomoc jednotlivé rodiny potřebují, o co přišly, kam až sahala voda atd. Musíme zjistit, v jaké finanční a sociální situaci jsou



tito lidé, jak reagují, komunikují, zda jsou schopni se sami podílet na odklízení škod, zda nepotřebují zdravotní ošetření nebo pomoc psychologa atd. Všechny podrobnosti pečlivě zaznamenáváme do připravených formulářů, které jsou pak důležitým vodítkem pro následnou pomoc,“ popisuje postup intervenčního psychosociálního týmu při pomoci lidem, jež zasáhla povodeň, paní Procházková a pokračuje: „Jakmile zvládneme úvodní monitoring, čeká nás nejdůležitější úkol, mluvit s lidmi. Poskytnout jim možnost vypovídat se, aktivně jim naslouchat, podpořit je psychicky v jejich velmi těžké životní situaci, zvládnout stres a nabídnout jim alternativní formy pomoci či aktuálně se měnící informace. Při psychosociálním rozhovoru je velmi důležité aktivně naslouchání. Je nutné se vyvarovat kritizování, souzení, v rozhovoru nesmíme spěchat, zlehčovat událost či ztrátu a nesmíme dávat plané naděje a slibovat nesplnitelné. Zpočátku to tak nevypadá, lidé jsou v šoku a svým způsobem se radují, že přežili, ale postupně jim začne docházet, co se stalo. A není vůbec jednoduché smířit se s faktem, že voda odnesla v jednom oka-

mžiku všechny osobní věci, nábytek i vzpomínky, nedej bože celý dům... Lidé asi ze všeho nejvíce litují zničených fotoalb a videozáznamů, mají pocit, že jim voda vzala část jejich minulosti. V tuto chvíli je tedy komunikace více než nutná, i za cenu aktivního ticha a čekání na okamžik, kdy ten druhý promluví. O pár dnů později totiž přichází fyzické i psychické vyčerpání, začínou se objevovat infekce, lidem se dělají puchýře od rukavic a odřeniny z gumáků, přicházejí čím dál větší deprese a pocity beznaděje, úzkosti a strachu z budoucnosti. Proto je nutné začít s nimi hovořit hned, aby se otevřeli a získali v nás důvěru. Aby se třeba později nebáli si sami říci o pomoc.“ Čtyřčlenný tým DC ADRA Ostrava, který v Libereckém kraji provedl téměř 50 psychosociálních rozhovorů, se každý večer po návratu ze zasažených oblastí setkával v Liberci na krizovém štábu s ostatními velkými organizacemi (např. s neziskovými organizacemi Člověk v tísni, Červený kříž), ale také s psychology České policie, hasičů nebo armády ČR. Zde si vzájemně vyměňovali informace, aby dokázali co nejcitlivěji, neefektivněji a nejspřavedlivěji pomoci tam, kde to bylo nejvíce potřeba. „Mnohokrát jsem měla pocit, že

Dobrovolnické centrum ADRA Ostrava hledá dobrovolníky starší 18 let pro Mobilní hospic Ondrášek. Pro tuto nelehkou, ale o to více naplňující úlohu budou dobrovolníci pečlivě vyškoleni odborníky z praxe. Tito dobrovolníci získají další příležitost pomáhat a být součástí nezapomenutelných okamžiků v životě nemocných lidí.

mě ten všudypřítomný smutek a pocity beznaděje zcela pohltil. Jen stěží se dá popsat slovy okamžik, kdy vidíte starší manželský pár, jak se drží za ruce a odevzdaně stojí před svým domem, který v tu chvíli těžké stroje demolují. V těchto chvílích mi asi nejvíce pomáhalo vědomí, že alespoň nějak mohu pomoci, a to i přesto, že při každé nabídce pomoci jsme šli do rizika, že můžeme být odmítnuti. Vždy je totiž mnohem lepší být stokrát odmítnut, než nepomoci vůbec.“

Lenka Hatlapatková

## Práce dobrovolníků má obrovskou cenu pro pacienty i pro nemocnici

Ve Fakultní nemocnici Ostrava začali první dobrovolníci působit na sklonku 20. století, takže zdejší tradice dobrovolné péče patří k nejstarším v České republice. „Velice si práce dobrovolníků vážíme, protože je přínosem jak pro pacienty, tak pro nemocnici,“ konstatuje Bc. Mária Dobešová, náměstkyně ředitele pro ošetrovatelskou péči. „Jsou psychickou oporou pro nemocného a velkou pomocí pro sestry, které při své náročné práci nemohou časově zvládnout například sedět u lůžka pacienta a povídat si s ním nebo jej vzít na procházku. A právě tady je prostor pro dobrovolníky. Vzpomínám si na pacienta, který byl ve finálním stadiu rakoviny. Byl to silný kuřák a hrozně si přál zakouřit si. Byl krásný den, takže dobrovolnice jej vyvezla ven, kde si mohl zakouřit. A byl šťastný... Obrovský význam má i to, když dobrovolník „jen“ sedí u postele pacienta, drží jej za ruku, naslouchá mu a odpovídá. Je to nádherné souznění dvou lidí, na první pohled drobné gesto, které však má pro nemocného neskutečný význam.“

Ve FNO původně působilo patnáct dobrovolníků, které vyškolila Charita Ostrava a kteří se zaměřili především na onkologické pacienty. „Jakmile se otevřel Hospic svatého Lukáše, většinu dobrovolníků jsme mu předali,“ pokračuje Bc. Dobešová s tím, že nyní je díky přednostovi MUDr. Davidovi Feltlovi, Ph.D., myšlenka širšího využití práce dobrovolníků v rámci Onkologické kliniky FNO opět aktuální.

„Na onkologické pacienty velice pozitivně působí možnost být v domácím ošetření. Právě

v tomto okamžiku je práce dobrovolníka, který za nemocným dochází domů a věnuje se mu, velice důležitá. A stejně tak prospěšná je i v nemocnici, kdy dobrovolníci například pomohou nemocnému napsat dopis, zajedou s ním do parku i s celým lůžkem a umožní mu nadýchat se čerstvého vzduchu a užít si sluníčka, věnují mu svůj čas, svou pozornost. A to má největší cenu!“

Práci dobrovolníka rozhodně nemůže dělat kdokoliv. „Na to, aby tento člověk byl začleněn do procesu ošetrovatelské péče, platí velmi přísná kritéria. Nemocnice vždy ručí za péči, které se pacientovi dostává, a tato péče nesmí být narušena dobrovolníkem,“ dodává Bc. Dobešová. „Proto musejí dobrovolníci mimo jiné procházet náročnými testy, které vyloučí aspekty deviance, sektářství, drogové závislosti, alkoholismu a vůbec všeho, co by mohlo ohrozit zdárný průběh péče o nemocného.“ Kvalitní příprava je nesmírně důležitá. Dobrovolník musí být řádně proškolen a absolvovat kurzy, jejichž součástí jsou například etika a psychologie. Musí také přesně vědět, jaké jsou jeho kompetence, musí být pojištěn, je třeba jej představit veškerému ošetrovatelskému personálu pracoviště, aby nedocházelo k nedorozuměním, apod. „Víte, ten, kdo neviděl činnost dobrovolníků zblízka a nezná všechny detaily jejich konání, snad ani nemůže v plném rozsahu docenit nesmírnou psychickou náročnost této práce, poslání, kterému se věnují a které zasluhuje úctu a obdiv nás všech,“ uzavírá Bc. Dobešová.

- gl -

# Když je vrchní sestrou muž...

Práce sestry je nádherná, ale psychicky i fyzicky náročná. Naštěstí v posledních letech začíná konečně být i finančně lépe ohodnocena, a to do té míry, že toto povolání je zajímavé i pro muže – živitele rodin. Zmíněná profese začíná přitahovat stále větší pozornost středoškolsky i vysokoškolsky vzdělaných mužů a v jednotlivých nemocnicích procento mužů v profesi sestry neustále roste. Je to jen dobře, protože do tohoto povolání vnáší zcela jinou dimenzi, obohacují je o úplně jiný pohled a filozofii. Nicméně stojíme před problémem, který se neustále řeší. Pod pojmem sestry si totiž kvůli dlouholeté tradici každý představí ženu. Vždyť koneckonců jde o podstatné jméno rodu ženského! Fakt, že tuto profesi vykonává muž, uvádí některé pacienty ve zmatek, přinejmenším si nejsou jisti, jak sestru - muže oslovovat. Sami zvažujeme, jak toto oslovení změnit. A budeme vděční za každý názor a námět.

Bc. Mária Dobešová

## Holistický přístup je při léčbě velmi důležitý!



Převážnou část své profesní kariéry působil PhDr. Jozef Látka, Ph.D., ve zdravotnictví v chirurgických a traumatologických oborech. Řídil ale také devadesátiletý kolektiv v Ústavu sociální péče pro tělesně postižené v Hrabyni, působil na úřadu práce jako vedoucí POS (profesně odvětvová skupina) a čtyři roky byl dokonce ředitelem Příjímáckého střediska Vyšní Lhoty, který patřil pod Správu uprchlických zařízení Ministerstva vnitra ČR. Většinu života však pana Jozefa oslovují sestry, vrchní sestry...

„Odkáživa mě lákala medicína a původně jsem chtěl být lékařem. V době normalizace, počátkem sedmdesátých let, ale nebylo jednoduché se na studia dostat, pokud člověk neměl i patřičné rodinné zázemí a původ, a tak mi štěstí napoprvé nepřálo,“ popisuje začátky své kariéry Jozef Látka, který se narodil před téměř šedesáti lety ve slovenské vesnici Kyjanice nedaleko Rimavské Soboty. V době tzv. „socializácie“ dědiny pak rodina vesnici opustila a otec získal místo na šachtě v Ostravě. „Byla to pro nás velká změna, ale zvykl jsem si zde. Když jsem se pak po vystudování střední zdravotnické školy v Ostravě nedostal na vysokou, pracoval jsem chvíli v Havířovské nemocnici, kde jsem se seznámil i se svou ženou – také zdravotní sestrou. A ve chvíli, kdy se mi sen splnil a já začal studovat medicínu, přišly děti a já se rozhodl vydělávat. Nikdy jsem toho však nelitoval, protože studuji vlastně celý život a dělám práci, kterou mám rád a která mě obohacuje,“ pokračuje pan Látka, který je od roku 2007 vrchní sestrou Oční kliniky FNO a který opravdu studuje téměř nepřetržitě. Po dvou maturitních středních školách – Střední všeobecně vzdělávací škole v Havířově a SZŠ v Ostravě – pokračoval dál v pomaturitním specializačním studiu „Ošetřovatelská péče ve vybraných klinických oborech“, následovalo bakalářské studium na Filozofické fakultě Ostravské

univerzity, katedře psychologie a sociální práce a navazující magisterské studium. A ani pak pan Jozef neodložil knihy, sešity a studijní průkaz, a tak má už dnes i doktorandské studium a státní rigorózní zkoušky, díky nimž získal rovněž titul doktora filozofie. Přesto je pan Jozef Látka pro všechny stále především vrchní sestrou... „Všechny nabyté vědomosti mi velmi pomáhají při mé práci vrchní sestry. Již léta se snažím v praxi prosazovat holistický přístup, který se nesoustředí jen na fyzický zdravotní problém, ale hledá příčiny i v nemocné duši. Nestačí pacienta vyléčit, je nutné vědět i to, jak se nemoc podepsala na jeho psychickém rozpoložení, jak změnila jeho život, jak ji vnímá rodina, jaké má zázemí... Pokud se na pacienta díváme ze všech těchto směrů, je mnohem větší šance na jeho plné uzdravení,“ konstatuje pan Jozef, který se v rámci zpracování doktorské práce zabýval mimo jiné i tři roky kvalitou života onkologicky nemocných. „Pozice vrchní sestry mi umožňuje tento přístup učit dál ostatní zaměstnance, předávat jim své poznatky a vidět výsledky na vlastní oči. Občas některé mé razantnější změny v organizaci práce vyvolávají určitou nevoli u podřízených, ale nakonec vždy téměř všichni pochopí, že je vše ku prospěchu pacienta, a to je nejdůležitější. V současné době navíc pracuji s jedním z nejlepších kolektivů, jaké jsem kdy vedl, takže jakékoli změny probíhají zcela bez problémů. Zároveň se snažím své poznatky předávat i nastávajícím sestřím a zdravotnickému personálu, proto učím na Slezské univerzitě v Opavě a na Ostravské univerzitě,“ dodává na závěr pan Látka, podle něhož není rozdíl v tom, jestli je vrchní sestrou muž nebo žena, ve skutečnosti se liší hlavně tím, jak svou oblast organizují, kontrolují a řídí...

## „Kontakt s pacienty je pro mě zásadní!“ říká vrchní sestra Radim Němec...

Sedmatřicetiletý Radim Němec je ve funkci vrchní sestry Psychiatrického oddělení teprve od poloviny července letošního roku, ale zdravotní sestrou je již mnoho let... „Tíhl jsem ke zdravotnictví asi od malička. Staral jsem se o svou nemocnou babičku a později jsem ji navštěvoval i v nemocnici. Dívám se na sestry, lékaře a ostatní personál, jak pečují o všechny ty nemocné lidi, a přál jsem si to umět taky,“ vzpomíná pan Radim, jehož první kroky po základní škole ale nevedly na střední zdravotnickou školu. „Vyučil jsem se instalátérem, nikdy jsem však tuto profesi nedělal, brzy po vyučení se mi podařilo sehnat místo v nemocnici v Krnově, kde jsem působil sedm let. Během té doby jsem se samozřejmě přihlásil také na dálkové studium Střední zdravotnické školy v Krnově, obor všeo-



becná sestra, a tak jsem se stal sestrou,“ pokračuje pan Radim, kterému nikdy nevadily otázky typu: Proč jsi sestra, proč ne bratr? „Beru to jako název pracovního zařízení, nikdy jsem s tímto oslovením neměl problém, i když udivených pohledů jsem za ta léta viděl mnoho. Ve vojsku jsou zase ženy oslovovány vojíně, podplukovníku... Tak proč by ve zdravotnictví nemohli být muži oslovováni sestrou?“ Radim Němec, rodák z Krnova, který pracuje v ostravské fakultní nemocnici již dlouhých jedenáct let, však nezůstal jen u střední zdravotnické školy. V současné době si dodělává bakalářské studium na Ostravské univerzitě. Zároveň má specializaci v psychiatrii, která je v jeho oboru téměř nezbytností. „Pacienti na psychiatrii potřebují citlivý přístup, vyžadují mnohdy více pozornosti než pacienti na jiných odděleních. Komunikace s nimi je náročná a každý, byť sebemenší úkon jim musíte velmi opatrně, ale dostatečně vysvětlit. Mám však tuto práci moc rád. Začínal jsem zde jako sanitář, později jsem získal místo zdravotní sestry a od roku 2007 jsem působil ve funkci staniční sestry,“ dodává pan Radim, který bere svou novou funkci vrchní sestry jako výzvu. „Přibýlo mi více administrativní práce, ale díky mé praxi vím, co pacienti požadují, potřebují a jsem rád, že mohu kontrolovat kvalitu ošetřovatelské péče, která je pacientům poskytována z pozice své funkce. Naštěstí je tady skvělý a sehraný kolektiv zhruba jedenácti sester, takže to není problém.“ A plány do budoucna? „Žádné razantní změny na oddělení nechystám, ale budu samozřejmě vyžadovat, abychom šli stále s dobou, používali moderní postupy, využívali novinky v ošetřovatelské a podobně. Péče o nemocné je to, co jsem chtěl dělat od malička, a tak bych i nadále chtěl být v neustálém kontaktu nejen s pacienty, ale i se svými podřízenými. Vědět, s jakými problémy se potýkají, co je nutné řešit a podobně. Nejsem typ člověka, který vydrží celý den sedět v kanceláři a vše řešit za zavřenými dveřmi. Osobní kontakt s pacienty je pro mě důležitý!“

- hal -

## Díky CyberKnifu se ještě více prohloubila spolupráce Onkologické kliniky FNO s ostatními pracovišti nemocnice

O možnostech moderního robotického ozařovače, mezioborové spolupráci v rámci FNO a o dalších záležitostech, které se týkají přístroje s názvem CyberKnife, jsme hovořili s přednostou Onkologické kliniky FNO MUDr. Davidem Feltlem, Ph.D., MBA. **Pane přednosto, se kterými pracovišti Fakultní nemocnice Ostrava se vám již v návaznosti na léčbu CyberKnifem podařilo rozvinout spolupráci?**

„Musím říci, že spolupráce s ostatními pracovišti FNO se rozvíjí a funguje velice dobře. Ať už jde o Urologické oddělení FNO a o léčbu karcinomu prostaty, nebo o Radiodiagnostický ústav FNO, kde jsou s použitím CT zaváděna například do jater a slinivky zlatá zrna, která umožňují sledovat pohyb nádoru v těchto orgánech. Dalším pracovištěm je Neurochirurgická klinika FNO. Tady je úzká vazba dána i tím, že společně s týmem, jenž pracuje s CyberKnifem, absolvoval odborná školení také MUDr. Reguli. V součinnosti s Chirurgickou klinikou FNO se chceme zaměřit například na jaterní metastázy, kde máme už první dva indikované pacienty. A domlouváme se také s Klinikou tuberkulózy a respiračních onemocnění FNO na léčbě plicních ložisek. Stručně řečeno: o CyberKnifu naši kolegové vědí, kdo se chce zapojit, má možnost to udělat.“

**A jak reagují nemocnice z jiných částí České republiky?**

„Skvělou spolupráci jsme navázali s nemocnicí v Jablonci nad Nisou, odkud k nám hned první měsíc poslali z interního oddělení tři pacienty. Opět platí to, co jsem řekl. O tom, že máme CyberKnife k dispozici, proběhlo množství informací. A kdo má zájem, může se ozvat. Jedna skupina se tedy rekrutuje z pacientů, které k nám poslali z nemocnic, kde jsou již léčeni. Ale zatím se nám zhruba z více než padesáti procent hlásí pacienti sami, z vlastní iniciativy. Takže pracoviště, které je v rámci dané spádové oblasti trvalého bydliště tohoto člověka, se o nás dozví prostřednictvím zmíněného aktivního pacienta. Následně se nám pak ozve jeho lékař, že se pacient vrátil nadšený, bez vedlejších účinků. A zeptá se, zda k nám může poslat dalšího...“

**Do týmu jsme vybrali správné lidi a školení, kterým tým prošel, bylo na vynikající úrovni.**



### Chcete o CyberKnifu více informací?

Pátřejte na <http://cyberknife.fno.cz/>  
Nebo kontaktujte CyberKnife centrum denně mezi 16.00 až 17.00 hod. na telefonní lince 737 208 148.  
K dispozici máte také e-mail: [cyberknife@fno.cz](mailto:cyberknife@fno.cz)

**A co takzvaná patientská turistika? Mají o léčbu CyberKnifem, který je jediným zařízením svého druhu v rámci střední Evropy, zájem také zahraniční pacienti?**

„Zájem samozřejmě je. Mezi našimi pacienty, léčenými prostřednictvím CyberKnifu, jsou už čtyři Slovinci (pozn. red.: rozhovor proběhl 20. 9. 2010). A proběhl také první informativní kontakt ohledně možnosti léčit pacienty z Makedonie a Kosova. Zatím jde jen o informace v obecné rovině. Tyto státy nejsou členskými zeměmi EU, takže by bylo třeba zvolit individuální přístup, který zatím zvažujeme my i druhá strana.“

**Jaké jsou nejčastější indikace, s nimiž k vám pacientům v souvislosti s léčbou kybernetickým nožem přicházejí?**

„Nejčastější je karcinom prostaty, máme tři nové pacienty týdně. Pak jsou to plicní nádory a metastázy, karcinomy slinivky, jater a mozkové metastázy. Přitom jeden výkon u komplikovaných diagnóz, k nimž patří například karcinomy plic, slinivky a jater, zabere CyberKnifu tři až čtyři hodi-

ny. U těchto nejsložitějších aplikací musíme dávat pozor, aby se přístroj nepřehřál. Proto v současné době a v situaci, kdy řešíme množství náročných výkonů, nemůžeme dvanáctihodinový pracovní cyklus přístroje navyšovat. I tak však jedeme na maximální výkon. V rámci stáží jsme například viděli, že prostřednictvím CyberKnifu léčí zhruba tři pacienty denně. My pět až šest... K tomu se vztahuje úsměvná historka. Po šesti týdnech provozu CyberKnifu k nám přijel technik z Jižní Koreje a ptal se, kdy může s přístrojem pracovat. Když jsme mu sdělili, že až večer, divil se, proč až tak pozdě. Protože s CyberKnifem pracujeme, odvětili jsme. Upřímně se divil, že děláme celých dvanáct hodin. A předpokládal, že pracujeme jen na méně komplikovaných diagnózách. Když jsme mu sdělili, že dnes jde o dvě slinivky, jednu plíce a čtyři prostaty, prohlásil, že nikde jinde neviděl, aby se tým zaučil tak rychle a tak bleskově začal s úspěchem pracovat na náročných případech. Podle mne tato historka svědčí o tom, že jsme do týmu vybrali správné lidi a že školení, kterým tým prošel, bylo na vynikající úrovni.“

Lenka Gulašiová

## Divadlo nezná bariéry

Příjemné odpoledne s interaktivním představením divadla Cirkus Žebřík prožili 15. září dětské pacienti Fakultní nemocnice Ostrava. Hra O nebojácném



Ondrovi byla součástí šestého ročníku Divadelní pouti bez bariér, kterou ve dnech 14. až 17. září pořádalo Divadlo loutek Ostrava. Tato tradiční akce se koná každé dva roky již od roku 2000 jako festival, jehož cílem je překonávání bariér mezi zdravou populací a handicapovanými jedinci ve společnosti prostřednictvím divadla i jiných kulturních médií.

„Divadelní pout bez bariér není v naší nemocnici poprvé,“ říká Ing. Tomáš Oborný, tiskový mluvčí FNO. „Jedná se již o tradiční spolupráci mezi Divadlem loutek Ostrava a naší nemocnicí. Pro naše dětské pacienty je divadelní představení vždy vítaným zpestřením pobytu v nemocnici. Je příjemné vidět ve tvářích dětí úsměv,“ doplnil Ing. Tomáš Oborný.



## Blahopřejeme

V říjnu slaví významné životní jubileum naši kolegové:

**Blažena Popovová**  
**Marcela Vahalová**  
**Bc. Ivanka Baumová**  
**Karel Hradil**  
**Doc. RNDr. Kristián Šafarčík, Ph.D.**  
**Ivan Doležel**  
**Jan Janáč**  
**PhDr. Jozef Látka, Ph.D.**  
**Bc. Hana Hamplová**  
**Olga Kunstová**

Děkujeme za práci, kterou jste pro naši nemocnici vykonali, a do dalších let Vám přeje radost a spokojenost v osobním životě.

### III MTS Hobby

**Setkání sběratelů modelů letadel, aut a modelové železnice.**

**Kde:** Centrum volného času,  
Ostrčilova ul. 2925/19, Ostrava

**Kdy:** 23. 10., 13. 11., 11. 12. 2010

**Od:** 8.00 do 10.00 hod

**Kontakt:** www.mts-modely.eu,

**Tel.:** 604 313 387, 604 534 467

## Inzerce zdarma

- Prodám družstevní byt 3+1 s balkonem, II. patro, 62m<sup>2</sup>, na ul. Řecká, O.-Poruba. Byt je částečně upraven, jinak v původním stavu, dům po celkové revitalizaci. Klidná lokalita, pěkné prostředí, parkoviště u domu, vše v dosahu, rozumná cena. Při rychlém jednání dohoda možná. Informace na telefonnu 736 140 907.
- Pronajmu byt 2+1, Ostrava-Poruba, ul. Gen. Sochora, naproti bazénu, 50 m k zastávce autobusu. Po celkové revitalizaci, bez vybavení. Nájem 8000 Kč + kauce 10 000 Kč. Kontakt: 737 230 158.
- Pronajmu nebo prodám 4pokojový byt s balkonem, garáží a zahradou v Klimkovicích, 104 m<sup>2</sup>. Cena nájmu 12 000 Kč. Kontakt: 737 208 121, MUDr. Segeta.
- Prodám dr. byt 1+1, 37 m<sup>2</sup>, 9. p., Ostrava-Hrabůvka, původní stav, dům je po revitalizaci. Nízké nájemné. Klidná lokalita. Cena 550 000 Kč. Volný dle dohody. Info: 604 313 387.
- Prodám permanentku do UNNO SPORT Ostrava-Dubina (fitness, solárium, spinning atd.) v hodnotě 1000 Kč za cenu 800 Kč. Kontakt: 605 740 100.
- Pronajmu byt 1+1, zařízený, v rodinném domě v Klimkovicích, 6500 Kč/měsíc. Kontakt: 604 600 998.
- Pronajmu prostorný, kompletně zařízený byt 1+1 s velkou lodžii v Ostravě-Porubě (u krytého bazénu). Cena 7000 Kč/měsíčně. Kontakt: 777 571 880.

### TENTO ZPRAVODAJ TISKNE

 **Ringier Print**

Ringier Print CZ a.s.  
 Na Rovince 876  
 720 00 Ostrava-Hrabová  
 Tel.: 596 668 111  
 www.ringierprint.cz

# Rozkvetlý Ametyst

Galerie Ametyst ve dnech 17. 10. až 13. 11. 2010 doslova rozkvetne. A to díky dílům ostravské malířky Aleny Světlíkové, jejíž tvorba, převážně olejomalba, je zaměřena především na krajinu, květiny a kytice. Paní Světlíková, která pracovala jako magistra v lékárnách, se malbě věnuje od dětství a malířství později studovala na ostravské konzervatoři. „A samozřejmě jsem také vnímala práci ostatních malířů a snažila se vstříbat jejich znalosti, přístup k tvorbě,“ dodává dlouholetá členka výtvarné skupiny GAMA, s níž vystavovala například v Ostravě, Opavě, Novém Jičíně, v Polance, Studénce a Klimkovicích. Samostatnými výstavami se paní Světlíková prezentovala nejčastěji v Ostravě, pak také na Ostravici, v Čeladné, ve Frýdlantu



nad Ostravicí a v Opavě. A nyní ve FNO. Pohled na půvabné krajiny zaznamenané v různých obdobích roku je uklidňující, ke kyticím lučních květů jen přivonět... Udělat si čas a navštívit Galerii Ametyst opravdu stojí za to!

- gl -

**DOKONALÉ MISTROVSTVÍ, PRVOTŘÍDNÍ SVEZENÍ**

**RENAULT LAGUNA JIŽ OD 379 900 Kč**

- automatická klimatizace - ESP, ABS + ESB, 6x airbag - poloautomatická parkovací brzda - hands-free karta Renault™



**DRIVE THE CHANGE**



<b>AUTOSET CENTRUM TŘINEC</b> Lidická tel.: 558 323 334-6	<b>AUTOSET CENTRUM OSTRAVA</b> Michálkovičky (směr 200) tel.: 596 240 474	<b>AUTOSET CENTRUM HAVÍŘOV</b> Bludovický kopec tel.: 596 416 870	<b>AUTOSET CENTRUM FRÝDEK-MÍSTEK, ZELINKOVICE</b> Příbořská 89 tel.: 558 637 616
---	---	---	--

**Vydavatel:** FN Ostrava • Tel. č: 597 372 578  
 • E-mail: redakce@fno.cz • Grafika a zlom:  
 ASEITA spol. s r. o. • Foto: Jiří Zerzoň • Redakce si vyhrazuje právo krátiť a upravovat dodané texty • Uzávěrka: Každý poslední pátek v měsíci • Určeno pro vnitřní potřebu FN Ostrava