



ΕΣΝΕ

Εθνικός Σύνδεσμος Νοσηλευτών Ελλάδος

Ενημερωτικό Φυλλάδιο - Ιανουάριος - Δεκέμβριος 2024

ΤΟΜΕΑΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ

Μέλος European Early Career Nurses and
Nursing Students' Association (ENSA)



@tomeas_foititon_esne



@Τομέας Φοιτητών ΕΣΝΕ



- 3** Συμμετοχή στα συνέδρια: η είσοδος των Φοιτητών στον επιστημονικό χώρο
- 6** Η Ηθική στη Νοσηλευτική: Αντιμετωπίζοντας Διλήμματα στην Καθημερινή Πρακτική
- 8** Η σωματική άσκηση = Η μεγαλύτερη αρετή
- ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΜΕΑ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΕΣΝΕ ΕΤΟΥΣ 2024**
- 10** Webinar «Νοσηλευτικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός»
- 11** 51ο Πανελλήνιο Συνέδριο ΕΣΝΕ
- 12** 1η Παμπελοποννησιακή Συνάντηση Νοσηλευτών
- 14** Ο Τομέας Φοιτητών του ΕΣΝΕ στο 30ο Ε.Σ.Φ.Ι.Ε.
- 15** Mentoring in Nursing: ENSA and European Commission
- 16** Εθελοντική δράση με την Co2gether
- 18** 3ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Νοσηλευτικής

Συμμετοχή στα συνέδρια: η είσοδος των Φοιτητών στον επιστημονικό χώρο

Γράφει ο Νικόλαος Στέφανος Μπάστας, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων,
Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα Νοσηλευτικής



Υπάρχουν πολλές λέξεις που στο άκουσμά τους μικροί και μεγάλοι εντυπωσιαζόμαστε, βιώνουμε συναισθήματα θαυμασμού και δέοντος και ωθούμαστε να θέσουμε στόχους στη ζωή μας για να «κατακτήσουμε» ή να φτάσουμε όσο πιο κοντά σε όσα αυτή η λέξη – στόχος προσδιορίζει. Μια τέτοια λέξη είναι και η επιστήμη. Ο τίτλος του επιστήμονα αποτελεί έναν τίτλο που εμπνέει θαυμασμό και σεβασμό και ο καθένας μας, λίγο ή

πολύ, σε κάποια φάση της ζωής του θέλει να τον πλησιάσει, ώστε να προσφέρει στον κόσμο που ζει με άλλο τρόπο. Στο παρελθόν, η επιστημονική κοινότητα ήταν, ίσως, ένα άπιαστο όνειρο ή μια ελίτ που δύσκολα κατάφερνε κανείς να προσεγγίσει, πόσο μάλλον δε να ενταχθεί και σε αυτή. Πώς θα αντιδρούσε κανείς, όμως, αν άκουγε ότι με το πέρας των ετών, και φτάνοντας στο σήμερα, η επιστημονική κοινότητα έγινε πιο προσιτή

στο άτομο, και ότι πλέον δίνονται περισσότερες ευκαιρίες στα άτομα για συμμετοχή σε αυτήν; Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα αυτής της εξέλιξης της επιστημονικής κοινότητας είναι η παρουσία και η συμμετοχή των φοιτητών στα συνέδρια. Σε ολόένα και περισσότερα συνέδρια βλέπουμε το επιστημονικό πρόγραμμα να πλαισιώνεται από εργασίες φοιτητών, οι οποίοι έχουν πραγματευθεί ερευνητικά θέματα που τους ενδιαφέρουν και έρχονται να τα παρουσιάσουν ενώπιον επαγγελματιών του χώρου τους. Όταν, λοιπόν, ένας μεγάλος αριθμός φοιτητών στρέφει το βλέμμα του στα συνέδρια, είναι εύλογο να τεθεί η απορία του τι προσφέρει η συμμετοχή του σε ένα επιστημονικό συνέδριο.

Αυτό στο οποίο πρέπει να βασιζόμαστε και να μην ξεχνάμε είναι ότι οι σημερινοί φοιτητές θα είναι αύριο οι επόμενοι επαγγελματίες και επιστήμονες. Ο φοιτητής βλέποντας την εξέλιξη της επιστήμης και το πώς οι γνώσεις μεταβιβάζονται από γενιά σε γενιά, κατανοεί τη σημασία που έχει η συμμετοχή του σε ένα συνέδριο.

Η παρακολούθηση ενός συνεδρίου από μόνη της έχει να προσφέρει έναν τεράστιο αριθμό εφοδίων στον φοιτητή, τόσο για τις σπουδές του, όσο και για την μετέπειτα καριέρα του. Η πλούσια θεματολογία των συνεδρίων προσφέρουν έναν μεγάλο αριθμό γνώσεων μέσω των οποίων μπορεί να προβληματισθεί πάνω σε ένα ζήτημα ή ακόμη και να εξερευνήσει κλάδους της επιστήμης, που μπορεί να μην τους γνώριζε ή να μην είχε εντυπώσει. Σε φοιτητικό επίπεδο, το άτομο δεν είναι πάντα σε θέση να γνωρίζει ποιος κλάδος του επαγγέλματός του είναι αυτός που του αρέσει. Ωστόσο, μέσω ενός συνεδρίου μπορεί να κάνει ένα πρώτο βήμα στην εύρεση του κλάδου αυτού.

Πέρα από την παρακολούθηση, ένας φοιτητής μπορεί να παρουσιάσει την εργασία του. Εδώ γεννάται και το ερώτημα από πολλούς φοιτητές «Γιατί είναι εξαιρετικά σημαντική η παρουσίαση;». Σε πολλές περιπτώσεις, το να παρουσιάσει κανείς είναι μια ευκαιρία και ταυτόχρονα, το κλειδί για να παρουσιάσει τις δεξιότητές του. Πριν την παρουσίαση ο φοιτητής πραγματεύεται και ερευνά ένα θέμα της επιλογής του. Παράλληλα, μαθαίνει τη βασική δομή μιας εργασίας (σκοπό, μέθοδο, αποτελέσματα), απαραίτητα εφόδια για μετά τη σχολή, ειδικότερα εάν επιθυμεί να παρακολουθήσει κάποιο Μεταπτυχιακό ή και Διδακτορικό Κύκλο Σπουδών.

Πολλές φορές πίσω από τον φοιτητή που

παρουσιάζει την εργασία του, υπάρχει η ομάδα με την οποία συνεργάστηκε, που μπορεί να αποτελείται από φοιτητές ή καθηγητές ή και τα δύο. Συνεπώς, κερδίζει μέσα από την εμπειρία της ομαδικής δουλειάς. Ο φοιτητής μαθαίνει να δουλεύει ομαδικά, να επιλύει συγκρούσεις, καθώς, και να αναπτύσσει δεξιότητες επικοινωνίας. Το να μάθει κανείς να δουλεύει ομαδικώς είναι ένα εφόδιο, το οποίο είναι απαραίτητο σε οποιονδήποτε χώρο. Είτε μιλάμε για την κλινική πράξη, είτε για την αγορά εργασίας, το να μπορεί κάποιος να συνεργάζεται αποτελεσματικά με άλλα άτομα είναι ένα ιδιαίτερα σημαντικό προσόν.

Πέραν της επιστημοσύνης, τα συνέδρια αποτελούν και μια ευκαιρία κοινωνικής δικτύωσης των φοιτητών. Οι φοιτητές, μέσω των συνεδρίων γνωρίζονται με άλλους φοιτητές από άλλα Πανεπιστήμια. Μέσα από ένα συνέδριο μπορούν να αναπτυχθούν φιλίες ή συνεργασίες. Μια επιστήμη για να μπορεί να εξελίσσεται συνεχώς, είναι σημαντικό να υπάρχει η επικοινωνία μεταξύ των μελών της. Τι είναι καλύτερο για την επικοινωνία και τη διασύνδεση αυτή από μια τέτοια επιστημονική συνάντηση;

Μια άλλη προοπτική της συμμετοχής σε ένα συνέδριο είναι η ένταξη στην Επιστημονική ή την Οργανωτική Επιτροπή. Ήδη, ο Τομέας Φοιτητών του ΕΣΝΕ, με την διοργάνωση τριών φοιτητικών συνεδρίων δίνει την ευκαιρία στους φοιτητές να συμμετέχουν στις επιτροπές αυτές. Με αυτόν τον τρόπο, οι συμμετέχοντες αναπτύσσουν οργανωτικές δεξιότητες, ενώ έχουν λόγο στη διαμόρφωση και τη θεματολογία του προγράμματος και αποκτούν μια καθολική εικόνα της οργάνωσης ενός συνεδρίου.

Τι σημαίνει, λοιπόν, συμμετοχή σε Επιστημονικό Συνέδριο; Ευκαιρία για παρουσίαση μιας εργασίας; Νέες γνώσεις; Δικτύωση με συναδέλφους; Όλα αυτά! Σημαίνει μια ευκαιρία για απόκτηση μιας νέας οπτικής γωνίας, μια ευκαιρία για να είναι κανείς μέσα στα πράγματα της επιστήμης του! Είναι μια ευκαιρία για κάθε φοιτητή που επιθυμεί να ξεκινήσει την πορεία του στον επιστημονικό χώρο, να γνωρίσει ακόμη περισσότερο την επιστήμη την οποία σπουδάζει. Γι' αυτό τον λόγο τα συνέδρια θεωρούνται **η είσοδος του φοιτητή στον επιστημονικό χώρο** και **as μην ξεχνάμε ότι η είσοδος αυτή είναι που θα βοηθήσει τους σημερινούς φοιτητές να γίνουν οι αυριανοί επαγγελματίες και επιστήμονες.**



Ένα εργασιακό περιβάλλον αναγνωρισμένο με Χρυσή Σφραγίδα

Το Ερρίκος Ντυνάν, ένα από τα μεγαλύτερα ιδιωτικά νοσοκομεία στην Ελλάδα, είναι ένα από τα 600 νοσοκομεία στον κόσμο που έχει λάβει τη Χρυσή Σφραγίδα του Join Commission International (JCI), του πλέον αναγνωρισμένου προτύπου διαπίστευσης υπηρεσιών υγείας σε παγκόσμιο επίπεδο. Θεμέλιος λίθος στην εφαρμογή του είναι, κυρίως, το αίσθημα ασφάλειας του Νοσηλευτή εν ώρα εργασίας, το οποίο οδηγεί στην ασφάλεια των ασθενών.

Η διαπίστευση που έχει λάβει το Ερρίκος Ντυνάν από το JCI διασφαλίζει την υψηλή θέση ευθύνης που κατέχει ο Νοσηλευτής στην εύρυθμη και την ασφαλή λειτουργία του Νοσοκομείου αδιάλειπτα, καθ' όλο το εικοσιτετράωρο, με συμμετοχή στο θεραπευτικό πλάνο του ασθενή.

Στο πλαίσιο αυτό, εφαρμόζουμε πρωτοποριακές και καινοτόμες μεθόδους στην παροχή της νοσηλευτικής φροντίδας των ασθενών μας, σε όλα τα τμήματα, με εξειδικευμένες στρατηγικές που μας επιτρέπουν τις άμεσες αλλαγές όταν αυτές απαιτούνται από την πράξη.

Κάθε στιγμή, σε κάθε χώρο, κάνουμε τη θεωρία πράξη, έχοντας αρμονική συνεργασία με όλες τις υπηρεσίες του νοσοκομείου με βασικό στόχο την ικανοποίηση τόσο των ασθενών όσο και των εργαζομένων μας. Για την

εξασφάλιση αυτού, χρησιμοποιούμε μετρήσιμους δείκτες ποιότητας, οι οποίοι μοναδικό στόχο έχουν τη βελτίωση της καθημερινότητας με άμεσες διορθωτικές ενέργειες επί τω έργω.

Στο Ερρίκος Ντυνάν, **οι νέοι συνάδελφοι εκπαιδεύονται με ατομική ενδοκλινική εκπαίδευση εν ώρα εργασίας** από κλινικό εκπαιδευτή ή νοσηλευτή και με συνεχιζόμενη επιμόρφωση σε όλο το Νοσηλευτικό προσωπικό μας.

Επενδύουμε στην ανάπτυξη του προσωπικού μας, παρακολουθώντας τις εξελίξεις τόσο στον τομέα της Νοσηλευτικής Επιστήμης όσο και της Τεχνολογίας μέσα από προγράμματα Συνεχιζόμενης Εκπαίδευσης σε όλες τις εξειδικεύσεις που απαιτούνται, ενώ συμμετέχουμε ενεργά σε επιστημονικά συνέδρια και κλινικά φροντιστήρια όπου γίνεται ανταλλαγή γνώσεων και εμπειριών.

Επενδύουμε στο υψηλό αίσθημα της ασφάλειας του Νοσηλευτή, προωθώντας την ελεύθερη καταγραφή των θεμάτων που προκύπτουν στην καθημερινότητα, αλλά και την ατομική επιβράβευση για τέτοιες πρωτοβουλίες, γεγονός που οδηγεί σε διορθωτικές ενέργειες προκειμένου να δημιουργείται ένας διαρκώς ασφαλέστερος χώρος εργασίας.

Το Ερρίκος Ντυνάν προσφέρει άριστες εργασιακές συνθήκες, ανταγωνιστικές αποδοχές και παροχές υγείας καθώς και προοπτική επαγγελματικής εξέλιξης σε ένα δυναμικό περιβάλλον υγείας.

Μπορείτε να αποστέλλετε τα βιογραφικά σας, στην ιστοσελίδα μας www.dunant.gr.

Όλες οι αιτήσεις θεωρούνται εμπιστευτικές.

Όλγα Δαληγγάρου

Διευθύντρια Νοσηλευτικής
Υπηρεσίας, Ερρίκος Ντυνάν

Η Ηθική στη Νοσηλευτική: Αντιμετωπίζοντας Διλήμματα στην Καθημερινή Πρακτική

Γράφει ο Αλέξανδρος Θεοδοσιάδης, RN, MSc(c),
Νοσηλευτής ΜΕΘ



Η ηθική στη νοσηλευτική αποτελεί έναν από τους πιο κρίσιμους πυλώνες της επαγγελματικής πρακτικής, επηρεάζοντας άμεσα την ποιότητα της φροντίδας που παρέχεται στους ασθενείς. Στην καθημερινή πρακτική, οι νοσηλευτές συχνά βρίσκονται αντιμέτωποι με ηθικά διλήμματα που απαιτούν σύνθετες αποφάσεις, καθώς πρέπει να ισορροπήσουν ανάμεσα στην επιστημονική γνώση, τις προσωπικές αξίες και τις ανάγκες των ασθενών. Η ηθική στη νοσηλευτική καθοδηγεί την επαγγελματική συμπεριφορά και τη λήψη αποφάσεων, ενώ παράλληλα ενισχύει την εμπιστοσύνη ανάμεσα στους ασθενείς και το υγειονομικό προσωπικό. Οι νοσηλευτές καλούνται να τηρούν τις ηθικές αρχές της ευεργεσίας (να κάνουν το καλό), της μη κακοποίησης (να μην προκαλούν βλάβη), της αυτονομίας (σεβασμός της αυτοδιάθεσης του ασθενούς) και της δικαιοσύνης (δίκαιη κατανομή των πόρων).

Κοινά Ηθικά Διλήμματα

Τα ηθικά διλήμματα που προκύπτουν συχνά στη νοσηλευτική πρακτική περιλαμβάνουν την εξισορρόπηση της αυτονομίας των ασθενών με την ανάγκη για εξειδικευμένη ιατρική φροντίδα, την προστασία των προσωπικών δεδομένων των ασθενών και την πιθανή παραβίαση της εχεμύθειας για το ευρύτερο καλό, καθώς, και τη δίκαιη κατανομή των περιορισμένων πόρων. Για παράδειγμα, η απόφαση ενός ασθενούς να αρνηθεί αναγκαία θεραπεία, λόγω προσωπικών πεποιθήσεων, δημιουργεί ένα σύνθετο δίλημμα σχετικά με το αν θα πρέπει να σεβαστούν την επιθυμία του ασθενούς ή να επιδιώξουν το βέλτιστο θεραπευτικό αποτέλεσμα. Η προστασία των προσωπικών δεδομένων αποτελεί θεμελιώδη ηθική αρχή, αλλά υπάρχουν περιπτώσεις, όπως απειλές για τη δημόσια υγεία, όπου η παραβίαση

της εχεμύθειας μπορεί να θεωρηθεί απαραίτητη για το γενικότερο καλό. Επιπλέον, η κατανομή των περιορισμένων πόρων, όπως κρεβάτια εντατικής θεραπείας και απεικονιστικά μηχανήματα (MRI, CT κλπ.), αποτελεί ένα κρίσιμο ηθικό ζήτημα, με το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό να καλείται να διαχειριστεί τους πόρους με δίκαιο και ισορροπημένο τρόπο, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες όλων των ασθενών.

Προσεγγίζοντας τα Ηθικά Διλήμματα

Η αποτελεσματική αντιμετώπιση των ηθικών διλημάτων απαιτεί δομημένη σκέψη και βαθιά κατανόηση των ηθικών αρχών. Οι νοσηλευτές μπορούν να αξιοποιήσουν διάφορα εργαλεία και μεθόδους για να υποστηρίξουν τις αποφάσεις τους. Οι ηθικές επιτροπές σε νοσηλευτικά ιδρύματα παρέχουν συμβουλές και καθοδήγηση για την αντιμετώπιση σύνθετων ηθικών ζητη-

μάτων. Η συνεχής εκπαίδευση στη βιοηθική και η συμμετοχή σε σεμινάρια και εργαστήρια ενισχύουν την κατανόηση των νοσηλευτών σχετικά με τις εξελίξεις και τις βέλτιστες πρακτικές. Η διαλεκτική και η συμβουλευτική με συναδέλφους και έμπειρους επαγγελματίες μπορούν να προσφέρουν νέες προοπτικές και λύσεις σε ηθικά διλήμματα, ενισχύοντας την ικανότητα των νοσηλευτών να λαμβάνουν τεκμηριωμένες και ηθικά συνεπείς αποφάσεις.

Η ηθική στη νοσηλευτική αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της καθημερινής πρακτικής και καθοδηγεί τους νοσηλευτές στη λήψη αποφάσεων, που επηρεάζουν άμεσα την υγεία και την ευημερία των ασθενών. Η κατανόηση και η σωστή προσέγγιση των ηθικών διλημάτων ενισχύει την επαγγελματική ακεραιότητα και την ποιότητα της παρεχόμενης φροντίδας, συμβάλλοντας παράλληλα στην οικοδόμηση μιας πιο δίκαιης και ανθρώπινης υγειονομικής περίθαλψης.



Η σωματική άσκηση = Η μεγαλύτερη αρετή

Γράφει ο Κωνσταντίνος Φουντουλάκης, Τελειόφοιτος
Νοσηλευτικής Πανεπιστημίου Πελοποννήσου.



«**Νοῦς ὕγιής ἐν σώματι ὑγιῖ**» είχε ειπωθεί από τον Γιουβενάλη στην προσπάθειά του να οδηγήσει τους Ρωμαίους στον δρόμο προς την αρετή. Μια λατινική φράση που συνδέει τις λέξεις «nous» και «σώμα» και η έννοια ολόκληρης της φράσης, μας φανερώνει ότι το ένα συμπληρώνει αρμονικά το άλλο.

Πράγματι, η άσκηση έχει αποδειχθεί από τα αρχαία χρόνια ότι είναι ένα είδος αρετής για τον άνθρωπο της οποίας τα παρακλάδια χωρίζονται σε ψυχική και σε σωματική υγεία. Αρχικά, η άσκηση βοηθάει στην σωματική υγεία του ανθρώπου με το να ενισχύει αποτελεσματικά το ανοσοποιητικό του σύστημα, να βοηθά στην ομαλή κυκλοφορία του αίματος προφυλάσσοντας τον οργανισμό από καρδιαγγειακά επεισόδια, να αποτρέπει την οστική απώλεια και να αυξάνει την μυϊκή δύναμη, αλλά και την σωματική ευεξία. Κατά αυτόν τον τρόπο βοηθά τον άνθρωπο να διατηρεί την αυτοφροντίδα του ακόμη και στην τρίτη ηλικία.

Πέραν, όμως, του σωματικού παράγοντα υπάρχει και μια μεγάλη συνεισφορά στην ψυχική υγεία του ανθρώπου, η οποία τείνει να διαταράσσεται καθημερινώς από την αποπνικτικά, φορτωμένη καθημερινότητα του. Εξαιτίας του παρασυμπαθητικού συστήματος ο ανθρώπινος οργανισμός βιώνει το στρες χωρίς, όμως, αυτό να σημαίνει ότι αδυνατεί να βρει λύσεις για την διαχείριση και την καταπολέμησή του. Η άσκηση πετυχαίνει αυτόν τον σκοπό βοηθώντας τον οργανισμό να παράγει τις λεγόμενες ορμόνες «ευτυχίας», τις ενδορφίνες.

Οι ενδορφίνες είναι υπεύθυνες για τα εξής αποτελέσματα: αρχικά καταπολεμούν το άγχος και κατά συνέπεια αποτρέπουν την παρουσία κατάθλιψης, ενισχύοντας την ενεργητικότητα του ανθρώπου. Παράλληλα, οξύνουν την παραγωγικότητά του και αυξάνουν με αυτόν τον τρόπο την αυτοεκτίμησή του, δημιουργώντας ένα συνεχές αίσθημα αισιοδοξίας. Επιπλέον, οι ενδορφίνες βοηθούν στη βελτίωση του ύπνου παράγοντας την απαραίτητη μελατονίνη που χρειάζεται το σώμα για πιο παραγωγικό ύπνο και κατ' επέκταση την καταπολέμηση του άγχους.

Από τα παραπάνω προκύπτει η σημαντικότητα

της σωματικής άσκησης για το ανθρώπινο σώμα ακόμα και όταν το άτομο νοσηλεύεται στο νοσοκομείο. Κατά την νοσηλεία επικρατεί η άποψη ότι ο οργανισμός χρειάζεται πλήρη ακινησία προκειμένου να εξασφαλίσει την απαραίτητη ενέργεια για να αναρρώσει, ωστόσο αυτό να προκαλέσει σημαντικές συνέπειες στο σώμα. Με την ακινησία μπορεί να προκληθεί ατροφία μυών, η οποία πιθανόν να οδηγήσει σε μείωση της σωματικής ευεξίας, άμβλυνση της δύναμης και στο τέλος περιορισμένη αυτοφροντίδα. Επίσης, οι αλλαγές στην εξωτερική εμφάνιση εξαιτίας της μειωμένης μυϊκής μάζας οδηγούν σε πτώση της αυτοπεποίθησης του ασθενή με αποτέλεσμα να μην έχει αισιοδοξία για την πρόοδο της θεραπείας του και να του αυξάνεται σταδιακά το άγχος του.

Επομένως, μια πιθανή λύση είναι αυτή που έδωσε και ο Γιουβενάλης στους Ρωμαίους, για να τους δείξει τον δρόμο προς την αρετή. Να επιλέξουν, δηλαδή, το δρόμο της άθλησης ώστε να τους οδηγήσει στην σωματική αλλά και ψυχολογική αρετή. Έτσι και οι ασθενείς θα πρέπει να ενθαρρύνονται κατά την νοσηλεία τους να πραγματοποιούν 20-30 λεπτά σωματική άσκηση, όπως περπάτημα μέτριας έντασης ή εξατομικευμένες ασκήσεις με την παρέμβαση εξειδικευμένων φυσικοθεραπευτών.

Πολλαπλές έρευνες έχουν δείξει ότι έστω ένα περπάτημα σε χαλαρούς ρυθμούς καθημερινά για 20-30 λεπτά μπορεί να οδηγήσει τον ασθενή σε πιο γρήγορη ανάρρωση και μειωμένες πιθανότητες επανεισαγωγής. Αρκετές μελέτες αναφέρουν ότι οι ασθενείς χωρίς σωματική άσκηση, κατά την νοσηλεία τους, είναι πιθανότερο να επιβαρύνουν το χρόνο ανάρρωσης τους αλλά και να εμφανίσουν νέα προβλήματα υγείας μετά το πέρας της νοσηλείας τους, με αποτέλεσμα να χρειαστεί επανεισαγωγή στο νοσοκομείο.

Αυτό θυμίζει ένα γνωμικό του Ηράκλειτου «Ακόμη και ο κυκεώνας διαλύεται όταν δεν κινείται», που σημαίνει ότι ακόμα και ο λαβύρινθος αν δεν κινηθεί στο τέλος θα πέσει. Το ίδιο ισχύει και για τους ασθενείς: αν δεν κινούνται θα καταλήξουν σαν τον κυκεώνα, δηλαδή να διαλύονται σε κάθε τομέα της ζωής τους, είτε σωματικό είτε ψυχικό.

Webinar «Νοσηλευτικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός»

Γράφει η **Ραφαλία Μπακοστέργιου** Φοιτήτρια Νοσηλευτικής, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Μέλος Διοικούσας Επιτροπής Τομέα Φοιτητών ΕΣΝΕ

Με μεγάλη επιτυχία διεξήχθη το Webinar “Νοσηλευτικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός” το διήμερο 31 Μαΐου-1 Ιουνίου, που οργάνωσε ο Τομέας Φοιτητών του ΕΣΝΕ. Είναι σημαντικό να αναφερθεί πως το webinar διοργανώθηκε και υλοποιήθηκε από φοιτητές για φοιτητές με τη στήριξη του Εθνικού Συνδέσμου Νοσηλευτών Ελλάδος.

Το διαδικτυακό σεμινάριο σχεδιάστηκε με την εμπειρία από την περσινή ημέρα καριέρας και σε συνδυασμό με τους προβληματισμούς των ίδιων των φοιτητών, αναφορικά με τους κλάδους και τις ειδικότητες που μπορεί να ακολουθήσει ένας νέος νοσηλευτής μετά την αποφοίτησή του. Σκοπός ήταν η ανάδειξη νοσηλευτικών επαγγελματικών κατευθύνσεων (εσωτερικού όσο και εξωτερικού), οι οποίες είναι λιγότερο ή και καθόλου διαδεδομένες στη φοιτητική κοινότητα. Γι’ αυτό το λόγο το πρόγραμμα περιελάμβανε ομιλίες εξειδικευμένων επαγγελματιών υγείας,



με σκοπό την ενημέρωση, αλλά και την απάντηση σε ερωτήσεις συναδέλφων. Μεταξύ των κατευθύνσεων που παρουσιάστηκαν ήταν αυτή του Νοσηλευτή Κλινικών Δοκιμών, της Εξωσωματικής Κυκλοφορίας, του Σχολικού Νοσηλευτή, του Νοσηλευτή Πληροφορική της Υγείας, του Νοσηλευτή Υγιεινής και Ασφάλειας της Εργασίας, της Travel Nurse, και της Nurse Attorney.

51ο Πανελλήνιο Συνέδριο ΕΣΝΕ

Γράφει η **Ιορδάνα Χατζηγεωργούδη**, Προπτυχιακή φοιτήτρια Νοσηλευτικής, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Πρόεδρος Διοικούσας Επιτροπής Τομέα Φοιτητών ΕΣΝΕ



Στις 15-18 Μαΐου 2024 πραγματοποιήθηκε το 51ο Πανελλήνιο Συνέδριο του Εθνικού Συνδέσμου Νοσηλευτών Ελλάδος στο Πολιτιστικό κέντρο της πανέμορφης Νάξου. Η συνεχιζόμενη εκπαίδευση για τους επαγγελματίες υγείας, αποτελεί επιτακτική ανάγκη, καθώς οι ραγδαίες εξελίξεις στον κλάδο της υγείας απαιτούν νέα τεκμηριωμένη επιστημονική γνώση.

Αυτός ακριβώς ήταν ο σκοπός του 51ου Πανελλήνιου Συνεδρίου του ΕΣΝΕ: να προσφέρει ένα νέο βήμα στην εκπαίδευση των νοσηλευτών μέσω της πλούσιας θεματολογίας του επιστημονικού προγράμματος. Το φετινό πρόγραμμα περιείχε μια ευρεία θεματολογία που κάλυπτε όλους τους νοσηλευτικούς τομείς, με παρουσιάσεις, που εστίαζαν στην ανάλυση νέων δεδομένων, συνδυάζοντας τα ήδη υπάρχοντα και καταλήγοντας σε συμπεράσματα, τα οποία δημιουργούσαν συνεχώς ένα γόνιμο διάλογο μεταξύ ομιλητών και ακροατών.

Αξίζει να σημειωθεί ότι στο φετινό συνέδριο συμμετείχε ένας πολύ μεγάλος αριθμός φοιτητών,

από όλα τα τμήματα Νοσηλευτικής. Ο Τομέας Φοιτητών του ΕΣΝΕ με το δικό του stand, ήταν ανοικτός και προσφιλής σε κάθε φοιτητή που ήθελε να μάθει περισσότερες πληροφορίες για το ποιο είμαστε, πώς να γίνει μέλος, ποιες είναι οι δράσεις μας, τι πρεσβεύουμε κ.α. Αποτέλεσε μεγάλη χαρά και συγκίνηση το γεγονός ότι σε κάθε αίθουσα σε όλη τη διάρκεια του συνεδρίου παρακολουθούσαν φοιτητές και παρουσίαζαν εργασίες, πολλές από τις οποίες βραβεύτηκαν.

Το 51ο Πανελλήνιο Συνέδριο του ΕΣΝΕ, αρωγός για τους νέους, αποτέλεσε μία αυταπόδεικτη αλήθεια ότι οι φοιτητές νοσηλευτικής της χώρας μας, οι εν δυνάμει νοσηλευτές που θα στελεκώνουν τον χώρο υγείας του «αύριο», έχουν το μέλλον στα χέρια τους και παλεύουν γι’ αυτό «σήμερα». Μπορεί, λοιπόν, η προετοιμασία του τετραήμερου 51ου Πανελλήνιου Συνεδρίου να ήταν πολύωρη, ωστόσο το αποτέλεσμα δικαίωσε τα μέλη της επιστημονικής και οργανωτικής επιτροπής και έκανε όλους τους συνέδρους μετά την λήξη του να αδημονούν για το επόμενο.

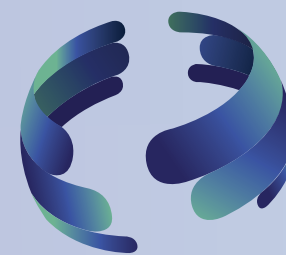
1η Παμπελοποννησιακή Συνάντηση Νοσηλευτών

Γράφει ο Νικόλαος – Νεκτάριος Μεντές, Προπτυχιακός
Φοιτητής Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, Γραμματέας
Διοικούσας Επιτροπής Τομέα Φοιτητών ΕΣΝΕ.



Με μεγάλη επιτυχία στέφθηκε η 1η Παμπελοποννησιακή Συνάντηση Νοσηλευτών, η οποία έλαβε χώρα στις 17 και 18 Ιουνίου στην Αρκαδική Πρωτεύουσα, στην όμορφη πόλη της Τρίπολης. Πλήθος κλινικών νοσηλευτών από την 6η Υγειονομική Περιφέρεια αλλά και σύσσωμη η ακαδημαϊκή κοινότητα των Τμημάτων Νοσηλευτικής των Πανεπιστημίων Πελοποννήσου,

Πατρών και Ιωαννίνων πλαισίωσαν το επιστημονικό πρόγραμμα της διημερίδας. Ο Τομέας Φοιτητών για άλλη μία φορά έδωσε δυναμικό παρών. Τόσο η Διοικούσα επιτροπή όσο και μέλη του Τομέα πλαισίωσαν το συνέδριο με επιστημονικότητα αλλά και τεράστιο ζήλο, συμμετέχοντας μέσω εργασιών, διαλέξεων, προεδρείων αλλά και κλινικών φροντιστηρίων.



talent loom
YOUR FUTURE IN HEALTHCARE



ΠΡΟΣΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ΝΟΣΗΛΕΥΤΕΣ

Ελάτε να δημιουργήσουμε μαζί
το νέο σας επαγγελματικό βήμα στην Κύπρο

- ✓ Άμεση δυνατότητα μετακίνησης
- ✓ Υψηλές αποδοχές
- ✓ Παροχή στέγασης
- ✓ Συνεχής εξέλιξη στο νοσοκομείο



**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ
ΜΑΖΙ ΜΑΣ**

Send you CV

✉ info@talent-loom.com

Visit our website

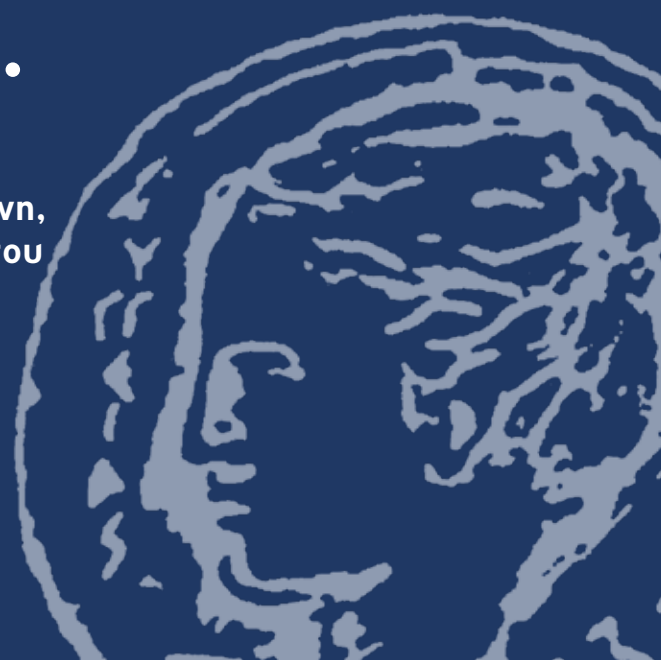
🌐 www.talent-loom.com

☎ +30 695 676 7027



Ο Τομέας Φοιτητών του ΕΣΝΕ στο 30ο Ε.Σ.Φ.Ι.Ε.

Γράφει η Γρηγοροπούλου Μαρία – Ελένη,
Φοιτήτρια Πανεπιστημίου Πελοποννήσου



30^ο Επιστημονικό
Συνέδριο Φοιτητών
Ιατρικής Ελλάδας

18^ο Διεθνές Forum
Φοιτητών Ιατρικής
και Νέων Ιατρών

24-26 Μαΐου 2024
Ηράκλειο Κρήτης

Ο Τομέας Φοιτητών του ΕΣΝΕ, αποδεχόμενος την πρόσκληση της ΕΦΙΕ, έδωσε το παρόν στο 30ο Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδος, και διοργάνωσε ένα κλινικό φροντιστήριο με τίτλο:

Η σημασία της επικοινωνίας στη φροντίδα υγείας. Η συμμετοχή των φοιτητών ιατρικής ήταν αξιοσημείωτη και ευνόησε, μέσω της συζήτησης, την ανταλλαγή ιδεών και απόψεων στα πλαίσια της διεπιστημονικής συνεργασίας.

1n Mentoring in Nursing: ENSA and European

Γράφει η Δάφνη Ασλανίδου, RN, BSN ΓΝΘ Γ. Γεννηματάς



Με αφορμή την παγκόσμια εβδομάδα του νοσηλευτή, ο ENSA σε συνεργασία με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, πραγματοποίησε στις 6 Μαΐου 2024 τη διαδικτυακή ημερίδα με θέμα: "Mentoring in Nursing". Στόχος αυτού του προγράμματος, ήταν να τιμηθούν οι μέντορες, οι οποίοι συμβάλλουν στην εκπαίδευση των φοιτητών, ενώ παράλληλα να «ακουστούν» οι απόψεις των φοιτητών πάνω σε διάφορα θέματα. Άτομα από την Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Ενώσεων Νοσηλευτών (EFN), τον ΠΟΥ, το Ευρωπαϊκό Φόρουμ Ενώσεων Νοσηλευτικής και Μαιευτικής (EFNMA) και τον ENSA αντάλλαξαν γνώσεις και απόψεις

σχετικά με τους μέντορες της νοσηλευτικής και μοιράστηκαν εμπειρίες αναφορικά με τη βελτίωση της ποιότητας της υγειονομικής περίθαλψης. Ο τομέας φοιτητών του ΕΣΝΕ συμμετείχε στο πρόγραμμα πραγματοποιώντας μια ομιλία για τις προσδοκίες των νεαρών νοσηλευτών - φοιτητών, τόσο από τους πανεπιστημιακούς μέντορες όσο και από τους κλινικούς μέντορες. Αυτή η ομιλία βοήθησε να ακουστεί και να μεταφερθεί η φωνή των Ελλήνων φοιτητών στην Ευρώπη, συναντώντας αντίστοιχες προσδοκίες, ανησυχίες, προβληματισμούς, άλλων φοιτητών από άλλες χώρες.



Εθελοντική δράση με την Co2gether

Γράφει η Δάφνη Ασλανίδου,
RN, BSN ΓΝΘ Γ. Γεννηματάς



Η νοσηλευτική, δεν περιορίζεται στον κλινικό χώρο, αλλά αρχίζει και ολοκληρώνεται στην κοινότητα προάγοντας την υγεία και την ευεξία αυτής. Ο Τομέας Φοιτητών του ΕΣΝΕ, θέλοντας να υποστηρίξει τον εθελοντισμό και τις δράσεις που βοηθούν και στηρίζουν την κοινότητα, ξεκίνησε φέτος τη συνεργασία του με την Αστική Μη Κυβερνητική Εταιρεία Co2gether.

Αποβλέποντας σε μια ισότιμη κοινωνία και με στόχο, την κοινωνική ευεξία στην τρίτη ηλικία, διοργανώθηκε το «Μηνιαίο Καλάθι Μεσογειακής Διατροφής Ηλικιωμένων». Το καλάθι αυτό περιλάμβανε έτοιμα οικονομικά γεύματα με πρωτεΐνες, που θα καλύπτουν ακόμα και όσους δυσκολεύονται λόγω παθήσεων ή ασθενειών να μαγειρέψουν.

Η συγκέντρωση των τροφίμων πραγματοποιήθηκε τον Σεπτέμβριο του 2024. Όποιος εθελοντής επιθυμεί μπορεί να συμμετέχει και στην παράδοση των τροφίμων στους ηλικιωμένους, μαζί με την Co2gether, σε περιοχές της Αχαΐας.



ΟΜΙΛΟΣ
ΙΑΤΡΙΚΟΥ
ΑΘΗΝΩΝ

Ο ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟΣ ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ

Αναζητά **Νοσηλευτές**

Γίνε & εσύ μέλος της ομάδας μας

Μπορείς να μας στείλεις το βιογραφικό σου εδώ:

cv@iatriko.gr

3ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Νοσηλευτικής

Γράφει ο Πλιάτσος Ευθύμιος, Φοιτητής Νοσηλευτικής, Διεθνές Πανεπιστήμιο της Ελλάδος, Μέλος Διοικούσας Επιτροπής Τομέα Φοιτητών ΕΣΝΕ.



Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε για τρίτη συνεχόμενη χρονιά το Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Νοσηλευτικής. Το συνέδριο έλαβε χώρα στις 10 με 12 Οκτωβρίου 2024, στον χώρο του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου στην πόλη της Πάτρας, υπό την αιγίδα όλων των Τμημάτων Νοσηλευτικής της χώρας και της Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδας.

Η θεματολογία του συνεδρίου διαμορφώθηκε τόσο με γνώμονα τη μακρά πορεία του ΕΣΝΕ, όσο και την επιτυχία των δύο προηγούμενων συνεδρίων. Το επιστημονικό πρόγραμμα περιλάμβανε στρογγυλές τράπεζες, προφορικές και αναρτημένες ανακοινώσεις, καθώς επίσης καινοτόμα κλινικά φροντιστήρια προσαρμοσμένα στις ανάγκες της σύγχρονης νοσηλευτικής. Επιπλέον, το πρόγραμμα εμπλουτίστηκε με ομιλίες και διαλέξεις από καταξιωμένες επαγγελματίες και επιστήμονες του χώρου.

Όλα αυτά δημιούργησαν ένα γόνιμο περιβάλλον αλληλεπίδρασης, συζήτησης, προβληματισμού, ανταλλαγής απόψεων και ιδεών και δικτύωσης μεταξύ των φοιτητών νοσηλευτικής. Με αυτόν τον τρόπο, δόθηκε η ευκαιρία στους νοσηλευτές του «αύριο» να έρθουν σε πιο στενή επαφή με την επιστήμη τους, στοχεύοντας στην δημιουργία επαγγελματιών υγείας, οι οποίοι θα είναι σε θέση να παρέχουν καλύτερη φροντίδα στους ασθενείς τους, βάσει των πιο πρόσφατων επιστημονικών εξελίξεων.

Επομένως, το συνέδριο ανέδειξε όχι μόνο τη δέσμευση των φοιτητών για την πρόοδο της επιστήμης τους, αλλά υπογράμμισε το ζωτικό ρόλο που θα διαδραματίσουν οι φοιτητές στην εξέλιξή της. Έτσι, το Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Νοσηλευτικής έχει γίνει πλέον θεσμός, κάνοντας τους φοιτητές να περιμένουν με ανυπομονησία τη διοργάνωσή του επόμενου συνεδρίου.

52ο Πανελλήνιο Συνέδριο Εθνικού Συνδέσμου Νοσηλευτών Ελλάδος

7-10 Μαΐου 2025

ΜΥΤΙΛΗΝΗ Δημοτικό Θέατρο
Μυτιλήνης

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ ΦΟΡΕΑΣ:



**Εθνικός Σύνδεσμος
Νοσηλευτών Ελλάδος**

Σε συνεργασία:



Δήμος Μυτιλήνης



ΒΟΣΤΑΝΕΙΟ
Γενικό Νοσοκομείο Μυτιλήνης



www.esnecongress2025.gr

Μοριοδότηση από
το Διεθνές Συμβούλιο
Νοσηλευτών (ICN)
με μονάδες συνεχιζόμενης
νοσηλευτικής εκπαίδευσης
(International Continuing
Nursing Education
Credits-ICNECs)

Το μοναδικό
συνέδριο που
παρέχει μόρια που
αναγνωρίζονται
στο εξωτερικό



ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ ΦΟΡΕΑΣ
ΕΘΝΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ

Λεωφ. Μεσογείων 2, Πύργος Αθηνών, Γ' Κτίριο
2ος όρ. Αμπελόκηποι, Αθήνα, 11527
E-mail: esne@esne.gr, Site: www.esne.gr
Τηλ.: 210 7485307, 210 7702861, Φαξ: 210 7790360



ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

ZITA CONGRESS & EVENT MANAGEMENT

Θανάσης Λιάγκης, Τηλ.: 22994 40964
E-mail: tl@zita-congress.gr
www.zita-congress.gr



Επιμέλεια Ενημερωτικού Δελτίου 2025
Πελτέκη Ασημίνα, Πλιάτσος Ευθύμιος

ΔΙΟΙΚΟΥΣΑ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΤΟΜΕΑ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΕΣΝΕ 2022-2024

Πρόεδρος: Γρηγοροπούλου Μαρία – Ελένη (Εκπρόσωπος ΠΑ.ΠΕΛ.)
Αντιπρόεδρος: Πελτέκη Ασημίνα (Εκπρόσωπος ΠΑ.Δ.Α.)
Γραμματέας: Παπανικολάου Ευστράτιος (Εκπρόσωπος ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ.)
Ταμίας: Θεοδοσιάδης Αλέξανδρος (Εκπρόσωπος ΠΑ.Δ.Α.)
Μέλη: Ασλανίδου Δάφνη (Εκπρόσωπος Πανεπιστημίου Πατρών)
Ζερδαλής Χρίστος (Εκπρόσωπος ΔΙ.ΠΑ.Ε.)
Κουρουτζής Ιωάννης (Εκπρόσωπος Πανεπιστημίου Θεσσαλίας)
Χατζηγεωργούδη Ιορδάνη (Εκπρόσωπος Ε.Κ.Π.Α.)
Κυριακού Μαρία – Ελένη (Εκπρόσωπος Πανεπιστημίου Ιωαννίνων)

ΔΙΟΙΚΟΥΣΑ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΤΟΜΕΑ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΕΣΝΕ 2024-2025

Πρόεδρος: Χατζηγεωργούδη Ιορδάνη (Εκπρόσωπος Ε.Κ.Π.Α.)
Αντιπρόεδρος: Άννα Καραμολέγκου (Εκπρόσωπος ΠΑ.Δ.Α.)
Γραμματέας: Μεντές Νικόλαος - Νεκτάριος (Εκπρόσωπος ΠΑ.ΠΕΛ.)
Ταμίας: Ανδρέου Κωνσταντίνος Ιωακείμ (Εκπρόσωπος Πανεπιστημίου Πατρών)
Μέλη: Μαστρογιώργη Άννα (Εκπρόσωπος ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ.)
Μπακοστεργίου Ραφαηλία (Εκπρόσωπος Πανεπιστημίου Θεσσαλίας)
Πλιάτσος Ευθύμιος (Εκπρόσωπος ΔΙ.ΠΑ.Ε.)
Τζώρτζη Άννα – Φιλοθέη (Εκπρόσωπος Πανεπιστημίου Ιωαννίνων)
Γερασίμου Μαρία-Μιχαέλα (Εκπρόσωπος ΠΑ.ΠΕΛ.)
Αναπληρωματικά Μέλη: Καφεντζής Σπυρίδων (Εκπρόσωπος ΠΑ.Δ.Α.)
Τζεπούρι Ελιντόν (Εκπρόσωπος Πανεπιστημίου Ιωαννίνων)
Τσίμα Κωνσταντίνα (Εκπρόσωπος ΔΙ.ΠΑ.Ε.)
Χαλκιαδάκη Μαρίνα (Εκπρόσωπος ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ.)

Μεσογείων 2, Πύργος Αθηνών Γ' Κτίριο, Αθήνα 115 27, www.esne.gr,
e-mail: esne@esne.gr, τηλ: 210 7485307