

---

# Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju odraslih

---

## KATALOG INFORMACIJ VRHNIKA

Za izvajalce pilotnega testiranja integriranih procesov vključevanja in obravnave ciljne populacije v okviru projekta **Skupaj za zdravje**

## KATALOG INFORMACIJ VRHNIKA

### **Za izvajalce pilotnega testiranja integriranih procesov vključevanja in obravnave ciljne populacije v okviru projekta Skupaj za zdravje**

Avtorji:

Breda Čuš, Jerneja Farkaš Lainščak, Martina Horvat, Ivanka Huber, Jožica Maučec Zakotnik, Nataša Sedlar, Pia Vračko, Sanja Vrbovšek

Urednice:

Ivanka Huber, Nives Letnar Žbogar, Leopoldina Peternel

Jezikovni pregled:

Ivanka Huber

Izdajatelj:

Nacionalni inštitut za javno zdravje, Trubarjeva cesta 2, Ljubljana

Oblikovanje:

Primož Roškar, u.d.i.a., Vito Cof

Spletni naslov:

[www.nijz.si](http://www.nijz.si)

Kraj in leto izdaje:

Ljubljana, 2015

Brezplačen izvod.

Za vsebino posameznega poglavja so odgovorni njegovi avtorji.

Dokument je nastal v okviru projekta »Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju« s finančno podporo Norveškega finančnega mehanizma. Za vsebino tega dokumenta je odgovoren izključno Nacionalni inštitut za javno zdravje in zanj v nobenem primeru ne velja, da odraža stališča nosilca Programa Norveškega finančnega mehanizma.

---

CIP - Kataložni zapis o publikaciji

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

316.344:614(082)(0.034.2)

ZA boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju odraslih. Katalog informacij Vrhnika [Elektronski vir] : za izvajalce pilotnega testiranja integriranih procesov vključevanja in obravnave ciljne populacije v okviru projekta Skupaj za zdravje / avtorji Breda Čuš ... [et al.] ; urednice Ivanka Huber, Nives Letnar Žbogar, Leopoldina Peternel. - El. knjiga. - Ljubljana : Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2015

ISBN 978-961-6911-71-9 (pdf)

1. Čuš, Breda 2. Huber, Ivanka  
280919296



# SEZNAM KRATIC

<b>CKZ</b>	Center za krepitev zdravja
<b>CE</b>	Centralna enota
<b>CE NIJZ</b>	Centralna enota Nacionalnega inštituta za javno zdravje
<b>CSD</b>	Center za socialno delo
<b>DMS</b>	diplomirana medicinska sestra
<b>DMS v PV</b>	diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu
<b>KNB</b>	kronične nenalezljive bolezni
<b>NIJZ</b>	Nacionalni inštitut za javno zdravje
<b>NVO</b>	nevladna organizacija
<b>OE</b>	območna enota
<b>OZZ</b>	obvezno zdravstveno zavarovanje
<b>PP</b>	preventivni pregled
<b>PS</b>	patronažna služba
<b>Preventivni program</b>	Program integrirane preventive KNB in zmanjševanja neenakosti v zdravju pri odraslih
<b>RADM</b>	referenčna ambulanta družinske medicine
<b>RK</b>	Rdeči križ
<b>RS</b>	Republika Slovenija
<b>SB 2</b>	sladkorna bolezen tipa 2
<b>SZZ</b>	Skupaj za zdravje
<b>UD</b>	Urad za delo
<b>ZD</b>	zdravstveni dom
<b>ZRSZ</b>	Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje
<b>ZZZS</b>	Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije
<b>ZZVZZ</b>	Zakon o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju

# KAZALO

1	Projekt Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju – Skupaj za zdravje	8
2	Kontakti služb in partnerjev	9
3	Koordinativni timi pilota in njihova vloga	11
3.1	Centralni tim pilota	12
3.2	Širši lokalni tim pilota	13
3.3	Ožji lokalni tim pilota	15
4	Program integrirane preventive kroničnih nenalezljivih bolezni in zmanjševanja neenakosti v zdravju pri odraslih	17
4.1	Vključevanje neodzivnikov preko patronažnega varstva	27
4.2	Vključevanje zdravstveno marginaliziranih (ranljivih) oseb v Preventivni program	31
4.3	Izvajanje aktivnosti promocije zdravja v lokalni skupnosti	33
4.4	Spremljanje pilotnega testiranja	34
5	Državni presejalni programi za zgodnje odkrivanje raka (SVIT, DORA, ZORA)	36
6	Center za socialno delo Vrhnika	39
6.1	Pravice iz javnih sredstev	39
6.2	Projekti in programi	41

7	Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje (ZRSZ), območna služba Ljubljana, Urad za delo Vrhnika	43
8	Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, območna enota Ljubljana, izpostava Vrhnika	45
9	Občina Vrhnika	47
10	Predstavitev programa za ranljive skupine posameznih nevladnih organizacij	48
	10.1 Rdeči križ Slovenije – območno združenje Vrhnika	48
	10.2 Župnijska Karitas Vrhnika	50
11	Seznam kontaktov	51
	Viri in literatura	57

## KAZALO SLIK

Slika 1: Koordinativni timi pilota	11
Slika 2: Centralni tim pilota	12
Slika 3: Širši lokalni tim pilota	13
Slika 4: Ožji lokalni tim pilota	15
Slika 5: Struktura Programa za krepitev zdravja	22

## KAZALO TABEL

Tabela 1: Kontakti služb in partnerjev	9
Tabela 2: Kontakti v zdravstveni oskrbi	51
Tabela 3: Kontakti - SOCIALNO EKONOMSKA POMOČ	51
Tabela 4: Kontakti – DUŠEVNO ZDRAVJE, ODVISNOST	53
Tabela 5: Kontakti – GIBANJE	55

# 1

## PROJEKT ZA BOLJŠE ZDRAVJE IN ZMANJŠANJE NEENAKOSTI V ZDRAVJU – SKUPAJ ZA ZDRAVJE

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) v okviru programa Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014 vodi projekt Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju – Skupaj za zdravje ([www.skupajzazdravje.si](http://www.skupajzazdravje.si)). Cilj projekta je nadgradnja preventivnih programov za otroke, mladostnike in odrasle, zmanjševanje neenakosti v zdravju, vključevanje ranljivih skupin v preventivno zdravstveno varstvo ter krepitev zdravja v lokalni skupnosti.

V Delovnem sklopu 2 – Odrasli smo obstoječi program preventive kroničnih nenalezljivih bolezni (KNB) za odrasle nadgradili, razvili smo nove vsebine, orodja in pristope za učinkovitejše vključevanje ciljne populacije ter preventivne obravnave, ki bolje upoštevajo potrebe uporabnikov. Vse nadgrajene rešitve imajo za cilj večjo vključenost v Program integrirane preventive KNB in zmanjševanja neenakosti v zdravju pri odraslih (Preventivni program), večjo kakovost in učinkovitost njegovega izvajanja ter zmanjševanje neenakosti v zdravju.

Pri pilotnem testiranju sodelujejo različne inštitucije, nevladne organizacije in številni strokovnjaki iz zdravstvenega in drugih sektorjev, ki bodo preverili sprejemljivost in izvedljivost novih pristopov in novih preventivnih vsebin. V luči zmanjševanja neenakosti v zdravju bodo strokovnjaki preverili, katere rešitve za nadgradnjo obstoječih preventivnih programov za odrasle so primerne za razširjanje v slovenski prostor.

Pilotno testiranje prenovljenih in nadgrajenih rešitev Preventivnega programa, ki bo doprineslo k njihovem ovrednotenju in optimizaciji, poteka v Zdravstvenem domu (ZD) Sevnica, ZD Vrhnika in ZD Celje.



# 2

## KONTAKTI SLUŽB IN PARTNERJEV

Tabela 1: Kontakti služb in partnerjev

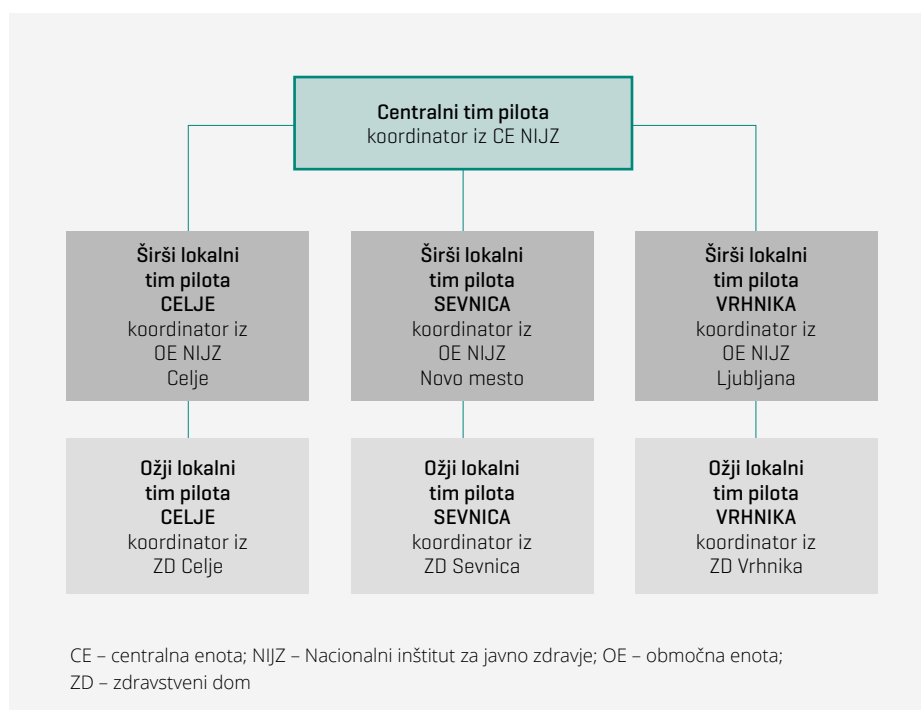
Vloga	Kontaktna oseba	E- naslov	Telefon
<b>ZD VRHNIKA</b>			
koordinator ožjega lokalnega tima pilota	Špela Rot	spela.rot@zd-vrhnika.si	01 7555 115
vodja Centra za krepitev zdravja	Jerneja Filipič	jerneja.filipic@zd-vrhnika.si	01 7555 157
<b>NIJZ - OE</b>			
koordinator širšega lokalnega tima pilota	Nives Letnar Žbogar	nives.letnar-zbogar@nijz.si	01 5863 919
član širšega pilotnega tima	Anja Petrič	anja.petric@nijz.si	01 5869 915
<b>NIJZ - CE</b>			
vodja centralnega tima pilota	Jerneja Farkaš Lainščak	jerneja.farkas-lainscak@nijz.si	01 5205 795 041 788 285
odgovorna oseba za delo Centrov za krepitev zdravja	Sanja Vrbovšek	sanja.vrbovsek@nijz.si	01 5477 375 031 734 452
odgovorna oseba za področje patronažnega varstva	Martina Horvat	martina.horvat@nijz.si	031 745 777
odgovorna oseba za področje spremljanja pilotnega testiranja	Pia Vračko	pia.vracko@nijz.si	01 5205 798 031 710 555
<b>CSD</b>			
kontaktna oseba in član širšega pilotnega tima	Lučka Kenk	lucka.kenk@gov.si	01 7506 272

Vloga	Kontaktna oseba	E- naslov	Telefon
<b>ZRSZ</b>			
kontaktna oseba in član širšega pilotnega tima	Tea Vesnaver	AleksandraTea.Vesnaver@ess.gov.si	01 2424 204
član širšega pilotnega tima	Maja Pantar	maja.pantar@ess.gov.si	01 7504 670
<b>ZZZS OE LJUBLJANA</b>			
kontaktna oseba in član širšega pilotnega tima	Tatjana Žun	tatjana.zun@zzzs.si	01 3077 623
<b>OBČINA VRHNIKA</b>			
kontaktna oseba in član širšega pilotnega tima	Matej Černetič	matej.cernetic@vrhnika.si	01 7555 427
<b>RDEČI KRIŽ</b>			
kontaktna oseba in član širšega pilotnega tima	Mojca Marolt	rk.vrhnika@siol.net	01 7502 447 031 881 745
<b>KARITAS</b>			
kontaktna oseba in član širšega pilotnega tima	Marica Štirn	pomocnica06@gmail.com	040 745 829

# 3

## KOORDINATIVNI TIMI PILOTA IN NJIHOVA VLOGA

Z namenom zagotavljanja čim bolj usklajenega poteka dela v času pilotnega testiranja smo vzpostavili tri koordinativne time pilota (Slika 1).



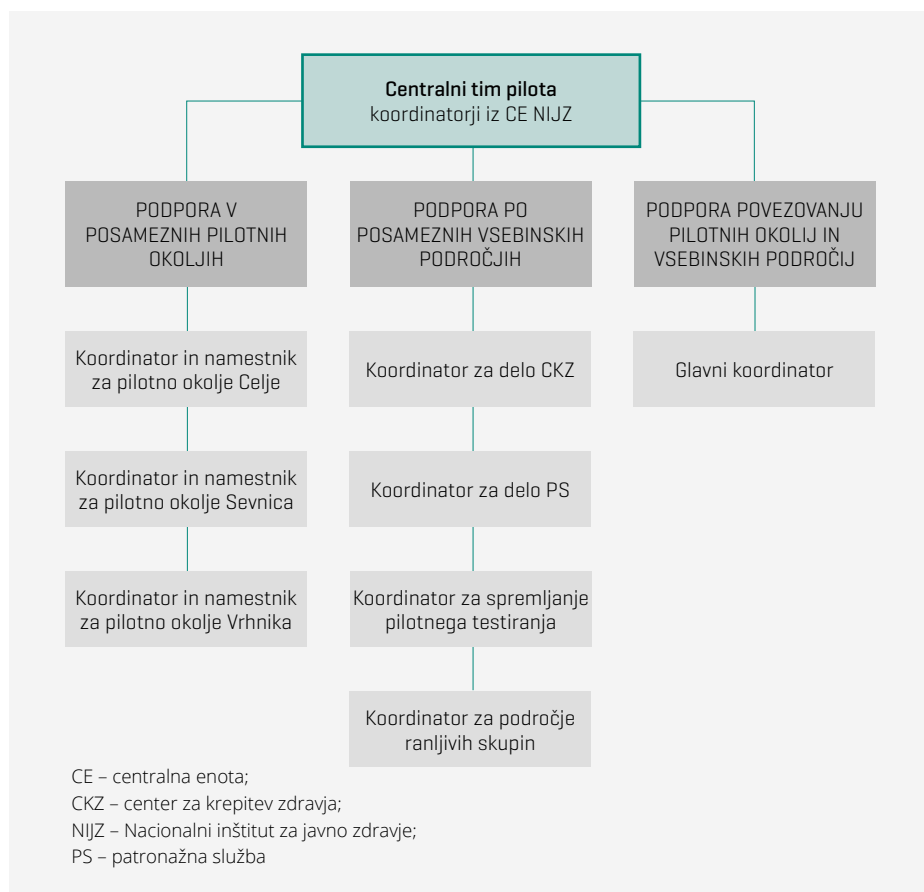
Slika 1: Koordinativni timi pilota.

Sodelovanje med vsemi koordinativnimi timi pilota je ključno za ažurno seznanjanje s potekom pilotnega testiranja, sprotno iskanje rešitev za porajajočo se problematiko, vzpostavljanje kulture povezovanja med različnimi sodelujočimi partnerji in učinkovito medresorsko sporazumevanje.

### 3.1 Centralni tim pilota

Centralni tim pilota sestavljajo sodelavci projekta »Skupaj za zdravje« iz Centralne enote Nacionalnega inštituta za javno zdravje (CE NIJZ), ki nudijo podporo izvajalcem pilotnega testiranja v vseh treh pilotnih okoljih.

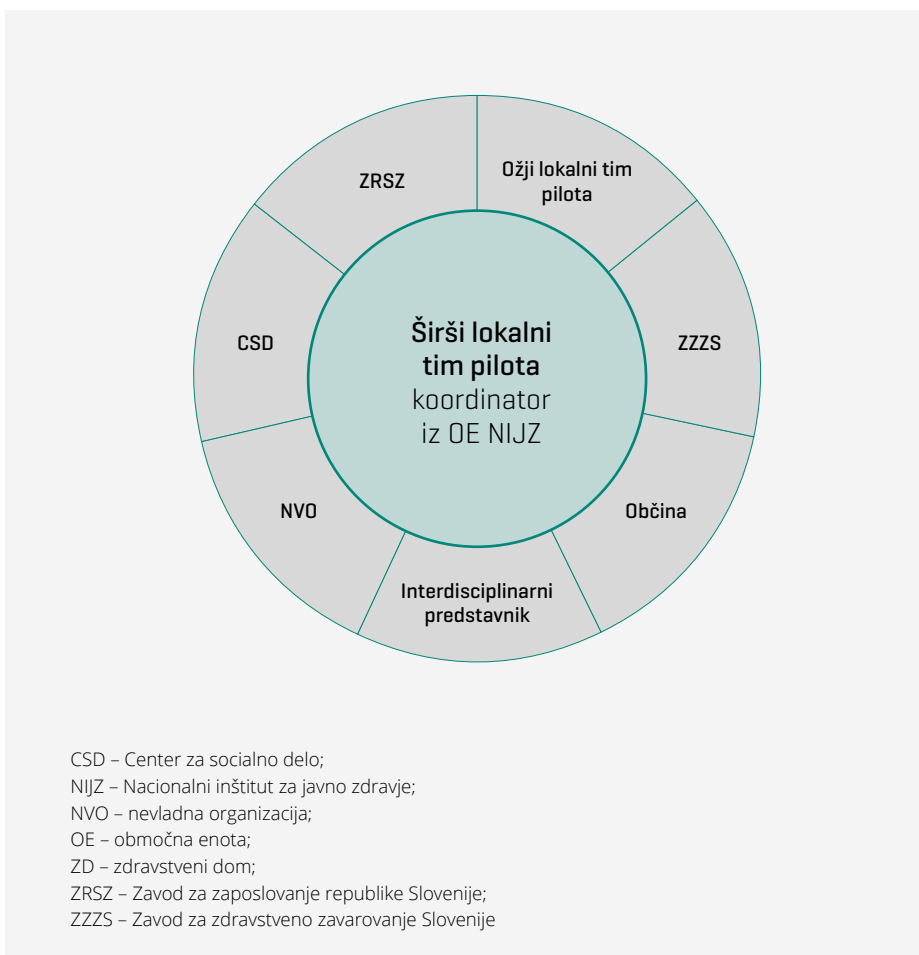
Centralni tim pilota ima glavnega koordinatorskega, ki je odgovoren za potek pilotnega testiranja in usklajevanje aktivnosti v vseh treh pilotnih okoljih. Poleg njega ima za posamezno pilotno okolje zadolženega koordinatorskega in njegovega namestnika (za Celje, Sevnico, Vrhniko). Glede na ključna vsebinska področja pilotnega testiranja so v Centralnem timu pilota imenovani še koordinatorski za delo Centrov za krepitev zdravja (CKZ), patronažne službe (PS), področje obravnave ranljivih oseb in skupnostni pristop ter spremljanje pilotnega testiranja (zbiranje podatkov) (Slika 2). Imena vseh sodelavcev Centralnega tima pilota so navedena v Tabeli 1.



Slika 2: Centralni tim pilota.

## 3.2 Širši lokalni tim pilota

Širši lokalni tim pilota sestavljajo koordinator iz Območne enote (OE) NIJZ, predstavniki ožjega lokalnega tima pilota iz zdravstvenega doma (koordinator ožjega lokalnega tima pilota ter vodje služb: družinske medicine, diplomirane medicinske sestre iz referenčnih ambulant družinske medicine, patronažne službe in Centra za krepitev zdravja, predstavniki zunanjih partnerjev (občine, Centra za socialno delo (CSD), Zavoda Republike Slovenije za zaposlovanje (ZRSZ), Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS), predstavniki nevladnih organizacij: Karitasa, Rdečega križa Slovenije, ostalih ključnih NVO s področja ranljivih skupin v okolju) in interdisciplinarni predstavnik, ki v pilotnem okolju na terenu deluje na področju prepoznavne ranljivosti posameznih skupin prebivalstva (Slika 3).



Slika 3: Širši lokalni tim pilota.

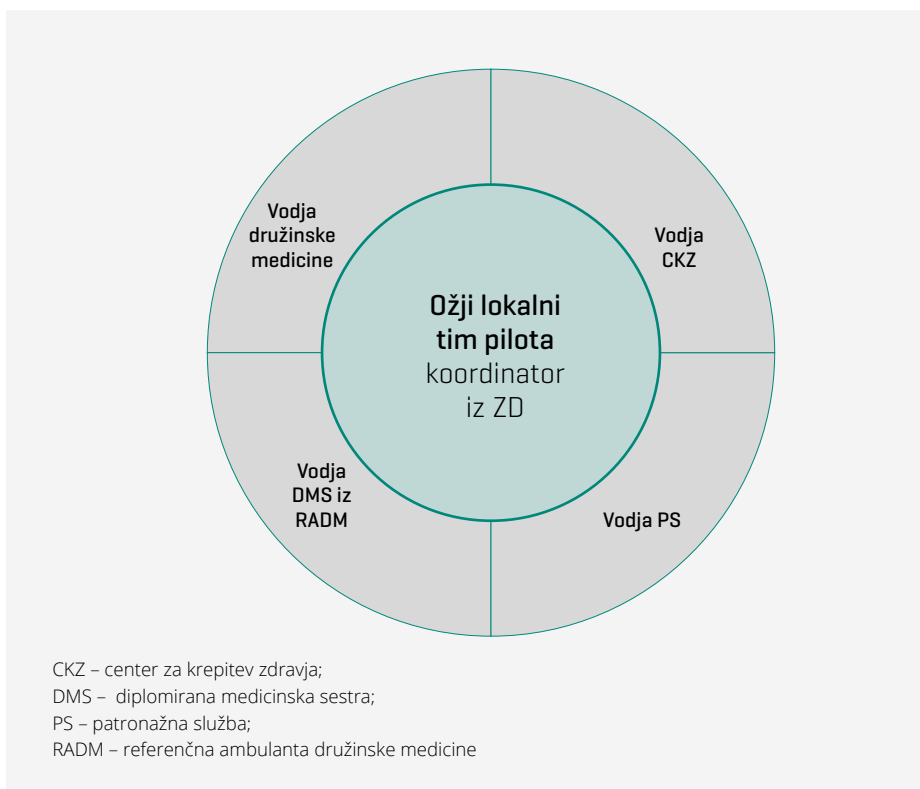
Koordinator širšega lokalnega tima pilota je iz OE NIJZ. Njegove naloge so:

- koordiniranje dela širšega lokalnega tima pilota pri izvajanju aktivnosti v pilotnem testiranju, pri oblikovanju orodij in izdelkov za uporabnike (informacijske zloženke, brošure, plakati) ter pri pripravi orodij in gradiv za partnerje (Katalog informacij);
- informiranje širšega lokalnega tima pilota v zvezi z mesečnimi srečanji (posredovanje vabil, gradiv, zapisnikov in list prisotnosti). Koordinator širšega lokalnega tima pilota informira sodelavce tega tima s potekom aktivnosti na projektu in z reševanjem odprtih vprašanj;
- sodelovanje s partnerji pri identificiranju ranljivih skupin in njihovih potreb, spremljanju ureditve statusa zavarovanosti in izbire osebnega zdravnika, razvoju dodatnih obravnav za ranljive skupine, pri izvedbi dodatnih obravnav za ranljive skupine ter pri evalvaciji aktivnosti za ranljive skupine.

Koordinator širšega lokalnega tima pilota po potrebi opravlja tudi druga koordinacijska opravila za nemoten potek pilotnega testiranja.

### 3.3 Ožji lokalni tim pilota

Ožji lokalni tim pilota sestavljajo koordinator ožjega lokalnega tima pilota ter vodje služb (družinske medicine, diplomirana medicinska sestra iz referenčne ambulante družinske medicine, patronažne službe in Centra za krepitev zdravja).



Slika 4: Ožji lokalni tim pilota.

Koordinator ožjega lokalnega tima pilota je iz zdravstvenega doma. Njegove naloge so:

- informiranje ožjega lokalnega tima pilota (vodje služb v zdravstvenem domu) o usposabljanjih (zagotovitev udeležbe ključnih izvajalcev iz zdravstvenega doma predvidenih za usposabljanje), poteku aktivnosti v pilotnem testiranju (diseminacija gradiv in informacij), srečanjih ožjega lokalnega tima pilota (diseminacija vabil in zapisnikov) in srečanjih širšega lokalnega tima pilota (diseminacija vabil in zapisnikov);

- informiranje širšega lokalnega tima pilota o poteku izvajanja pilota v okviru zdravstvenega doma;
- organizacija logističnih in tehničnih zadev v zvezi z usposabljanji (zagotovitev prostora in tehnične opreme, ureditev pogostitve v odmorih v dogovoru s timom iz NIJZ, razdelitev/zbiranje evalvacijskih vprašalnikov in dveh list prisotnosti (projektne in za točke pri zbornicah)), srečanji ožjega lokalnega tima pilota (posredovanje vabil, gradiv in zapisnikov), srečanji širšega lokalnega tima pilota in srečanji manjših skupin glede na potrebo s projektnim timom iz NIJZ (dogovor med lokalnim koordinatorjem, vodjem posamezne službe in vodjem pilotnega tima na NIJZ);
- koordinacija oddaje evalvacijskih vprašalnikov in podatkov ter stalna komunikacija s pilotnim timom na CE NIJZ glede poteka aktivnosti na projektu, reševanja odprtih vprašanj in pridobivanja potrebnih informacij za nemoten potek pilota.

Koordinator ožjega lokalnega tima pilota po potrebi opravlja tudi druga koordinacijska opravila za nemoten potek pilotnega testiranja.



# 4

## PROGRAM INTEGRIRANE PREVENTIVE KRONIČNIH NENALEZLJIVIH BOLEZNI IN ZMANJŠEVANJA NEENAKOSTI V ZDRAVJU PRI ODRASLIH

### *Kronične nenalezljive bolezni (KNB) in dejavniki tveganja za njihov nastanek*

Med najpomembnejše kronične nenalezljive bolezni se uvrščajo bolezni srca in ožilja, rak, sladkorna bolezen, kronične pljučne bolezni in depresija. Omenjene bolezni zmanjšujejo kakovost življenja obolelih, obenem pa bolezni srca in ožilja ter rak predstavljajo najpogostejši vzrok umrljivosti pri prebivalcih Slovenije.

Pri posameznikih lahko večje tveganje za razvoj KNB ugotovimo na podlagi prisotnosti tako imenovanih dejavnikov tveganja. Med najpomembnejše dejavnike tveganja lahko štejemo dejavnike, povezane z vedenjskim slogom posameznika – nezdrava prehrana, nezadostna telesna dejavnost, prekomerna telesna teža in debelost, kajenje, tvegano in škodljivo pitje alkohola, prekomerno doživljanje stresa. Dejavnike tveganja za nastanek KNB je potrebno sistematično odkrivati in preprečevati.

### *Program integrirane preventive KNB in zmanjševanja neenakosti v zdravju pri odraslih*

**Program integrirane preventive KNB in zmanjševanja neenakosti v zdravju pri odraslih** (Preventivni program) je namenjen izboljšanju zdravja odraslih prebivalcev Slovenije.

Vse odrasle osebe iz ciljne populacije (z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem) vsakih 5 let izbrani osebni zdravnik ali diplomirana medicinska

sestra iz referenčne ambulante družinske medicine povabi na **preventivni pregled** za preprečevanje KNB. Zdravstveno bolj ogroženim odraslim osebam in kroničnim bolnikom je zagotovljen tudi **Program za krepitev zdravja**, v okviru katerega potekajo skupinske delavnice in individualna svetovanja na področjih zdrave prehrane, telesne dejavnosti za krepitev zdravja, zdravega hujšanja, opuščanja kajenja, zmanjšanja prekomernega pitja alkohola, spoprijemanja z depresijo in anksioznostjo, obvladovanja stresa, življenja s sladkorno boleznijo ter izboljšanja telesne funkcijske zmožnosti.

**Storitve so za vse osebe iz ciljne populacije brezplačne!**

### Glavni cilji Preventivnega programa so:

- Zmanjšanje ogroženosti za KNB v srednjem življenjskem obdobju ter zmanjšanje obolevnosti, invalidnosti in zgodnje umrljivosti zaradi KNB (srčno-žilnih bolezni, hipertenzije, sladkorne bolezni, debelosti, kronične obstruktivne pljučne bolezni, depresije, raka in drugih KNB).
- Zmanjšanje bioloških in vedenjskih dejavnikov tveganja za KNB (telesna ne-dejavnost, nezdrava prehrana, kajenje, tvegano in škodljivo pitje alkohola) ter izboljšanje duševnega zdravja (obvladovanje stresa, depresije in anksioznosti) pri odraslih prebivalcih Slovenije.
- Ozaveščanje in nudenje podpore posameznikom ter njihovo opolnomočenje pri skrbi za lastno zdravje.
- Vzpostavitev mreže partnerjev iz lokalnega okolja, ki posameznika podpirajo pri vzdrževanju zdravega življenjskega sloga oziroma pri samooskrbi KNB.

### Kdo je upravičen do Preventivnega programa?

- Do Preventivnega programa so upravičeni vsi odrasli prebivalci Slovenije (z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem).
- V referenčnih ambulantah družinske medicine<sup>1</sup> so to **moški in ženske v starosti od 30 let dalje**.
- V ambulantah družinske medicine, ki niso referenčne, pa **moški stari od 35 do 65 let in ženske stare od 45 do 70 let**.

<sup>1</sup> Referenčna ambulanta družinske medicine je naziv za ambulanto družinske medicine z razširjenim timom zdravstvenega osebja. Poleg zdravnika družinske medicine in medicinske sestre oziroma tehnika zdravstvene nege je vanjo vključena tudi diplomirana medicinska sestra, ki prevzema aktivnosti na področju preventive (ugotavljanje ogroženosti za KNB, kratko svetovanje za zdrav življenjski slog, spremljanje bolnikov z urejeno kronično boleznijo).

- V Preventivni program se lahko vključujejo tudi vse ostale osebe izven navedenega starostnega obdobja, ki imajo izraženega katerega od dejavnikov tveganja za nastanek KNB (družinska obremenjenost s srčno-žilnimi boleznimi, družinska hiperholesterolemija oziroma druga oblika dislipidemije, osebe z izraženimi dejavniki tveganja za KNB (debelost, kajenje, tvegano/škodljivo uživanje alkoholnih pijač, zvišan krvni tlak), osebe s sladkorno boleznijo).

### **Kaj Preventivni program vključuje?**

V okviru Preventivnega programa se na ravni osnovnega zdravstvenega varstva izvaja:

- **preventivni pregled**, namenjen odkrivanju oseb, pri katerih so prisotni dejavniki tveganja za KNB, oseb, ogroženih za nastanek KNB oziroma oseb z že prisotno kronično boleznijo. Preventivni pregled poteka v (referenčni) ambulanti družinske medicine (ali pa ga na posameznikovem domu izvede diplomirana medicinska sestra iz patronažnega varstva). V okviru referenčnih ambulant družinske medicine se poleg preventivnega pregleda za osebe s prisotnimi dejavniki tveganja za KNB izvaja tudi kratko svetovanje za zdrav življenjski slog.
- **strokovna podpora in pomoč posamezniku za spreminjanje vedenja, povezanega z zdravjem**, v okviru Programa za krepitev zdravja, ki se izvaja v Centru za krepitev zdravja za tiste odrasle, pri katerih je ob preventivnem pregledu ugotovljeno tveganje za nastanek KNB ali so te bolezni pri njih že prisotne.

### **Preventivni pregled**

#### **Kakšen je namen preventivnega pregleda?**

Preventivni pregled je namenjen odkrivanju dejavnikov tveganja in posameznikove ogroženosti za razvoj KNB (še preden se pojavijo simptomi ali znaki bolezni) ali že prisotnih KNB. S pravočasnim ugotavljanjem dejavnikov tveganja ali ogroženosti za KNB je mogoče preprečiti oziroma odložiti razvoj bolezni. Bolezen, ki je odkrita na zgodnji stopnji razvoja, pogosto zahteva tudi manj radikalno zdravljenje.

#### **Kako poteka preventivni pregled?**

Ugotavljanje dejavnikov tveganja in posameznikove ogroženosti za razvoj KNB (srčno-žilnih bolezni, sladkorne bolezni tipa 2, astme, kronične obstruktivne pljučne bolezni, dednih rakavih bolezni, depresije, motenj anksioznosti, funkcijske manjzmožnosti) v okviru preventivnega pregleda poteka na podlagi la-

boratorijskih testov, meritev in usmerjenega pogovora s posameznikom o njegovem življenjskem slogu (s pomočjo izpolnjevanja vprašalnikov).

### **Kdo izvaja preventivni pregled?**

Preventivni pregled in oceno ogroženosti za razvoj KNB v referenčni ambulanti družinske medicine izvaja diplomirana medicinska sestra, ki ob ugotovljeni ogroženosti oziroma obolelosti posameznika usmeri k zdravniku družinske medicine. V ambulanti družinske medicine, ki ni referenčna, pa celoten preventivni pregled izvaja zdravnik družinske medicine. Pri zdravstveno marginaliziranih (ranljivih) osebah preventivni pregled na domu lahko izvaja tudi diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu.

### **Kakšni so možni izidi preventivnega pregleda?**

Pri osebi, ki je preventivno pregledana, se lahko v (referenčni) ambulanti družinske medicine ugotovijo naslednja stanja:

- Oseba je zdrava brez prisotnih dejavnikov tveganja.
- Oseba je zdrava, s prisotnimi dejavniki tveganja (nezdravo prehranjevanje, nezadostna telesna dejavnost, kajenje, tvegano/škodljivo pitje alkohola, stres, zvišan krvni tlak, zvišane maščobe v krvi).
- Oseba je ogrožena za razvoj KNB (za srčno-žilne bolezni, za sladkorno bolezen tipa 2, za kronično obstruktivno pljučno bolezen, za depresijo, za motnje anksioznosti, za funkcijsko manjzmožnost).
- Pri osebi so prisotne KNB (srčno-žilne bolezni, sladkorna bolezen tipa 2, debelost, depresija, motnje anksioznosti, hipertenzija, mišično-skeletna disfunkcija).

### **Kako pogosto poteka preventivni pregled?**

Ciljna populacija posameznega izbranega družinskega zdravnika je preventivno pregledana v petih letih. Preventivni pregledi se ponavljajo vsakih pet let (za osebe, ki so zdrave oziroma zdrave s prisotnimi posameznimi dejavniki tveganja) oziroma vsako leto (za osebe, ki so ogrožene ali obolele za KNB).

### **Svetovanje za zdrav življenjski slog v okviru preventivnega pregleda**

V okviru preventivnega pregleda v (referenčni) ambulanti družinske medicine diplomirana medicinska sestra oziroma zdravnik družinske medicine izvaja tudi kratko svetovanje za zdrav življenjski slog in opuščanje zdravstveno tveganih vedenj. Obenem osebe s prisotnimi dejavniki tveganja, osebe, ogrožene za razvoj KNB ter tiste z že prisotno kronično boleznijo usmeri v Program za krepitev zdravja, ki poteka v Centrih za krepitev zdravja.

## ***Program za krepitev zdravja***

### **Kaj je Program za krepitev zdravja in kaj je njegov namen?**

V Programu za krepitev zdravja se izvaja standardizirana in strukturirana ne-medikamentozna obravnava. Gre za izvajanje skupinskih zdravstvenovzgojnih in psihoedukativnih delavnic ter individualnih svetovanj. Njihov namen je spodbuditi osebe k ohranjanju in krepitvi zdravja ter aktivni skrbi za lastno zdravje. Strokovnjaki v Centru za krepitev zdravja posameznikom pomagajo pridobiti potrebna znanja, oblikovati stališča, osvojiti veščine in vedenjske vzorce za zdrav način življenja in krepitev duševnega zdravja ter jim pomagajo in jih podpirajo pri spreminjanju z zdravjem povezanih tveganih vedenj in pri opolnomočenju kroničnih bolnikov za samooskrbo.

### **Kje poteka Program za krepitev zdravja?**

Program za krepitev zdravja poteka v Centru za krepitev zdravja, ki je lociran v zdravstvenem domu. Glede na potrebe populacije v gravitacijskem območju zdravstvenega doma se Program za krepitev zdravja lahko izvaja v prostorih zdravstvenega doma ali v lokalni skupnosti (npr. v prostorih krajevne skupnosti, v gasilskem domu, na lokacijah partnerjev v lokalni skupnosti ipd., skladno z dogovorom), pri zdravstveno marginaliziranih (ranljivih) osebah pa prilagojeno preventivno obravnavo v okviru Programa za krepitev zdravja lahko izvajajo diplomirane medicinske sestre v patronažnem varstvu (DMS v PV) na domu.

### **Kdo izvaja Program za krepitev zdravja?**

Program za krepitev zdravja izvajajo dodatno strokovno usposobljene diplomirane medicinske sestre/profesorice zdravstvene vzgoje, diplomirani fizioterapevti, psihologi, zdravniki, kineziologi in ostali zdravstveni delavci in sodelavci.

### **Komu je Program za krepitev zdravja namenjen?**

Program za krepitev zdravja je namenjen odraslim:

- osebam s prisotnimi vedenjskimi, biološkimi in psihosocialnimi dejavniki tveganja za razvoj KNB (nezadostna telesna dejavnost, nezdrava prehrana, kajenje, tvegano in škodljivo pitje alkohola, stres, zvišan krvni tlak, zvišane maščobe v krvi, zvišan krvni sladkor),
- osebam, ogroženim za razvoj KNB in
- osebam s prisotnimi KNB.

## Kaj obsega Program za krepitev zdravja?

Program za krepitev zdravja obsega:

- izvajanje individualnih razgovorov ob vstopu v CKZ z vsemi osebami, ogroženimi za razvoj KNB, z osebami s prisotno KNB ter z zdravstveno marginaliziranimi (ranljivimi) osebami, skladno s strokovnimi usmeritvami NIJZ;
- 18 nemedikamentoznih obravnav (gre za izvajanje zdravstvenovzgojnih/psihoedukativnih delavnic in individualnih svetovanj), strukturiranih v 3 skupine obravnav (struktura je prikazana na Sliki 5);
- presejanje za funkcijsko manjzmožnost za vse osebe, starejše od 65 let in
- pogovorne ure v CKZ, ki so namenjene ciljni populaciji Programa za krepitev zdravja za krajše individualne posvete s strokovnjaki iz CKZ glede ohranjanja in krepitev zdravja, izvedbe kontrolnih meritev ter za nudenje podpore in pomoči pri spreminjanju vedenja, povezanega z zdravjem.

Individualni razgovor ob vstopu v Program za krepitev zdravja				
TEMELJNE OBRAVNAVE ZA KREPITEV ZDRAVJA	MODULI ZA KREPITEV ZDRAVJA	POGLOBLJENE OBRAVNAVE ZA KREPITEV ZDRAVJA		
		SVETOVALNICA ZA ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG	SVETOVALNICA ZA DUŠEVNO ZDRAVJE	SVETOVALNICA ZA TVEGANA VEDENJA
Zdravo živim Ali sem fit? Tehnike sproščanja	Zvišan krvni tlak  Zvišane maščobe v krvi  Zvišan krvni sladkor  Sladkorna bolezen tipa 2  Test telesne pripravljenosti za starejše	Zdravo jem  Gibam se  Zdravo hujšanje  S sladkorno boleznijo skozi življenje	Prepoznavanje in obvladovanje stresa  Podpora pri spoprijemanju z depresijo  Podpora pri spoprijemanju z anksioznostjo	Skupinsko svetovanje za opuščanje kajenja  Individualno svetovanje za opuščanje kajenja  Individualno svetovanje za opuščanje tvegane in škodljivega pitja alkohola

Slika 5: Struktura Programa za krepitev zdravja.

## ***Kaj udeleženci pridobijo v nemedikamentoznih obravnavah Programa za krepitev zdravja?***

### **Zdravo živim**

Udeleženci pridobijo informacije o pomenu zdravega življenjskega sloga (zdrave prehrane, telesne dejavnosti, nekajenja, opuščanja tvegane pitja alkohola, obvladovanja stresa) za krepitev zdravja ter preprečevanje in zdravljenje KNB ter s strokovno pomočjo oblikujejo uresničljiv načrt za spremembo življenjskega sloga, ki bo pripomogel k izboljšanju njihovega počutja.

### **Ali sem fit?**

Udeleženci pod strokovnim vodstvom opravijo enega izmed treh preizkusov za ugotavljanje telesne pripravljenosti (preizkus hoje na 2 km ali 6-minutni preizkus hoje ali 2-minutni preizkus stopanja na mestu) in izvedo, kakšna je njihova telesna pripravljenost. Skladno z rezultatom jim strokovnjaki svetujejo o ustrezni telesni dejavnosti za krepitev zdravja.

### **Tehnike sproščanja**

Udeleženci spoznajo osnovne značilnosti sproščanja in preizkusijo tri različne tehnike sproščanja (dihalne vaje, postopno mišično sproščanje, vizualizacijo pomirjujočega kraja), spoznajo njihove prednosti ter dobijo navodila, da jih lahko izvajajo tudi sami doma.

### **Zvišan krvni tlak**

Udeleženci pridobijo informacije o pomenu normalnih in mejnih vrednosti krvnega tlaka za zdravje, povezanosti izbire zdravega načina življenja in krvnega tlaka ter dejavnikov tveganja za nastanek povišanega krvnega tlaka. Pridobijo znanja in veščine za pravilno izvajanje samomeritev krvnega tlaka ter znanja, veščine in podporo za spreminjanje z zdravjem povezanega vedenja. Udeleženci s strokovno pomočjo oblikujejo uresničljiv načrt za spremembo življenjskega sloga, ki pripomore k vzdrževanju normalnih vrednosti krvnega tlaka in izboljšanju njihovega počutja.

### **Zvišane maščobe v krvi**

Udeleženci pridobijo informacije o nastanku holesterola ter pomenu normalnih in mejnih vrednosti krvnih maščob za zdravje, povezanosti izbire zdravega načina življenja in maščob v krvi ter dejavnikov tveganja za nastanek zvišanih maščob v krvi. Pridobijo znanja, veščine in podporo za spreminjanje z zdravjem povezanega vedenja. Udeleženci s strokovno pomočjo oblikujejo uresničljiv načrt za spremembo življenjskega sloga, ki pripomore k vzdrževanju normalnih vrednosti krvnih maščob in izboljšanju njihovega počutja.

### **Zvišan krvni sladkor**

Delavnica je namenjena osebam z mejno bazalno glikemijo in moteno toleranco za glukozo. Udeleženci pridobijo najpomembnejša znanja o mejni bazalni glikemiji in moteni toleranci za glukozo.

### **Sladkorna bolezen tipa 2**

Delavnica je namenjena osebam s sladkorno boleznijo tipa 2. Udeleženci pridobijo najpomembnejša znanja o sladkorni bolezni tipa 2.

### **Test telesne pripravljenosti za starejše**

Namenjen je osebam, starim 65 let in več. Udeleženci pod strokovnim vodstvom opravijo sklop testov za ugotavljanje telesne pripravljenosti starejših in pridobijo poglobljeno oceno svoje telesne pripravljenosti. Skladno z rezultatom testiranja in zdravstvenim stanjem jim strokovnjaki svetujejo o ustrezni telesni dejavnosti za krepitev zdravja.

### **Zdravo jem**

Udeleženci pridobijo informacije o pomenu prehrane za zdravje ter znanja in veščine za izbiro zdravih živil v pestri ponudbi na trgovskih policah, sestavljanje zdravih jedilnikov na enostaven način, zdravo prehranjevanje v različnih življenjskih situacijah ter za postopno uvajanje sprememb v svoje prehranjevanje.

### **Gibam se**

Udeleženci pridobijo poglobljeno oceno svoje telesne pripravljenosti ter znanja in veščine za varno in ustrezno izvajanje različnih vrst in oblik telesne dejavnosti. Skupaj s strokovnjakom oblikujejo individualni program za povečanje in samostojno izvajanje telesne dejavnosti za krepitev zdravja ter izmerijo lasten napredek v telesni pripravljenosti in gibalnih navadah.

### **Zdravo hujšanje**

Udeleženci dobijo strokovno podporo in pomoč pri zdravem hujšanju ter znanja in veščine za spreminjanje nezdravih prehranskih in gibalnih navad ter podporo v procesu hujšanja in vzdrževanju zdravega življenjskega sloga.

### **S sladkorno boleznijo skozi življenje**

Delavnica je namenjena osebam s sladkorno boleznijo tipa 2. Udeleženci pridobijo najpomembnejša znanja o sladkorni bolezni tipa 2 ter znanja in veščine za postopno uvajanje sprememb v svoje vsakdanje življenje. S strokovno



pomočjo oblikujejo uresničljiv načrt za spremembo življenjskega sloga, ki pripomore h krepitvi njihovega zdravja in izboljšanju počutja ter k sprejemanju kronične napredujoče bolezni.

### **Prepoznavanje in obvladovanje stresa**

Udeleženci spoznajo osnovne značilnosti doživljanja stresa, vzroke zanj ter načine njegovega obvladovanja. Pridobijo znanja in veščine, s katerimi si bodo lahko pomagali sami in izboljšali svoje počutje (tehnike sproščanja, tehnike preusmerjanja misli in čustev, načrtovanje odziva na stresne situacije, razvijanje čustvenega zavedanja ipd.)

### **Podpora pri spoprijemanju z depresijo**

Delavnica je namenjena osebam z diagnozo depresije in njihovim svojcem. Udeleženci spoznajo osnovne značilnosti depresije, vzroke zanjo ter potek in načine zdravljenja ter pridobijo znanja in veščine, s katerimi si lahko pomagajo sami in izboljšajo svoje počutje. Z drugimi udeleženci v skupini si lahko izmenjajo izkušnje in se medsebojno podpirajo.

### **Podpora pri spoprijemanju z anksioznostjo**

Delavnica je namenjena osebam z diagnozo anksioznih motenj in njihovim svojcem. Udeleženci spoznajo osnovne značilnosti anksioznosti, vzroke zanjo ter potek in načine zdravljenja ter pridobijo znanja in veščine, s katerimi si lahko pomagajo sami in izboljšajo svoje počutje. Z drugimi udeleženci v skupini si lahko izmenjajo izkušnje in se medsebojno podpirajo.

### **Skupinsko svetovanje za opuščanje kajenja in Individualno svetovanje za opuščanje kajenja**

Udeleženci dobijo ključne informacije, strokovno podporo in pomoč pri opuščanju kajenja.

### **Individualno svetovanje za opuščanje tveganega in škodljivega pitja alkohola**

Udeleženci dobijo ključne informacije, strokovno podporo in pomoč pri opuščanju tveganega ali škodljivega pitja alkohola ter pri vzdrževanju manj tveganega pitja alkohola oziroma abstinence.

### ***Kako se osebe iz ciljne populacije lahko vključijo v Program za krepitev zdravja?***

Nekaterih delavnic in individualnih svetovanj se osebe lahko udeležijo le po predhodno opravljenem preventivnem pregledu in/ali napotitvi s strani zdravnika specialista s sekundarne ravni, pri drugih pa to ni potrebno.

Za udeležbo v **Temeljnih obravnavah za krepitev zdravja**, v **Modulih za krepitev zdravja**, v **Poglobljenih obravnavah za krepitev zdravja – v Sve-tovalnici za tvegana vedenja** in v delavnici **Prepoznavanje in obvladovanje stresa** ni potrebna napotitev s strani osebnega izbranega zdravnika oziroma diplomirane medicinske sestre iz referenčne ambulante družinske medicine/patronažnega varstva. Zainteresirane osebe naj se obrnejo na vodjo Centra za krepitev zdravja v zdravstvenem domu.

Za udeležbo v delavnicah **Zdravo jem, Gibam se** in **Zdravo hujšanje** je obvezen predhodni preventivni pregled pri izbranem osebnem zdravniku oziroma diplomirani medicinski sestri iz referenčne ambulante družinske medicine ali (v kolikor gre za zdravstveno marginalizirano/ranljivo osebo) pri diplomirani medicinski sestri iz patronažnega varstva.

Delavnic **S sladkorno boleznijo skozi življenje**, **Podpora pri spoprijemanju z depresijo** in **Podpora pri spoprijemanju z anksioznostjo** pa se lahko udeležijo osebe, ki

- so bile preventivno pregledane pri izbranem osebnem zdravniku oziroma diplomirani medicinski sestri iz referenčne ambulante družinske medicine ali
- so bile preventivno pregledane pri diplomirani medicinski sestri iz patronažnega varstva ali
- jih je napotil zdravnik specialist s sekundarne ravni (npr. diabetolog, psihia-ter).

Vseh nemedikamentoznih obravnav v Programu za krepitev zdravja se lahko udeleži tudi partner/svojec udeleženca, ki ga podpira v procesu spreminjanja z zdravjem povezanih vedenj oziroma v procesu opolnomočenja za samooskrbo KNB.

### Kje je mogoče dobiti gradiva za promocijo zdravja?

Brezplačna gradiva (knjižice, zloženke, plakate) o zdravem življenjskem slogu Programa CINDI in NIJZ se lahko naročijo preko spletne trgovine ali z naročilnico, ki sta dostopni na spletni strani CINDI Slovenija: [www.cindi-slovenija.net](http://www.cindi-slovenija.net) (Na levi strani pod naslovom E-trgovina). Večina gradiv v spletni trgovini je na voljo tudi v elektronski obliki. Če izpolnite naročilnico, jo lahko pošljete po elektronski pošti na naslov [lena.markovic@nijz.si](mailto:lena.markovic@nijz.si) ali po faksu (na številko 01 5477 364). Gradiva so v elektronski obliki na voljo tudi na [www.nijz.si](http://www.nijz.si).

## 4.1 Vključevanje neodzivnikov preko patronažnega varstva

### 4.1.1 Sprejemanje informacij iz referenčnih ambulant družinske medicine/ambulant družinske medicine

Če se oseba iz ciljne populacije po 3 vabljenjih ne odzove na preventivni pregled, diplomirana medicinska sestra iz referenčne ambulante družinske medicine oziroma medicinska sestra iz ambulante družinske medicine o neodzivniku obvesti diplomirano medicinsko sestro v patronažnem varstvu. Obvestilo pošlje v patronažno službo oziroma diplomirani medicinski sestri, zasebnici s koncesijo, **ki pokriva terensko območje, na katerem prebiva neodzivnik.**

Diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu **obišče neodzivnika v največ dveh tednih po prejemu obvestila.**

#### Možni razlogi za neodzivnost:

- a) odklanja vključitev,
- b) nemotiviranost,
- c) nezmožnost,
- d) neobveščенost,
- e) drugi razlogi za neodzivnost.

### Intervencije glede na ugotovljen vzrok:

- a) Če oseba odklanja vključitev v preventivno obravnavo in s tem preventivni pregled, diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu zabeleži razlog za odklonitev in poroča naročniku obiska.
- b) Če oseba ne odklanja vključitve, je pa nemotivirana, sicer pa zmožna obiska v referenčni ambulanti družinske medicine/ambulantni družinske medicine, diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu izvede motivacijski razgovor z namenom motivacije, da se le-ta odzove na vabilo in opravi preventivni pregled v referenčni ambulanti družinske medicine/ambulantni družinske medicine. Če so navzoči svojci ali pomembni drugi, jih diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu, z namenom povečanja motiviranosti osebe, vključi v razgovor.
- c) Če oseba ni zmožna obiska v referenčni ambulanti družinske medicine/ambulantni družinske medicine (npr. zaradi invalidnosti, duševne bolezni, krhkosti zaradi starosti, geografske nedostopnosti, socialne ogroženosti, ranljivosti itd.) in se strinja, da preventivni pregled izvedemo na njenem domu se diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu dogovori za datum, ko bo izvedla pregled.
- d) Če pacient trikrat ni prejel vabila na preventivni pregled (različni možni razlogi), diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu pacientu razloži potek preventivnega pregleda, njegov pomen in dobrobiti ter ga motivira za udeležbo.
- e) Če obstajajo drugi razlogi za neodzivnost, npr. celodnevna zaposlitev, nerazumevanje, sezonsko delo itd., diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu osebi razloži potek preventivnega pregleda, njegov pomen in dobrobiti ter ga motivira za udeležbo. Z osebo se dogovorita za najustrežnejši način izvedbe pregleda.

### 4.1.2 Sprejemanje informacij na rednih patronažnih obiskih

Gre za proces sprejemanja informacij na rednih patronažnih obiskih z namenom odkrivanja oseb, ki so iz različnih razlogov izpadle iz sistema vabljenja.

Diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu **pri vseh preventivnih in kurativnih obiskih preveri ali so družinski člani, ki ustrezajo starostnim kriterijem za vabljenje na preventivni pregled, že kdaj opravili**

**preventivni pregled in če niso, vpraša po razlogih zakaj ne.** Po potrebi pomaga pri urejanju termina za izvedbo preventivnega pregleda, ali preventivni pregled izvede sama.

### **Kakšni so možni izidi preventivnega pregleda?**

Pri osebi, ki je preventivno pregledana, lahko ugotovi naslednja stanja:

- a) Oseba je zdrava brez prisotnih dejavnikov tveganja.
- b) Oseba je zdrava, s prisotnimi dejavniki tveganja (nezdravo prehranjevanje, telesna nedejavnost, tvegano/škodljivo pitje alkohola, stres, visok krvni tlak, visoke maščobe v krvi).
- c) Oseba je ogrožena za kronične bolezni (za srčno-žilne bolezni, za sladkorno bolezen tipa 2, za kronično obstruktivno pljučno bolezen, za depresijo, za motnje anksioznosti, za funkcijsko manjzmožnost).
- d) Pri osebi so prisotne kronične bolezni (srčno-žilne bolezni, sladkorna bolezen tipa 2, debelost, depresija, motnje anksioznosti, hipertenzija, mišično skeletna disfunkcija).

Diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu osebe z dejavniki tveganja/ogrožene za kronične nenalezljive bolezni ali stanja/osebe s kroničnimi nenalezljivimi boleznimi ali stanji usmeri v Center za krepitev zdravja in/ali jih obravnava sama.

### **Izvajanje preventivne obravnave**

Gre za proces izvajanja preventivne obravnave, ki se lahko izvaja na domu, v Centru za krepitev zdravja in v lokalnem okolju. Diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu **izvaja preventivno obravnavo, ki jo je načrtovala glede na rezultate preventivnega pregleda.** Osebo vključi v tisto obravnavo, ki je zanjo, glede na vse ugotovljene okoliščine, najbolj optimalna. V obravnavo vključi tudi svojce in pomembne druge, še posebej, ko smatra, da lahko to pripomore k boljšemu razumevanju vsebin in s tem k večji učinkovitosti preventivne obravnave.

Če je oseba po opravljenem preventivnem pregledu pripravljena nadaljevati z obravnavo v Centru za krepitev zdravja, se diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu skupaj z vodjo Centra za krepitev zdravja dogovori za načrt obravnave, skladen z željami in zmožnostmi osebe.

### *4.1.3 Sprejemanje informacij na Odprtih vratih za zdravje in posvetovalnicah v lokalni skupnosti*

Odprta vrata za zdravje izvaja diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu in potekajo po vnaprej dogovorjenih terminih na Centru za socialno delo, Zavodu Republike Slovenije za zaposlovanje, Karitasu, Rdečem križu in drugih nevladnih organizacijah.

Posvetovalnice v lokalni skupnosti izvaja enkrat tedensko po dogovorjenem urniku.

Diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu na ta način zbira informacije o ranljivih posameznikih, ki zaradi različnih razlogov niso vključeni v sistem zdravstvenega varstva ali pa so vanj vključeni in zaradi svoje ranljivosti ne zmorejo uveljavljati vseh pravic iz tega naslova.

V primeru, ko diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu v pogovoru z obiskovalci ugotovi, da potrebujejo pomoč pri vključevanju v zdravstveno obravnavo, jim le-to pomaga zagotoviti, in sicer

- pomaga pri urejanju izbire osebnega zdravnika;
- pomaga pri vključevanju v preventivno obravnavo (vpraša ali so v preteklosti že opravili preventivni pregled, če ne, skupaj z njimi ugotavlja vzrok; v primeru nemotiviranosti opravi motivacijski razgovor; posreduje pomembne informacije).

V posvetovalnici v lokalni skupnosti pa izvaja tudi meritve in kratka svetovanja.

## 4.2 Vključevanje zdravstveno marginaliziranih (ranljivih) oseb v Preventivni program

### 4.2.1 *Ranljive osebe in njihove ovire pri vključevanju v Preventivni program*

Neenakosti v zdravju najbolj prizadenejo tiste populacijske skupine, ki imajo neenak dostop do drugih družbenih virov (npr. ekonomskih, socialnih, kulturnih, političnih). Med zdravstveno marginalizirane (ranljive) populacijske skupine najpogosteje uvrščamo brezposelne in prekarne osebe, migrante, brezdomne osebe, uporabnike nedovoljenih drog, osebe s težavami v duševnem zdravju, Rome, osebe z različnimi oblikami oviranosti, starejše z družbeno-ekonomsko prikrajšanostjo ter geografsko oddaljenostjo in druge. Izkušnje ranljivih oseb kažejo na številne **prepreke pri skrbi za lastno zdravje** kot tudi na **ovire pri dostopu do sistema zdravstvenega varstva**, vključno s preventivnimi programi.

Z namenom boljšega vključevanja ranljivih oseb v Preventivni program se je za potrebe projekta vzpostavil širši lokalni tim pilota, v katerem sodelujejo predstavniki **Centrov za socialno delo (CSD)**, **Zavoda Republike Slovenije za zaposlovanje (ZRSZ)**, **Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS)**, **raznih nevladnih organizacij (NVO)**, **lokalnega okolja (občine)**, **zdravstvenega doma (ZD)** in **Območne enote Nacionalnega inštituta za javno zdravje (OE NIJZ)**. Sodelovanje partnerjev je potrebno tako pri prepoznavanju ovir za vključevanje ranljivih oseb v Preventivni program, kakor tudi pri odpravljanju le-teh.

Najpogosteje prisotne ovire za vključevanje ranljivih oseb v Preventivni program so:

- a) oseba nima zdravstvenega zavarovanja,
- b) oseba nima izbranega osebnega zdravnika,
- c) oseba ni informirana in/ali motivirana za vključitev.

## 4.2.2 Vloga partnerjev širšega lokalnega tima pilota pri odstranjevanju najpogosteje prisotnih ovir za vključevanje ranljivih oseb v Preventivni program

Od vseh partnerjev širšega lokalnega tima pilota se pričakuje, da sistematično in proaktivno povprašujejo po morebitnih ovirah in jih v sklopu lastnih zmožnosti oziroma v sodelovanju z drugimi poskušajo učinkovito odpravljati. Vsi partnerji skušajo v okviru svojega dela ranljive osebe tudi dodatno informirati in motivirati o pomenu vključevanja.

### a) Oseba nima zdravstvenega zavarovanja

Če katerikoli od partnerjev ugotovi, da oseba nima zdravstvenega zavarovanja, je postopek enak kot doslej: **osebo se napoti na CSD oziroma skladno s potrebo na ZZS**. Ob tem se ji posreduje informacije o postopku urejanja zdravstvenega zavarovanja.

Če postopka pridobitve zdravstvenega zavarovanja ni mogoče izpeljati, je vsak od partnerjev dolžan **obvestiti koordinatorja širšega lokalnega tima pilota na OE NIJZ**, za nadaljnje identificiranje ovir in kasnejše sistemsko reševanje.

### b) Oseba nima izbranega osebnega zdravnika

Če katerikoli od partnerjev ugotovi, da oseba nima izbranega osebnega zdravnika, osebo motivira k izbiri osebnega zdravnika in **se poveže z vodjo Centra za krepitev zdravja (CKZ) v ZD**.

Naloga vodje CKZ je, da s strani ZZS ali znotraj ZD pridobi podatke o razpoložljivih zdravnikih s prostimi kapacitetami za izbiro in pomaga osebi pri izbiri. Ob izbiri osebnega zdravnika se načrtuje tudi vključitev v Preventivni program.

### c) Oseba ni informirana in/ali motivirana za vključitev

Vsi partnerji širšega lokalnega tima pilota naj v vsakodnevno delo z ranljivimi osebami vključijo informiranje in motiviranje za vključitev v Preventivni program.



Informiranje in motiviranje poteka tudi v okviru **Odprih vrat za zdravje na lokacijah partnerjev (CSD, ZRSZ, NVO) ob vnaprej določenih terminih**. Izvaja ga patronažna medicinska sestra, informacijska gradiva pa pripravi in posreduje NIJZ. Pri teh aktivnostih **sodelujeta patronažna služba ZD in CKZ**.

Motiviranje poteka tudi v **motivacijskih delavnicah na lokacijah partnerjev (CSD, ZRSZ, NVO), po predhodno ugotovljenih potrebah in interesih posamezne skupine ranljivih oseb** (npr. težko zaposljive osebe, mladi prekarni delavci, osebe s težavami v duševnem zdravju). Pri ugotavljanju potreb in pripravi vsebin sodelujejo vsi partnerji širšega lokalnega tima pilota. Motivacijske delavnice **izvedejo sodelavci CKZ in OE NIJZ**.

## 4.3 Izvajanje aktivnosti promocije zdravja v lokalni skupnosti

Centri za krepitev zdravja poleg Programa za krepitev zdravja izvajajo tudi številne druge aktivnosti promocije zdravja in zdravega življenjskega sloga v lokalni skupnosti:

- izvedba dogodkov, aktivnosti in programov promocije zdravja v zdravstvenem domu in lokalni skupnosti (obeležitev dnevo zdravja, izvedba kratkih preventivnih obravnav, meritev, svetovanj v krajevnih skupnostih, delavnic promocije zdravja v lokalni skupnosti, po vzoru Živimo zdravo);
- spodbujanje ciljnih populacij za vključevanje v preventivne programe in državne presejalne programe za zgodnje odkrivanje raka (Dora, Zora, Svit);
- podpora implementaciji Programa Svit na lokalni ravni (organizacija Svitovih dogodkov, delovanje Svitove kontaktne točke v zdravstvenem domu, mreženje v lokalni skupnosti);
- izvajanje posvetovalnic za krepitev zdravja v lokalni skupnosti ob vnaprej določenih terminih (po dogovoru znotraj zdravstvenega doma), ki jih izvaja vsaka diplomirana medicinska sestra iz patronažnega varstva na svojem terenskem območju;
- sodelovanje z različnimi mediji.

## 4.4 Spremljanje pilotnega testiranja

Pilotni projekt je predhodna izvedba majhnega obsega z namenom:

- da bi ocenili izvedljivost, čas, stroške, neželene dogodke;
- da se predvidi ozka grla in izboljša zasnovo Preventivnega programa pred izvedbo v polnem obsegu;
- raziskati izvedljivost v praksi, v kontroliranem, vendar 'živem' okolju;
- raziskati prilagodljivost za različna izhodiščna okolja.

Namen spremljanja pilotnega testiranja je zbrati čimveč podatkov, s katerimi se bo lahko ovrednotila izvedljivost Preventivnega programa, kakovost povezovanja in komunikacije med izvajalci ter kakovost pretoka podatkov. Spremljali bomo število obravnavanih oseb pri vsakem izvajalcu, demografske in socioekonomske lastnosti obravnavanih oseb, število opravljenih storitev, uspešnost pri vključevanju ranljivih oseb ter zadovoljstvo izvajalcev in uporabnikov Preventivnega programa.

Podatke za spremljanje pilotnega testiranja sproti zbirajo vsi izvajalci pilotnega testiranja na za to namenjenih obrazcih. Navodila za spremljanje in obrazce za vnos podatkov so izvajalci prejeli od projektne skupine 'Skupaj za zdravje – DS2 odrasli' z Nacionalnega inštituta za javno zdravje po elektronski pošti skupajzazdravje@nijz.si.

Obrazce izvajalci izpolnjujejo na enega od treh možnih načinov:

- preko spletnega orodja Enka, spletno povezavo na vprašalnik 1KA NIJZ izvajalcem pošlje po elektronski pošti,
- pisno na papir, obrazce na papirju pripravi NIJZ,
- vnos v excell datoteko, ki jo v ta namen pripravi NIJZ.

Izvajalci ves čas sproti beležijo tudi svoja opažanja in ugotovitve glede izvedljivosti Preventivnega programa (zadovoljstvo izvajalca, ustreznost izobraževalnih vsebin in gradiv, ustreznost vsebin za obravnavo, ustrezno odmerjen čas za obravnavo, ustreznost opreme, organizacija). Te podajo ustno in pisno na 'srečanjih za informacije o poteku pilota'.

Vse obravnavane osebe ob prvi obravnavi v okviru pilota podpišejo soglasje za uporabo njihovih osebnih podatkov za namen pilota. Udeležence v Preventivnem programu spremljamo z uporabo šifre osebe, sestavljene iz začetnic vseh imen, začetnic vseh priimkov, dveh cifer meseca rojstva, zadnjih dveh cifer letnice rojstva ter spola.

Izvajalci so odgovorni za kvalitetno in verodostojno zbiranje podatkov ter za posredovanje podatkov v centralno pisarno pilotnega testiranja Skupaj za zdravje na NIJZ.

Izvajalci izpolnjene papirnate obrazce pošljejo prvega v mesecu projektni skupini 'Skupaj za zdravje – DS2 odrasli' na NIJZ, s priporočeno pošiljko na naslov:

**Nacionalni inštitut za javno zdravje**  
**Projekt 'Skupaj za zdravje – DS2 odrasli'**  
**Center za upravljanje programov preventive in krepitve zdravja**

**Trubarjeva 2**  
**1000 Ljubljana**

s pripisom 'Osebni podatki'

Izvajalci zbrane podatke v Excell datoteki pošljejo 1x tedensko v centralno pisarno pilotnega testiranja Skupaj za zdravje na NIJZ, po elektronski pošti na naslov skupajzdravje@nijz.si .

Za spremljanje in evalvacijo ‚Skupaj za zdravje – DS2 odrasli‘ so na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje zadolženi Mirjam Rožič, Tjaša Knific, Breda Čuš in Pia Vračko. Lahko nam pišete na skupajzdravje@nijz.si ali pokličete na telefon 051 681 235.

# 5

## DRŽAVNI PRESEJALNI PROGRAMI ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA (SVIT, DORA, ZORA)

### *Program Svit*

Gre za državni program presejanja in zgodnjega odkrivanja raka na debelem črevesu in danki, ki od leta 2009 deluje pod okriljem NIJZ. Program je namenjen odkrivanju predrakavih sprememb in zgodnjih oblik raka na debelem črevesu in danki pri navidezno zdravi populaciji, ki nima simptomov ali znakov bolezni.

Pravico do sodelovanja v programu imajo prebivalci Republike Slovenije, stari od 50 do 74 let, z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem, ki so vabljeni po vnaprej določenem načrtu vsaki dve leti.

### **Potek Programa Svit**

Vabljene osebe iz centralne enote presejalnega programa po pošti prejmejo vabilo s priloženo izjavo za sodelovanje. Vabilu je priložena knjižica, ki na poljuden način pojasnjuje, kaj je rak na debelem črevesu in danki, kakšen je pomen presejalnega programa za zdravje posameznika in motivira za sodelovanje.

Če sodelujoči v programu na izjavi o sodelovanju označijo kronično vnetno črevesno bolezen (Chronova bolezen, ulcerozni kolitis), v preteklosti med kolonoskopijo odstranjene adenome na debelem črevesu ali danki oziroma rak na debelem črevesu ali danki se jih v program presejanja ne vključi. Bolniki z navedenimi bolezenskimi stanji imajo večje tveganje za pojav raka in potrebujejo redne kontrole s kolonoskopijo, saj spremljanje le s testom na prikrito krvavitev v blatu ni dovolj zanesljivo za spremljanje njihovega zdravja. Če udeleženci na izjavi o sodelovanju označijo, da so opravili kolonoskopijo v zadnjih treh letih in je bil izvid brez prej navedene patologije, se jih začasno izključi iz Programa Svit. Vabilo v program ponovno prejmejo čez dve leti, saj je po mnenju slovenskih gastroenterologov varno obdobje od kolonoskopije do ponovnega presejalnega testa pet let.

Osebe, ki nimajo trajnih ali začasnih izključitvenih kriterijev, po pošti prejmejo testni komplet ter pisna in slikovna navodila za odvzem dveh vzorcev blata.

Po pošti prispeli vzorci blata se analizirajo v centralnem laboratoriju, s čimer je zagotovljena obdelava velikega števila testov hkrati, ob standardnih pogojih dela in z zagotavljanjem visoke kakovosti.

O izidih analize vzorcev blata sta preiskovanec in osebni izbrani zdravnik obveščena po pošti.

Preiskovance z negativnim izvidom presejalnega testa se v program povabi ponovno čez dve leti. Preiskovanci s pozitivnim izvidom presejalnega testa so napoteni na kolonoskopijo, ki se izvaja v 23 pooblaščenih kolonoskopskih centrih po vsej Sloveniji. Osebni izbrani zdravnik, pri katerem se bolnik oglasi po prejemu pozitivnem izvidu presejanja, oceni, ali je bolnik primeren za kolonoskopijo.

Večina bolnikov priprave na kolonoskopijo izvede sama doma. Za posameznike, za katere osebni izbrani zdravnik presodi, da imajo zdravstveno stanje, ki zahteva pripravo v bolnišnici, se organizira hospitalna kolonoskopija.

**Kontakt:**

Klicni center Svit: 01 620 45 21

Spletni naslov: [www.program-svit.si](http://www.program-svit.si)

Elektronska pošta: [info@program-svit.si](mailto:info@program-svit.si)

Brezplačno gradivo o Programu Svit se lahko naroči preko spletne trgovine ali naročilnice na [www.cindi-slovenija.net](http://www.cindi-slovenija.net), v elektronski obliki je na voljo tudi na [www.program-svit.si](http://www.program-svit.si).

## ***Program Dora***

Dora je državni program presejanja za raka dojke, ki ga organizira Onkološki inštitut v sodelovanju z Ministrstvom za zdravje in Zavodom za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

Program Dora je namenjen vsem ženskam med 50. in 69. letom, pri katerih je največja verjetnost, da zbolijo za rakom dojke. Ženskam v tej starostni skupini omogoča mamografski pregled oziroma slikanje dojke z rentgenskimi žarki na vsaki dve leti. Presejalna mamografija omogoča odkrivanje bolezenskih sprememb, ki še niso tako velike, da bi jih lahko zatipali.

Mamografijo lahko vabljeni opravijo v strokovnem in tehnično nadzorovanem presejalnem centru, navedenem na vabilu, ki ga bodo prejele na svoj stalni naslov. Mamografija se izvaja v stacionarnem presejalnem centru na Onkološkem inštitutu v Ljubljani in v mobilnih enotah.

**Kontakt:**

Klicni center Dora: 080 27 28

Spletni naslov: [www.dora.onko-i.si](http://www.dora.onko-i.si)

Elektronska pošta: [dora@onko-i.si](mailto:dora@onko-i.si)

Gradivo je v elektronski obliki na voljo na [www.dora.onko-i.si](http://www.dora.onko-i.si)

### **Program Zora**

Zora je državni presejalni program za odkrivanje predrakavih in zgodnjih raka-vih sprememb na materničnem vratu.

Namenjen je vsem ženskam med 20 in 64 letom. Vsaka ženska v tej starostni skupini, ki v zadnjih treh letih ni opravila pregleda z odvzemom brisa materničnega vratu, dobi na dom pisno vabilo na pregled pri ginekologu.

Ginekologi s pregledovanjem zdravih žensk pravočasno odkrijejo tiste, ki imajo predstopnjo ali začetno stopnjo raka materničnega vratu. Tedaj je možno z enostavnimi terapevtskimi posegi raka preprečiti ali povsem pozdraviti.

**Kontakt:**

Ginekološka ambulanta na Vrhniki:

ZASEBNA ORDINACIJA ILIJAŠ KOŽELJ MARIJA,  
Robova cesta 6, 1360 Vrhnika, 01 750 45 39

ZD VRHNIKA, Lucija Sorč,  
Cesta 6. Maja 11, 1360 Vrhnika, 01 755 51 40

E-mail: [narocanje.ginekologija@zd-vrhnika.si](mailto:narocanje.ginekologija@zd-vrhnika.si)

Spletna stran državnega programa ZORA: <http://zora.onko-i.si>

Gradivo je v elektronski obliki na voljo na [www.zora.onko-i.si](http://www.zora.onko-i.si)

# 6

## CENTER ZA SOCIALNO DELO VRHNIKA

### 6.1 Pravice iz javnih sredstev

#### **Pravica do denarne socialne pomoči**

Upravičenci denarne socialne pomoči (DSP) so državljanke in državljani Republike Slovenije, ki imajo stalno prebivališče v Sloveniji ter tujke in tujci, ki imajo dovoljenje za stalno bivanje in stalno prebivališče v Sloveniji.

Do denarne socialne pomoči so upravičene osebe, ki si zase in za svoje družinske člane sredstev v višini minimalnega dohodka (288,81 €) ne morejo zagotoviti iz razlogov, na katere niso mogle oziroma ne morejo vplivati.

Na podlagi ugotavljanja materialnega položaja upravičenca in njegovih družinskih članov (zakonec ali izvenzakonski partner, otroci, pastorki in pastorki in druge mladoletne osebe, ki jih upravičenec preživlja) in upoštevanja dohodka (po zakonu obdavčljivi dohodki, pokojninske rente in odkupne vrednosti, starševski dodatki, otroški dodatki, dediščine in drugi dohodki) se ugotavlja upravičenost do prejemanja denarne socialne pomoči.

Višina denarne socialne pomoči upravičencu, ki nima lastnih dohodkov, se določi v višini minimalnega dohodka.

Denarna socialna pomoč se lahko prvič dodeli za obdobje največ treh mesecev in se lahko ponovno dodeli, če so okoliščine, ki so podlaga za dodelitev denarne socialne pomoči nespremenjene. V izrednih primerih (trajna nezaposljivost, trajna nezmožnost za delo, starost nad 63 let za ženske ali starost nad 65 let za moške) in so upravičenci brez premoženja, se dodeli trajna socialna pomoč.

Oseba, ki je v zadnjih dvanajstih mesecih prejela denarno socialno pomoč več kot devetkrat, mora sprejeti vsako zaposlitev, ki mu jo ponudi Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje.

### **Pravica do plačila prispevka za obvezno zdravstveno zavarovanje (OZZ)**

Do obveznega zdravstvenega zavarovanja so upravičeni državljani Republike Slovenije in tujci, ki imajo dovoljenje za stalno prebivanje, če so upravičeni do denarne socialne pomoči ali izpolnjujejo pogoje za pridobitev denarne socialne pomoči, pri čemer se krivdni razlogi ne upoštevajo, in imajo stalno prebivališče v Republiki Sloveniji ter niso zavarovanci iz drugega naslova, določenega z zakonom, ki ureja zdravstveno zavarovanje.

Do plačila prispevka za obvezno zdravstveno zavarovanje so ne glede na izpolnjevanje pogojev za pridobitev denarne socialne pomoči, upravičene tudi osebe, nameščene v rejniško družino ali v zavod na podlagi zakona, ki ureja družinska razmerja, če niso obvezno zdravstveno zavarovane iz drugega naslova, določenega z zakonom, ki ureja zdravstveno zavarovanje. Te osebe so upravičene do zdravstvenih storitev pod enakimi pogoji kot otroci, zavarovani kot družinski člani.

Osebe iz prvega in drugega odstavka so upravičene do plačila prispevka za obvezno zdravstveno zavarovanje najdlje za obdobje, za katero se jim lahko dodeli denarna socialna pomoč, oziroma za obdobje namestitve v rejniško družino ali zavod kot izhaja iz odločbe o namestitvi, vendar najdlje za obdobje treh let z možnostjo podaljšanja, če obstajajo razlogi za namestitev.

### **Pravica do izredne socialne pomoči**

Pravico do izredne socialne pomoči lahko uveljavljajo osebe, ki dokazujejo, da so se zaradi razlogov, na katere niso mogli vplivati, znašli v položaju materialne ogroženosti. Osebe morajo izkazati stroške, ki so vezane na preživljanje in jih z lastnim dohodkom ali dohodkom družine ne morejo pokrivati.

Izredna socialna pomoč se dodeli v enkratnem znesku in ne sme biti višja od višine minimalnega dohodka (288,81 €).

Ob uveljavljanju pravice do izredne socialne pomoči je potrebno še navesti namen izredne socialne pomoči in višino sredstev. Upravičenec je dolžan porabiti prejeto izredno socialno pomoč v roku 30 dni in z namenom, za katero mu je bila pomoč dodeljena.

### **Pravica do varstvenega dodatka**

Pravico do varstvenega dodatka imajo osebe, ki so trajno nezaposljive, trajno nezmožne za delo ali so starejše od 63 let za ženske oziroma starejše od 65 let za moške in so upravičene do denarne socialne pomoči ali bi lahko bile upravičene in pri katerih je lastni dohodek ali dohodek družine višji od minimalnega dohodka, ni pa višji od njihovega minimalnega dohodka, ki je določen z Zakonom o socialno varstvenih prejemkih (Ur. l. RS št. 61/2010).



## 6.2 Projekti in programi

### **Skupina za pomoč in samopomoč ženskam v stiski (MOČ)**

Skupina je namenjena ženskam, ki so preživele nasilje in se soočajo s posledicami doživelih dogodkov, doživljajo stisko zaradi spremenjene življenjske situacije ali pa še vedno vztrajajo v nasilnem odnosu s partnerjem zaradi objektivnih ali subjektivnih razmer (postopek in proces ločitve, neurejen partnerski odnos, specifika dinamike nasilja - odvisni odnosi, finančna nesamostojnost ipd.).

Svetovalke nudijo možnost individualne obravnave v smislu osebne pomoči, spremstva ali delnega zagovorništva, pomoč pri vzpostavitvi nove socialne mreže in zagotavljanju dostopnega sistema podpore in učenje izražanja in prepoznavanja lastnih čustev.

Skupina se srečuje vsak drugi in četrti ponedeljek v mesecu brez predhodne najave v prostorih Centra za socialno delo Celje.

Dodatne informacije so možne na telefonski številki 03 425 63 00 vsak delavnik med 8.00 in 15.00.

### **Koordinacija obravnave v skupnosti**

Obravnava je namenjena osebam, ki ne potrebujejo zdravljenja v psihiatrični bolnišnici in nadzorovane obravnave, vendar pa potrebujejo pomoč pri vključevanju v vsakdanje življenje, psihosocialni rehabilitaciji, urejanju življenjskih razmer in pri vsakdanjih opravilih.

Koordinator obravnave skliče multidisciplinarni tim, ki ga sestavlja socialni delavec, psihiater in koordinator ter ostali člani v skladu z načrtom obravnave v skupnosti.

Za osebo se sestavi osebni načrt, ki vsebuje oceno situacije, ugotovitev obravnave, cilje obravnave, ukrepe za njihovo doseganje ipd. Koordinator nudi tudi pomoč pri urejanju stanovanjskih razmer, socialne varnosti, zaposlitve in dela ter pri podpori pri opravljanju osnovnih dnevnih opravil.

Center za socialno delo na predlog koordinatorja načrt sprejme ter po šestih mesecih oceni njegovo izvajanje.

### **Skupina za samopomoč v bivalnem okolju Vrhnika - Rožmarinka**

Skupina se sestaja v prostorih CSD Vrhnika enkrat tedensko. Skupino povezuje in usmerja strokovna delavka CSD Vrhnika. Člani skupine, starejši občani, z druženjem in pogovori premagujejo svoje stiske in težave in so drug drugemu v oporo. Skupina jim daje občutek pripadnosti in varnosti. Med člani skupine se stkejo prijateljske vezi. Družijo se tudi izven skupine, predvsem pa se kdaj pokličejo in vzdržujejo stike.

Taka oblika druženja je zelo pomembna za člane, ki so sami, osamljeni in živijo še doma. V skupino se vključujejo tudi odrasle osebe, ki imajo težave v duševnem zdravju.

# 7

## ZAVOD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA ZAPOSLOVANJE (ZRSZ), OBMOČNA SLUŽBA LJUBLJANA, URAD ZA DELO VRHNIKA

Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje je ena ključnih ustanov na trgu dela, je samostojna pravna oseba s statusom javnega zavoda, ki deluje enotno za območje Republike Slovenije na treh ravneh: na sedežu Zavoda z vodstvom in Centralno službo ter v območnih službah z uradi za delo, ki so locirani v vseh upravnih enotah.

Temeljne dejavnosti Zavoda:

- posredovanje zaposlitev in zaposlitveno svetovanje,
- izvajanje karierne orientacije,
- izvajanje zavarovanja za primer brezposelnosti,
- izvajanje ukrepov aktivne politike zaposlovanja,
- izdajanje delovnih dovoljenj in zaposlovanje tujcev,
- izdelava analitičnih, razvojnih in drugih strokovnih gradiv s področja dejavnosti ZRSZ
- informiranje o trgu dela, informacije javnega značaja.

Uporabniki storitev ZRSZ so brezposelne osebe, delodajalci, osebe, ki potrebujejo strokovno pomoč pri zaposlovanju in poklicni orientaciji, strokovne institucije in izvajalci programov zaposlovanja, socialni partnerji ter javnost.

### **Izvajanje zavarovanja za primer brezposelnosti:**

Pravice iz obveznega in prostovoljnega zavarovanja za primer brezposelnosti oseba lahko pridobi, če je bila pred nastankom brezposelnosti zavarovana najmanj 9 mesecev v zadnjih 24 mesecih in če izpolnjuje druge zakonske pogoje.

**Pravice iz zavarovanja za primer brezposelnosti so:**

- pravica do denarnega nadomestila za primer brezposelnosti,
- pravica do plačila prispevkov za obvezna socialna zavarovanja,
- pravica do plačila prispevkov za pokojninsko in invalidsko zavarovanje eno leto pred izpolnitvijo minimalnih pogojev za pridobitev pravice do starostne pokojnine po predpisih o pokojninskem in invalidskem zavarovanju.

Osebe, ki so upravičene do prejemanja denarnega nadomestila, imajo urejeno osnovno zdravstveno zavarovanje. V času do prejema odločbe o pravici do denarnega nadomestila, si morajo brezposelne osebe same urediti obvezno zdravstveno zavarovanje pri Zavodu za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS). Dopolnilno zdravstveno zavarovanje si morajo osebe, ne glede na to, ali so upravičene do prejemanja denarnega nadomestila ali ne, urediti same pri zavarovalnici.

Osebe, ki niso upravičene do denarnega nadomestila ali jim je ta upravičenost potekla, si morajo obvezno zdravstveno zavarovanje urediti same pri ZZZS.

Informiranje brezposelnih oseb o ureditvi zdravstvenega zavarovanja poteka preko e-pošte, portala PoisciDelo.si, Urada za delo, kontaktnega centra ali preko INFO točke za tujce.

Brezposelni tujci, ki imajo začasno prebivališče v Sloveniji in so upravičeni do prejemanja denarnega nadomestila, so tudi obvezno zdravstveno zavarovani - po izdaji odločbe o prejemanju denarnega nadomestila. V času od prijave do izdaje odločbe o prejemanju denarnega nadomestila, pa si morajo obvezno zdravstveno zavarovanje urediti pri izbrani zavarovalnici.

Tujci, ki niso upravičeni do prejemanja denarnega nadomestila in imajo stalno prebivališče v Sloveniji, si lahko obvezno zdravstveno zavarovanje uredijo na ZZZS.

# 8

## ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE, OBMOČNA ENOTA LJUBLJANA, IZPOSTAVA VRHNIKA

---

Obvezno zdravstveno zavarovanje (OZZ) izvaja Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS), na podlagi Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju (v nadaljnjem besedilu: ZZVZZ), ki je začel veljati 1. marca 1992. OZZ se izvaja po načelih socialne pravičnosti in solidarnosti med zdravimi in bolnimi, starimi in mladimi, bogatimi in revnimi.

Zdravstveno zavarovanje je v Republiki Sloveniji obvezno za vse osebe, ki izpolnjujejo z ZZVZZ predpisane pogoje. Po ZZVZZ so zavarovane osebe zavarovanci in njihovi družinski člani. Kot zavarovanci morajo biti v OZZ vključene osebe, ki izpolnjujejo pogoje iz 15. člena ZZVZZ, kot družinski člani pa so v OZZ vključene osebe, ki izpolnjujejo pogoje, določene v 20. do 22. členu ZZVZZ.

V primeru, da slovenski državljan s stalnim prebivališčem v Republiki Sloveniji ne izpolnjuje pogojev, da bi bil zavarovan po kateri od 1. do 20. točke in 22. do 25. točke 15. člena ZZVZZ, ga v OZZ prijavi pristojni Center za socialno delo, ki tudi ugotavlja izpolnjevanje kriterijev, ki jih mora oseba izpolnjevati.

Družinski člani se vključijo v OZZ preko nosilcev zavarovanja, če ne izpolnjujejo pogojev, da bi bili samo zavarovanci. Družinski člani niso zavezanci za prispevek.

Osebe s stalnim bivanjem v Sloveniji, ki so brez OZZ več kot 20 koledarskih dni, ZZZS z osebnim vabilom povabi k ureditvi OZZ. Osebam svetujejo o možnostih vključitve v OZZ glede na njihov status.

Na dan 31. decembra 2014 je bilo na območju občin Vrhnika, Borovnica, Log-Dragomer 121 oseb brez urejenega OZZ, čeprav so izpolnjevale pogoje za vključitev v zavarovanje.

ZZZS si prizadeva, da bi bile vse osebe, ki izpolnjujejo pogoje za vključitev v OZZ, tudi stalno zdravstveno zavarovane in imele pravico do zdravstvenih storitev in ostalih pravic iz naslova zdravstvenega zavarovanja.

ZZZS izvajalcem zdravstvenih storitev (zdravstvenim domovom in zasebnikom s koncesijo) zagotavlja sredstva za izvajanje preventivnih programov in spremlja njihovo racionalno porabo. ZD Vrhnika je za leto 2014 v ta namen prejel skupno 248.700 €, zasebniki s koncesijo pa 94.701 €.

Preventivno dejavnost izvajajo zdravniki v okviru splošne ambulante ali v referenčnih ambulantah. Zdravstveni dom Vrhnika izvaja preventivo tudi v okviru zdravstvene vzgoje in šole za starše ter zobozdravstvene vzgoje. Preventivna dejavnost zajema tudi vse CINDI delavnice.

Za sodelovanje v projektu »Skupaj za zdravje« smo se na Vrhniki odločili, ker projekt deluje v smeri preventive in ker povezuje in mobilizira vire iz lokalnega okolja in ker gre za enega prvih tovrstnih projektov v Sloveniji.

Upravičeno pričakujemo, da bodo sredstva, ki jih ZZZS namenjena preventivi, učinkoviteje porabljena.

# 9

## OBČINA VRHNIKA

---

Občina Vrhnika je samoupravna lokalna skupnost, ustanovljena z zakonom. Občina v skladu s statutom samostojno opravlja lokalne zadeve javnega pomena na številnih področjih, ranljivim skupinam pa pomaga predvsem tako, da pospešuje službe socialnega skrbstva, osnovnega varstva otrok in družine, za socialno ogrožene, invalide in ostarele. Zagotavlja in pospešuje tudi zdravstveno dejavnost, tako da ustanovi zdravstveni zavod in v skladu z zakonom zagotavlja pogoje za njegovo delovanje ter z različnimi ukrepi pospešuje zdravstveno varstvo občanov.

Občina zmanjšuje socialno stisko s pospeševanjem razvoja gospodarskih panog oz. gospodarskih subjektov, ustvarjanjem pogojev za gradnjo stanovanj, skrbjo za povečanje najemnega socialnega sklada stanovanj, ustvarjanjem pogojev za izobraževanje odraslih, pospeševanjem vzgojno izobraževalne, raziskovalne, kulturne in društvene dejavnosti, posredno pa tudi z izvajanjem drugih javnih nalog lokalnega pomena.

Občanom neposredno Občina Vrhnika pomaga z enkratnimi denarnimi pomočmi, namenjenimi osnovnim življenjskim potrebščinam, hrani, kurjavi, šolskim potrebščinam in drugim izdatkom za premostitev trenutne materialne ogroženosti, s pomočmi ob rojstvu otroka, z zagotavljanjem neprofitnih stanovanj, s subvencioniranjem najemnin, z zagotavljanjem in financiranjem pomoči na domu, s spodbujanjem in sofinanciranjem javnih del, z zagotavljanjem finančnih sredstev za sofinanciranje bivanja invalidnih in starejših oseb v domovih, za subvencioniranje programov v vrtcih in za financiranje zdravstvenega zavarovanja občanov.

Občina zagotavlja neposredno pomoč ranljivim skupinam tudi s sofinanciranjem delovanja humanitarnih organizacij in izvajanja preventivnih programov Centra za socialno delo Vrhnika, s paketi hrane, ki jih občanom razdeli Rdeči križ Vrhnika, z možnostjo obročnega odplačevanja ter z drugimi rednimi in izrednimi ukrepi pomoči.

# 10

## PREDSTAVITEV PROGRAMA ZA RANLJIVE SKUPINE POSAMEZNIH NEVLADNIH ORGANIZACIJ

### 10.1 Rdeči križ Slovenije – območno združenje Vrhnika

Območno združenje Rdečega križa Vrhnika je samostojno, nevladno, humanitarno, nepridobitno in prostovoljno združenje, ki na območju občin Vrhnikе, Borovnice in Log-Dragomerja deluje v skladu z Zakonom o Rdečem križu Slovenije, Zakonom o društvih, Zakonom o humanitarnih organizacijah, Ženevskimi konvencijami in drugimi predpisi.

Med drugimi aktivnostmi izvajajo naslednje dejavnosti:

#### **Socialna dejavnost**

Z omenjenim programom bistveno vplivajo na obliko in način oskrbovanja socialno ogroženih posameznikov in družin: razdeljujejo hrano (sadje, zelenjavo, prehranske pakete), pralni prašek, pomagajo pri nakupu šolskih potrebščin in zbirajo ter razdeljujejo rabljena oblačila, posteljnino, obutev in ostalo.

#### **Obisk starejših, osamljenih, bolnih in invalidnih oseb na domu**

Prostovoljci izvajajo obiske na domu starejših, osamljenih, bolnih, invalidnih oseb in tistih, ki so se znašli v socialni stiski ter jim svetujejo, kam naj se obrnejo po pomoč, če jo potrebujejo.

#### **Psihosocialna dejavnost – pomoč**

Rdeči križ s prostovoljci redno nudi pomoč posameznikom in njihovim družinam, ki so se znašli v socialni in psihični stiski (izguba dela, bolezen, nizki finančni prihodki in drugo.) ter v izrednih razmerah ali primerih naravnih nesreč. Pomoč je lahko v obliki živil, oblačil, prispevkov za nakup šolskih potrebščin.



## **Organizacija letovanj**

Rdeči križ izvaja tudi program letovanja socialno ogroženih otrok in starostnikov. Letovanje je tako za otroke kot starostnike brezplačno. Sredstva za izvedbo programa so zagotovljena iz namenske akcije Rdečega križa Slovenije zbiranja sredstev Peljimo jih na morje, sredstev FIHO in sredstev trgovskega podjetja Engrotuš.

## **Postaje Rdečega križa**

Postaje predstavljajo metodo dela, ki je namenjena predvsem starejšim, med katerimi je veliko bolnih, invalidnih in osamljenih. Udeleženci postaj se vključujejo v različno organizirane programe oziroma dejavnosti. Na postajah se redno izvajajo merjenja krvnega tlaka, sladkorja, holesterola in trigliceridov, udeleženci meritev pa so deležni krajšega strokovnega informiranja in svetovanja s področja varovanja in krepitve zdravja.

## **Delavnice za mlade**

Vsebine delavnic se nanašajo na preprečevanje zlorabe tobaka, alkohola in drog, preprečevanje okužbe z virusom HIV in ostalimi spolno prenosljivimi boleznimi, preprečevanje stigmatizacije in diskriminacije okuženih s HIV ali obolelimi za aidsom, učenje temeljnih postopkov oživljanja (ki sodijo v abecedo prve pomoči sočloveku), širjenje znanj o humanitarnem gibanju, kreativno preživljanje prostega časa in razvoj ustvarjalnosti.

## **Ekipa prve pomoči Rdečega križa Vrhnika**

Na Rdečem križu Vrhnika so ustanovili in usposobili ekipo prve pomoči. Ekipa je sestavljena iz 6 članov. Ekipa ima obvezno vodjo ekipe in pet članov. Člani ekipe so opravili obvezen 70 urni tečaj prve pomoči za bolničarje in pridobili naziv „bolničar“. Svoje znanje obnavljajo na dopolnilnih usposabljanjih, vsako leto se udeležijo tudi regijskega preverjanja usposobljenosti ekip prve pomoči.

Veseli bodo, če se ekipi pridružijo novi člani.

## 10.2 Župnijska Karitas Vrhnika

Župnijska Karitas Vrhnika nudi pomoč ljudem v stiski - prebivalcem z območja župnij Vrhnika, Zaplana, Podlipa in Log. Stiske ljudi so seveda različne, tako materialne kot duhovne. Načini pomoči so:

- dodeljevanje prehrambnih paketov, ki vsebujejo osnovna živila (moko, sladkor, olje, riž, testenine in drugo) ter so prilagojeni številu družinskih članov prosilčeve družine;
- plačilo položnic (za elektriko, najemnino, prostovoljno zdravstveno zavarovanje, šolske položnice za otroke (malica, šola v naravi), kurjavo, itd.), kolikor to dopuščajo sredstva;
- ob začetku šolskega leta so otroci deležni pomoči z nakupom šolskih knjig, med počitnicami pa počitnikovanja otrok ali pa cele družine (v okviru akcij, ki jih organizira Župnijska Karitas). Pri dodeljevanju pomoči pa je potrebno upoštevati t. i. premoženjski cenzus (mesečne prejeme na člana);
- vedno pa lahko prosilci dobijo pomoč v obliki oblačil;
- prostovoljke in prostovoljci Župnijskega Karitasa obiskujejo tudi ostarele in bolne na domu ali v domovih za ostarele ter jim tako lajšajo osamljenost;
- enkrat letno se organizira srečanje starejših in bolnih župnije.

Delo bi radi še poglobili in razširili, zato vabijo nove prostovoljce, predvsem mlade, da se jim pridružijo in pomagajo z novimi idejami in sodelovanjem.

Svojim oskrbovancem bodo tudi nudili informacije o programih preventivnega zdravstvenega varstva in možnostih za vključevanje vanje.

# 11

## SEZNAM KONTAKTOV

### Zdravstvena oskrba

Tabela 2: Kontakti v zdravstveni oskrbi

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
<b>SPLOŠNA NUJNA MEDICINSKA POMOČ</b>		
URGENCA – zdravnik za nujne primere	112	
<b>ZDRAVSTVENI DOMOVI</b>		
ZDRAVSTVENI DOM VRHNIKA Cesta 6. maja 11, 1360 Vrhnika	(01) 7555 110 www.zd-vrhnika.si	
<b>CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA – ZDRAVSTVENOVZGOJNI CENTRI V ZDRAVSTVENIH DOMOVIH</b>		
CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA ZD VRHNIKA Cesta 6. maja 11, 1360 Vrhnika	(01) 7555 110 jerneja.filipic@zd-vrhnika.si	
<b>ZASTOPNIK PACIENTOVIH PRAVIC</b>		
DUŠA HLADE ZORE Zaloška 29, Ljubljana	(01) 542 32 85 dusa.hlade-zore@nijz.si	
MOJCA MAHKOTA Zaloška 29, Ljubljana	(01) 542 32 85 mojca.mahkota@nijz.si	

### Socialno ekonomska pomoč

Tabela 3: Kontakti - SOCIALNO EKONOMSKA POMOČ

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
<b>CENTER ZA SOCIALNO DELO</b>		
CENTER ZA SOCIALNO DELO VRHNIKA Ljubljanska cesta 16, 1360 Vrhnika	(01) 7506 270 http://csd-vrhnika.com gpcsd.vrhni@gov.si	Skupina za samopomoč Rožmarinke

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
<b>ZAVOD ZA ZAPOSLOVANJE</b>		
ZAVOD RS ZA ZAPOSLOVANJE UD VRHNIKA Trg K. Grabeljška 2b, 1360 Vrhnika	(01) 750 46 70 <a href="http://www.ess.gov.si/">http://www.ess.gov.si/</a> gpzrszljubljana@ess.gov.si	
<b>DOMOVI STAREJŠIH OBČANOV</b>		
DOM UPOKOJENCEV VRHNIKA Idrijska cesta 13	(01) 757 01 00 du-vrhnika@s5.net	Dom starejših občanov, dnevno varstvo, pomoč na domu
ZAVOD PRISTAN (LOG-BOROVNICA)	Nada Jerala (01) 547 95 79 031 702 698 nada@pristan.si	Na področju občine Log – Dragomer izvajamo pomoč družini na domu od ponedeljka do petka od 7.00 do 15.00.
<b>NEVLADNE ORGANIZACIJE</b>		
ŽUPNIJSKA KARITAS VRHNIKA Hrib 2, Vrhnika  Odprto: ponedeljek, od 9.00 do 11.00, sreda, od 16.00 do 18.00	(01) 750 50 82 tajnik: Marica Štirn, 040 745 829,  blagajnik: Marija Kočevar, 041 515 494  <a href="http://zupnija-vrhnika.rkc.si/index.php/meni-skupine/meni-karitas">http://zupnija-vrhnika.rkc.si/index.php/meni-skupine/meni-karitas</a>	Dobrodelna organizacija rimskokatoliške Cerkve z namenom uresničevanja karitativnega in socialnega poslanstva Cerkve.
RDEČI KRIŽ SLOVENIJE, OBMOČNO ZDRUŽENJE VRHNIKA Poštna ulica 7b, 1360 Vrhnika	(01) 750 24 47 rk.vrhnika@siol.net	Samostojna, nevladna, humanitarna organizacija za pomoč ljudem v stiski.
ŽUPNIJSKA KARITAS BEVKE Bevke 42, 1358 Log pri Brezovici	Janez Očkon karitas.bevke@gmail.com	
<b>DRUŠTVA</b>		
DRUŠTVO UPOKOJENCEV VRHNIKA Tržaška 12, 1360 Vrhnika	Gabrijela Brelih (01) 750 46 24 duvrhnika@gmail.com	
DRUŠTVO UPOKOJENCEV BOROVNICA Paplerjeva ulica 16, 1353 Borovnica	(01) 754 66 33 (01) 754 66 33 (01) 754 66 33	
DRUŠTVO INVALIDOV VRHNIKA Poštna ul. 7b, 1360 Vrhnika	Ciril Podbregar (01) 750 21 92 di-vrhnika@kabelnet.net	

## Duševno zdravje, odvisnost

Tabela 4: Kontakti – DUŠEVNO ZDRAVJE, ODVISNOST

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
<b>KOORDINATORJI OBRAVNAVE V SKUPNOSTI NA PODROČJU ZAKONA O DUŠEVNEM ZDRAVJU</b>		
TATJANA ROMIH CSD Kočevje, Ljubljanska 9, 1330 Kočevje	(05) 969 44 13 040 568 245 tatjana.romih@gov.si	
<b>ZASTOPNIKI PRAVIC OSEB NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA</b>		
DAMJANA DERŽAK	051 276 210 dderzak@gmail.com	
VESNA DUPANČIČ	051 276 211 vesna.zupancic.zastopnik@gmail.com	
LIDIJA KRISTANČIČ	051 276 225 lidija_kristancic@t-2.net	
NEVENKA MOČNIK	051 276 229 nevenka.zastopnik@gmail.com	
ANDREJKA VUČAK	051 276 228 vucak.andreja@gmail.com	
STANKA RADOJIČIČ	051 276 213 stanka.zastopnik@gmail.com	
<b>URGENTNA PSIHIATRIČNA AMBULANTA V OKVIRU PSIHIATRIČNIH BOLNIŠNIC</b>		
ZASEBNA PSIHOLOŠKA PSIHIATRIČNA BOLNIŠNICA IDRIJA Pot sv. Antona 49, Idrija	(05) 37 34 400 <a href="http://www.pb-idrija.si">http://www.pb-idrija.si</a> psihiatrija@pb-idrija.si	Od ponedeljka do petka od 9.00 do 17.00  Ambulanta je namenjena obravnavi pacientov v primerih nenadnega in bistvenega poslabšanja psihičnega stanja, zaradi katerega pregled v redni ambulanti ni mogoč.
<b>PSIHIATRIČNE BOLNIŠNICE IN ODELKI ZA ZDRAVLJENJE ODVISNOSTI</b>		
PSIHIATRIČNA BOLNIŠNICA IDRIJA Pot sv. Antona 49, Idrija	(05) 37 34 400 <a href="http://www.pb-idrija.si">www.pb-idrija.si</a> psihiatrija@pb-idrija.si	
PSIHIATRIČNA KLINIKA LJUBLJANA Studenec 48, 1260 Ljubljana	(01) 58 72 100 <a href="http://www.psih-klinika.si">www.psih-klinika.si</a> info@psih-klinika.si	
<b>VARSTVENO DELOVNI CENTER</b>		
VARSTVENO - DELOVNI CENTER IDRIJA, BIVALNA ENOTA VRHNIKA Pot na Košace 2, 1360 Vrhnika	(01) 750 41 36 vdc@vdc-vi.si	

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
<b>DRUŠTVA, USTANOVE IN KLUBI ZDRAVLJENIH ALKOHOLIKOV</b>		
DRUŠTVO ZDRAVLJENIH ALKOHOLIKOV VRHNIKA Raskovec 21, 1360 Vrhnika	Miro Železnik 041 202 506  www.nova-pot.si/index.php?option=com_content&view=article&id=3&Itemid=12 zeleznikmiro1@gmail.com	
DRUŠTVO AL-ANON Lepi pot 6, Mirje, 1000 Ljubljana	031 744 722 041 590 789 040 589 877 info@al-anon.si	
AA Voljčeva 21 župnišče Vrhnika	g. Roman 041 695 893 http://www.aa-slovenia.si	Odperto srečanje 1. četrtek v mesecu  delovni čas: četrtek od 19:00 do 21:00
<b>DRUŠTVO</b>		
SOŽITJE, DRUŠTVO ZA POMOČ OSEBAM Z MOTNJAMI V RAZVOJU Lošca 1, 1360 Vrhnika	Milena Kržič (01) 750 22 88 zganjekuha.krzic@kabelnet.net	
<b>SPLETNE STRANI</b>		
www.med.over.net		Spletno svetovanje na področju zdravstva, sociale, prava in drugih področij za kakovostno življenje
www.nebojse.si		Nabor različnih vsebin iz področja duševnih težav
www.tosemjaz.net Ipavčeva ulica 18, 3000 Celje	(03) 42 51 146 ksenija.lekic@nijz.si, petra.tratnjek@nijz.si, nusa.konec-juricic@nijz.si	Spletno svetovanje mladim na področju duševnega in telesnega, spolnega zdravja in medosebnih odnosov
<b>TELEFONI ZA POMOČ V STISKI</b>		
SOS TELEFON	080 11 55 ali (01) 544 35 13 www.drustvo-sos.si, drustvo.sos@drustvo-sos.si	Telefon za ženske, otroke in žrtve nasilja
ZAUPNI TELEFON SAMARIJAN	116 123 www.telefon-samarijan.si	Svetovanje ljudem v duševni stiski
TOM – TELEFON OTROK IN MLADOSTNIKOV	116 111 www.e-tom.si, www.zpms.si, tom@zpms.si	Zaupni telefon za otroke in mlade v stiski

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
ZAVOD EMMA	080 21 33 www.zavod-emma.si, zavod.emma@siol.net	Center za pomoč žrtvam nasilja
KLIC V DUŠEVNI STISKI	(01) 520 99 00	
ZAUPNI TELEFON ZA TE	(01) 234 97 83	Pomoč osebam v osebni, socialni ali drugi stiski

## Gibanje

Tabela 5: Kontakti – GIBANJE

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
<b>DRUŠTVA</b>		
GIMNASTIČNO DRUŠTVO VRHNIKA Tržaška c. 9, 1360 Vrhnika	Silvo Mramor gd.vrhnika@gmail.com	Ritmična gimnastika, akrobatika za osnovnošolske otroke
ŠPORTNI KLUB »2002« Drenov Grič 97	Janez Jelovšek jelovsek.janez@gmail.com	Tenis
KARATE KLUB VRHNIKA Pod Hruševco 42, 1360 Vrhnika	Džemal Mustafić karate-vrhnika@siol.net	Karate za vse starosti
KOŠARKARSKI KLUB VRHNIKA Pod Hruševco 33, 1360 Vrhnika	Stane Petrič damjana.ovenmedmes@amis.net	Košarka
ŠAHOVSKO DRUŠTVO VRHNIKA Tržaška c. 9, 1360 Vrhnika	Leon Gostiša leon.gostisa@gov.si	Šah
STRELSKO DRUŠTVO VRHNIKA Gozdna pot 20 d, 1360 Vrhnika	Bojan Lampreht bojan.lampreht@kabelnet.net	Streljanje
SMUČARSKO DRUŠTVO VRHNIKA Tržaška c. 9, 1360 Vrhnika	Leon Marjan Možina biro.mm@siol.net	Alpsko smučanje
PLANINSKO DRUŠTVO VRHNIKA Tržaška c. 11, 1360 Vrhnika	Jože Šušteršič pdvrhnika@gmail.com	
NOGOMETNI KLUB VRHNIKA Tržaška c. 9, 1360 Vrhnika	Sebastian Zalar info@nkvrhnika.si	
KLUB VRHNIŠKIH ŠTUDENTOV Tržaška c. 11, 1360 Vrhnika	Nejc Sajovic program_kvs@yahoo.com	

Naziv in naslov	Kontakt	Opis
<b>ŠD VLR VILJEM</b> Sinja Gorica 87	Tomislav Kump info@vlr-viljem.com	Lokostrelstvo
<b>ŠD POVŽ</b> Stara Vrhnika 107a, 1360 Vrhnika	Anže Rode sdpovz@gmail.com	Rekreacija odrasli, starostniki in mladina, kultura
<b>ŠD DREN</b> Drenov Grič 25	Tomaž Jelovšek info@sd-dren.si	Nogomet, kolesarjenje...
<b>ŠD BEVKE</b> Bevke 92a, 1358 Log pri Brezovici	Mitja Vehar sdbevke@gmail.com	
<b>TENIŠKI KLUB VRHNIKA</b> Tržaška c. 9, 1360 Vrhnika	Uroš Jereb info@tenis-vrhnika.si	Tenis
<b>ŠD ROKOMETNA ŠOLA VRHNIKA</b> Ljubljanska c. 19, 1360 Vrhnika	Robert Cvelbar zrkvrhnika@gmail.com	Rokomet za dekleta
<b>ŠD VUČKO</b>	Iztok Zajc	
<b>PLESNA ŠOLA URŠKA</b>	Nina Hribar 040 417 206 info.vrhnika@urska.si	Ples
<b>ZDRUŽENJE SLOVENSКИH KATOLIŠKIH SKAVTINJ IN SKAVTOV – PODRUŽNICA STEG 1 VRHNIKA</b> Petkovškova ul. 16, 1360 Vrhnika	Urban Čepon urban.cepon@skavt.net	
<b>JUDO KLUB VRHNIKA</b> Na Livadi 8, 1360 Vrhnika	Miroslav Boštjan Bilič judovrhnika@institutjuda.si	Judo
<b>TEKWONDO KLUB VRHNIKA</b> Gabrče 11, 1360 Vrhnika	Jure Pantar jure.pantar@hotmail.com	



## VIRI IN LITERATURA

Ali socialno šibkejši obolevajo bolj pogosto? V: Buzeti T, Gabrijelčič Blenkuš M, Gruntar Činč M, Ivanuša M, Pečar J, Tomšič S, et al, ur. Neenakosti v zdravju v Sloveniji. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja, 2011: 44–54.

Allender JA, Spradley Walton B. Community health nursing: promoting and protecting the public's health. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 2005.

Chew LD, Bradley KA, Boyko EJ. Brief questions to identify patients with inadequate health literacy. *Fam Med* 2004; 36 (8): 588–594.

Farkaš Lainščak J, Huber I, Maučec Zakotnik J, Sedlar N, Vrbovšek S, ur. Program integrirane preventivne kroničnih nenalezljivih bolezni in zmanjševanja neenakosti v zdravju pri odraslih: pilotno testiranje integriranih procesov vključevanja in obravnave ciljne populacije v okviru projekta Skupaj za zdravje (Projekt Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju odraslih). Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2015.

Farkas J, Pahor M, Zaletel-Kragelj L. Self-rated health in different social classes of Slovenian adult population: nationwide cross-sectional study. *Int J Public Health* 2011; 56: 45–54.

Farkaš-Lainščak J, Zaletel-Kragelj L. Zaznavanje zdravja in družbeni razredi v Sloveniji: ali obstaja povezava? *Anali PAZU* 2013; 1: 67–75.

Govc Eržen J. Preventivni programi v družinski medicini. V: Švab I, Rotar P, ur. Družinska medicina. Ljubljana: Združenje zdravnikov družinske medicine, 2012: 247–253.

Health literacy. The solid facts. Copenhagen: Svetovna zdravstvena organizacija, 2013.

Kiger AM. Teaching for health. London: Elsevier, 2004.

Klančar D, Švab I, Kersnik J. Vizija prihodnosti zdravstvenih domov v Sloveniji. *Zdrav Var* 2010; 49: 37–43.

Klepp KI, ur. Health promotion – achieving good health for all. Oslo: Helsedirektoratet, 2010.

Konec N, Lekič K. Tu smo zate: krepitev duševnega zdravja in preprečevanje samomorilnosti na Celjskem – skupnostni model Zavoda za zdravstveno varstvo Celje. Celje: Zavod za zdravstveno varstvo, 2013. (2011). Dostopno na <http://www.nijz.si/publikacije/tu-smo-zate-0>. Pridobljeno 2. 3. 2015.

Lipovec Čebren U, Keršič Svetel M, Pistotnik S, Fistič Š, Jelenc A. Zdravstveno marginalizirane skupine: prepreke, ovire, nepremostljivi zidovi do zdravja. V: Farkaš Lainščak J, Buzeti T, Maučec-Zakotnik J, ur. Zaključki ocene potreb uporabnikov in izvajalcev preventivnih programov za odrasle. Poročilo izsledkov kvalitativnih raziskav in stališč delovnih skupin. Delovno gradivo. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2015: 24–60.

LoBiondo Wood G, Haber J. Nursing Research: Methods and Critical Appraisal for Evidence-Based Practice. 8th Edition. St. Louis, MO: Elsevier Mosby, 2014.

Navodilo o spremembah in dopolnitvah navodil za izvajanje preventivnega zdravstvenega varstva na primarni ravni. Uradni list RS, št. 67/2001. Pridobljeno 15. april 2015 s spletne strani: <http://www.uradni-list.si/1/content?id=32476&part=u&highlight=navodila+o+spremembah+in+dopolnitvah+navodil+za+izvajanje+preventivnega+zdravstvenega+varstva+na+primarni+ravni#/Navodilo-o-spremembah-in-dopolnitvah-navodila-za-izvajanje-preventivnega-zdravstvenega-varstva-na-primarni-ravni>

NEBOJSE. Dostopno na <http://www.nebojse.si/portal/index.php>. Pridobljeno 20. 2. 2015.

Nutbeam D, Bauman A. Evaluation in a Nutshell. Sydney: McGraw-Hill, 2006.

Pahor M, ur. Zavezniki za zdravje: medpoklicno sodelovanje v zdravstvenih timih. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta, 2014.

Poplas Susič A, Marušič D. Referenčne ambulante – Model practices. Bilt – Ekon Organ Inform Zdrav 2011; 27(1): 9–17.

Pravilnik za izvajanje preventivnega zdravstvenega varstva na primarni ravni. Uradni list RS, št. 19/98, 47/98, 26/2000, 67/2001, 33/2002 37/2003, 117/2004 in 31/2005, 83/2007, 22/2009.

Rdeči križ Slovenije. Dostopno na [http://celje.ozrk.si/sl/Socialna\\_dejavnost/](http://celje.ozrk.si/sl/Socialna_dejavnost/). Pridobljeno 17. 2. 2015.

Silverman J, Kurtz S, Draper J. Skills for communicating with patients. London: Radcliffe Publishing, 2013.

Štern B. Razvoj modela integrirane preventive in celostne oskrbe kroničnih nenalezljivih bolnikov odrasle populacije na primarni ravni zdravstvene dejavnosti. Poročilo Ministrstvu za zdravje. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja republike Slovenije, 2010.

The Health Promotion Strategic Framework. Health Service Executive, 2011. Dostopno na: [www.healthpromotion.ie/hp-files/docs/HPSF\\_HSE.pdf](http://www.healthpromotion.ie/hp-files/docs/HPSF_HSE.pdf)

Towards reducing health inequities: A health system approach to chronic disease prevention. A discussion paper. Vancouver, British Columbia: Population and Public Health, Provincial Health Services Authority, 2011.

Vrbovšek S, Čuš B, Maučec Zakotnik J, Štern B, ur. Izvajanje integrirane preventive kroničnih nenalezljivih bolezni v referenčnih ambulantah družinske medicine. Priročnik za diplomirane medicinske sestre. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, v tisku.

World Health Organisation. The family health nurse: Context, conceptual framework and curriculum. Copenhagen, Denmark: World Health Organisation Regional Office for Europe, 2000.

Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju – Skupaj za zdravje. Vnaprej opredeljen projekt v okviru Programa Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014. Opis projekta. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2014.

Zakon o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev (2010, 2011, 2013). UL RS 20 (62): 9340–76. Dostopno na <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO4780>. Pridobljeno 16. 2. 2015.

Zavod RS za zaposlovanje. Dostopno na <http://www.ess.gov.si/>. Pridobljeno 19. 2. 2015.

Zdravje 2020. Temeljna evropska izhodišča za vsevladno in vsedružbeno akcijo za zdravje in blagostanje. Kopenhagen: Svetovna zdravstvena organizacija, 2014.

Združenje multiple skleroze Slovenije. Dostopno na <http://www.zdruzenje-ms.si/celjska-podruznica/>. Pridobljeno 25. 3. 2015.

Železnik D, Horvat M, Panikvar Žlahtič K, et al. Aktivnosti zdravstvene nege v patronažnem varstvu. Ljubljana: Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije, 2011.



