

# POVEZANI ZA ZDRAVJE

Zbirnik informacij za krepitev zdravja v lokalni skupnosti



## POVEZANI ZA ZDRAVJE

Informacije za varovanje in krepitev zdravja v lokalni skupnosti

Avtorji: Center za krepitev zdravja, ZDL Bežigrad

Uredili: Tea Melin in Katja Štucin

Oblikovanje predloge: Manica Remec in Katja Štucin, Center za upravljanje programov preventive in krepitev zdravja, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Trubarjeva cesta 2, 1000 Ljubljana

Jezikovni pregled:

Izdajatelj:

Spletni naslov:

Kraj in leto izdaje:

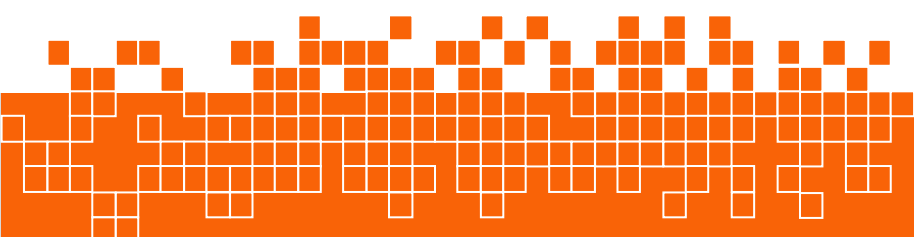
Gradivo ni lektorirano. Za vsebino posameznega poglavja so odgovorni njegovi avtorji. V priročniku so navedene inštitucije, ki so se odzvale povabilu za objavo. Pri nekaterih ponudnikih so storitve plačljive.

Naslovna slika: <https://www.aha.org/center/community-health-improvement-week>. Dostopno 11. marec 2025.

---

CIP - Kataložni zapis o publikaciji

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana



Pozdravljeni!

Dobrodošli v gradivu POVEZANI ZA ZDRAVJE, v katerem smo za vas zbrali številne informacije in kontakte o različnih organizacijah ter aktivnostih, namenjenih varovanju in krepitvi zdravja v našem okolju.

V današnjem, hitro spreminjajočem se svetu, je skrb za zdravje vse pomembnejša, prav tako pa tudi dostop do ustreznih in verodostojnih informacij, ki nam pomagajo ohraniti dobro počutje in zdravje v vseh življenjskih obdobjih.

Zdravje je temelj za kakovostno življenje posameznika, zato ima tudi velik pomen za celotno lokalno skupnost. Naše skupno prizadevanje za bolj zdravo lokalno skupnost prinaša koristi prav vsakomur, saj smo zdravi posamezniki bolj aktivni in bolj povezani z drugimi. S tem se izboljša naše počutje in zadovoljstvo, hkrati pa se gradi boljša, močnejša in srečnejša skupnost. Zdrava skupnost je tudi bolj odporna na različne izzive – bodisi socialne, ekonomske bodisi okoljske. Skupnost, ki se osredotoča na zdravje svojih prebivalcev, ustvarja boljšo prihodnost za vse.

V prvih poglavjih tega gradiva so predstavljene ključne informacije o možnostih in pravicah, ki jih imamo v okviru našega javnega zdravstvenega sistema. Predstavljeni so državni programi s področja krepitve zdravja in presejalni programi. Sledijo predstavitve posameznih organizacij, programov in aktivnosti, ki so pomembne za ohranjanje, krepitev in povrnitev zdravja. Pri opisih so navedeni tudi dodatni e-viri in informacije, do katerih dostopate s klikom na zeleno označen tekst. V zadnjem delu priročnika so zbrani kontakti služb, ustanov in nevladnih organizacij v našem lokalnem okolju.

Upamo, da vam bo gradivo v pomoč pri skrbi za vaše zdravje in zdravje naše skupnosti. Hkrati vas vabimo, da informacijo o gradivu delite dalje ter nam sporočate tudi vaše predloge za njegovo dopolnitev (pišete nam lahko na e-naslov [ckz.bezigrad@zd-lj.si](mailto:ckz.bezigrad@zd-lj.si)).

Vaš Center za krepitev zdravja

Zdravstveni dom Ljubljana, enota Bežigrad

## KAZALO

### SPLOŠNE INFORMACIJE O ZDRAVSTVU .....5

ZDRAVSTVENO VARSTVO V SLOVENIJI .....5

OBVEZNO ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE .....6

E-ZDRAVJE .....8

PACIENTOVE PRAVICE .....9

ZASTOPNIK PACIENTOVIH PRAVIC.....10

ZASTOPNIK PRAVIC OSEB NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA ..10

INFORMACIJSKI POOBLAŠČENEC .....10

### DRŽAVNI PROGRAMI S PODROČJA ZDRAVJA .....11

Program ZDAJ .....11

Program SKUPAJ ZA ZDRAVJE .....12

Program MIRA .....13

Državni program za obvladovanje sladkorne bolezni.....14

Državni program obvladovanja raka .....15

### DRŽAVNI PRESEJALNI PROGRAMI ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA .....16

Program SVIT .....16

Program DORA.....17

Program ZORA .....17

### ZDRAVSTVENE USTANOVE V NAŠI LOKALNI SKUPNOSTI.....18

ZDRAVSTVENI DOM.....18

BOLNIŠNICA .....23

LEKARNE .....23

ZASEBNI IZVAJALCI ZDRAVSTVENE DEJAVNOSTI.....25

|                                                                                            |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| PRO BONO AMBULANTA .....                                                                   | 25        |
| ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE – OBMOČNA<br>ENOTA BEŽIGRAD .....               | 27        |
| NACIONALNI INŠTITUT ZA JAVNO ZDRAVJE - OBMOČNA ENOTA<br>BEŽIGRAD .....                     | 28        |
| NACIONALNI LABORATORIJ ZA ZDRAVJE, OKOLJE IN HRANO -<br>OBMOČNA ENOTA BEŽIGRAD .....       | 28        |
| ZDRAVSTVENI INŠPEKTORAT - OBMOČNA ENOTA BEŽIGRAD .....                                     | 29        |
| <b>DRUGE ORGANIZACIJE V NAŠEM LOKALNEM OKOLJU, POMEMBNE PRI<br/>SKRBI ZA ZDRAVJE .....</b> | <b>31</b> |
| CENTER ZA SOCIALNO DELO .....                                                              | 31        |
| ZAVOD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA ZAPOSLOVANJE .....                                            | 32        |
| POLICIJA .....                                                                             | 34        |
| GASILSTVO .....                                                                            | 36        |
| CIVILNA ZAŠČITA .....                                                                      | 38        |
| VEČGENERACIJSKI CENTER .....                                                               | 39        |
| CENTER ZA DRUŽINE .....                                                                    | 40        |
| PUMO – Projektno učenje mlajših odraslih .....                                             | 40        |
| DOM ZA STAREJŠE .....                                                                      | 41        |
| POMOČ NA DOMU .....                                                                        | 43        |
| DEMENCI PRIJAZNE TOČKE .....                                                               | 45        |
| PREZPLAČNA PRAVNA POMOČ/SVETOVANJE .....                                                   | 45        |
| ZAVETIŠČE ZA BREZDOMCE .....                                                               | 46        |
| JAVNE SANITARIJE IN PREVIJALNICE .....                                                     | 46        |
| KOTIČKI ZA DOJENJE .....                                                                   | 50        |
| RAZVOJNA AGENCIJA .....                                                                    | 50        |

|                                               |           |
|-----------------------------------------------|-----------|
| KNJIŽNICA .....                               | 51        |
| KOMUNALNO PODJETJE .....                      | 52        |
| NEVLADNE ORGANIZACIJE.....                    | 53        |
| OBČINA .....                                  | 55        |
| <b>SEZNAM KONTAKTOV .....</b>                 | <b>56</b> |
| POMEMBNE TELEFONSKE ŠTEVILKE IN KONTAKTI..... | 56        |
| ZDRAVSTVENA OSKRBA .....                      | 58        |
| SOCIALNO EKONOMSKA PODPORA IN POMOČ .....     | 58        |
| VZGOJNO IZOBRAŽEVALNE USTANOVE .....          | 58        |
| NEVLADNE ORGANIZACIJE.....                    | 60        |
| <b>VIRI.....</b>                              | <b>65</b> |

## SPLOŠNE INFORMACIJE O ZDRAVSTVU

### ZDRAVSTVENO VARSTVO V SLOVENIJI

Poznavanje zdravstvenega sistema in pacientovih pravic nam omogoča, da se aktivno in informirano vključimo v odločanje o našem zdravju, s tem pa povečamo možnosti za boljše rezultate in zaščito naših interesov.

Na spletni strani [Ministrstva za zdravje](#) si lahko preberete kako je organizirano zdravstveno varstvo v Sloveniji in kakšne so razlike med javnimi in zasebnimi izvajalci ter koncesionarji. Pomembno je tudi razlikovanje med zdravstveno dejavnostjo na različnih ravneh:

- primarna raven obsega osnovno zdravstveno dejavnost in lekarniško dejavnost;
- sekundarna raven obsega specialistično ambulantno in bolnišnično dejavnost;

- terciarna raven obsega dejavnosti klinik, kliničnih inštitutov ali kliničnih oddelkov ter drugih pooblaščenih zdravstvenih zavodov.

Spletna stran [Izvajalci zdravstvenih storitev](#) omogoča iskanje izvajalcev zdravstvenih storitev v okviru mreže javne zdravstvene službe v Republiki Sloveniji. Iskanje lahko izvedete po vrsti izvajalcev (npr. bolnišnica, specialist) ali po dejavnosti (npr. fizioterapija, klinična psihologija). Prikazan seznam lahko zamejite na območno enoto.

## OBVEZNO ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE

Obvezno zdravstveno zavarovanje zagotavlja pravice do zdravstvenih storitev, denarnih nadomestil in do ustrezne zdravstvene ter socialne varnosti v času bolezni ali poškodbe.

Nosilec in izvajalec obveznega zdravstvenega zavarovanja v Republiki Sloveniji je [Zavod za zdravstveno zavarovanje](#) (ZZZS), s svojimi [območnimi enotami](#) po vsej državi.

Informacije kaj je obvezno zdravstveno zavarovanje, kako si ga uredite in kakšne pravice vam zagotavlja, so zbrane v knjižici [Pravice iz obveznega zdravstvenega zavarovanja](#), knjižici [Obvezno zdravstveno zavarovanje - informacije v lahkem branju](#) in video vsebini [Informacije v znakovnem jeziku](#).

Na voljo so tudi zloženke [Obvezno zdravstveno zavarovanje dojenčkov](#), [Obvezno zdravstveno zavarovanje študentov](#) in [Obvezno zdravstveno zavarovanje za starejše](#) ter informacije za [brezposelne osebe](#).



**Kartica zdravstvenega zavarovanja** je javna listina in identifikacijski dokument zavarovane osebe v obveznem zdravstvenem zavarovanju. Izdajatelj kartice je ZZZS. Zavarovana oseba svojo kartico predloži ob obisku pri zdravniku ali ob drugi priložnosti, ko dokazuje in uveljavlja svoje pravice iz obveznega zdravstvenega zavarovanja. Kartica omogoča enostaven in hiter prenos podatkov med zavarovanimi osebami, ZZZS in izvajalci zdravstvenih storitev.<sup>1</sup> V zloženki [Kartica zdravstvenega zavarovanja](#) so zbrane ključne informacije o kartici, nasveti za njeno uporabo, opis vidno izpisanih znakov na kartici in e-Storitve ZZZS.



Vir: <https://zavarovanec.zzs.si/vkljucitev-v-obvezno-zdravstveno-zavarovanje-in-pridobitev-kartice-zdravstvenega-zavarovanja/kartica-zdravstvenega-zavarovanja/>

**Evropska kartica zdravstvenega zavarovanja** je dokument, ki vam ga brezplačno izda ZZZS. Evropska kartica potrjuje, da ste upravičeni do določenih zdravstvenih storitev med začasnim bivanjem v tujini. Na spletni strani [Naročilo evropske kartice zdravstvenega zavarovanja \(evropska kartica\)](#) so objavljene informacije o kartici in načini za njeno naročanje, vključno z možnostjo spletnega naročila.



Vir: <https://www.zzs.si/zzs-api/obrazci/narocilo-evropske-kartice-zdravstvenega-zavarovanja-evropska-kartica/>

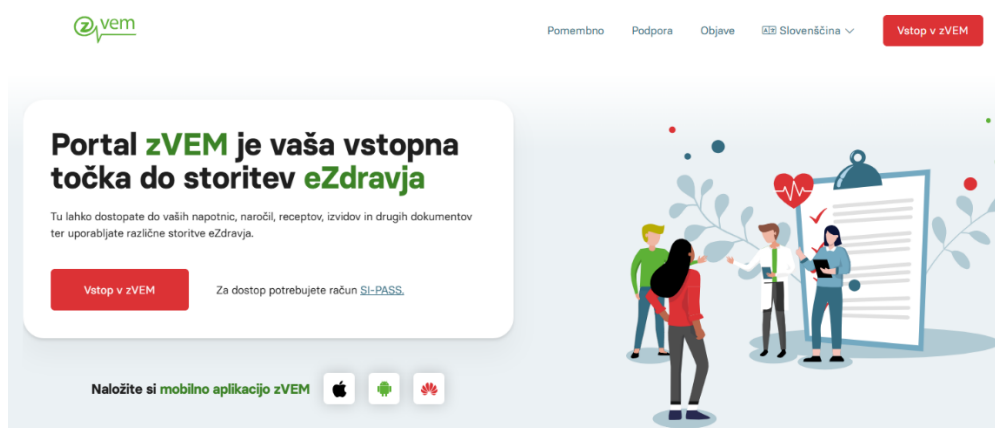
## E-ZDRAVJE

Izraz e-zdravje se nanaša na uporabo digitalnih tehnologij in informacijskih sistemov za izboljšanje zdravja, zdravstvene oskrbe in zdravstvenih storitev. Vključuje uporabo različnih orodij in platform, kot so mobilne aplikacije, telemedicina, elektronski zdravstveni kartoni, digitalno spremljanje pacientovih podatkov, e-recepti in druge oblike spletnega dostopa do zdravstvenih storitev. Namen e-zdravja je zagotoviti učinkovito zbiranje, obdelavo in prenos zdravstvenih podatkov, ter posledično omogočiti bolj kakovostno in varno zdravstveno obravnavo pacientov.

eZdravje, projekt informatizacije slovenskega zdravstva, dolgoročno prinaša zmanjšanje administrativnih stroškov ter učinkovito obvladovanje zajetnih zdravstvenih in z zdravstvom povezanih podatkov ter informacij. Informatizacija omogoča nemoteno komunikacijo, varno in sledljivo izmenjavo podatkov ter elektronske dokumentacije med izvajalci zdravstvene dejavnosti.<sup>2</sup>

Spletna stran [eZdravje](#) je uradna stran državnega projekta eZdravja, kjer so dostopni opisi vseh digitalnih storitev, aktualne novice o eZdravju, promocijski materiali in odgovori na pogosta vprašanja in kontaktni podatki za pomoč uporabnikom.

Med številne storitve eZdravja sodi tudi [portal zVEM](#). Portal je vstopna točka do storitev eZdravja, preko katere lahko dostopamo do naših napotnic, naročil, receptov, izvidov in drugih dokumentov ter uporabljamo druge storitve eZdravja.



Storitev elektronskega naročanja na zdravstvene storitve poleg portala zVEM omogoča tudi portal [eNaročanje](#). Za naročanje moramo vnesti ZZS številko pacienta in številko e-napotnice, ki sta navedeni na potrdilu o izdani e-napotnici.

e-napotna listina e-zdravje NIJZ Ministrstvo za zdravje Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti MOBNA ŠTEVILKA 080 24 45

NAROČANJE NA ZDRAVSTVENO STORITEV in PREGLED e-NAPOTNE LISTINE

Če se želite naročiti oz. si želite ogledati podrobnosti o e-napotni listini, vnesite ZZS številko pacienta in številko e-napotne listine.

Številka ZZS

Vnesite ZZS številko

Številka e-napotne listine

Vnesite številko e-napotne listine

Prijava

Navodila za uporabnike eNaročanja

Za pravilnost podatkov o čakalnih dobah in prvih prostih terminih so odgovorni izvajalci zdravstvene dejavnosti. V primeru nejasnosti se obrnite na izvajalca zdravstvene dejavnosti.

Vir: <https://naročanje.ezdrav.si/>

## PACIENTOVE PRAVICE

Patientove pravice določa [Zakon o pacientovih pravicah](#). Zakon določa pravice, ki jih ima pacient kot uporabnik zdravstvenih storitev pri vseh izvajalcih zdravstvene dejavnosti, postopke uveljavljanja teh pravic, kadar so te kršene in s temi pravicami povezane dolžnosti. Namen zakona je omogočiti enakopravno, primerno, kakovostno in varno zdravstveno obravnavo, ki temelji na zaupanju in spoštovanju med pacientom in zdravnikom ali drugim zdravstvenim delavcem oziroma zdravstvenim sodelavcem.<sup>3</sup>

Patientove pravice, prikazane preko konkretnih življenjskih primerov, so predstavljene v brošuri [Kaj vam prinaša zakon o pacientovih pravicah?](#)

Za večjo kakovost in boljšo dostopnost zdravstvenih storitev ter za večjo varnost pacientov si prizadeva tudi [Zveza organizacij pacientov Slovenije](#).

## ZASTOPNIK PACIENTOVIH PRAVIC

Na zastopnika pacientovih pravic se pacient lahko obrne vedno, kadar potrebuje nasvet, pomoč ali zastopanje (po pooblastilu) pri uresničevanju pravic po zakonu o pacientovih pravicah. Poleg tega zastopnik lahko poda osnovne informacije, nudi strokovno pomoč in daje konkretne usmeritve tudi na področjih uveljavljanja pravic s področja zdravstvenega varstva, zdravstvenega zavarovanja in izvajanja zdravstvene dejavnosti. Delo svetovanja, pomoči in zastopanja zastopnika pacientovih pravic je brezplačno in zaupno.<sup>4</sup>

Zastopniki pacientovih pravic delujejo po vsej državi. Kontaktni podatki zastopnika pacientovih pravic na območju Ljubljane so navedeni v poglavju **Kontakti**.

## ZASTOPNIK PRAVIC OSEB NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA

Zastopnik pravic oseb na področju duševnega zdravja je posameznik, ki varuje pravice, interese in koristi osebe na oddelku pod posebnim nadzorom psihiatrične bolnišnice, varovanem oddelku socialno varstvenega zavoda in doma za starejše ter v nadzorovani obravnavi. Deluje neodvisno od zdravstvenega osebja, socialnih služb, pacientovih svojcev ali skrbnikov. Informira pacienta, katere pravice mu zagotavlja Zakon o duševnem zdravju in kako jih lahko uveljavlja. Prizadeva si, da bolnišnica oziroma zavod spoštuje te pravice in zasebnost pacienta.

## INFORMACIJSKI POOBLAŠČENEC

Skladno z Zakonom o pacientovih pravicah deluje informacijski pooblaščenec kot pritožbeni, inšpekcijski in prekrškovni organ. Kot pritožbeni organ nastopa, kadar izvajalec zdravstvenih storitev krši pravice seznanitve z zdravstveno dokumentacijo pacienta ali umrlega pacienta oziroma z informacijami o zdravstvenem stanju pacienta. Informacijski pooblaščenec izvaja inšpekcijski nadzor in vodi prekrškovne postopke v primeru kršitev:

- pravice pacienta do zaupnosti osebnih podatkov,
- dolžnosti varovanja poklicne skrivnosti,
- dolžnosti izvedbe preiskave nedovoljene obdelave osebnih podatkov,
- določb glede hrambe dokumentacije, nastale v postopku z zahtevo za obravnavo kršitve pacientovih pravic ter
- določb glede dostopa Komisije Republike Slovenije za varstvo pacientovih pravic do zdravstvene dokumentacije.<sup>5</sup>

O ostalih pristojnostih informacijskega pooblaščenca in varstvu osebnih podatkov, si lahko preberete na spletni strani [informacijski pooblaščenec](#), kjer so med drugim objavljeni tudi obrazci s področja pacientovih pravic, priročniki in smernice za varovanje osebnih podatkov.

## DRŽAVNI PROGRAMI S PODROČJA ZDRAVJA

### Program ZDAJ

Program preventivnega zdravstvenega varstva otrok in mladostnikov Program ZDAJ – Zdravje danes za jutri, nosi osrednje sporočilo, da je delovanje za zdravje otrok in mladostnikov ključno za zdravje aktivnega in starajočega se prebivalstva. Program se osredotoča na zdravstvene dejavnike kot so rast in razvoj, način življenja, ki vpliva na njihovo telesno, duševno in socialno zdravje. Namenjen je novorojenčkom, dojenčkom, predšolskim otrokom, šolarjem, dijakom in študentom ter njihovim staršem.

Osnovni nameni Programa ZDAJ so:

- varovanje in krepitev zdravja dojenčkov, otrok, mladostnikov in študentov;
- aktivno spremljanje njihovega zdravja;
- zmanjšanje umrljivosti, obolevnosti in invalidnosti zaradi bolezni, motenj, posledic prirojenih in pridobljenih nepravilnosti, poškodb, zastrupitev ter
- medsebojno povezovanje.

Program obsega izvajanje različnih preventivnih in presejalnih pregledov ter obravnav, vzgojo za zdravje in različna izobraževanja. Preko spletne strani naslavlja različne dejavnike tveganja za zdravje otrok in mladostnikov. Spletna stran [Programa ZDAJ](#) pa ponuja tudi bogato knjižnico vsebin, novic in informacij vse ciljne populacije programa s področja preventive in preventivnih obravnav, krepitev zdravja, zdravega življenjskega sloga, duševnega zdravja in druge pomembne ter zanimive informacije.



## Program SKUPAJ ZA ZDRAVJE

Program Skupaj za zdravje, državni program integrirane preventive kroničnih bolezni za odrasle, vsem odraslim prebivalcem Slovenije nudi strokovno podporo pri skrbi za čim bolj zdravo in kakovostno življenje. Univerzalno dostopen program integriranega preprečevanja kroničnih bolezni se izvaja v ambulantah osebnega izbranega zdravnika ter centrih za krepitev zdravja in zdravstvenovzgojnih centrih v vseh zdravstvenih domovih po Sloveniji.

Za vse, ki imajo urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje, je program brezplačen. Sestavljajo ga: preventivni pregled v ambulantni družinske medicine, skupinske delavnice in individualna svetovanja za pomoč in podporo pri spremembi življenjskega sloga in krepitevi duševnega zdravja, ki jih izvajajo centri za krepitev zdravja in zdravstvenovzgojni centri ter pester nabor aktivnosti za krepitev zdravja, ki potekajo v lokalnih skupnostih.

Na spletni strani programa [Skupaj za zdravje](#) so dostopne podrobnejše informacije o programu, preventivnih pregledih in aktivnostih za krepitev zdravja ter [kontakti vseh centrov v državi](#). Prav tako so na voljo številni nasveti za zdrav življenjski slog in različna [gradiva](#).



## Program MIRA

Program MIRA je Nacionalni program duševnega zdravja, ki v Republiki Sloveniji celovito naslavlja in ureja področje duševnega zdravja. Program povezuje obstoječe ter dodaja nove službe in strukture ter tako odgovarja na potrebe ljudi na področju duševnega zdravja. Glavni poudarki programa so krepitev duševnega zdravja ter preprečevanje in celostna obravnava duševnih motenj. S tem namenom povezuje službe vseh odgovornih sektorjev, torej zdravstva, socialnega varstva, vzgoje in šolstva.

Cilj programa je vzpostaviti dobro podporno okolje na vseh področjih varovanja duševnega zdravja. Službe in storitve poskuša približati uporabnikom in jih spodbuditi k zgodnjemu iskanju pomoči ter na tak način zmanjšati institucionalizacijo na področju duševnega zdravja.

V okviru programa Mira se vzpostavlja mreža centrov za duševno zdravje, v katerih delujejo timi različnih strokovnjakov. Vodilo centrov za duševno zdravje je zagotavljanje enake dostopnosti do storitev in programov za vse skupine ljudi na določenem območju. Trenutno v zdravstvenih domovih po Sloveniji deluje 20 centrov za duševno zdravje otrok in mladostnikov ter 19 centrov za duševno zdravje odraslih.<sup>6</sup>

Spletna stran programa MIRA ponuja številne informacije s področja duševnega zdravja, nasvete kako krepiti duševno zdravje in kako se spoprijemati s težavami in stiskami ter kontakte virov pomoči.



NACIONALNI PROGRAM DUŠEVNEGA ZDRAVJA

## Državni program za obvladovanje sladkorne bolezni

Državni program za obvladovanje sladkorne bolezni 2020 do 2030 izhaja iz dosežkov in izkušenj Nacionalnega programa za obvladovanje sladkorne bolezni 2010 do 2020 in vključuje tako krepitev zdravja prebivalstva in preprečevanje oziroma odlaganje pojava sladkorne bolezni tipa 2 na kasnejše življenjsko obdobje in njeno zgodnje odkrivanje kot oskrbo oseb s sladkorno boleznijo kateregakoli tipa ter spremljanje obvladovanja sladkorne bolezni. Določa cilje, ki jih želimo v Sloveniji uresničiti na teh področjih, predlaga spremembe ter predvsem omogoča boljše in na skupnih vrednotah utemeljeno povezovanje med različnimi ključnimi partnerji, ki sodelujejo pri uresničevanju zastavljenih ciljev.<sup>7</sup>

Sladkorna bolezen zaradi svoje pogostnosti in težkih posledic predstavlja ne samo zdravstveni, ampak tudi širši družbeni, socialni in ekonomski izziv, breme pa bo brez dodatnih učinkovitih ukrepov strmo naraščalo tudi v prihodnjem desetletju.

Na spletni strani državnega programa za obvladovanje sladkorne bolezni 2020 do 2030 so poleg informacij o programu, zbrane številne informacije o sladkorni bolezni, viri pomoči ter e-knjižnica z gradivi.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

DRŽAVNI PROGRAM ZA OBVLADOVANJE  
SLADKORNE BOLEZNI 2020-30



## Državni program obvladovanja raka

Državni program obvladovanja raka 2022 – 2026 je program dejavnosti, nalog in ukrepov, ki so potrebni za učinkovito obvladovanje raka v Republiki Sloveniji. Temelji na mednarodnih priporočilih in je prilagojen sistemu zdravstvenega varstva Republike Slovenije, ki vsem državljanom omogoča enako dostopnost do kakovostnih storitev zdravstvenega sistema na področju raka. Vsebuje stališča zdravstvene politike, zdravstvene stroke in civilne družbe do celostnega obvladovanja raka. Nosilec programa je Ministrstvo za zdravje, od januarja 2022 pa ga upravlja in vodi Onkološki inštitut Ljubljana, ki je tako zadolžen za izvajanje aktivnosti koordinacije in komunikacije.

Namen Državnega programa za obvladovanje raka je zagotavljanje enakosti v dostopu do kakovostnih zdravstvenih storitev s področja onkologije na vseh ravneh zdravstva – primarni, sekundarni in terciarni. Državni program obvladovanja raka opredeljuje podrobne cilje za področje primarne in sekundarne preventive, diagnostike in zdravljenja, rehabilitacije, paliativne oskrbe, raziskovanja, izobraževanja in spremljanja bremena raka. Za doseganje vsakega od teh podrobnih ciljev programa so opredeljeni ukrepi, roki in njihovi nosilci.<sup>8</sup>

[Spletna stran državnega programa](#) za obvladovanje raka ponuja podrobnejše informacije o programu, nasvete za preprečevanje in obvladovanje raka, publikacije in vire pomoči za bolnike in svojce, informacije o diagnostiki, zdravljenju in rehabilitaciji ter informacije o paliativni oskrbi.



Državni program  
obvladovanja raka

# DRŽAVNI PRESEJALNI PROGRAMI ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA

## Program SVIT

Program Svit je državni program presejanja in zgodnjega odkrivanja predrakavih sprememb in raka na debelem črevesu in danki. Za to obliko raka je značilno, da se dolgo časa razvija brez očitnih bolezenskih znakov. Največkrat se razvije iz predrakavih sprememb na steni črevesja, ki jih imenujemo polipi. Če le-te odkrijemo pravočasno in jih odstranimo, lahko preprečimo razvoj bolezni. Za uspešno zdravljenje že razvite bolezni pa je pomembno, da je odkrita v začetnih fazah. Program Svit omogoča laboratorijske preiskave blata, s katerimi odkrijemo prikrita krvavitve, ki so pokazatelj bolezenskih sprememb v črevesu, ko še nimamo nobenih težav z zdravjem. V program so na vsake dve leti vabljeni moški in ženske, stari od 50 do 74 let.

Na spletni strani [Programa Svit](#) so dostopne informacije, gradiva in video vsebine o programu. Za vse informacije o Programu Svit in za pomoč pri vključevanju v program se lahko obrnete na Svitovo podporo, ki deluje v okviru centra za krepitev zdravja zdravstvenega doma Ljubljana. Kontakti in urnik Svitove podpore so navedeni v poglavju Kontakti.

Če potrebujete pomoč pri vključevanju v program, lahko pišete tudi na [svit@nijz.si](mailto:svit@nijz.si) ali pokličete Klicni center Programa Svit na 01/62 04 521 (vsak delavnik med 9. in 14. uro).



## Program DORA

Program Dora je državni presejalni program za raka dojk, ki je najpogostejši rak pri ženskah v Sloveniji. Program omogoča izvedbo mamografije, s katero odkrivamo bolezenske spremembe na dojkah, ki še niso tako velike, da bi jih ženska zatipala pri samopregledovanju ali pa bi jih odkril njen zdravnik pri kliničnem pregledu. Tudi pri tej obliki raka je za uspešno zdravljenje zelo pomembno, da se tumor odkrije še v zgodnji fazi, ko je majhen in omejen le na dojko. V program so vsake dve leti vabljeni ženske, stare od 50 do 69 let.

Na spletni strani [programa DORA](#) so dostopne številne informacije, gradiva in video vsebine. Navedeni so presejalni centri in njihovi kontakti. V kolikor potrebujete pomoč pri vključevanju v program, lahko pišete na [dora@onko-i.si](mailto:dora@onko-i.si) ali vprašajte svojega osebnega zdravnika ali ginekologa ali pokličete na Klicni center Dora 080 27 28 (vsak delavnik med 9. in 12. uro).



## Program ZORA

Program Zora je državni program zgodnjega odkrivanja predrakavih sprememb materničnega vratu. Rak materničnega vratu je posledica okužbe s humanim papilomskim virusom (HPV), ki lahko pri nekaterih ženskah povzroči spremembo zdravih celic v rakave. Te celične spremembe potekajo počasi in postopno več let. V tem obdobju se zdrave celice najprej spremenijo v predrakave, ki imajo že nekatere rakave lastnosti, vendar se ne delijo nenadzorovano, ne rastejo invazivno in ne zasevajo. Iz njih se, če jih ne zdravimo, postopno razvije rak. Ginekolog lahko s testom PAP (brisom materničnega vratu) predrakave celice odkrije in pravočasno zdravi.

V program so na vsake tri leta vabljeni ženske stare od 20 do 64 let, ki presejalni pregled opravijo pri svojem izbranem ginekologu.

Na spletni strani [programa ZORA](#) so dostopne številne informacije, gradiva in seznam ginekologov. V kolikor potrebujete pomoč pri vključevanju v program, lahko pišete na [zora@onko-i.si](mailto:zora@onko-i.si) ali vprašajte svojega osebnega zdravnika ali ginekologa ali pokličete na 01/ 5879 – 575.



## ZDRAVSTVENE USTANOVE V NAŠI LOKALNI SKUPNOSTI

### ZDRAVSTVENI DOM

Zdravstveni dom Ljubljana je javni zdravstveni zavod, ki deluje na območju Mestne občine Ljubljana. Z več enotami pokriva posamezne mestne četrti in izvaja dejavnosti zdravstvenega in zobozdravstvenega varstva na primarni ravni, nujne medicinske pomoči, patronažnega zdravstvenega varstva, fizioterapije, preventivnih programov, svetovanj v Centru za krepitev zdravja (CKZ) ter izbrane specialistične ambulantne dejavnosti.

Dejavnosti Zdravstvenega doma Ljubljana se izvajajo na več lokacijah, razporejenih po posameznih enotah: Center, Bežigrad, Moste-Polje, Šentvid, Vič-Rudnik in Šiška.

Enota Bežigrad se nahaja na Kržičevi ulici 10 in pokriva območje Bežigrada ter sosednjih četrtnih skupnosti ter občino Dol pri Ljubljani.

V okviru enote Bežigrad deluje tudi: Center za krepitev zdravja, patronažna služba, ki pokriva celotno območje Bežigrada s preventivnimi in kurativnimi obiski na domu, specialistične ambulante, med drugim ambulanta za sladkorno bolezen, ki nudi podporo in obravnavo bolnikom s sladkorno boleznijo.

## Kontakti:

Zdravstveni dom Ljubljana – Enota Bežigrad,

**Naslov:** Kržičeva ulica 10, 1000 Ljubljana

**Telefon:** (01) 300 33 00 (tajništvo)



## Center za krepitev zdravja Ljubljana

V centrih za krepitev zdravja so zaposlene medicinske sestre, fizioterapevti, psihologi, dietetiki in kineziologi s specialnimi znanji s področja preventivne skrbi za zdravje. Centri za krepitev zdravja ponuja širok nabor aktivnosti: skupinske delavnice, individualna svetovanja in testiranja, aktivnosti v lokalni skupnosti za različne starostne skupine prebivalstva.

V Centru za krepitev zdravja Ljubljana, v skrbi za zdravje in zdrav življenjski slog, izvajamo aktivnosti:

- v obporodnem obdobju (Priprava na porod in starševstvo, Varna vadba v nosečnosti),
- za otroke, mladostnike in njihove starše (Vzgoja za zdravje otrok in mladostnikov, katerega del je tudi sodelovanje s programom Projektno učenje mlajših odraslih (PUM-O), Vzgoja za ustno zdravje otrok in mladostnikov, Obravnave za krepitev zdravja za otroke in mladostnike ter njihove starše (družinska obravnava za zdrav življenjski slog), Individualni posveti za otroke in mladostnike ter njihove starše),
- za odrasle (preventivne obravnave za odrasle na različnih področjih spreminjanja nezdravih življenjskih navad, krepitev (duševnega) zdravja

ter podpore in pomoči za kakovostnejše življenje s kronično boleznijo, Individualni posveti za odrasle),

- v lokalnih skupnostih (predavanja, delavnice, testiranja, dogodki v delovnih organizacijah, vrtcih in šolah, nevladnih organizacijah, ....)

Na spletni strani programa [Skupaj za zdravje](#) so opisane delavnice in svetovanja, ki se v centrih za krepitev zdravja izvajajo za odrasle osebe, ključne informacije pa so dostopne tudi v [e-gradivih](#). Nekaterih delavnic in svetovanj se lahko udeležite le po predhodno opravljenem preventivnem pregledu ali z usmeritvijo zdravstvenega delavca, pri drugih pa to ni potrebno.

Na spletni strani [centra za krepitev zdravja Ljubljana Bežigrad](#) boste pridobili informacije kateri strokovnjaki so vam na razpolago, katere aktivnosti izvajajo kdaj in kje, kako lahko stopite v stik z njimi.



## **Patronažno zdravstveno varstvo zdravstvenega doma Bežigrad**

[Patronažno varstvo](#) omogoča obravnavo posameznikov, družin in skupnosti v vseh življenjskih obdobjih, v okolju kjer bivajo, se učijo, igrajo in delajo. Organizirano je tako, da lahko medicinske sestre v patronažnem varstvu zaradi svojega načina in mesta delovanja, najhitreje prepoznajo potrebe posameznikov in družin na svojih terenskih območjih ter se nanje lahko tudi hitro in učinkovito odzovejo.

Medicinske sestre v patronažnem varstvu so družinske medicinske sestre. Družine in vsakega družinskega člana posebej obravnavajo v času zdravja in bolezni, z namenom promocije zdravja, preprečevanja bolezni ter zagotavljanja

zdravljenja, zdravstvene nege, rehabilitacije in paliativne oskrbe. So koordinatorke vseh oblik pomoči na domu ter vez med posameznikom in njegovim osebnim zdravnikom. Skrbijo za zdravstveno stanje prebivalcev na določenem terenskem območju, razvijajo programe promocije zdravja ter tako spodbujajo ljudi k čim večji skrbi za lastno zdravje in zdravje družin. Njihovo delovanje seže »do zadnje hiše v zadnji vasi«, se pravi da lahko poiščete njihovo pomoč ne glede na to kje živite. V kolikor še ne poznate medicinske sestre, ki izvaja patronažno varstvo v vašem naselju, ulici, mestni četrti vam svetujemo, da pokličete v najbližji zdravstveni dom ali zdravstveno postajo, kjer vam bodo posredovali vse potrebne informacije. Tudi v primeru, da patronažno zdravstveno varstvo na območju, kjer živite, izvaja zasebna izvajalka patronažnega varstva s koncesijo, vam bodo ustrezne informacije lahko posredovali v patronažni službi zdravstvenega doma.

Obiščejo vas v skladu s svojim letnim načrtom preventivnih obravnav ali po nalogu zdravnika, ko potrebujete podporo pri zdravljenju in zdravstveni negi na domu.

Preventivne obravnave, v skladu s svojim letnim načrtom obravnav, izvajajo pri nosečnicah, otročnicah, novorojenčkih, dojenčkih, otrocih v drugem in tretjem letu starosti, neodzivnikih na vabila na preventivne preglede in presejalne programe za zgodnje odkrivanje predrakavih sprememb in raka, pacientih s kroničnimi boleznimi in starejših osebah, kjer razen ostalega izvedejo oceno tveganja za padce v domačem okolju. Izvajajo tudi posvetovalnice v lokalnih skupnostih, v okviru katerih izvajajo individualna svetovanja, delavnice in krajša predavanja.

Če prebivate na območju Bežigrada in potrebujete pomoč patronažne službe, se lahko obrnete na enoto na Kržičevi ulici 10, kjer vam bodo posredovali vse potrebne informacije.

## **Center za duševno zdravje otrok in mladostnikov**

V [Centru za duševno zdravje otrok in mladostnikov](#) lahko strokovno podporo in pomoč dobijo otroci, mladostniki in njihovi starši, ki potrebujejo podporo ali

pomoč pri reševanju stisk ali ohranjanju in krepitvi duševnega zdravja. Center za duševno zdravje otrok in mladostnikov si prizadeva za preprečevanje, pravočasno ukrepanje, učinkovito zdravljenje duševnih težav in motenj ter preprečevanje njihovih posledic. Centri za duševno zdravje otrok in mladostnikov delujejo v zdravstvenih domovih, na primarni zdravstveni ravni. Vsak center je odgovoren za področje več zdravstvenih domov.

Za pogovor s strokovnjaki v centru za duševno zdravje otrok in mladostnikov se lahko odloči otrok oziroma mladostnik sam, ali pa se po pomoč obrnejo njegovi starši/skrbniki. Za vstop v obravnavo ni nujno potrebna napotnica.

V center vas lahko usmeri tudi osebni izbrani zdravnik otroka, razvojni pediater, vzgojitelj, učitelj ali svetovalec, službe centra za socialno delo, izvajalci socialnovarstvenih programov in druge sodelujoče službe, ki pomagajo pri vzpostavljanju prvega stika z otrokom, mladostnikom ali staršem/skrbnikom. Center sodeluje tudi z drugimi službami in organizacijami v lokalni skupnosti, ki prav tako lahko nudijo pomoč in podporo.<sup>9</sup>

Za podrobnejše informacije o delovanju, urnikih in programih obiščite spletno stran [Centra za duševno zdravje otrok in mladostnikov Ljubljana](#).

## **Center za duševno zdravje odraslih**

V [Centru za duševno zdravje odraslih](#) lahko strokovno podporo in pomoč dobijo odrasli, starejši od 18 let, z najrazličnejšimi težavami v duševnem zdravju.

Centri za duševno zdravje odraslih delujejo v zdravstvenih domovih, na primarni zdravstveni ravni. Vsak center je odgovoren za področje več zdravstvenih domov.

Centri za duševno zdravje odraslih omogočajo hitro in celostno odzivanje na stiske ljudi na svojem področju in s tem v največji možni meri preprečujejo, da bi se duševne stiske poglabile do take mere, da bi postale nujna in ogrožujoča stanja. Hitro odzivanje pomeni, da imajo ljudje s težavami v duševnem zdravju



omogočeno zgodnje odkrivanje, zdravljenje ter preprečevanje poslabšanj težav v duševnem zdravju.

Za pogovor s strokovnjaki v centru za duševno zdravje odraslih se lahko odloči vsak, ki doživlja duševno stisko. Pomoč in nasvet lahko poiščete tudi za svoje bližnje. Za vstop v obravnavo ni nujno potrebna napotnica. V center vas lahko usmerijo tudi vaš osebni zdravnik, zdravniki specialisti, službe nujne medicinske pomoči, center za socialno delo, izvajalci socialnovarstvenih programov ali druge sodelujoče službe. Center sodeluje tudi z drugimi službami in organizacijami v lokalni skupnosti, ki prav tako lahko nudijo podporo in pomoč.<sup>10</sup>

V Ljubljani trenutno Center za duševno zdravje odraslih (CDZO) ne deluje. Kljub temu so odraslim na voljo različne oblike strokovne pomoči v okviru Univerzitetne psihiatrične klinike Ljubljana (UPK). Posamezniki se lahko obrnejo na Urgentno psihiatrično ambulantno v Centru za izvenbolnišnično psihiatrijo (Njegoševa cesta 4), kjer nudijo psihiatrično obravnavo brez napotnice. V nujnih primerih je na voljo Enota za krizne intervencije (Grablovičeva 44a), ki deluje vsak dan, tudi izven rednega delovnega časa. V nočnem času (od 19.00 do 7.00) deluje Klic v duševni stiski (01 520 99 00). Osebni zdravnik lahko pomaga pri presoji resnosti stanja in napotitvi.

*Dodatne informacije o možnostih pomoči so dostopne na spletnem portalu [www.zadusevnozdravje.si](http://www.zadusevnozdravje.si).*

## BOLNIŠNICA

Na območju Bežigrada ni bolnišničnih ustanov z oddelki za bolnišnično zdravljenje. Prebivalci imajo na voljo Zdravstveni dom Ljubljana – Enota Bežigrad, kjer delujejo ambulate družinske medicine, specialistične

ambulante, zobozdravstvo, patronažna služba, Center za krepitev zdravja in druge oblike primarne zdravstvene oskrbe.

Za bolnišnično zdravljenje in nujne specialistične obravnave je najbližja ustanova Univerzitetni klinični center Ljubljana (UKC Ljubljana), ki se nahaja v neposredni bližini Bežigrada. UKC Ljubljana je največja bolnišnica v državi in zagotavlja urgentno medicinsko pomoč ter širok spekter specialističnih in bolnišničnih storitev.

## LEKARNE

V Sloveniji je lekarniška dejavnost del zdravstvene dejavnosti, ki zagotavlja preskrbo prebivalstva, zdravstvenih zavodov in drugih organizacij z zdravili. Izvaja se na primarni, sekundarni in terciarni ravni. Izvajajo jo izvajalci lekarniške dejavnosti.<sup>11</sup>

Na spletni strani lekarniške zbornice Slovenije si lahko preberete o [mreži lekarn](#) v državi ter seznanite z zemljevidom lekarn in seznamom dežurnih lekarn, ki zagotavljajo 24-urno preskrbo prebivalstva z zdravili.

Na območju Bežigrada in Črnuč deluje več enot [Lekarne Ljubljana](#), med drugim Lekarna Bežigrajski dvor na Kržičevi ulici ter Lekarna Bežigrad na Dunajski cesti.

V občini Dol pri Ljubljani prebivalcem storitve nudi **Lekarna Pogačnik** na Vidmu. Vse naštetje lekarne zagotavljajo preskrbo z zdravili, svetovanje in druge lekarniške storitve v rednem delovnem času.

Nobena izmed lekarn na tem območju ne deluje 24 ur na dan. Za nujno preskrbo z zdravili zunaj rednega delovnega časa je potrebno poiskati dežurno lekarno, ki zagotavlja stalno dostopnost v Ljubljani. Seznam dežurnih lekarn je objavljen in sproti posodobljen na spletni strani Lekarne Ljubljana ter na portalu [ezobozdravnik.si](http://ezobozdravnik.si)

### Farmacevt svetovalec/Ambulanta farmacevta svetovalca

V Zdravstvenem domu Ljubljana deluje [ambulanta farmacevta svetovalca](#), kjer pacienti lahko opravijo farmakoterapijski pregled. Gre za poglobljen pregled zdravljenja z zdravili, katerega namen je povečati varnost in učinkovitost terapije, zmanjšati tveganje za neželene učinke ter izboljšati kakovost življenja bolnikov. Na pregled pacienta napoti osebni zdravnik z delovnim nalogom, stroške pa krije ZZZS. Storitev je posebej namenjena bolnikom, ki jemljejo več zdravil hkrati, imajo kompleksno terapijo ali potrebujejo dodatno podporo pri pravilni uporabi zdravil.

Več o tem kdo so farmacevti svetovalci, kaj je njihovo delo in kako dostopate do njih, si lahko preberete v zloženki [Kdo je farmacevt svetovalec?](#)

## ZASEBNI IZVAJALCI ZDRAVSTVENE DEJAVNOSTI

Zdravstveno dejavnost lahko opravljajo tudi zasebni zdravstveni izvajalci, vendar le na podlagi dovoljenja ali odločbe o vpisu v register zasebnih zdravstvenih delavcev, ki ga izda Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije. Zasebni zdravstveni izvajalci lahko pridobijo koncesijo na primarni ali sekundarni ravni, vendar se ta podeli le, če javni zdravstveni zavod ne more zagotoviti potrebne dostopnosti do zdravstvenih storitev. Na primarni ravni jo podeli občina s soglasjem Ministrstva za zdravje, na sekundarni ravni pa jo podeli Ministrstvo za zdravje.

Za podroben seznam vseh zasebnih izvajalcev zdravstvene dejavnosti v občini Ljubljana, ki imajo sklenjeno pogodbo z Zavodom za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS), obiščite uradno spletno stran ZZZS:

[Seznam izvajalcev zdravstvenih storitev – ZZZS](#)

## PRO BONO AMBULANTA

Ambulanta s posvetovalnico za osebe brez zdravstvenega zavarovanja

Mislejeva ulica 3, 1000 Ljubljana

**Kontakt** za naročanje in informacije:

**Telefon:** 01 555 31 80, 070 597 896;

**E-pošta:** [probono@zd-lj.si](mailto:probono@zd-lj.si)

## ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE – OBMOČNA ENOTA LJUBLJANA

Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS) je nosilec in izvajalec obveznega zdravstvenega zavarovanja ter obveznega zavarovanja za dolgotrajno oskrbo v Republiki Sloveniji in ima status javnega zavoda s sedežem v Ljubljani.

Osnovna funkcija zavoda je zagotavljanje učinkovitega zbiranja in razdeljevanja javnih sredstev za kakovostno uresničevanje pravic iz naslova obveznega zdravstvenega zavarovanja in obveznega zavarovanja za dolgotrajno oskrbo. Pravice iz obveznega zdravstvenega zavarovanja, za katere se namenja sredstva, zbrana z obveznim plačevanjem prispevkov, zajemajo pravice do zdravstvenih storitev in do nekaterih denarnih nadomestil ("boleznine", potne stroške...). Pravice iz obveznega zavarovanja za dolgotrajno oskrbo se vzpostavljajo postopoma do decembra 2025 in jih skladno z zakonom zagotavljajo različne ustanove (Ministrstvo za solidarno prihodnost, centri za socialno delo...).<sup>12</sup>

Na področju **Mestne občine Ljubljana** deluje **Območna enota ZZZS Ljubljana**, ki pokriva največje število zavarovancev v državi.

Za dodatne informacije je na voljo tudi Kontaktni center ZZZS na telefonski številki 01 30 77 300.

## NACIONALNI INŠTITUT ZA JAVNO ZDRAVJE - OBMOČNA ENOTA LJUBLJANA

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) je osrednja nacionalna ustanova, katere glavni namen je proučevanje, varovanje in zviševanje ravni zdravja prebivalstva Republike Slovenije s pomočjo ozaveščanja prebivalstva in drugih preventivnih ukrepov. Poleg osrednje vloge v dejavnosti javnega zdravja v Sloveniji se NIJZ aktivno vključuje tudi v mednarodne projekte, ki pokrivajo različna področja zdravja in splošnih javnozdravstvenih problemov prebivalstva. NIJZ predstavlja tudi ekspertno raven za podporo odločitvam, ki jih sprejema država na nacionalnem in lokalnem nivoju in ki imajo posreden ali neposreden vpliv na zdravje.<sup>13</sup>

Na spletni strani NIJZ so objavljene številne informacije in nasveti s področja zdravega življenjskega sloga, okolja, nalezljivih in nenalezljivih bolezni, na razpolago so številne publikacije in podatki. Objavljene so tudi lokacije in kontakti ter objave devetih območnih enot NIJZ.

### **Območna enota Ljubljana**

Zaloška cesta 29, 1000 Ljubljana

<https://nijz.si/regije/obmocna-enota-ljubljana/>

## NACIONALNI LABORATORIJ ZA ZDRAVJE, OKOLJE IN HRANO - OBMOČNA ENOTA BEŽIGRAD

Nacionalni laboratorij za zdravje, okolje in hrano (NLZOH) je osrednji in največji slovenski javnozdravstveni laboratorij, ki se ukvarja s problematiko varovanja okolja, diagnostično in javnozdravstveno mikrobiološko dejavnostjo, kemijskimi in mikrobiološkimi analizami različnih vrst vzorcev ter z raziskovalno dejavnostjo.

V laboratoriju opravljajo storitve za potrebe države, predvsem za potrebe spremljanja javnozdravstvenih dejavnikov ter uradnih in inšpekcijskih nadzorov iz pristojnosti Ministrstva za zdravje, Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, Ministrstva za okolje in Ministrstva za obrambo. Svoje storitve ponujajo tudi naročnikom na prostem trgu. V sodelovanju z drugimi ustanovami v Sloveniji in tujini sodelujejo pri nacionalnih in mednarodnih raziskovalnih, aplikativnih in svetovalnih projektih.<sup>14</sup>

Na spletni strani Nacionalnega laboratorija za zdravje, okolje in hrano lahko raziščete njihova področja delovanja, se seznanite s storitvami, ki jih ponujajo in pridobite kontakte in lokacije njihovih območnih enot.

### **Območna enota Ljubljana**

Zaloška cesta 29 | 1000 Ljubljana

+386 1 58 63 900

<https://www.nlzoh.si/>

## **ZDRAVSTVENI INŠPEKTORAT - OBMOČNA ENOTA BEŽIGRAD**

Na Zdravstvenem inšpektoratu za varovanje javnega zdravja v državi opravljamo inšpekcijske nadzore nad izvajanjem zakonov in drugih predpisov, ki urejajo področja:

- zdravstvene dejavnosti, pacientovih pravic, zdravniške službe, duševnega zdravja, presaditev delov telesa zaradi zdravljenja in ravnanja z odpadki, ki nastanejo v zdravstveni dejavnosti,
- nalezljivih bolezni in minimalnih sanitarno-zdravstvenih pogojev,
- zdravilstva,
- kopališč in kopalnih vod,
- pitne vode,
- varnosti na smučiščih,
- splošne varnosti proizvodov, kozmetičnih proizvodov in igrač,

- materialov ter izdelkov, namenjenih za stik z žvili; njihove uporabe v postopkih proizvodnje in distribucije prehranskih dopolnil ter žvil, namenjenim dojenčkom in majhnim otrokom, žvil za posebne zdravstvene namene ter popolnih prehranskih nadomestkov za nadzor nad telesno težo,
- prehranskih dopolnil; žvil, namenjenih dojenčkom in majhnim otrokom; žvil za posebne zdravstvene namene ter popolnih prehranskih nadomestkov za nadzor nad telesno težo,
- omejevanja porabe alkohola in omejevanja uporabe tobačnih in povezanih izdelkov,
- dela in zaposlovanja na črno pri izvajalcih dejavnosti, ki so pod nadzorom inšpektorata.<sup>15</sup>

### **Območna enota zdravstvenega inšpektorata Ljubljana**

Inšpektorji iz območne enote opravljajo inšpekcijski nadzor in naloge prekrškovnega organa na vseh področjih Zdravstvenega inšpektorata. Na podlagi letnega programa inšpekcijskega nadzora Zdravstvenega inšpektorata izvajajo redne inšpekcijske preglede. Na podlagi prijav, odstopov, obvestil iz evropskih sistemov obveščanja in drugih utemeljenih sumov opravljajo izredne inšpekcijske preglede. Z namenom preverjanja odprave predhodno ugotovljenih neskladnosti izvajajo kontrolne preglede. Za namen preverjanja varnosti in skladnosti odvzemajo vzorce izdelkov za laboratorijsko analizo.<sup>16</sup>

### **MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE**

### **ZDRAVSTVENI INŠPEKTORAT REPUBLIKE SLOVENIJE**

Vilharjeva cesta 31

1000 Ljubljana

01 420 45 33

[gp-oelj.zirs@gov.si](mailto:gp-oelj.zirs@gov.si)



Za dopolnitev opisa in lokalne kontakte glej <https://www.gov.si/drzavni-organi/organi-v-sestavi/zdravstveni-inspektorat/o-inspektoratu/>

<https://www.gov.si/drzavni-organi/organi-v-sestavi/zdravstveni-inspektorat/o-inspektoratu/obmocna-enota-koper/>

## DRUGE ORGANIZACIJE V NAŠEM LOKALNEM OKOLJU, POMEMBNE PRI SKRBI ZA ZDRAVJE

### CENTER ZA SOCIALNO DELO

Centri za socialno delo (CSD) so osrednja strokovna institucija na področju socialnega varstva. Strokovni delavci na CSD-jih zagotavljajo različne oblike pomoči vsem, ki se znajdejo v življenjski stiski in potrebujejo strokovno pomoč. Pri CSD-jih uveljavljate tudi pravice iz starševskega varstva in do družinskih prejemkov ter pravice iz javnih sredstev.<sup>17</sup>

Dejavnost centrov za socialno delo obsega:

- **Socialnovarstvene storitve:** socialna preventiva, prva socialna pomoč, osebna pomoč, pomoč družini za dom, pomoč družini na domu, pomoč žrtvam kaznivih dejanj;
- **Javna pooblastila in naloge po zakonu:**
  - Varstvo otrok in družine (statusna razmerja, urejanje starševstva, izpolnjevanje starševske skrbi, ukrepi CSD za varstvo otrok, obravnava otrok in mladoletnikov).
  - Varstvo odraslih (naloge za preprečevanje nasilja v družini, obravnava odraslih storilcev kaznivih dejanj, priznanje statusa odrasle invalidne osebe, skrbništvo, uporabniki s težavami v duševnem zdravju, krizne intervencije).
  - Uveljavljanje pravic iz javnih sredstev.

- Starševsko varstvo in družinski prejemki.
- Oprostitve plačil socialno varstvenih storitev.

Na spletni strani [Delovna področja centrov za socialno delo](#) so podrobneje opisani in razloženi denarni prejemki in subvencije, starševsko varstvo in družinski prejemki, varstvo otrok in družine, varstvo odraslih, varstvo invalidov in socialnovarstvene storitve.

V gradivu [Vodnik po socialnih pravicah](#), pridobite informacije do katerih denarnih prejemkov, subvencij in znižanih plačil ste upravičeni in kako lahko svoje pravice uveljavite.

Knjižica [Mreža socialnovarstvenih programov, programov za invalide in programov v podporo družini](#) vključuje kontakte izvajalcev različnih programov s področja socialnega, družinskega in invalidskega varstva. Gre za izvajalce, ki zagotavljajo različne oblike pomoči posameznikom in skupinam, ki se znajdejo v raznih življenjskih stiskah pri katerih potrebujejo strokovno pomoč.

## **Center za socialno delo Bežigrad**

### **Kontakt:**

**Telefon:** 01 300 18 00

**Email:** gpcsd.ljbez@gov.si

## **ZAVOD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA ZAPOSLOVANJE**

[Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje](#) (ZRSZ) 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.

Storitve zavoda so namenjene:

- Brezposelnim, iskalcem zaposlitve in mladim, ki potrebujejo strokovno pomoč pri zaposlovanju in poklicni orientaciji.
- Delodajalcem, izvajalcem programov zaposlovanja in socialnim partnerjem.
- Strokovnim institucijam in širši javnosti.

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.<sup>18</sup>

Več o [denarnem nadomestilu](#) si lahko preberete na spletni strani zavoda za zaposlovanje, kjer je dostopna tudi video vsebina na to temo.

Uradi za delo **v neposrednem stiku** s strankami zagotavljajo **pravice s področja**:

- posredovanja zaposlitve in dela, zaposlitvenega svetovanja,
- uveljavljanja pravic iz zavarovanja za brezposelnost,
- izvajanja ukrepov zaposlovanja ter
- kariernega svetovanja za mladino in odrasle.

## **Zavod RS za zaposlovanje – Območna služba Ljubljana**

Območna služba Ljubljana Zavoda za zaposlovanje je pristojna za izvajanje politik zaposlovanja, svetovanje iskalcem zaposlitve, vodenje evidenc brezposelnih ter izvajanje ukrepov aktivne politike zaposlovanja za območje mesta, ki vključuje tudi Bežigrad.

## Kontakt:

**Naslov:** Parmova ulica 32, 1000 Ljubljana

**Telefon:** 01 242 41 40

**E-pošta:** gpzrszljubljana@ess.gov.si

## POLICIJA

Poslanstvo [policije](#) je varovanje življenja, telesne integritete in premoženja ljudi, preprečevanje in obvladovanje varnostnih incidentov. Je tudi zmanjševanje občutka strahu ljudi pred tem, da postanejo žrtve kaznivih ravnanj, in zagotavljanje javnovarnostnih razmer, ki ljudem omogočajo kakovostnejše življenje in delo ter splošen družbeni razvoj in blagostanje.

### **Policijsko delo v skupnosti, preventivna dejavnost**

Slovenska policija si nenehno prizadeva vzpostaviti dober odnos z državljani in lokalno skupnostjo, še zlasti pri vprašanjih, povezanih z varnostjo, kajti policijsko delo je lahko učinkovito samo takrat, ko so prisotni v skupnosti, ko skupaj z ljudmi ugotavljajo težave in odpravljajo vzroke zanje. Ena od oblik njihovega dela je zato t. i. policijsko delo v skupnosti, kjer so v ospredju prav partnersko sodelovanje med državljani in policijo, skupno identificiranje varnostnih problemov in njihovo reševanje.<sup>19</sup>

Na spletni strani [Policije](#) se lahko podrobneje seznanite s številnimi preventivnimi projekti, ki jih izvajajo kot npr. projekt Bodi zvezda, ne meči petard, projekt Varna pot v šolo in domov, projekt za starejše občane Ne pozabite na varnost itd.



## **Policijska uprava Ljubljana**

Policijska uprava Ljubljana je največja policijska uprava v Sloveniji in pokriva območje Mestne občine Ljubljana ter širše okolice. Naloge policijske uprave obsegajo zagotavljanje varnosti ljudi in premoženja, vzdrževanje javnega reda in miru, varnost cestnega prometa, preprečevanje in preiskovanje kaznivih dejanj ter sodelovanje z lokalnimi skupnostmi pri preventivnih programih.

Na območju Ljubljane delujejo posamezne **policijske postaje**, med njimi tudi **Policijska postaja Bežigrad** in **Policijska postaja Črnuče**, ki sta pristojni za lokalno raven varnosti. Občani se lahko nanju obrnejo v primeru prijave kaznivih dejanj, kršitev javnega reda, prometnih nesreč ali za pridobitev informacij.

Za več informacij obiščite spletno stran: [Policija – Policijska uprava Ljubljana](#)

### **Policijska postaja Bežigrad**

Policijska postaja Bežigrad pokriva območje Bežigrada in bližnjih četrtnih skupnosti. Občani se lahko nanjo obrnejo v primeru prijave kaznivih dejanj, prometnih nesreč, kršitev javnega reda ali za pridobitev informacij.

Kontakt:

**Naslov:** Posavskega ulica 3, 1000 Ljubljana

**Telefon:** 01 589 71 00

**E-pošta:** [pp\\_bezigrad.pulj@policija.si](mailto:pp_bezigrad.pulj@policija.si)

## GASILSTVO

Naloge gasilstva opravljajo gasilske organizacije, ki nepoklicno opravljajo gasilsko službo (prostovoljna gasilska društva in njihove enote ter gasilske zveze) in poklicne gasilske enote (javni zavodi, režijski obrati ali druge organizacijske oblike).

Operativne naloge gasilstva so gašenje in reševanje ob požarih, prometnih, okoljskih oziroma ekoloških ter industrijskih nesrečah, opravljanje nalog zaščite in reševanja oseb ter premoženja ob naravnih in drugih nesrečah ter druge splošne reševalne naloge. Operativne naloge gasilstva so lahko tudi preventivne, in sicer izvajanje ukrepov varstva pred požarom ter usposabljanja in vaje.<sup>20</sup>

### Lokalno gasilstvo

Na območju Bežigrada, Črnuč in Dola pri Ljubljani delujejo prostovoljna gasilska društva (PGD), ki izvajajo naloge gašenja in reševanja ob požarih ter nesrečah, zagotavljajo preventivo in usposabljanja ter sodelujejo z Gasilsko brigado Ljubljana kot poklicno gasilsko enoto.

#### PGD Črnuče

Prostovoljno gasilsko društvo Črnuče je del Gasilske zveze Ljubljana in pokriva območje Črnuč ter okolice. Poleg operativnih intervencij izvajajo tudi preventivne dejavnosti in izobraževanja.

**Naslov:** Dunajska cesta 369, 1231 Ljubljana – Črnuče

**Telefon:** 051 646 490

**E-pošta:** info.crnuce@gzl.si

## **PGD Ježica**

PGD Ježica je prostovoljno gasilsko društvo na območju Bežigrada, ki se vključuje v intervencije ob požarih in nesrečah ter sodeluje z lokalno skupnostjo pri ozaveščanju o požarni varnosti.

**Naslov:** Ježica 11, 1000 Ljubljana

**Telefon:** 041 373 414

**E-pošta:** info.jezica@gzl.si

## **PGD Dol pri Ljubljani**

PGD Dol pri Ljubljani pokriva območje občine Dol in izvaja vse naloge gasilstva, vključno z gašenjem, reševanjem ter preventivnimi dejavnostmi.

**Naslov:** Videm 48, Dol pri Ljubljani

**Telefon:** 041 335 009

**E-pošta:** pgddol.poveljstvo@gmail.com

## **PGD Dolsko**

PGD Dolsko je prostovoljno gasilsko društvo, ki deluje v sklopu Gasilske zveze Dol pri Ljubljani. Sodeluje pri intervencijah ter prireja tudi preventivne akcije in vaje.

**Naslov:** Dolsko 15, Dol pri Ljubljani

**Telefon:** 041 666 863

**E-pošta:** pgddolsko@gmail.com

## **Gasilska brigada Ljubljana**

Gasilska brigada Ljubljana je poklicna gasilska enota, ki pokriva območje Mestne občine Ljubljana in nudi podporo prostovoljnim gasilskim društvom. Poleg gašenja

požarov izvaja tudi tehnične intervencije in naloge zaščite ob nesrečah večjega obsega.

**Naslov:** Vojkova cesta 19, 1000 Ljubljana

**Telefon:** 01 475 01 00

**E-pošta:** [info@gasilskabrigadaljubljana.si](mailto:info@gasilskabrigadaljubljana.si)

Pomemben del nalog gasilstva vključuje tudi preventivno dejavnost. Številni nasveti, gradiva in video vsebine so dostopni na spletni strani ([Gasilske brigade Koper](#) in spletne strani) [Gasilske zveze Slovenije](#).

## CIVILNA ZAŠČITA

Enote in službe [Civilne zaščite](#) se praviloma organizirajo, kadar nalog zaščite, reševanja in pomoči ni mogoče opravljati s poklicnimi ali prostovoljnimi reševalnimi službami. Sodelovanje v enotah, organih in službah Civilne zaščite je organizirano po načelu državljske dolžnosti. Poleg spodaj izpostavljenih enot, je na ravni države na področju Civilne zaščite organizirana tudi Komisija za popis in oceno poškodovanosti objektov ob naravnih in drugih nesrečah.<sup>21</sup>

Na spletni strani Uprave republike Slovenije za zaščito in reševanje so predstavljeni tudi preventivni napotki ob požaru, potresu in poplavi. Sprehodate se po [Spletni hiši](#) in preverite varnost svojega doma.

Na območju Občine Dol pri Ljubljani deluje Občinski štab Civilne zaščite, ki skrbi za usklajevanje in izvajanje ukrepov ob naravnih in drugih nesrečah.

Kontaktne podatki:

Telefon občinskega štaba: 01 530 32 50



Poveljnik CZ: 040 454 596

E-pošta: cz@dol.si

## VEČGENERACIJSKI CENTER

Večgeneracijski centri pod imenom večgeneracijski centri+ (VGC+) delujejo od avgusta 2024, ko so začeli z izvajanjem novih projektov, čeprav so na nekaterih lokacijah delovali že od leta 2016. Namen večgeneracijskih centrov je ponuditi raznolike, dostopne in kakovostne preventivne programe, namenjene ranljivim družbenim skupinam, in na ta način prispevati k dvigu kakovosti življenja ranljivih skupin ter preprečevati zdrs v socialno izključenost in revščino.

VGC+ so namenjeni zlasti naslednjim ciljnim skupinam:

- družinam, še zlasti tistim z nizkim socialno-ekonomskim statusom,
- osebam, zlasti otrokom in mladim, ki tvegajo socialno izključenost,
- starejšim, zlasti tistim iz socialno ogroženih okolij,
- osebam, zlasti otrokom in mladim, s posebnimi potrebami,
- migrantskim in begunskim posameznikom in družinam, zlasti otrokom in mladim ter ženskam iz teh družin,
- romskim družinam, zlasti otrokom in mladim ter ženskam iz teh družin,
- enostarševskim družinam,
- invalidom.

VGC+ ponujajo prostor za druženje in medgeneracijsko povezovanje, informiranje o storitvah in različnih možnostih pomoči za starejše, delavnice za razvijanje novih veščin in znanj (na primer računalniško znanje, ročne spretnosti), predavanja o različnih tematikah (na primer s področja zdravja, upravljanja z denarjem), kulturne in športne dejavnosti, pogovorne skupine za lajšanje težav, svetovanje uporabnikom v stiski.<sup>22</sup>

### **Lokalni večgeneracijski center**

*Kratek opis, pomembne informacije, povezava do spletne strani,... glej*

<https://www.gov.si teme/vecgeneracijski-centri/>

## CENTER ZA DRUŽINE

Centri za družine delujejo preventivno in izvajajo izobraževalne delavnice, pogovore in predavanja za družine, predstavljajo osrednji prostor v lokalnem okolju in so namenjeni druženju oziroma zagotavljanju potreb različnih oblik družin v vseh življenjskih obdobjih. Cilj izvajanja vsebin je otrokom, mladostnicam oziroma mladostnikom (v nadaljnjem besedilu: mladostniki) ponuditi raznovrstne možnosti učenja za njihov celosten razvoj ter pridobivanje ustreznih socialnih veščin in kompetenc za obvladovanje čustev, pozitivne samopodobe ter konstruktivnega reševanja raznovrstnih problemov, njihove starše pa opolnomočiti za pozitivno starševstvo, s pomočjo katerega bodo pomembno vplivali na kakovost družinskega življenja in konstruktivno reševanje medosebnih konfliktov.<sup>23</sup>

### Lokalni center za družine

*Kratek opis, pomembne informacije, povezava do spletne strani,... glej*

<https://www.gov.si teme/centri-za-druzine/>

## PUMO – Projektno učenje mlajših odraslih

PUM-O+ je program v katerega se za obdobje do 10 mesecev vključujejo mlajši odrasli v starosti od 15 do 26 let, ki so neuspešno končali ali prekinili šolanje na osnovni, poklicni, strokovni ali gimnazijski ravni. V program se lahko vključijo tudi dijaki, ki so še vključeni v šolanje, a imajo težave in jim preti osip ali pa mlajši udeleženci programa Osnovna šola za odrasle. V programu lahko ob podpori mentorjev in zunanjih sodelavcev pridobijo kompetence, ki jim omogočajo uspešno nadaljevanje in dokončanje šolanja in uspešno približevanje trgu dela. Andragoški center Slovenije s svojimi dejavnostmi strokovno podpira delovanje in razvoj programa v sodelovanju z vsemi deležniki.<sup>24</sup>

Informacije o [PUM-O Plus](#) in [izvajalcih](#) programa so dostopne tudi na spletni strani Zavoda za zaposlovanje

#### **Lokalni PUMO**

#### **DRUŠTVO ZA RAZVOJ ODGOVORNOSTI ŠKATELC**

##### **Kontakt:**

**Telefon:** 064 288 868

E-pošta: [pumoljubljana@gmail.com](mailto:pumoljubljana@gmail.com)

## **DOM ZA STAREJŠE**

Domovi za starejše izvajajo storitev institucionalnega varstva, ki obsega vse oblike pomoči v zavodu, v drugi družini ali drugi organizirani obliki, s katerimi se starejšim nadomeščajo ali dopolnjujejo funkcije doma in lastne družine, zlasti pa bivanje, varstvo, organizirana prehrana in zdravstveno varstvo. Izvajajo tudi pomoč posamezniku in družini na domu ter naloge, ki obsegajo priprave okolja, družine in posameznikov na starost.<sup>25</sup>

Na spletni strani [Domovi za starejše](#) je opisan sprejem v dom za starejše, objavljen seznam nastanitvenih mest in seznam domov za starejše.

### **Lokalni dom upokojencev**

Na območju Mestne občine Ljubljana – Bežigrad deluje Dom upokojencev (DSO), ki je javni socialno-varstveni zavod z več enotami. DSO izvaja storitve institucionalnega varstva, dnevnega varstva in pomoči na domu za starejše prebivalce.

**Dom starejših občanov Bežigrad:** zavod nudi bivanje, zdravstveno nego, organizirano prehrano, rehabilitacijo, aktivnosti za kakovostno staranje ter dodatne storitve za zunanje uporabnike. Ponuja celodnevno nastanitev, dnevno varstvo, prehrano, zdravstveno nego, fizioterapijo,, rekreativne in kulturne dejavnosti, prevoze. Nudi kosila in nekatere storitve tudi za zunanje uporabnike.

#### **Kontaktne podatki:**

**Naslov:** Komanova ulica 1, 1000 LJ

**Telefon:** 01 589 67 50

**E-pošta:** [info@dsolj-bezigrad.si](mailto:info@dsolj-bezigrad.si)

Za več informacij o storitvah, cenah in postopku sprejema lahko obiščete njihovo spletno stran: <https://www.dsolj-bezigrad.si/>

**DEOS Center starejših Črnuče:** Center starejših Črnuče je zasebni socialnovarstveni zavod s koncesijo. Center ima v pritličju prostor za fizioterapijo, delovno terapijo in duhovno oskrbo, kavarno s teraso in frizerski salon. Zavod nudi bivanje, zdravstveno nego, organizirano prehrano, rehabilitacijo, aktivnosti za kakovostno staranje.

#### **Kontaktne podatki:**

**Naslov:** Cesta Ceneta Štuparja 141, 1231 Ljubljana-Črnuče

**Telefon:** 01 562 27 00

**E-pošta:** [info.crnuce@deos.si](mailto:info.crnuce@deos.si)

Za več informacij o storitvah, cenah in postopku sprejema lahko obiščete njihovo spletno stran: <https://www.deos.si/crnuce/>

## POMOČ NA DOMU

Na spletni strani [Pomoč na domu](#) so predstavljene vrste pomoči, izvajalci, sofinanciranje storitev, register zasebnikov in pravnih oseb, ki opravljajo socialnovarstvene storitve pomoč družini na domu.

Na spletni strani Instituta Republike Slovenije za socialno varstvo je objavljen [zemljevid pomoči na domu po slovenskih občinah](#), s kontakti in cenami.

### Lokalna pomoč na domu

#### Zavod za oskrbo na domu

Zavod za oskrbo na domu Ljubljana (ZOD Ljubljana) je največji zavod v Sloveniji za izvajanje pomoči družini na domu, s celovito socialno oskrbo na domu za starejše, kronično bolne in invalide.

Poleg temeljne naloge izvajanja storitve pomoči na domu omogočajo starejšim tudi socialni servis in medgeneracijsko sodelovanje in druženje, pri čemer pomaga več kot 70 prostovoljcev. Letno nudijo pomoč že 1.500 osebam.

#### Kontakt:

**Telefon:** +386 (0)1 2396 500

**E-pošta:** [info@zod-lj.si](mailto:info@zod-lj.si)

#### Zavod Pristan

Zaradi nenehne rasti povpraševanja po storitvah pomoči na domu smo na podlagi javnega razpisa dne 17. 9. 2009 z odločbo št. 122-220/2008-33 Zavodu za socialno oskrbo Pristan podelili koncesijo za opravljanje javne službe pomoč družini na domu na območju Mestne občine Ljubljana. Zavod Pristan je zasebni zavod, s sedežem Goriška cesta 27, Vipava, ki se ukvarja s socialnovarstvenimi storitvami. Koncesijo v Ljubljani so začeli izvajati 7. 10. 2009, in sicer za obdobje 10 let, na podlagi odločbe št. 1221-3/2019-3 z dne 23. 1. 2019 pa se koncesijsko razmerje podaljša do 6. 10. 2029.

### **Kontakt:**

**Telefon:** 05 368 70 00

**E-pošta:** [info@zavod-pristan.si](mailto:info@zavod-pristan.si)

### **Oskrba na domu – Občina Dol pri Ljubljani**

Na območju Občine Dol pri Ljubljani storitev **pomoči na domu** izvajajo v okviru **Občinskega centra za socialno delo** oz. preko pooblaščenih izvajalcev, ki jih določa občina. Namenjena je starejšim, invalidom in drugim pomoči potrebnim prebivalcem.

Več informacij o naročilu storitve in dostopnosti pomoči na domu je objavljenih na spletni strani občine Dol pri Ljubljani: [Pomoč na domu – Občina Dol pri Ljubljani](#)

### **Zavod Taurus**

Zavod Taurus OA je zasebni zavod za izvajanje storitev socialnega varstva za starejše in invalide brez nastanitve. Sedež zavoda se nahaja v Motniku, storitve pa izvajajo tudi po občinah Kamnik, Domžale, Dol pri Ljubljani in bližnji okolici. Zaposlenih imajo 25 oseb, sodelujejo pa tudi z več kot 25 zunanjimi izvajalci, ki izvajajo dela na področju osebne asistencije, fizioterapije, zdravstvene nege in socialne oskrbe. So mlada in vedoželjna ekipa, ki se popolnoma posveti uporabnikom in njihovim najbližjim ter nudijo prijazno, potrpežljivo in strokovno pomoč pri vsakodnevnih aktivnostih. Skrbijo za stalno strokovno izpopolnjevanje zaposlenih in s tem omogočajo celovit in strokoven pristop k izvajanju storitev

socialnega varstva. Prilagajajo se potrebam, željam in zahtevam posameznikov in nudijo pomoč ter podporo tam, kjer jo uporabniki potrebujejo.

### **Kontakt:**

**Telefon:** 041/752-744

**E-pošta:** [zavod.taurus.oa@gmail.com](mailto:zavod.taurus.oa@gmail.com)

## **DEMENCI PRIJAZNE TOČKE**

Demenci prijazna točka je namenjena osebam z demenco, njihovim svojcem ter vsem drugim v lokalni skupnosti, ki zaradi narave dela prihajajo v stik tudi z osebami z demenco. Na demenci prijazni točki lahko poiščejo informacije ter se seznanijo z načini in postopki komuniciranja ter usmerjanja oseb z demenco, ki se izgubijo ter ne najdejo poti domov.<sup>26</sup>

Na spletni strani [Spominčica](#), kjer so dostopne številne informacije o demenci, podpori svojcem, aktualne informacije, je objavljen tudi zemljevid demenci prijaznih točk v Sloveniji.

Na območju Bežigrada delujeta dve točki:

- **Zdravstveni dom Ljubljana – Enota Bežigrad**, Kržičeva ulica 10, Ljubljana. Točka je odprta vsak torek od 12.00 do 14.00 v predavalnici CKZ (klet, soba P14). telefon. 01 300 33 00,
- **Dom starejših občanov Ljubljana – Bežigrad**, Komanova ulica 1, Ljubljana. Demenci prijazna točka deluje kot stalna enota v domu. Tel. 01 589 67 50, e-pošta: [info@dsolj-bezigrad.si](mailto:info@dsolj-bezigrad.si)

Več informacij in seznam vseh demenci prijaznih točk v Ljubljani je dostopen na spletni strani ZD Ljubljana: [Demenci prijazne točke](#)

## **PREZPLAČNA PRAVNA POMOČ/SVETOVANJE**

Brezplačna pravna pomoč zagotavlja pravico do sodnega varstva socialno ogroženim osebam. Upravičenci lahko zaprosite za celotno ali delno pokritje stroškov pravne pomoči in sodnega postopka.<sup>27</sup>

Informacije o upravičenosti do brezplačne pravne pomoči in vlogi za oddajo so dostopne na spletni strani [Brezplačna pravna pomoč](#).

### **Lokalno brezplačno pravno svetovanje**

V Občini Dol pri Ljubljani je občanom na voljo brezplačno pravno svetovanje, ki ga organizira občina. Svetovanje poteka v prostorih občine in je namenjeno pomoči pri vsakodnevnih pravnih vprašanjih in zagatah. Več informacij o terminih in načinu prijave je dostopnih na [spletni strani občine](#).

## **ZAVETIŠČE ZA BREZDOMCE**

### **Zavetišče za brezdomce**

<https://www.csd-slovenije.si/csd-ljubljana/enota-ljubljana-center/programi/>

Zavetišče je posebni program Centra za socialno delo Ljubljana, Enote Ljubljana-Center. Je prvo zavetišče za brezdomce v Sloveniji. Razvilo se je iz Razdeljevalnice hrane, ki je z delom pričela konec leta 1989. Zavetišče je bila osnova, model in izhodišče za mrežo podobnih programov po vsej Sloveniji.

Zavetišče je izrazito nizkopražni program, ki naj bi omogočal ljudem, ki so povsem na dnu, preživetje. V ta namen skušamo ustvariti pogoje, na katerih si lahko ljudje, ki poiščejo našo pomoč, pričnejo aktivno urejati svoj položaj.

Selitev zavetišča za brezdomce na začasno lokacijo



Zavetišče za brezdomce se je 10. oktobra 2024 preselilo na novo začasno lokacijo na Povšetovo ulico 10 v Ljubljani. V zavetišču bo še naprej potekal program pomoči za uporabnike – bivališče, prehrana, oskrba z obleko in obutvijo, skrb za higieno ...

Tel.: 030 601 866 in 01 430 10 80, e-naslov: [zavetisce.lj@siol.net](mailto:zavetisce.lj@siol.net)

Spletna stran: <https://www.brezdomci-zavetisce.si/>

## Kralji ulice

<https://www.kraljiulice.org/>

Društvo za pomoč in samopomoč brezdomcev Kralji ulice je nevladna humanitarna organizacija z nepridobitnimi cilji, ki je bila formalno ustanovljena septembra 2005. Združuje strokovnjake in strokovnjakinje ter druge posameznike in posameznice, ki se ukvarjajo z brezdomstvom in z njim povezanimi pojavi, ter posameznike in posameznice, ki brezdomstvo in s tem povezano socialno izključenost doživljajo.

Programi Društva Kralji ulice so namenjeni brezdomnim in drugim socialno izključenim skupinam prebivalstva. Uporabnikom in uporabnicam nudimo strokovno pomoč in podporo pri vključevanju v formalne in neformalne oblike pomoči ter omogočamo in povečujemo dostop do družbenih virov. Trudimo se zmanjševati osebno, socialno, ekonomsko in pravno škodo ter krepiti moč brezdomnih.

## DNEVNI CENTER CONA CENT'R

V začetku leta 2022 na naši enoti odpira vrata dnevni center **CONA CENT'R**. Dnevni center sodi pod okrilje Skupnostnih programov za mlade. Namenjen bo osnovnošolcem.

K nam bodo vključeni otroci in mladostniki, ki se v svojem neposrednem okolju, največkrat skupaj z vso družino, soočajo z različnimi psihosocialnimi stiskami in težavami. Vzrok je pogosto ekonomska revščina. Da ne bodo prepuščeni ulici, jim bodo strokovni delavci v naših prostorih vsakodnevno nudili pomoč,

svetovanje in vodenje, omogočali kvalitetno in varno preživljanje prostega časa (izvajali bomo ustvarjalne in socialne delavnice, športne aktivnosti, družabne igre ...). Skupaj se bomo trudili izboljšati šolske dosežke (učna pomoč), vodenje in na splošno širili obzorja.

Skozi leto bomo organizirali tudi tabore, zimovanja, letovanja, izlete, obiske kulturnih, športnih, izobraževalnih prireditev in organizacij.

Namen teh dejavnosti je preventivno delovanje, podpora ob doživljanju stisk, reševanju težav, učenje socialnih veščin, krepitev moči, spreminjanje vzorcev vedenj, utrjevanje socialnih vezi ter organizacija oz. reorganizacija socialne mreže.

Vključevanje v naše aktivnosti je za uporabnike brezplačno in temelji na prostovoljni privolitvi.

Več o nas najdete na: <https://www.facebook.com/spmcona> in <https://www.facebook.com/conacentr>

**Kontakt: 030 662 055**

## JAVNE SANITARIJE IN PREVIJALNICE

Društvo za kronično vnetno črevesno bolezen od leta 2009 izvaja akcijo Naj javno stranišče. Akcija je namenjena osveščanju javnosti o pomenu in urejenosti stranišč in kot informacija članom ter nečlanom društva, kje v obiskanih občinah in bencinskih črpalkah ob avtocestah v Sloveniji imamo možnost dostopa do stranišča.<sup>28</sup>

Mobilna aplikacija [Najbližji WC](#) ponuja seznam vseh javnih stranišč, informacije o njihovi oceni, delovnem času in vodenje do najbližjega stranišča. Informacije so dostopne tudi na spletni strani [Zemljevid stranišč v Sloveniji](#).

### Lokalne javne sanitarije

Sedem javnih stranišč je dostopnih osebam z gibalnimi oviranostmi. Sanitarni prostori pod Mesarskim in Prulskim mostom, na Grubarjevem nabrežju – Špica ter na Bregu - Keller imajo previjalnico.

Uporaba javnih sanitarij je brezplačna, zanje pa skrbi 14 zaposlenih.

**Javne sanitarije, namenjene funkcionalno oviranim osebam oz. osebam na vozičkih, so zaklenjene. Odpirajo se s ključem »EUROKEY« oziroma EURO ključem.** Osebe z gibalnimi oviranostmi ključ dobijo pri ustrezni invalidski organizaciji in ga lahko uporabljajo kjer koli je infrastruktura opremljena s ključavnicami »EUROKEY«.

| LOKACIJA                    |                                                                                     | ponedeljek - sobota                                              | nedelja       |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------|
| Plečnikov podhod            |   | Zaradi obnove podhoda in sanitarij, so stranišča začasno zaprta. |               |
| Kongresni trg - Zvezda      |  | 7.00 – 23.00                                                     | 7.00 – 23.00  |
| Kongresni trg - Bukvarna    |  | 7.00 – 23.00                                                     | 7.00 – 23.00  |
| Tromostovje                 |  | 7.00 – 24.00                                                     | 7.00 – 24.00  |
| Mesarski most               |  | 7.00 – 23.00                                                     | 7.00 – 23.00  |
| Zmajski most                |  | 7.00 – 15.00                                                     | zaprto        |
| Breg - Keller               |  | 10.00 – 18.00                                                    | 10.00 – 18.00 |
| Plaža laguna, podhod        |  | 7.00 – 15.00                                                     | zaprto        |
| Prulski most                |  | 10.00 – 24.00                                                    | 10.00 – 24.00 |
| Grubarjevo nabrežje – Špica |  | 8.00 – 24.00                                                     | 8.00 – 24.00  |

*Vse sanitarije so brezplačne.*

## Lokalne previjalnice

Dojenje in previjanje otroka na poti je za marsikaterega starša del vsakdana – in v Ljubljani obstajajo različne možnosti, kako to udobno in diskretno urediti.

**Nakupovalno središče Aleja** - prostor za previjanje in dojenje se nahaja pri Aleja Sky, na vrhu centra. Na voljo je tudi udoben prostor za umik

Previjalnice so na voljo v štirih javnih straniščih:

- pod Mesarskim mostom,
- Prulskim mostom,
- na Bregu,
- na Grubarjevem nabrežju,
- in v Kresiji.

## KOTIČKI ZA DOJENJE

Kotiček za dojenje je prostor, kjer lahko mati varno in v miru podoji svojega otroka ali izbrizga mleko.

Kotički se nahajajo v sklopu **urejenih javnih sanitarij**, ki jih upravlja **Mestna občina Ljubljana** v sodelovanju z **JP LPT d.o.o.**

Kotički so ločeni, čisti, označeni in primerni za uporabo z vozičkom. V večini primerov so na voljo tudi previjalne podloge.

Za več informacij obiščite: <https://ljubljana.info.com/novica/lokalno/kje-v-ljubljani-previti-podojiti-izkusnje-starsev-priporocila-realnost-mestne-infrastrukture/294133>

## RAZVOJNA AGENCIJA

Na območju Ljubljane deluje Regionalna razvojna agencija Ljubljanske urbane regije (RRA LUR), ki pokriva širše območje Mestne občine Ljubljana in ostalih občin regije.

RRA LUR usklajuje razvojne pobude, povezuje lokalne akterje ter izvaja projekte s področij:

- trajnostne mobilnosti,
- okoljskih pobud (krožno gospodarstvo, energetska učinkovitost),
- lokalnega razvoja in turizma,
- javnega zdravja in socialnega vključevanja,
- spodbujanja zdravega življenjskega sloga in podpore ranljivim skupinam.

Agencija sodeluje z NIJZ, občinami, zdravstvenimi domovi in nevladnimi organizacijami pri načrtovanju skupnostno usmerjenih programov, vključno z evropskimi in nacionalnimi projekti.

**Za več informacij obiščite:** <https://rralur.si>

## KNJIŽNICA

Knjižnično dejavnost opravlja 58 [splošnih knjižnic](#), ki jo izvajajo v več kot tisoč manjših in večjih krajih po Sloveniji. Knjižnice so fizični in virtualni prostori učenja, prireditev, srečevanj, informacijska središča lokalnih skupnosti, prostori druženja, socialnega mreženja ter demokratičnega sooblikovanja družbe. V Sloveniji je razvoj knjižnic usmerjen v inovativnost in proaktivnost, povezovanje v okolju, trajnostni razvoj, posodobitev poslovnega modela in krepitev delovanja mreže knjižnic, v razvoj novih storitev, v pridobivanje znanj, potrebnih kot odgovor na neprestane spremembe v družbi ter v utrjevanje vloge knjižnice kot aktivnega partnerja v družbi.<sup>29</sup>

Splošne knjižnice igrajo pomembno vlogo tudi pri skrbi za zdravje, saj zagotavljajo dostop do informacij, virov in storitev, ki lahko prispevajo k boljšemu zdravju posameznikov in skupnosti. Nekatere knjižnice ponujajo programe in delavnice o zdravju, kotičke za zdravje, programe in druge

izobraževalne pristope za spodbujanje [družinske pismenosti](#), projekt [Branju prijazna občina](#) ipd.

### **Lokalne knjižnice**

V območju Ljubljana – Bežigrad deluje Mestna knjižnica Ljubljana (MKL), ki poleg izposoje knjig in gradiva nudijo tudi pomembne vsebine za zdravje, izobraževanje in družbeno vključenost. Dodatno gradivo je dostopno prek e-knjižnice Biblos in portala COBISS. Knjižnice nudijo prostore za branje, učenje in podporo posameznikom vseh generacij – tudi ranljivim skupinam, tujcem in starejšim.

Ponuja:

- brezplačen dostop do knjižničnega gradiva, tudi o zdravju in prehrani,
- čitalnice, brezplačen internet, dostopne točke za e-gradiva,
- programi za krepitev pismenosti (družinska, digitalna, zdravstvena),
- delavnice za otroke in starše, zdravstvene vsebine v sodelovanju z NIJZ in ZD.

Za več informacij in dostop do njihovih storitev obiščite njihovo spletno stran:

<https://www.mklj.si/>

## **KOMUNALNO PODJETJE**

**JAVNO PODJETJE VODOVOD KANALIZACIJA SNAGA d.o.o.**

Vodovodna cesta 90, p.p. 3233

1001 Ljubljana

**Telefon:** 01 580 81 00 (vodovodni in kanalizacijski sistemi)

**Telefon:** 01 580 81 00 (ravnanje z odpadki)

**E-pošta:** [vokasnaga@vokasnaga.si](mailto:vokasnaga@vokasnaga.si)

Mesto Ljubljana z okolico je oskrbovano z naravno pitno vodo, katere vir je podzemna voda. Pitna voda je klorirana le lokalno in občasno. Pitno vodo odlikuje primerna vsebnost kalcija in magnezija, prijeten, osvežilen okus, ki ji ga dajejo stalna temperatura, v vodi prisotna ogljikov dioksid in kisik ter mikrobiološka čistost.

Drugi vodovodni sistemi v upravljanju družbe se napajajo iz lastnih, lokalnih vodnih virov, kjer je vodni vir podzemna voda, zajeta v obliki izvirov ali vodnjakov, pa tudi ustrezno prečiščena površinska voda.

Vsi ustvarjamo odpadke. Vsak dan jih ločimo in nosimo do zabojnikov. Naša odgovornost zanje se ne konča pri zabojnikih. v katere jih pravilno odložimo. Naša odgovornost se konča tam, kjer na koncu končajo naši odpadki.

## NEVLADNE ORGANIZACIJE

V Sloveniji deluje več kot 27 tisoč nevladnih organizacij (NVO), ki so dejavne tako rekoč na vseh področjih življenja – od sociale, kulture, športa, zagovorništva, ekologije, zdravja do civilne zaščite in skoraj vseh področij delovanja današnje družbe.

Nevladne organizacije delujejo na mednarodni, nacionalni in regionalni ravni, nepogrešljive so tudi na lokalni ravni. Na teh ravneh uresničujejo oziroma zadovoljujejo interese in potrebe prebivalcev, združujejo, opozarjajo na nepravilnosti ter še na različne druge načine izboljšujejo kakovost življenja v okolju, kjer delujejo. V Sloveniji poznamo tri prevladujoče oblike nevladnih organizacij, in sicer društva, zavode in ustanove.<sup>30</sup>

### Stičišče nevladnih organizacij

*Kratek opis, pomembne informacije, povezava do spletne strani,... glej*

<https://www.nevlnik.info/si/povezave/sticisca-nevlnih-organizacij/> in

<https://zanvo.org/>

## **Humanitarne organizacije**

Humanitarne organizacije delujejo kot splošne dobrodelne organizacije, organizacije za kronične bolnike in organizacije za samopomoč.<sup>31</sup>

Informacije o vseh humanitarnih organizacijah v Sloveniji so dostopne v [Razvidu humanitarnih organizacij Ministrstva za zdravje](#) in [Razvidu humanitarnih organizacij Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti](#).



## OBČINA

### ODSEK ZA ZDRAVJE

Na Odseku za zdravje opravljamo naloge, ki so opredeljene v predpisih s področja zdravstvene dejavnosti, zdravstvenega varstva in zdravstvenega zavarovanja ter lekarniške dejavnosti ter sofinanciramo izvajanje programov varovanja zdravja preko vsakoletnih javnih razpisov.

#### **Zakonsko določene naloge:**

Določamo in zagotavljamo mrežo javne zdravstvene službe na primarni ravni, ki vključuje osnovno zdravstveno dejavnost (splošna medicina, šolska medicina, pediatrija, zobozdravstvo odraslih, zobozdravstvo otrok in mladine, ginekologija, fizioterapija, patронаžna zdravstvena nega, nenujni reševalni prevozi, zdravstvena vzgoja itd.) in lekarniško dejavnost,

neposredno spremljamo delovanje javnih zavodov Zdravstveni dom Ljubljana in Lekarna Ljubljana, katerih ustanovitelji smo, in koncesionarjev na primarni ravni,

vodimo postopke podeljevanja koncesij za osnovno zdravstveno in lekarniško dejavnost,

zagotavljamo mrliško pregledno službo in financiranje anonimnih pokopov.

#### **Odsek za zdravje**

T: (01) 306 41 00

#### **Odsek za socialno varstvo**

T: (01) 306 41 00

# SEZNAM KONTAKTOV

## POMEMBNE TELEFONSKE ŠTEVILKE IN KONTAKTI

| Naziv                                                                                                 | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| REGIONALNI CENTER ZA OBVEŠČANJE,<br>NUJNA MEDICINSKA POMOČ, REŠEVALCI,<br>GASILCI, VETERINARSKA POMOČ | 112                 |                                                                                                                                         |
| POLICIJA                                                                                              | 113                 | <a href="https://www.policija.si/">https://www.policija.si/</a>                                                                         |
| POLICIJA – PRIJAVA STORILCEV KAZNIVIH<br>DEJANJ, ANONIMNI TELEFON                                     | 080 12 00           |                                                                                                                                         |
| TOM - TELEFONSKA POMOČ ZA OTROKE IN<br>MLADOSTNIKE V STISKI                                           | 116 111             | Vsak dan med 12. in 20. uro. Klic je<br>brezplačen.<br><a href="https://www.e-tom.si/">https://www.e-tom.si/</a>                        |
| KLIC V DUŠEVNI STISKI                                                                                 | 01 520 99 00        | vsak dan med 19. in 7. uro zjutraj.                                                                                                     |
| ZAUPNA TELEFONA SAMARIJAN IN<br>SOPOTNIK                                                              | 116 123             | 24 ur/na dan, vsak dan. Klic je<br>brezplačen.                                                                                          |
| DRUŠTVO SOS TELEFON ZA ŽENSKE IN<br>OTROKE ŽRTVE NASILJA                                              | 080 11 55           | vsak dan, 24 ur na dan.                                                                                                                 |
| TO SEM JAZ                                                                                            |                     | <a href="https://www.tosemjaz.net/">https://www.tosemjaz.net/</a>                                                                       |
| PROSTOFER – BREZPLAČNI PREVOZI ZA<br>STAREJŠE                                                         | 080 10 10           | <a href="https://prostofer.si/seznam-obcin/">https://prostofer.si/seznam-obcin/</a>                                                     |
| AVTOBUSNA POSTAJA LJUBLJANA -<br>INFORMACIJE                                                          | 1991                | Klic je plačljiv.                                                                                                                       |
| SLOVENSKE ŽELEZNICE – INFORMACIJE                                                                     | 080 81 11           | <a href="https://potniski.sz.si/dobro-je-vedeti/potniske-informacije/">https://potniski.sz.si/dobro-je-vedeti/potniske-informacije/</a> |
| AMZS – POMOČ NA CESTI                                                                                 | 1987                |                                                                                                                                         |
| RAZMERE NA CESTAH                                                                                     | 1970                | <a href="https://www.promet.si/sl">https://www.promet.si/sl</a>                                                                         |

| Naziv                             | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                                   |
|-----------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>KNJIŽNICA</b>                  |                     |                                                                 |
| <b>KNJIŽNICA BEŽIGRAD</b>         | 01 308 53 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:bezigrad@mklj.si">bezigrad@mklj.si</a> |
| <b>MESTNA KNJIŽNICA LJUBLJANA</b> |                     |                                                                 |
| <b>BEŽIGRAD</b>                   | 01 308 53 00        | <a href="mailto:bezigrad@mklj.si">bezigrad@mklj.si</a>          |
| <b>ČRNUČE</b>                     | 01 308 53 10        | <a href="mailto:crnuce@mklj.si">crnuce@mklj.si</a>              |
| <b>GLINŠKOVA PLOŠČAD</b>          | 01 308 53 30        | <a href="mailto:glinskova@mklj.si">glinskova@mklj.si</a>        |
| <b>JURIJ VEGA</b>                 | 01 308 53 50        | <a href="mailto:dol@mklj.si">dol@mklj.si</a>                    |
| <b>FRANCA ŠKERLA</b>              | 01 308 53 20        | <a href="mailto:BS3@mklj.si">BS3@mklj.si</a>                    |
| <b>SAVSKO NASELJE</b>             | 01 308 53 40        | <a href="mailto:savsko@mklj.si">savsko@mklj.si</a>              |

#### ZA STAREJŠE

|                                                        |                                                  |                                                                                               |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DOM STAREJŠIH OBČANOV BEŽIGRAD</b>                  | 01 589 67 50                                     | E-POŠTA: <a href="mailto:info@dsolj-bezigrad.si">info@dsolj-bezigrad.si</a>                   |
| <b>DEOS CENTER STAREJŠIH ČRNUČE</b>                    | 01 562 27 00                                     | E-POŠTA: <a href="mailto:info.crnuce@deos.si">info.crnuce@deos.si</a>                         |
| <b>DNEVNI CENTER AKTIVNOSTI PUHOVA</b>                 | 01 53 44 026                                     | E-POŠTA: <a href="mailto:dcapuhova@gmail.com">dcapuhova@gmail.com</a>                         |
| <b>KAVALIR</b>                                         | 031 666 331 ali 031 666 332                      | <a href="https://www.lpp.si/javni-prevoz/kavalir">https://www.lpp.si/javni-prevoz/kavalir</a> |
| <b>JP VO-KA SNAGA D.O.O.</b>                           | 01 477 96 00                                     | <a href="https://www.vokasnaga.si">https://www.vokasnaga.si</a>                               |
| <b>ELEKTRO LJUBLJANA D.D.</b>                          | 01 230 40 00, dežurna služba (izpadi): 080 22 05 | <a href="https://www.elektro-ljubljana.si">https://www.elektro-ljubljana.si</a>               |
| <b>ŽALE D.O.O.</b>                                     | 01 420 17 17                                     | <a href="http://www.zale.si">www.zale.si</a>                                                  |
| <b>INFORMACIJE O TELEFONSKIH NAROČNIKI V SLOVENIJI</b> | 1188                                             | Klic je plačljiv                                                                              |
| <b>OBČINA LJUBLJANA</b>                                | 01 306 10 00                                     | E-POŠTA: <a href="mailto:glavna.pisarna@ljubljana.si">glavna.pisarna@ljubljana.si</a>         |
| <b>UPRAVNA ENOTA LJUBLJANA – IZPOSTAVA BEŽIGRAD</b>    | 01 828 16 90                                     | E-POŠTA: <a href="mailto:ue.ljubljana@gov.si">ue.ljubljana@gov.si</a>                         |

| Naziv             | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                           |
|-------------------|---------------------|---------------------------------------------------------|
| ZZZS OE LJUBLJANA | 01 30 77 300        | E-POŠTA: <a href="mailto:OELJ@zzzs.si">OELJ@zzzs.si</a> |

## ZDRAVSTVENA OSKRBA

| Naziv         | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                               |
|---------------|---------------------|-------------------------------------------------------------|
| UKC LJUBLJANA | 01 522 50 50        | E-POŠTA: <a href="mailto:gp.ukc@kclj.si">gp.ukc@kclj.si</a> |

## SOCIALNO EKONOMSKA PODPORA IN POMOČ

| Naziv                                   | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                                                     |
|-----------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| CENTER ZA SOCIALNO DELO, ENOTA BEŽIGRAD | 01 300 18 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:gpcsd.ljbez@gov.si">gpcsd.ljbez@gov.si</a>               |
| ZAVOD TAURUS                            | 041 752 744         | E-POŠTA: <a href="mailto:zavod.taurus.oa@gmail.com">zavod.taurus.oa@gmail.com</a> |
| ZAVOD PRISTAN                           | 05 368 70 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:info@zavod-pristan.si">info@zavod-pristan.si</a>         |
| ZAVOD ZA OSKRBO NA DOMU LJUBLJANA       | 01 24 20 593        | <a href="http://www.zod-lj.si">www.zod-lj.si</a>                                  |

## VZGOJNO IZOBRAŽEVALNE USTANOVE

| Naziv                   | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                                                           |
|-------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| VRTEC                   |                     |                                                                                         |
| VRTEC ČRNUČE            | 01 561 47 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:vrtec-crnuce@guest.arnes.si">vrtec-crnuce@guest.arnes.si</a>   |
| VRTEC MLADI ROD         | 01 437 51 81        | E-POŠTA: <a href="mailto:info@vrtec-mladirod.si">info@vrtec-mladirod.si</a>             |
| VRTEC CICIBAN           | 01 563 63 40        | E-POŠTA: <a href="mailto:vrtec.ciciban@guest.arnes.si">vrtec.ciciban@guest.arnes.si</a> |
| VRTEC DOL PRI LJUBLJANI | 01 564 48 24        | E-POŠTA: <a href="mailto:vrtec.dol@guest.arnes.si">vrtec.dol@guest.arnes.si</a>         |

| Naziv                                     | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                                                                              |
|-------------------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| VRTEC JELKA                               | 01 580 91 80        | E-POŠTA: <a href="mailto:vrtec.jelka@vrtec-jelka.si">vrtec.jelka@vrtec-jelka.si</a>                        |
| <b>OSNOVNE ŠOLE</b>                       |                     |                                                                                                            |
| OSNOVNA ŠOLA NARODNEGA HEROJA MAKSA PEČAR | 01 589 63 12        | E-POŠTA: <a href="mailto:osmakspecar@guest.arnes.si">osmakspecar@guest.arnes.si</a>                        |
| OSNOVNA ŠOLA BEŽIGRAD                     | 01 280 75 50        | E-POŠTA: <a href="mailto:tajnistvo.osljbe@guest.arnes.si">tajnistvo.osljbe@guest.arnes.si</a>              |
| OSNOVNA ŠOLA DOL PRI LJUBLJANI            | 01 564 70 67        | E-POŠTA: <a href="mailto:tajnistvo@os-jmdol.si">tajnistvo@os-jmdol.si</a>                                  |
| OSNOVNA ŠOLA MILANA ŠUŠTARŠIČA            | 01 534 99 59        | E-POŠTA: <a href="mailto:tajnistvo@osmslj.si">tajnistvo@osmslj.si</a>                                      |
| CENTER JANEZA LEVCA – ENOTA DEČKOVA       | 01 241 81 00        | E-POŠTA: <a href="https://www.centerjanezalevca.si/kontakt/">https://www.centerjanezalevca.si/kontakt/</a> |
| OSNOVNA ŠOLA MIRANA JARCA                 | 01 280 61 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:o-mj.lj@osmj.si">o-mj.lj@osmj.si</a>                                              |
| OSNOVNA ŠOLA DR. VITA KRAIGHERJA          | 01 231 74 40        | E-POŠTA: <a href="mailto:tajnistvo@vitakraigherja.si">tajnistvo@vitakraigherja.si</a>                      |
| OSNOVNA ŠOLA FRANCETA BEVKA               | 01 568 70 10        | E-POŠTA: <a href="mailto:info@francebevki.si">info@francebevki.si</a>                                      |
| OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR                 | 01 563 68 20        | E-POŠTA: <a href="mailto:tajnistvo@os-danilekumar.si">tajnistvo@os-danilekumar.si</a>                      |
| OSNOVNA ŠOLA SAVSKO NASELJE               | 01 300 01 70        | E-POŠTA: <a href="mailto:tajnistvo.ljossn@guest.arnes.si">tajnistvo.ljossn@guest.arnes.si</a>              |
| ZAVOD ZA GLUHE IN NAGLUŠNE LJUBLJANA      | 01 580 05 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:info@zgml.si">info@zgml.si</a>                                                    |
| <b>GIMNAZIJE</b>                          |                     |                                                                                                            |
| STROKOVNO IZOBRAŽEVALNI CENTER LJUBLJANA  | 01 280 53 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:info@siclj.si">info@siclj.si</a>                                                  |

| Naziv                                                                         | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>SREDNJA VZGOJITELJSKA ŠOLA, GIMNAZIJA IN UMETNIŠKA GIMNAZIJA LJUBLJANA</b> | 01 565 17 51        | E-POŠTA: <a href="mailto:tajnistvo@svsgugl.si">tajnistvo@svsgugl.si</a> |
| <b>GIMNAZIJA BEŽIGRAD</b>                                                     | 01 300 04 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:info@gimb.org">info@gimb.org</a>               |
| <b>ŠOLSKI CENTER ZA POŠTO, EKONOMIJO IN TELEKOMUNIKACIJE</b>                  | 01 234 24 44        | E-POŠTA: <a href="mailto:scpet@scpet.si">scpet@scpet.si</a>             |
| <b>SREDNJA GRADBENA, GEODETSKA, OKOLJEVARSTVENA ŠOLA</b>                      | 01 560 04 00        | E-POŠTA: <a href="mailto:info@sggos.si">info@sggos.si</a>               |

## NEVLADNE ORGANIZACIJE

| Naziv                                      | Telefonska številka      | Drugi kontakti in informacije                                                     |
|--------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Četrtna skupnost Posavje</b>            | 01 306 46 15             | E-POŠTA: <a href="mailto:mol.posavje@ljubljana.si">mol.posavje@ljubljana.si</a>   |
| <b>Četrtna skupnost Črnuče</b>             | 01 306 48 72 (74)        | E-POŠTA: <a href="mailto:mol.crnuce@ljubljana.si">mol.crnuce@ljubljana.si</a>     |
| <b>Četrtna skupnost Bežigrad</b>           | 01 236 25 37             | E-POŠTA: <a href="mailto:mol.bezigrad@ljubljana.si">mol.bezigrad@ljubljana.si</a> |
| <b>Zveza prijateljev mladine Slovenije</b> | 01 239 67 20             | E-POŠTA: <a href="mailto:info@zpms.si">info@zpms.si</a>                           |
| <b>Društvo za nenasilno komunikacijo</b>   | 01 4344 822, 031 770 120 | E-POŠTA: <a href="mailto:info@drustvo-dnk.si">info@drustvo-dnk.si</a>             |
| <b>ŠENT</b>                                | 01 230 78 30             | E-POŠTA: <a href="mailto:info@sent.si">info@sent.si</a>                           |
| <b>Društvo Vita</b>                        | 040 455 041              | E-POŠTA: <a href="mailto:drustvo.vita92@gmail.com">drustvo.vita92@gmail.com</a>   |
| <b>Zveza Sožitje</b>                       | 01 43 69 750             | E-POŠTA: <a href="mailto:info@zveza-sozitie.si">info@zveza-sozitie.si</a>         |
| <b>Društvo Vrtnica</b>                     | 031 683 600              | E-POŠTA                                                                           |

| Naziv                                         | Telefonska številka        | Drugi kontakti in informacije                                                             |
|-----------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                               |                            | <a href="mailto:info@drustvo-vrtnica.si">info@drustvo-vrtnica.si</a>                      |
| Športno društvo Ljubljana<br>Ježica           | 031 229 297                | E-POŠTA<br><a href="mailto:sdljezica@gmail.com">sdljezica@gmail.com</a>                   |
| Društvo Šola Zdravja<br>(Posavje)             | 051 302 311 / 031 883 085  | E-POŠTA<br><a href="mailto:info@solazdravja.si">info@solazdravja.si</a>                   |
| Ženski pevski zbor<br>Medenke                 | 041 278 082                |                                                                                           |
| JZ Mladi Zmaji                                | 01 306 40 64               | E-POŠTA<br><a href="mailto:info@mladizmaji.si">info@mladizmaji.si</a>                     |
| Humanitarno društvo<br>Nikoli Sam             | 041 671 200                | E-POŠTA<br><a href="mailto:info@nikoli-sam.si">info@nikoli-sam.si</a>                     |
| Mešani pevski zbor Medis                      | 031 368 379                | E-POŠTA<br><a href="mailto:helena.lampe@gmail.com">helena.lampe@gmail.com</a>             |
| Planinsko društvo Črnuče                      | 01 561 87 54 / 041 871 530 | E-POŠTA<br><a href="mailto:info@pdcruce.si">info@pdcruce.si</a>                           |
| Društvo Šola Zdravja -<br>skupina Črnuče      | 030 717 830                | E-POŠTA<br><a href="mailto:info@solazdravja.si">info@solazdravja.si</a>                   |
| Društvo invalidov<br>Ljubljana - Bežigrad     | 08 2005 382 / 040 188 281  | E-POŠTA<br><a href="mailto:info@drustvoinvalidov-ljb.si">info@drustvoinvalidov-ljb.si</a> |
| Kulturno društvo<br>Bežigrad                  | 031 827 191                | E-POŠTA<br><a href="mailto:kdbezzigrad@gmail.com">kdbezzigrad@gmail.com</a>               |
| Društvo upokojencev<br>Bežigrad Ljubljana     | 01 436 82 49               |                                                                                           |
| Kulturno društvo Pihalni<br>orkester Bežigrad |                            | E-POŠTA<br><a href="mailto:orkester.bezigrad@gmail.com">orkester.bezigrad@gmail.com</a>   |
| Tom Telefon                                   | 116 111                    | E-POŠTA: <a href="mailto:tom@zpms.si">tom@zpms.si</a>                                     |

| Naziv                                                  | Telefonska številka                     | Drugi kontakti in informacije                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Turistično društvo Dol pri Ljubljani</b>            | 041 957 019 / 041 384 767               | E-POŠTA: <a href="mailto:td.dolpri@siol.net">td.dolpri@siol.net</a>                                                                                                                                                                             |
| <b>Amnesty International Slovenije</b>                 | 01 426 93 77                            | E-POŠTA: <a href="mailto:amnesty@amnesty.si">amnesty@amnesty.si</a>                                                                                                                                                                             |
| <b>YHD – Društvo za teorijo in kulturo hendikepa</b>   | 01/521-22-77                            | E-POŠTA: <a href="mailto:yhd-drustvo@yhd-drustvo.si">yhd-drustvo@yhd-drustvo.si</a>                                                                                                                                                             |
| <b>Turistično društvo Dolsko</b>                       | 031 412 057                             | E-POŠTA: <a href="mailto:tddolsko@gmail.com">tddolsko@gmail.com</a>                                                                                                                                                                             |
| <b>Turistično društvo Senožeti</b>                     | 041 933 408                             | E-POŠTA: <a href="mailto:branko.skarja@siol.net">branko.skarja@siol.net</a>                                                                                                                                                                     |
| <b>Zveza delovnih invalidov Slovenije</b>              | 01 5343 508                             | E-POŠTA: <a href="mailto:zdis@siol.net">zdis@siol.net</a>                                                                                                                                                                                       |
| <b>Zveza društev civilnih invalidov vojn Slovenije</b> | 01/ 56 53 802 (03), 041 731 629         | E-POŠTA: <a href="mailto:zdciv.slo@siol.net">zdciv.slo@siol.net</a> , <a href="mailto:enoteciv@siol.net">enoteciv@siol.net</a>                                                                                                                  |
| <b>Zveza za šport invalidov Slovenije</b>              | 01 53 00 891                            | E-POŠTA: <a href="mailto:info@zsis.si">info@zsis.si</a>                                                                                                                                                                                         |
| <b>Društvo paralitikov Slovenije</b>                   | 01 563-34-68, 041 404280                | E-POŠTA: <a href="mailto:paras@drustvo-paralitikov.si">paras@drustvo-paralitikov.si</a>                                                                                                                                                         |
| <b>Zveza paraplegikov Slovenije</b>                    | +386 (0)1 43-27-138, +386 (0)31-325-217 | E-POŠTA: <a href="mailto:info@zveza-paraplegikov.si">info@zveza-paraplegikov.si</a> , <a href="mailto:zveza.paraplegikov@guest.arnes.si">zveza.paraplegikov@guest.arnes.si</a> , <a href="mailto:info@zpsasistenca.si">info@zpsasistenca.si</a> |
| <b>Združenje multiple skleroze Slovenije</b>           | 01 / 5687 – 297                         | E-POŠTA: <a href="mailto:info@zdruzenje-ms.si">info@zdruzenje-ms.si</a>                                                                                                                                                                         |
| <b>Društvo študentov invalidov Slovenije</b>           | +386 (0)1 565 33 51 (52)                | E-POŠTA: <a href="mailto:info@dsis-drustvo.si">info@dsis-drustvo.si</a>                                                                                                                                                                         |
| <b>Društvo distrofikov Slovenije</b>                   | (01) 47-20-500                          | E-POŠTA: <a href="mailto:info@drustvo-distrofikov.si">info@drustvo-distrofikov.si</a>                                                                                                                                                           |



| Naziv                                               | Telefonska številka | Drugi kontakti in informacije                               |
|-----------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------|
| <b>Zveza društev vojnih<br/>invalidov Slovenije</b> | 01 300-69-60        | E-POŠTA: <a href="mailto:zdvis@siol.net">zdvis@siol.net</a> |

<https://www.varuh-rs.si/kaj-delamo/koristni-naslovi-in-informacije/nevladne-organizacije/>

<https://www.gov.si/assets/ministrstva/MDDSZ/sociala/Brosura-Mreza-socialnovarstvenih-programov-programov-za-invalidne-in-programov-v-podporo-druzini.pdf>

<https://www.gov.si/assets/ministrstva/MZ/DOKUMENTI/staro/Razvid-humanitarnih-organizacij-MZ-2019.pdf>

<https://www.prostovoljstvo.org/za-organizacije/slovenska-mreza-prostovoljskih-organizacij>

[https://www.aipes.si/Registri/Drugi\\_registri/Evidenca\\_nevladnih\\_organizacij/Splosno](https://www.aipes.si/Registri/Drugi_registri/Evidenca_nevladnih_organizacij/Splosno)

<https://www.zadusevnozdravje.si/kam-po-pomoc/mreza-virov-pomoci/>

## VIRI

1. Kartica zdravstvenega zavarovanja. [https://api.zzzs.si/zzzs/info/egradiva.nsf/0/c5fe61b06ff96e44c125718600540c28/\\$FILE/Zlo%C5%BEEenka%20Kartica%20zdravstvenega%20zavarovanja%20januar%202024.pdf](https://api.zzzs.si/zzzs/info/egradiva.nsf/0/c5fe61b06ff96e44c125718600540c28/$FILE/Zlo%C5%BEEenka%20Kartica%20zdravstvenega%20zavarovanja%20januar%202024.pdf). Objavljeno 2024. Dostopno 11. marec 2025.
2. eZdravje. <https://ezdrav.si/ezdravje/#koristi>. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
3. Pravno-informacijski sistem Republike Slovenije. <https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=ZAKO4281>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
4. Ministrstvo za zdravje. Pacientove pravice. <https://www.gov.si teme/pacientove-pravice/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
5. Informacijski pooblaščenec. <https://www.ip-rs.si/o-poobla%C5%A1%C4%8Dencu/pristojnosti/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
6. Mira, nacionalni program duševnega zdravja. <https://www.zadusevnozdravje.si/>. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
7. Obvladajmo sladkorno. <https://www.obvladajmosladkorno.si/drzavni-program/dposb-2020-2030/>. Objavljeno 2023. Dostopno 11. marec 2025.
8. Ministrstvo za zdravje. Državni program za obvladovanje raka 2022-2026. <https://www.dpor.si/wp-content/uploads/2021/12/Drzavni-program-obvladovanja-raka-2022-2026.pdf>. Dostopno 11. marec 2025.
9. <https://www.zadusevnozdravje.si/kam-po-pomoc/centri-za-dusevno-zdravje/otroci-in-mladostniki/>
10. Mira, nacionalni program duševnega zdravja. <https://www.zadusevnozdravje.si/kam-po-pomoc/centri-za-dusevno-zdravje/odrasli/>. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
11. Lekarniška zbornica Slovenije. <https://www.lzs.si/mreza-lekarn/>. Dostopno 11. marec 2025.
12. Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. <https://www.zzzs.si/o-zzzs/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
13. Nacionalni inštitut za javno zdravje RS. <https://nijz.si/>. Objavljeno 2022. Dostopno 11. marec 2025.
14. Nacionalni laboratorij za zdravje, okolje in hrano. <https://www.nlzoh.si/o-nas/>. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.

15. Ministrstvo za zdravje. Zdravstveni inšpektorat. <https://www.gov.si/drzavni-organi/organi-v-sestavi/zdravstveni-inspektorat/o-inspektoratu/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
16. Ministrstvo za zdravje. Območna enota Zdravstvenega inšpektorata Koper. <https://www.gov.si/drzavni-organi/organi-v-sestavi/zdravstveni-inspektorat/o-inspektoratu/obmocna-enota-koper/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
17. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Centri za socialno delo. <https://www.gov.si teme/centri-za-socialno-delo/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
18. Zavod RS za zaposlovanje. <https://www.ess.gov.si/o-zrsz/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
19. Policija. <https://www.policija.si/o-slovenski-policii/naloge-pooblastila-in-poslanstvo>. Objavljeno 2023. Dostopno 11. marec 2025.
20. Uprava RS za zaščito in reševanje. <https://www.sos112.si/delovna-podro%C4%8Dja/varstvo-pred-po%C5%BEarom/gasilstvo>. Objavljeno 2022. Dostopno 11. marec 2025.
21. Uprava RS za zaščito in reševanje. <https://www.sos112.si/delovna-podro%C4%8Dja/sile-za-za%C5%A1%C4%8Dito-in-re%C5%A1evanje/civilna-za%C5%A1%C4%8Dita>. Objavljeno 2022. Dostopno 11. marec 2025.
22. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Večgeneracijski centri. <https://www.gov.si teme/vecgeneracijski-centri/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
23. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Centri za družine. <https://www.gov.si teme/centri-za-druzine/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
24. Andragoški center Slovenije. <https://www.acs.si/projekti/domaci/projektno-ucenje-mlajsih-odraslih/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
25. Ministrstvo za solidarno prihodnost. Domovi za starejše. <https://www.gov.si teme/domovi-za-starejse/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
26. Slovensko združenje za pomoč pri demenci. Spominčica. <https://www.spomincica.si/demenci-prijazne-tocke>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
27. eUprava. <https://e-uprava.gov.si/si/podrocja/drzava-druzba/pravna-pomoc/brezplacna-pravna-pomoc.html>. Objavljeno 2021. Dostopno 11. marec 2025.

28. Naj javno stranišče. <https://najjavnostranisce.kvcb.si/>. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
29. Knjižnice. <https://www.knjiznice.si/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
30. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Nevladne organizacije. <https://www.gov.si teme/nevladne-organizacije/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
31. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Humanitarne organizacije. <https://www.gov.si teme/humanitarne-organizacije/>. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.