



»VEM!«

**POMEMBNE INFORMACIJE IN KONTAKTI ZA OBČANE OBČINE PIVKA IN
POSTOJNA**

KATALOG INFORMACIJ OBČINE POSTOJNA IN OBČINE PIVKA

Katalog bo objavljen na spletni strani Občine Postojna in Občine Pivka ter Centra za krepitev zdravja (CKZ), ZD Postojna.

Zainteresirani lahko pošljejo podatke za vpis v katalog do 1. aprila 2020 v CKZ Postojna po e-pošti: ckz@zd-po.si ali na naslov: ZD Postojna, CKZ, Prečna ulica 2, 6230 Postojna.



KATALOG INFORMACIJ OBČINE POSTOJNA IN OBČINE PIVKA

V okviru operacije »Nadgradnja in razvoj preventivnih programov ter njihovo izvajanje v primarnem zdravstvenem varstvu in lokalnih skupnostih«

Avtorji: CKZ Postojna, NIJZ, deležniki ZD Postojna

Uredili: CKZ Postojna, NIJZ

Izdajatelj: Nacionalni inštitut za javno zdravje, Trubarjeva cesta 2, Ljubljana

Spletni naslov: www.nijz.si

Kraj in leto izdaje: Postojna, 2019

Brezplačen izvod.

Za vsebino posameznega poglavja so odgovorni njegovi avtorji.

Dokument je nastal v okviru projekta "Model skupnostnega pristopa za krepitev zdravja in zmanjševanja neenakosti v zdravju v lokalnih skupnostih". **Projekt se izvaja v okviru Operativnega programa za izvajanje kohezijske politike v programskem obdobju 2014-2020**, in sicer v okviru 9. prednostne osi "Socialna vključenost in zmanjševanje tveganja revščine". Projekt je sofinanciran s strani Evropskega socialnega sklada (80 %) in nacionalnega sofinanciranja (20 %).

V tem dokumentu so navedene vse inštitucije, ki so se odzvale povabilu za objavo svojega delovanja v Katalogu informacij Občine Postojna in Občine Pivka. Izdajatelj kataloga ne odgovarja za objavljeno vsebino in aktivnosti (izvajanje, plačljivost) inštitucij, ki so vključene v ta katalog.

SEZNAM KRATIC

CKZ	Center za krepitev zdravja
NIJZ	Nacionalnega inštituta za javno zdravje
OE	Območna enota
CSD	Center za socialno delo
LSKZ	Lokalna skupina za krepitev zdravja
MOST	»Model skupnostnega pristopa krepitev zdravja in zmanjševanja neenakosti v zdravju v lokalnih skupnostih«
NVO	nevladna organizacija
OZZ	obvezno zdravstveno zavarovanje
PPS	priprava na porod in starševstvo
PP	policijska postaja
RK	Rdeči križ
RS	Republika Slovenija
ZD	zdravstveni dom
ZRSZ	Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje
ZZZS	Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije

KAZALO

Vsebina

1. PROJEKT »KREPITEV ZDRAVJA ZA VSE«	6
1.1 OSNOVNE INFORMACIJE O PROJEKTU	6
1.1.1NOVOSTI PROJEKTA	6
1.1.2NAMEN PROJEKTA	7
1.1.3IZVAJANJE PROJEKTA	7
1.1.4TRAJANJE PROJEKTA	7
1.1.5FINANCIRANJE PROJEKTA	7
1.2 KONTAKTI NOSILCEV PROJEKTA V LOKALNEM OKOLJU – OBČINI POSTOJNA IN PIVKA	8
1.3 KRATKA PREDSTAVITEV AKTIVNOSTI/PODSKLOPOV PROJEKTA	9
1.3.1VZPOSTAVITEV IN DELOVANJE NOVIH STRUKTUR V ZDRAVSTVENEM DOMU 9	
1.3.2VZPOSTAVITEV CENTRA ZA KREPITEV ZDRAVJA (CKZ) 9	
1.3.3IZVAJANJE NADGRADENJ PRI PREVENTIVNIH PREGLEDIH OTROK IN MLADOSTNIKOV TER DRUŽINSKA OBRAVNAVA DEBELOSTI	13
1.3.4 IZVAJANJE DODATNIH PREVENTIVNIH AKTIVNOSTI PATRONAŽNE SLUŽBE	13
1.3.5KAKOVOSTNA ZDRAVSTVENA OSKRBA ZA VSE - AKTIVNOSTI ZA ZAGOTAVLJANJE ENAKOSTI V ZDRAVSTVENI OSKRBI RANLJIVIH SKUPIN	14
1.3.6LOKALNA SKUPNOST, ZA ZDRAVJE VSEH – VZPOSTAVITEV IN DELOVANJE LOKALNE SKUPINE ZA KREPITEV ZDRAVJA	15
1.3.7DRŽAVNI PRESEJALNI PROGRAMI ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA (SVIT, DORA, ZORA) 17	
1.3.7.1 Program Svit	17
1.3.7.2 Program Dora	17
1.3.7.3 Program Zora	18
2. PREDSTAVITEV KLJUČNIH SLUŽB IN DEJAVNOSTI V LOKALNEM OKOLJU	20
2.1 OBČINA POSTOJNA	20
2.2 OBČINA PIVKA	20
2.3 CENTER ZA SOCIALNO DELO POSTOJNA	22

2.4 ZAVOD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA ZAPOSLOVANJE (ZRSZ), OBMOČNA SLUŽBA KOPER, URAD ZA DELO POSTOJNA	22
2.5 ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE, OBMOČNA ENOTA KOPER, IZPOSTAVA POSTOJNA	23
2.6 RDEČI KRIŽ SLOVENIJE – OBMOČNO ZDRUŽENJE POSTOJNA - PIVKA.....	24
2.7 ŽUPNIJSKA KARITAS POSTOJNA IN PIVKA	25
2.7.1Župnijska Karitas Postojna	25
2.7.2Župnijska Karitas Pivka.....	26
2.8 ZAVOD ZNANJE - LJUDSKA UNIVERZA POSTOJNA.....	27
3. SEZNAM KONTAKTOV	30
3.1 TELEFONI ZA POMOČ V STISKI	30
3.2 ZDRAVSTVENO VARSTVO	31
3.3 DUŠEVNO ZDRAVJE IN ODVISNOST	32
3.4 OSEBNA VARNOST.....	36
3.5 SOCIALNO VARSTVO	36
3.6 VZGOJNO – IZOBRAŽEVALNE INŠTITUCIJE.....	38
3.7 OBČINE IN KRAJEVNE SKUPNOSTI	40
3.8 DRUGE ORGANIZACIJE.....	43
VIRI IN LITERATURA.....	48

1. PROJEKT »KREPITEV ZDRAVJA ZA VSE«

1.1 OSNOVNE INFORMACIJE O PROJEKTU

[Ministrstvo za zdravje](#) je uspešno izvedlo javni razpis »Nadgradnja in razvoj preventivnih programov ter njihovo izvajanje v primarnem zdravstvenem varstvu in lokalnih skupnostih«, za katerega je izbralo krajše ime **Krepitev zdravja za vse**. Na javnem razpisu je bilo izbranih 25 zdravstvenih domov iz vse Slovenije, med katerimi je bil izbran tudi Zdravstveni dom dr. Franca Ambrožiča Postojna. V izbranih zdravstvenih domovih se izvajajo v nadaljevanju predstavljene projektne aktivnosti.

Strokovno podporo in usmerjanje pri izvajanju projektne aktivnosti v zdravstvenih domovih ter vsebinsko spremljanje projekta Krepitev zdravja za vse izvajata Ministrstvo za zdravje in [Nacionalni inštitut za javno zdravje](#) (NIJZ) v okviru podpornega projekta **Model skupnostnega pristopa za krepitev zdravja in zmanjševanje neenakosti v zdravju v lokalnih skupnostih (z akronimom MoST)**.

S projektoma Krepitev zdravja za vse in MoST je povezan tudi projekt **Informacijska podpora integrirane preventive v zdravstvenih domovih**, katerega osnovni namen je informacijsko podpreti delo centrov za krepitev zdravja.

1.1.1 NOVOSTI PROJEKTA

Projekt prinaša:

- nadgrajene preventivne preglede otrok in mladostnikov s posebnim poudarkom na obravnavi otrok s čezmerno telesno težo in debelostjo ter zmanjšano zmogljivostjo,
- nadgrajen program integrirane preventive kroničnih bolezni za odraslo populacijo,
- dodatne preventivne aktivnosti patronažne službe za novorojenčke, dojenčke, otročnice in odrasle, ki jih patronažne medicinske sestre izvajajo na domu,
- izvajanje različnih aktivnosti zdravstvenih domov za zagotavljanje večje vključenosti in dostopnosti do preventivnih obravnav za osebe, ki težje dostopajo do zdravstvenih storitev,
- uvajanje modela skupnostnega pristopa za krepitev zdravja, kar pomeni, da se različni posamezniki in skupine v lokalni skupnosti povezujejo za boljše zdravje vseh prebivalcev v skupnosti.

Pomemben del projekta je vzpostavitev in delovanje **centrov za krepitev zdravja**, ki so začeli delovati v zdravstvenih domovih kot nadgradnja predhodno vzpostavljenih zdravstvenovzgojnih centrov. Centri za krepitev zdravja so samostojne enote v zdravstvenih domovih, kjer so zaposleni dodatno strokovno usposobljeni zdravstveni delavci in sodelavci

za izvajanje preventivnih obravnav (medicinske sestre, fizioterapevti, psihologi, dietetiki in kineziologi). Strokovnjaki iz centrov za krepitev zdravja:

- v sodelovanju z vrtci in šolami izvajajo zdravstveno in zobozdravstveno vzgojo za otroke in mladostnike ter jih skupaj z njihovimi starši spodbujajo k zdravemu življenjskemu slogu,
- odraslim nudijo podporo in pomoč pri spreminjanju nezdravih življenjskih navad in kreptvi duševnega zdravja,
- izvajajo različne aktivnosti za krepitev zdravja v lokalnem okolju, pri čemer s še večjo pozornostjo v preventivne obravnave vključujejo tiste osebe, ki težje dostopajo do zdravstvenih storitev ter
- sodelovanje pri izvajanju posodobljenega programa Priprava na porod in starševstvo (prej Šola za starše).

1.1.2 NAMEN PROJEKTA

S projektom nadgrajujemo vseživljenjsko preventivno obravnavo **celotne populacije**, tako otrok in mladostnikov kot odraslih.

1.1.3 IZVAJANJE PROJEKTA

V projektu sodeluje 25 zdravstvenih domov iz vse Slovenije, izbranih na javnem razpisu, in sicer **16 iz vzhodne in 9 iz zahodne kohezijske regije**.

1.1.4 TRAJANJE PROJEKTA

Od marca 2018 do konca decembra 2019.

1.1.5 FINANCIRANJE PROJEKTA

Projekt sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz [Evropskega socialnega sklada](#).

1.2 KONTAKTI NOSILCEV PROJEKTA V LOKALNEM OKOLJU – OBČINI POSTOJNA IN PIVKA

Tabela 1: Kontakti služb in partnerjev

Vloga v okviru projekta	Kontaktna oseba	E-naslov	Telefon
ZDRAVSTVENI DOM POSTOJNA			
Vodja projekta in vodja centra za krepitev zdravja	Ana Žužek Barle	ckz@zd-po.si	031 363 448
NIJZ OE KOPER			
Regijski projektni tim	Milan Krek	milan.krek@nijz.si	05 66 30 801
	Manica Remec	manica.remec@nijz.si	05 66 30 830
	Živa Žerjal	ziva.zerjal@nijz.si	05 66 30 802
OBČINA POSTOJNA			
Kontaktna oseba odgovorna za Sklop 2	Marina Rebec	marina.rebec@postojna.si	05 7280 700
Koordinator LSKZ	Alenka Hladnik Suša	alenka.hladnik@postojna.si	05 72 80 721
OBČINA PIVKA			
Kontaktna oseba odgovorna za Sklop 2 in Koordinator LSKZ	Jana Knafelc Strle	jana.strle@pivka.si	05 72 10 100 05 72 10 122

1.3 KRATKA PREDSTAVITEV AKTIVNOSTI/PODSKLOPOV PROJEKTA

1.3.1 VZPOSTAVITEV IN DELOVANJE NOVIH STRUKTUR V ZDRAVSTVENEM DOMU

Zdravstveni dom zagotavlja zdravstvene storitve in programe primarnega zdravstvenega varstva prebivalcem lokalnih skupnosti. Temeljna naloga zdravstvene dejavnosti na osnovni ravni je zagotavljanje čim boljšega zdravja prebivalstva, ki ga ustanova obravnava. Medtem ko se večina kurativnih dejavnosti lahko izvaja v posameznih ambulantah, je usklajevanje preventive in promocije zdravja temeljna naloga zdravstvenega doma. Zdravstveni dom bi zato moral postati središče načrtovanja in izvajanja promocije zdravja in preventivnih programov, usmerjenih v ohranitev in krepitev zdravja. Postati bi moral središče zdravstvenovzgojne dejavnosti na lokalni ravni. (Vir: Vizija prihodnosti zdravstvenih domov v Sloveniji, Darinka Klančar, Igor Švab, Janko Kersnik, Zdrav Var 2010; 49: 37–43.)

Zdravstveni dom zagotavlja zdravstvene storitve in programe primarnega zdravstvenega varstva prebivalcem lokalnih skupnosti. Z namenom zmanjševanja neenakosti, zagotavljanja neprekinjene zdravstvene oskrbe in dobre dostopnosti do zdravstvenih storitev zdravstveni dom sodeluje tudi z drugimi javnimi službami ter vladnimi in nevladnimi organizacijami v lokalnem okolju.

S tem namenom projekt vključuje vzpostavitev in delovanje novih struktur v zdravstvenem domu: Strokovne skupine za preventivo, Koordinativnega tima za preventivno zdravstveno varstvo otrok in mladine, Preventivnega tima za otroke in mladostnike posamezne šole / vrtca, Koordinativnega tima za preventivno zdravstveno varstvo odraslih.

1.3.2 VZPOSTAVITEV CENTRA ZA KREPITEV ZDRAVJA (CKZ)

V CKZ so s ciljem zagotavljanja kakovostnih preventivnih programov, ki se med seboj povezujejo in strokovno dopolnjujejo ter jih izvaja za to posebej usposobljen kader, združena naslednja področja preventive:

a) izvajanje programa Priprava na porod in starševstvo,

Program Priprava na porod in starševstvo (PPS) je nadgradnja in posodobitev programa vzgoje za zdravje za bodoče starše (prej t.i. Šole za starše). Pripravljen je nov predlog izvajanja, nabor vsebin, izvedbenih pogojev ter gradiva. Namen implementacije nadgrajenega in vsebinsko posodobljenega programa PPS je poenotenje izvajanja, s čimer želimo vsem bodočim staršem zagotoviti minimalen

standard ter s tem prispevati k zmanjšanju neenakosti med uporabnicami in uporabniki;

b) Program Vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike v vrtcih in šolah,

Program vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike izvaja obstoječi tim v obsegu in po programu, opredeljenem iz strani ZZZS.

c) izvajanje aktivnosti krepitev zdravja in preventivnih obravnav za otroke in mladostnike, njihove starše ter izvajanje preventivnih obravnav za mlade v lokalnih skupnostih,

Vsebinsko področje obsega izvajanje vzgoje za zdravje za osipnike v programu Projektno učenje za mlajše odrasle (PUMO). Program Promocija zdravja pri osipnikih v programu PUMO je namenjen mladostnikom in mlajšim odraslim, ki niso zaključili šolanja in niso zaposleni. Namen programa je krepitev in varovanje duševnega zdravja osipnikov ter spodbujanje zdravega življenjskega sloga, povečati vključevanje osipnikov nazaj v preventivne programe ter vzpostavitev sodelovanja med PZV in okolji/organizacijami, kjer se organizirano srečujejo osipniki (npr. PUMO, mladinski centri ...).

d) izvajanje zobozdravstvene vzgoje za otroke in mladostnike,

Zobozdravstveno vzgojo za otroke in mladostnike izvaja obstoječi tim v obsegu in po programu, opredeljenem iz strani ZZZS;

e) izvajanje pogovornih ur,

Pogovorne ure za krepitev zdravja so namenjene celotni populaciji za krajše individualne posvete s strokovnjakom iz CKZ glede ohranjanja in krepitev zdravja, izvedbe kontrolnih meritev ter za nudenje podpore in pomoči pri spreminjanju vedenja, povezanega z zdravjem.

f) izvajanje aktivnosti krepitev zdravja in zmanjševanja neenakosti v zdravju v lokalnih skupnostih,

Zaposleni v CKZ izvajajo tudi aktivnosti krepitev zdravja v lokalni skupnosti, kar obsega:

- organizacijo in izvedbo dogodkov s področja krepitev zdravja in promocije preventivnih programov v ZD in lokalnih skupnostih;
- izvajanje standardiziranih in strukturiranih aktivnosti krepitev zdravja in spreminjanja nezdravega življenjskega sloga po modelu Živimo zdravo;
- izvajanje motivacijskih delavnic za krepitev zdravja in zmanjševanje neenakosti v zdravju v lokalnih skupnostih;
- izvajanje medijskih aktivnosti s področja krepitev zdravja in zmanjševanja neenakosti v zdravju v skladu z navodili NIJZ;

g) vključevanje ranljivih oseb v preventivne programe,

CKZ z namenom informiranja in motiviranja zdravstveno marginaliziranih (ranljivih) oseb za vključitev v preventivne programe in skrb za svoje zdravje izvaja t.i. Odprta vrata za zdravje. Gre za različne kratke dogodke na temo zdravja v organizaciji CKZ ob vnaprej določenih terminih na lokacijah partnerjev v lokalni skupnosti (centri za

socialno delo, Zavodi RS za zaposlovanje/uradi za delo, Karitas, Rdeči križ in druge NVO) (NIJZ, 2017).

h) izvajanje Programa za krepitev zdravja, ki obsega:

Program krepitev zdravja za odrasle obsega zdravstvenovzgojne delavnice, psihoedukativne delavnice in individualna svetovanja.

Program za krepitev zdravja (PKZ) je nadgradnja Programa svetovanja za zdravje, ki se izvaja v obstoječih zdravstvenovzgojnih centrih. Zdravstvenovzgojne delavnice v PKZ, ki se izvajajo v CKZ, so nadgrajene tako po vsebini kot pristopih, skladno z ugotovitvami v oceni potreb uporabnikov in izvajalcev v zdravstvenovzgojnih centrih.

PKZ se v skladu s potrebami populacije izvaja v ZD in v lokalni skupnosti. Vse to ciljni populaciji zagotavlja boljšo dostopnost preventivnih obravnav. V okviru PKZ CKZ skladno s strokovno usmeritvami NIJZ izvaja:

- osnovno strukturo nemedikamentoznih obravnav v ZD in lokalnih skupnostih za osebe, ogrožene za razvoj KB in za osebe z že prisotno KB in
- modificirano strukturo nemedikamentoznih obravnav v lokalnih skupnostih in v delovnih organizacijah za splošno populacijo;

Zdravstvenovzgojne delavnice, psihoedukativne delavnice in individualna svetovanja v Zdravstvenem Domu Postojna v okviru Centra za krepitev zdravja (po NIJZ, 2019):

ZDRAVO ŽIVIM (Eno skupinsko srečanje)

Pridobivanje znanja o pomenu zdravega življenjskega sloga (zdrave prehrane, telesne dejavnosti, nekajenja, opuščanja tvegane pitja alkohola, obvladovanja stresa) za ohranjanje in krepitev zdravja ter preprečevanje in zdravljenje kroničnih bolezni.

ALI SEM FIT? (Eno skupinsko srečanje)

Opravljanje preizkusa za ugotavljanje telesne zmogljivosti pod strokovnim vodstvom in svetovanje o ustrezni telesni dejavnosti za krepitev zdravja.

TEHNIKE SPROŠČANJA (Eno skupinsko srečanje)

V okviru delavnice so predstavljene osnovne značilnosti sproščanja. Udeleženci delavnice imajo možnost preizkusiti tri različne tehnike sproščanja (dihalne vaje, postopno mišično sproščanje, vizualizacijo pomirjujočega kraja), spoznajo njihove prednosti ter dobijo navodila, za izvajanje doma.

ZVIŠAN KRVNI TLAK (Eno skupinsko srečanje)

Pridobitev najpomembnejših znanj o zvišanem krvnem tlaku, veščinah za obvladovanje krvnega tlaka in pravilnem izvajanju samomeritev.

ZVIŠANE MAŠČOBE V KRVI (Eno skupinsko srečanje)

Pridobitev najpomembnejših znanj o nastanku holesterola ter pomenu ciljnih in mejnih vrednosti krvnih maščob za zdravje ter veščinah za vzdrževanje ciljnih vrednosti.

ZVIŠAN KRVNI SLADKOR (Eno skupinsko srečanje)

Pridobitev najpomembnejših znanj o mejni bazalni glikemiji in moteni toleranci za glukozo.

SLADKORNA BOLEZEN TIPA 2 (Eno skupinsko srečanje)

Pridobitev najpomembnejših znanj o sladkorni bolezni tipa 2.

SKUPINSKO/INDIVIDUALNO SVETOVANJE ZA OPUŠČANJE KAJENJA (Šest srečanj)

Pridobivanje ključnih informacij in možnost strokovne podpore pri opuščanju kajenja. Oseba se lahko vključi v skupinsko ali individualno obliko svetovanja.

SPOPRIJEMANJE S STRESOM (Štiri skupinska srečanja)

Spoznavanje osnovnih značilnosti doživljanja stresa, vzrokov zanj in možnosti obvladovanja. V okviru delavnice udeleženci pridobijo znanja in veščine, s katerimi si lahko pomagajo sami pri obvladovanju stresa in posledično izboljšanju svojega počutja.

ZDRAVO JEM (Štiri skupinska srečanja in dve individualni svetovanji)

Pridobivanje najpomembnejših znanj o pomenu prehrane za zdravje in veščin za postopno uvajanje sprememb v način prehranjevanja.

GIBAM SE (Štirinajst skupinskih srečanj in dve individualni svetovanji)

Udeleženci delavnice pridobijo poglobljeno oceno o telesni pripravljenosti ter znanje in veščine za varno in ustrezno izvajanje različnih vrst telesne dejavnosti.

S SLADKORNO BOLEZNIJO SKOZI ŽIVLJENJE (Pet skupinskih srečanj)

Pridobitev najpomembnejših znanj o sladkorni bolezni tipa 2 ter veščin za postopno uvajanje sprememb v vsakdanjem življenju.

ZDRAVO HUIŠANJE (Šestnajst skupinskih srečanj in šestnajst srečanj telesne dejavnosti)

Pridobitev znanj in veščin za spreminjanje prehranskih in gibalnih navad ter nudenje podpore+ v procesu hujšanja in pri vzdrževanju zdravega življenjskega sloga.

PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU Z DEPRESIJO (Štiri skupinska srečanja in eno individualno svetovanje)

Spoznavanje osnovnih značilnosti depresije, vzrokov zanjo ter potek in način zdravljenja. Pridobivanje znanj in veščin, s katerimi si oseba lahko pomaga in posledično izboljša svoje počutje.

PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU S TESNOBO (Štiri skupinska srečanja)

Spoznavanje osnovnih značilnosti tesnobe, vzrokov zanjo ter potek in način zdravljenja. Pridobivanje znanj in veščin, s katerimi si oseba lahko pomaga in posledično izboljša svoje počutje.

1.3.3 IZVAJANJE NADGRADENJ PRI PREVENTIVNIH PREGLEDIH OTROK IN MLADOSTNIKOV TER DRUŽINSKA OBRAVNAVA DEBELOSTI

V okviru rednih preventivnih pregledov šolskih otrok izbrani zdravnik šole v skladu s pripravljanim protokolom identificira ogrožene otroke in mladostnike, ki so povabljeni na dodaten pregled. Pregled, ki bo individualen in v prisotnosti staršev, je namenjen izvedbi dodatne diagnostike in pripravi klinične ocene stanja prehranjenosti in telesne zmogljivosti napotnih otrok in mladostnikov (poglavje povzeto po: NIJZ, Nadgradnja in razvoj preventivnih programov ter njihovo izvajanje v primarnem zdravstvenem varstvu in lokalnih skupnostih, Vsebinska izhodišča za izvajanje projektnih aktivnosti, 2018).

Z izvajanjem nadgradnje pri preventivnih pregledih otrok in mladostnikov je zagotovljena celostna obravnava in zgodnje odkrivanje ogroženih za nastanek kroničnih bolezni, ki so povezane z neustreznimi prehranjevalnimi in gibalnimi navadami ter ustrezno ukrepanje vključno z informiranjem in motiviranjem za aktivno skrb za zdravje.

Družinska obravnava debelosti je nova intervencija na področju obvladovanja in zdravljenja debelosti na primarni zdravstveni ravni v CKZ. Namenjena je otrokom oziroma mladostnikom z prekomerno telesno težo ter njihovim staršem. Program traja 24 mesecev, izvaja pa ga interdisciplinarni tim, ki ga sestavljajo: pediater, diplomirana medicinska sestra, univerzitetni diplomirani psiholog, diplomirani dietetik in diplomirani kineziolog.

1.3.4 IZVAJANJE DODATNIH PREVENTIVNIH AKTIVNOSTI PATRONAŽNE SLUŽBE

Namen izvajanja dodatnih preventivnih aktivnosti patronažne službe je prispevati k vključevanju ranljivih oseb v preventivne programe, zmanjševanju neenakosti v zdravju ter nadgradnji preventivnega dela v patronažnem varstvu (NIJZ, 2017).

Novosti, ki jih prinaša projekt v sklopu patronažne službe:

- Izvajanje obravnav novorojenčkov, dojenčkov in otročnic na domu po posodobljenem programu;
- Vzpostavitev stika diplomirane medicinske sestre iz patronažnega varstva z neodzivniki na preventivne preglede v referenčnih ambulantah družinske medicine, ugotavljanje vzroka za neodzivnost in izvedba ukrepa glede na ugotovljeni vzrok (izvedba preventivnega pregleda in/ali nemedikamentoznih obravnav v skladu z opredeljenim algoritmom);
- Izvajanje posvetovalnic v lokalnih skupnostih s strani diplomiranih medicinskih sester v patronažnem varstvu;
- Priprava analize terenskega območja posamezne diplomirane medicinske sestre iz patronažnega varstva (NIJZ, 2017).

1.3.5 KAKOVOSTNA ZDRAVSTVENA OSKRBA ZA VSE - AKTIVNOSTI ZA ZAGOTAVLJANJE ENAKOSTI V ZDRAVSTVENI OSKRBI RANLJIVIH SKUPIN

Ranljivost je stopnja, do katere so populacije, posamezniki ali organizacije nezmožne predvideti dejavnike tveganja, se spoprijeti z njimi ali jim kljubovati oziroma si opomoči po njihovih škodljivih učinkih. Ranljive populacije v zdravstvu so tiste, za katere velja večje tveganje za slabše zdravstveno stanje oziroma večjo nedostopnost do zdravstvenega varstva. Poznamo ranljivost, ki izhaja iz socialnoekonomskega položaja ali starosti, spola, zdravstvenega stanja ali etničnega ozadja, in druge. Običajno gre za preplet več oblik ranljivosti.

Izkušnje ranljivih oseb kažejo na številne ovire pri skrbi za lastno zdravje in na ovire pri dostopu do sistema zdravstvenega varstva, vključno s preventivnimi programi. Pogosto so odrinjene na družbeno obrobje, izključene iz družbenega dogajanja in bolj izpostavljene težavam, povezanim z zdravjem.

Najpogosteje opredeljene ranljive skupine so:

- otroci in mladostniki s težavami v odraščanju,
- ljudje z nizkimi dohodki, katerih preživetje je odvisno od različnih oblik pomoči (prejemniki socialne pomoči, prejemniki humanitarne pomoči),
- brezposelni, prekarni, samozaposleni,
- starejši prebivalci,
- različne skupine invalidov (brez statusa, s težjimi okvarami, brezposelni),
- brezdomci (zdravstvene in stanovanjske težave),
- osebe s težavami v duševnem zdravju,
- odvisniki od nedovoljenih drog,
- odvisniki od alkohola,
- osebe z izkušnjo (domačega) nasilja,
- migranti, begunci in iskalci azila (nepoznavanje jezika, zaposlitev, stanovanjske razmere).

Ohranjanje in krepitev zdravja razumemo in obravnavamo kot temeljno sestavino vsakodnevnega življenja za vse prebivalce. V skrbi za zdravje ranljivih skupin se zavzemamo za celotno in povezano obravnavo tako v centrih za krepitev zdravja kot v zdravstvenih domovih ter lokalnih skupnostih.

Zdravstveni domovi izvajajo aktivnosti za zagotavljanje enakosti v zdravstveni oskrbi ranljivih skupin, katerih namen je doseganje boljšega zdravja in z zdravjem povezane kakovosti življenja. Predvidene so aktivnosti za:

- osebe z gibalno in senzorično oviranostjo,
- osebe s težavami v jezikovnem sporazumevanju ter
- z vidika razvoja novih vsebin samoocenjevanje zdravstvenega doma glede zagotavljanja enakosti v zdravstveni oskrbi ranljivih skupin.

Aktivnosti za osebe z gibalno in senzorično oviranostjo

Zdravstveni delavci in/ali osebe z gibalno in/ali senzorično oviranostjo sodelujejo pri presoji ustreznosti objektov in uporabe komunikacijskih ukrepov v zdravstvenih domovih. Na podlagi ugotovitev je skupina pripravila predloge ukrepov za izboljšanje, ki se bodo v nadaljevanju projekta vnesli v sestavo zdravstvenih domov.

Aktivnosti za osebe s težavami v jezikovnem sporazumevanju

Medkulturna mediacija je mednarodno uveljavljen program in praksa, ki se uporablja za zmanjševanje neenakosti in ugotavljanje kakovostne obravnave v zdravstvenih in drugih ustanovah. Namenjena je premostitvi ovir in nesporazumov, ki vznikajo ob jezikovnih, kulturnih, socialnih in drugih razlikah. Za jezikovno pomoč ob vstopu v zdravstveno ustanovo, pri preventivnem pregledu in drugih preventivnih obravnavah lahko zaprosite za tolmača ali medkulturnega mediatorja.

Aktivnosti z vidika razvoja novih vsebin samoocenjevanje zdravstvenega doma glede zagotavljanja enakosti v zdravstveni oskrbi ranljivih skupin

Na podlagi predpisanih usmeritev za samooceno zdravstvenih domov na področju zmanjševanja neenakosti v zdravju se bo postopoma uvajalo različne ukrepe in programe, ki bodo namenjeni različnim ranljivim skupinam. (poglavje povzeto po Katalog informacij Brežice, NIJZ, 2018).

1.3.6 LOKALNA SKUPNOST, ZA ZDRAVJE VSEH – VZPOSTAVITEV IN DELOVANJE LOKALNE SKUPINE ZA KREPITEV ZDRAVJA

Za krepitev zdravja posameznika in skupnosti je potrebno sodelovanje celotne lokalne skupnosti. Zato je smiselno spodbujanje kompetenc in pridobivanja spretnosti vseh deležnikov, ki lahko kakor koli pripomorejo k ustvarjanju podpornega okolja za doseganje zastavljenih ciljev, povezanih z zdravjem. Novi načini obravnave podirajo meje med področji

ter spodbujajo medpoklicno in medsektorsko usklajevanje aktivnosti za zmanjšanje neenakosti in krepitev zdravja. Lokalna skupina za krepitev zdravja zagotavlja:

- pravočasno in ustrezno zaznavanje zdravstvenih potreb lokalnega prebivalstva in odzivanje nanje,
- sodelovanje med organizacijami v podporo preventivnim programom, ki omogočajo doseganje boljših rezultatov z istimi viri,
- hitro, točno in popolno izmenjavo informacij med deležniki,
- oblikovanje učinkovitih, celovitih rešitev za doseganje ciljev, povezanih z zdravjem posameznika in skupnosti, ter
- nenehno usposabljanje in pridobivanje novih veščin ter izmenjavo izkušenj med strokovnjaki iz lokalnega okolja.

Člani lokalne skupine za krepitev zdravja

Lokalno skupino za krepitev zdravja sestavljata predstavnici za družbene dejavnosti občine Postojna in Pivka, ustanov zdravstvenega in socialnega resorja (zdravstveni domovi in drugi izvajalci zdravstvene dejavnosti, območne enote Nacionalnega inštituta za javno zdravje, Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS), Center za socialno delo, območne službe Zavoda Republike Slovenije za zaposlovanje/uradi za delo), vzgojno-izobraževalnih ustanov ter različnih nevladnih organizacij (društva, združenja in drugi).

Prednosti delovanja po modelu skupnostnega pristopa za krepitev zdravja in zmanjševanje neenakosti v zdravju

Ključni cilj oblikovanja lokalne skupine za krepitev zdravja je spodbujanje aktivnega sodelovanja med deležniki in s tem družbeni doprinos k zdravju v lokalni skupnosti. S tem namenom je tudi nastal Katalog informacij občin Postojna in Pivka. S poenotenjem delovanja ustanov v skupnosti omogočamo podporo posamezniku pri skrbi za lastno zdravje, ki želi živeti v zdravem okolju. Tak način obravnave omogoča hitro prepoznavanje potreb lokalnega prebivalstva in hitro odzivanje nanje ter oblikovanje ustreznih preventivnih programov, prilagojenih skupnosti, za reševanje nastalih zdravstvenih stanj. Z upoštevanjem možnosti formalne in neformalne oblike podpore posamezniku ali skupini razvija podporno mrežo in skupine za samopomoč. Tak način delovanja od partnerjev v lokalnem okolju zahteva usklajeno in povezano odpravljanje zaznanih ovir ter razvoj kompetenc, veščin in načinov ukrepanja, ki presegajo klasične institucionalne oblike delovanja. Deležniki v lokalni skupini za krepitev zdravja stremijo k skupnostnemu pristopu ter načrtujejo in udeležujejo ukrepe na področju preventive, krepitev zdravja in zmanjševanja neenakosti v zdravju.

Strategija in akcijski načrt za podporo pri krepitvi zdravja posameznikov in skupin

Ena od nalog lokalne skupine za krepitev zdravja je oblikovanje strategije in akcijskega načrta za podporo pri krepitvi zdravja posameznikov in skupin. Doseganje cilja integrirane zdravstvenovzgojne politike lokalne skupnosti je mogoče s pravimi in kakovostnimi informacijami, zato so oblikovani katalogi informacij, ki posameznika usmerjajo v iskanje

razpoložljivih programov za podporo pri krepitvi in ohranjanju zdravja. (povzeto po Katalog informacij Brežice, NIJZ, 2018)

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

Poleg zgoraj navedenih aktivnosti/novosti, ki jih prinaša projekt »Krepitev zdravja za vse«, ZD Postojna promovira tudi preventivne presejalne programe Svit, Zora in Dora

1.3.7.1 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 prikrite 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.

Kontakt:

Klicni center Svit: 01 620 45 21

Spletni naslov: www.program-svit.si

Elektronska pošta: info@program-svit.si

SVIT-ova kontaktna točka ZD POSTOJNA

Uradne ure: vsak torek od 13. do 14. ure

Telefonska številka CKZ: 031 363 448

Spletni naslov:

Elektronska pošta: ckz@zd-po.si

1.3.7.2 Program Dora

Program Dora je državni presejalni program za raka dojke, 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 vabljene ženske, stare od 50 do 69 let.

Kontakt:

Klicni center Dora: 080 27 28 (vsak delavnik med 9. in 12. uro)

Spletni naslov: www.dora.onko-i.si

Elektronska pošta: dora@onko-i.si

Presejalni center:

Mobilna enota Postojna, naslov: Prečna ulica 4, 6230 Postojna

Vključene občine: Cerknica, Postojna, Pivka, Ilirska Bistrica

Za datum naslednjega delovanja kontaktirate klicni center Dora. Slikanje opravljajo radiološki inženirji z Onkološkega inštituta Ljubljana.

1.3.7.3 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 (briso 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.

Kontakt:

Klicni center Zora: 01 587 95 75

Spletni naslov: www.zora.onko-i.si

Elektronska pošta: zora@onko-i.si

Program Zora – Kontakt:

Ginekološka ambulanta - BOLNIŠNICA POSTOJNA

Zdravstveni dom Postojna, Prečna ulica 2, 6230 Postojna.

Ginekologi: Bavčar Petra, Jordan Tanja, Kristan Franc, Lazić Zlatko,

Likar Robert, Mugoša Marko, Tašev Ilija

Tel. številka: 05 7000 720 ali 05 7000 722 (med 7. in 15. uro)

E-mail: narocanje@bolnisnica-po.si

Ginekološka ambulanta - BOLNIŠNICA POSTOJNA

Zdravstveni dom Postojna, Prečna ulica 2, 6230 Postojna

Ginekolog: Merlo Aleksander, Tul Mandić Nataša

Tel. številka: 05 7000 736

E-mail: narocanje@bolnisenica-po.si

Ambulanta za ginekologijo in porodništvo ter bolezni dojk

Ginekologinja: Danica Hrvatin

Zdravstveni dom Postojna, Prečna ulica 2, 6230 Postojna

Tel. številka: 05 72 64 220 (ponedeljek od 12. do 18. ure, torek, sredo, četrtek, petek od 8. do 13. ure)

2. PREDSTAVITEV KLJUČNIH SLUŽB IN DEJAVNOSTI V LOKALNEM OKOLJU

2.1 OBČINA POSTOJNA

Občina Postojna je samoupravna lokalna skupnost, ustanovljena z zakonom. Ureja lokalne zadeve javnega pomena, upravlja občinsko premoženje, omogoča pogoje za gospodarski razvoj občine (pospešuje gospodarski razvoj, in v skladu z zakonom opravlja naloge s področja gostinstva, kmetijstva in turizma), ustvarja pogoje za gradnjo stanovanj in skrbi za povečanje najemnega socialnega sklada stanovanj, skrbi za lokalne javne službe, pospešuje raziskovalno, kulturno in društveno dejavnost ter razvoj športa in rekreacije,...

Za zadovoljevanje potreb svojih prebivalcev pospešuje tudi službe socialnega skrbstva, predšolskega varstva, osnovnega varstva otrok in družine, službe za socialno ogrožene, invalide in ostarele. Med drugim ustvarja tudi pogoje za izobraževanje odraslih, kar je pomembno za razvoj občine in kvaliteto življenja njenih prebivalcev.

Občina Postojna zagotavlja pomoč pri skrbi za dobro počutje ljudi in njihovo zdravje ter omogoča kakovostno življenje vseh občanov. V ta namen ima sprejet tudi Program socialnega varstva v Občini Postojna.

Župan in sodelavci Občine Postojna skupaj s pobudami, vprašanji in kritikami občanov in občanov sledijo razvojnim možnostim območja in skupaj ustvarjajo boljše prihodnost naših krajev. Občina postaja samozadostna, tehnološko napredna in privlačna tako za ustvarjanje življenjske poti kot tudi za povečevanje gospodarskih zmožnosti in turizma. Pri tem se zavedajo, da so ljudje tisti, ki so v tem procesu ustvarjalni.

2.2 OBČINA PIVKA

Občina Pivka se nam na zemljevidu kaže kot velik metulj s široko razprtimi krili. Glava je Pivka, edino mestno naselje in občinsko upravno središče; vzhodno krilo je Zgornja Pivka, obrobjena z gozdnatim hribovjem, ki se na jugovzhodu postopoma vzpenja proti 1796 m visokem Snežniku, zahodno krilo je Košanska dolina z obrobji v brkinskem hribovju in Vremščici (1027 m). Krili ločuje in jima hkrati daje oporo Taborski greben (751 m), ki je skupaj s Primožem (718 m) in Osojnico (820 m) tudi razvodje med porečjema reke Pivke in reke Reke in s tem tudi med bližnjim Jadranskim in zelo daljnim Črnim morjem (www.pivka.si).

Socialno varstvo

Zakon o socialnem varstvu nalaga občinam, da zagotavljajo mrežo javne službe za osebno pomoč in pomoč družini na domu. Občina Pivka zagotavlja izvajanje teh programov preko Centra za socialno delo Postojna.

Pomoč na domu, ki jo izvaja Center za socialno delo Postojna, je sestavljena iz različnih oblik organizirane praktične pomoči in uslug, s katerimi se upravičencem vsaj za določen čas nadomesti potrebo po institucionalnem varstvu. Pomoč je namenjena občanom, ki imajo zagotovljene bivalne in druge pogoje za življenje, vendar se zaradi starosti ali hude invalidnosti ne morejo oskrbovati in negovati sami, njihovi svojci pa take oskrbe in nege ne zmorejo ali zanjo nimajo možnosti. Storitev obsega gospodinjsko pomoč, pomoč pri vzdrževanju osebne higiene in pomoč pri ohranjanju socialnih stikov, dostavo kosil, ipd. Uporabniki pomoči na domu prispevajo k storitvi skladno z višino lastnih dohodkov. Storitev pomoči na domu je zelo dorbo razvita, saj je delež vključenih nad državnim povprečjem.

Za pomoč materialno in socialno ogroženim občanom ima občina ustanovljeni dve komisiji:

- Komisija za ugotavljanje upravičenosti do denarne pomoči (obravnavajo vloge za osnovnošolske otroke, ki nimajo zadostnih sredstev za obvezne dejavnosti, ki dopolnjujejo pouk in jih organizira šola; šole v naravi, tabori ipd.)
- in Komisija za socialna vprašanja in stanovanjske zadeve, ki obravnava denarne pomoči za družine in posameznike ter vprašanja, ki se nanašajo na stanovanjsko problematiko.

Občini Pivka vsako leto iz občinskega proračuna sofinancirajo socialni in zdravstveni programi ter programi humanitarnih in neprofitnih organizacij.

Na področju sociale se izvajajo številni projekti; Starejši za starejše, Pomoč invalidom, Občina prijazna starejšim, program Sopotniki, Popoldan v Pivki ipd. (www.pivka.si).

Zdravstvo

Zdravstvena dejavnost v občini se v pretežnem delu izvaja v zasebnih ambunatah. Imamo tri zasebne ambulante splošne oziroma družinske medicine, dva zobozdravnika za odrasle ter zobozdravnico za otroke in mladino. Poleg tega v občini deluje tudi pediatrična ambulanta v okviru Zdravstvenega doma dr. Franca Ambožiča Postojna.

Ker je večji del zdravstvene službe v Občini Pivka organiziran preko zasebnikov, je Občina Pivka kot soustanoviteljica Zdravstvenega doma dr. Franca Ambožiča Postojna omejena le na službe v zdravstvenem domu, ki jih nima organiziranih na svojem območju skladno z zakonom, ki ureja zdravstveno dejavnost in v tem obsegu prevzema tudi pravice in odgovornosti ustanoviteljice.

Z Zdravstvenim domom občina sodeluje tudi v okviru preventivne dejavnosti, v letu 2018 je zaživel Center zdravja, ki izvaja številne preventivne delavnice, posvetovalnice in programe za zdravo življenje. (www.pivka.si).

Lekarniška dejavnost

Je organizirana v okviru javnega zavoda Kraške Lekarne Ilirska Bistrica. Ustanoviteljice zavoda

so: Občina Divača, Občina Ilirska Bistrica, Občina Komen, Občina Pivka, Občina Postojna in Občina Sežana. Zavod opravlja lekarniško dejavnost kot javno službo, ki zagotavlja preskrbo prebivalstva ter zdravstvenih ter drugih organizacij z zdravili. Preskrba z zdravili obsega izdajo zdravil na recept in brez recepta ter magistralno pripravo zdravil in svetovanje o varni uporabi zdravil. Lekarna Pivka se nahaja v Zdravstveni postaji Pivka (www.pivka.si).

2.3 CENTER ZA SOCIALNO DELO POSTOJNA

Besedilo je v pripravi pri deležniku.

2.4 ZAVOD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA ZAPOSLOVANJE (ZRSZ), OBMOČNA SLUŽBA KOPER, URAD ZA DELO POSTOJNA

Zavod RS za zaposlovanje kot osrednja institucija na trgu dela nudi kakovostne storitve vseživljenjske karijerne orientacije in posredovanja zaposlitve tako brezposelnim osebam kot ostalim uporabnikom ter zagotavlja odzivne storitve za delodajalce, sodeluje z različnimi nacionalnimi in regionalnimi institucijami.

Temeljne dejavnosti Zavoda RS za zaposlovanje so:

- posredovanje zaposlitev in zaposlitveno svetovanje
- izvajanje karijerne 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 Zavoda
- informiranje o trgu dela, informacije javnega značaja.

Zavod deluje organizacijsko na treh ravneh, in sicer na sedežu Zavoda, kjer sta vodstvo in Centralna služba, ter v območnih službah in uradih za delo po vsej Sloveniji. Uradi za delo z neposredno povezavo zagotavljajo strankam pravice s področja posredovanja zaposlitve in dela, zaposlitvenega svetovanja, uveljavljanja pravic iz zavarovanja za primer brezposelnosti, izvajanja ukrepov zaposlovanja, poklicnega svetovanja mladini in odraslim ter sodelovanje z delodajalci in ostalimi partnerji v lokalnem okolju.

Urad za delo Postojna deluje v okviru Območne službe Koper.

Na uradu za delo Postojna strankam omogočamo:

- dostop do informacij na spletu in osebno informiranje,
- dostop do ponudbe prostih delovnih mest in informacij o lokalnem trgu dela,

- dostop in pomoč pri uporabi orodij za samostojno vodenje kariere: [portal PoiščiDelo.si](#), [eSvetovanje](#), interaktivni računalniški program za izbor poklicev [Kam in kako](#),
- podpora svetovalca pri aktivnem iskanju zaposlitve,
- osnovno karierno svetovanje in spremljanje aktivnosti iskanja zaposlitve za brezposelne in druge iskalce zaposlitve,
- informiranje in svetovanje delodajalcem v postopku objave prostega delovnega mesta, posredovanja kandidatov in postopkov pred zaposlitvijo kandidata na prosto delovno mesto,
- svetovanje in vključevanje ter uveljavljanje ukrepov aktivne politike zaposlovanja,
- organizacijo skupinskih srečanj z delodajalci ter dogodkov z ostalimi partnerji v okolju.

Na uradu za delo Postojna poslujemo večkanalno, Zavod za zaposlovanje pa je prisoten tudi na socialnih omrežjih.

2.5 ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE, OBMOČNA ENOTA KOPER, IZPOSTAVA POSTOJNA

Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije (v nadaljevanju: ZZZS) je bil ustanovljen 1. marca 1992 na podlagi Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju. ZZZS je nosilec in izvajalec obveznega zdravstvenega zavarovanja v Republiki Sloveniji in ima status javnega zavoda s sedežem v Ljubljani.

Osnovna funkcija ZZZS je zagotavljanje učinkovitega zbiranja in razdeljevanja javnih sredstev za kakovostno uresničevanje pravic iz naslova obveznega zdravstvenega zavarovanja. 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...).

ZZZS ima 10 območnih enot in 45 izpostav na območju Slovenije. Poleg tega ima še področno enoto Informacijski center in Direkcijo. Ob koncu leta 2016 je bilo na ZZZS zaposlenih 853 delavcev.

ZZZS upravlja skupščina, ki jo sestavljajo demokratično izvoljeni predstavniki delodajalcev (med katerimi so tudi predstavniki Vlade Republike Slovenije) in zavarovancev. Izvršilni organ skupščine je Upravni odbor ZZZS. Poslovodni organ, odgovoren skupščini, je generalni direktor. Organ upravljanja na regionalni ravni so območni sveti, ki so vzpostavljeni na 10 območnih enotah ZZZS (ZZZS. Beseda o nas.).

2.6 RDEČI KRIŽ SLOVENIJE – OBMOČNO ZDRUŽENJE POSTOJNA - PIVKA

RKS OZ Postojna-Pivka je organizacija, ki deluje na mnogih področjih, ki so posebnega pomena za družbo in državo. V lokalnem okolju spremljamo življenje ljudi in aktivno reagiramo na pojave stiske in nemoči, še posebej ranljivih skupin, kot so otroci in starejši. Socialna dejavnost je ena od temeljnih nalog s katero skušamo lajšati stisko brezposelnih, brezdomcev, starostnikov, bolnih, osamljenih ter številnih posameznikov in družin v stiski.

SOCIALNA DEJAVNOST

Materialno pomoč nudimo v obliki oblačil, obutve, posteljnine, pohištva in bele tehnike. Razdeljujemo enotne prehranske pakete in higienske pripomočke ter pralni prašek. Delimo tudi hrano iz Sklada za Evropsko pomoč najbolj ogroženim. S prostovoljci pomagamo posameznikom in družinam, ki so se znašli v socialni in psihični stiski ter v izrednih razmerah ali primerih naravnih nesreč.

ORGANIZACIJA LETOVANJ

Letovanja socialno ogroženih otrok in starejših oseb organiziramo brezplačno v MZL RK (Mladinsko zdravilišče in letovišče, Rdeči Križ Slovenija) Debeli rtič.

MLADI

S projektom »**Otroci za otroke**« in »**Prvi šolski dan**« pomagamo otrokom in družinam pri nakupu šolskih potrebščin. Otrokom namenjamo tudi program »**Skupaj smo**«, s katerim želimo preko različnih ustvarjalnih delavnic vplivati na boljše pogoje za zdravo rast in osebni razvoj otrok. V sklopu programa organiziramo tudi **brezplačno učno pomoč**.

Z akcijo »**Drobtinica-malo je veliko**« obeležujemo Svetovni dan hrane in v sodelovanju z osnovnimi šolami zbiramo prostovoljne prispevke za šolski sklad, ki je namenjen socialno ogroženim otrokom oz družinam.

POSTAJE RDEČEGA KRIŽA

Postaje RK so ena od osnovnih oblik aktivnosti, ki delujejo tudi kot informacijske pisarne, kjer si lahko ljudje pridobijo potrebne informacije o aktivnostih in oblikah pomoči, hkrati pa izvajamo tudi meritve krvnega tlaka, holesterola, sladkorja in kisika v krvi.

Poleg naštetega Območno združenje Postojna-Pivka vsako leto organizira krvodajalske akcije, skrbi za usposabljanje laikov iz prve pomoči, usposablja prve posredovalce in ustanavlja ter usposablja ekipe prve pomoči. Vključujemo se v aktivnosti za varovanje in krepitev zdravja, posebno pozornost pa namenjamo mladim in prostovoljstvu.

2.7 ŽUPNIJSKA KARITAS POSTOJNA IN PIVKA

2.7.1 Župnijska Karitas Postojna

Župnijska Karitas (ŽK) Postojna ima svoje razdelilne prostore v Postojni, Ljubljanska cesta 1, skladiščne prostore pa v Postojni, Ravberkomandi 23. Tako prostore na Ljubljanski cesti, kot Ravberkomandi, ji je dodelila Občina Postojna v brezplačni najem. Z brezplačnim najemom so se ŽK zmanjšani stroški za najemnine in tako sredstva lahko ŽK porabi za pomoč ljudem v stiski.

Postojnska Župnijska Karitas prejeta pomoč namenja posameznikom, družinam v Postojni, pomaga pa tudi ostalim župnijam v okviru Občine Postojna (Slavina, Hrenovice, Studeno, Orehek, Matenja vas, Ubeljsko in Planina). Pri dodeljevanju pomoči moramo upoštevati dogovorjen cenzus v okviru Škofijske karitas.

Župnijska Karitas Postojna ima dvakrat mesečno po 5 ur organizirano dežurstvo stalne ekipe prostovoljcev, in sicer v četrtekih. Karitativno delo opravlja 12 stalnih sodelavcev in nekaj sodelavcev občasno.

Župnijska Karitas ima kot redni prihodek sredstva OBČINE POSTOJNA v višini 3.000,00 letno, Župnija Postojna pa ji plačuje stroške elektrike, vode in smeti. Sredstvi, ki jih prispeva Občina Postojna lahko delno uporabi za nakup dodatnih prehrambenih izdelkov in pomaga družinam v večji stiski pri plačilu stroškov za elektriko, najemnino, vodo, smeti. (položnice...). Družinam v stiski pomaga tudi Škofijske karitas Koper.

Župnijska Karitas prejema živila iz sredstev Evropske unije, sredstev Škofijske Karitas in živila zbrana v akcijah v drugih župnijah OBČINE Postojna ter živila dobrotnika Don Alfea, ki živila in obleko dostavlja Župnijski Karitas Postojna že vrsto let. Pred božičnimi in velikonočnimi prazniki poteka tudi akcija v okviru trgovine Hofer. Voziček za darovanje prehrambenih izdelkov ima Župnijska Karitas tudi v trgovini Mercator.

Župnijska Karitas podpira ljudi v stiski:

- z dodeljevanjem paketov, ki vsebujejo osnovna živila (moko, sladkor, olje, riž, testenine, mleko in drugo) ter so prilagojena številu družinskih članov prosilčeve družine;
- ob začetku šolskega leta so otroci v okviru akcije »Otroci nas potrebujejo« deležni pomoči z dodelitvijo zvezkov in bonov za nakup šolskih potrebščin. Bone in zvezke prejmemo iz sredstev Škofijske karitas, nekaj sredstev prispeva tudi sama ŽK. Zvezke zbirajo tudi učenci OŠ in otroci v vrtcu. Šolarjem so razdeljene še druge šolske potrebščine (šolske torbe, svinčniki, kemični svinčniki, barvice, flomastri, šilčki), ki jih donira papirnica Kocka- Skripta.

- prosilci lahko vedno prejmejo pomoč v obliki oblačil;
- prostovoljke in prostovoljci ŽK obiskujejo tudi ostarele in bolne v domovih za ostarele;
- v poletnem času se nekaj otrok in družin udeleži organiziranega letovanja v Portorožu, s minimalnim prispevkom;

Župnijska Karitas preko Škofijske Karitas sodeluje pri posvojitvi otrok na daljavo. V Občini Postojna imamo 8 posvojencev, ki letno prejmejo letno vsak 300,00 evrov.

Župnijska Karitas Postojna aktivno sodeluje z Varstveno delovnim centrom, Društvom Vezi, OŠ Miroslava Vilharja, OŠ Antona Globočnika, Zavodom Talita-cum, Centrom za socialno delo, Domom ostarelih Postojna, Društvom upokojencev, Krajevno skupnostjo Postojna in Občino Postojna.

Župnijska Karitas sodeluje z varstveno delovnim centrom in društvom Vezi. Tako so sodelavci Karitas skupaj z društvom Vezi iz celotne regije pripravijo v mesecu septembru srečanje društva. V okviru srečanje so organizirane športne igre in pogostitev.

Župnijska Karitas Postojna se vključuje v organizacijo srečanja starostnikov, za katere se v jesenskem času organizira sv. Maša.

Župnijska Karitas sodeluje v okviru organizacije Krajevne skupnosti pri decembrskemu obdarovanju ostarelih v Občini Postojna. Sodelovanje poteka v materialnih dobrinah in tako da posamezni prostovoljci obiskujejo in obdarujejo ostarele.

V mesecu novembru vsako leto poteka skupaj z dekanijsko Karitas, katehisti in katehistinjami v dekaniji razpis likovnega literarnega natečaja na določeno temo, " v katerega so vključene šole in veroučenci na dekanijski ravni.

Po svojih zmožnostih se sodelavci Župnijske Karitas trudimo, da pomagamo ljudem, ki potrebujejo pomoč in da pravočasno rešujemo težave posameznikov in družin. Vsi člani Župnijske Karitas Postojna smo upokojenci, zato vabimo nove prostovoljce, predvsem mlade, da se pridružijo in pomagajo z novimi idejami in sodelovanjem.

2.7.2 Župnijska Karitas Pivka

V Župnijski Karitas Pivka nudimo pomoč ljudem, ki so pomoči potrebni. Pomagamo prebivalcem z področja Šmihela, Košane, Trnja, Jurišč, Palčja, Zagorja- vasem, ki spadajo pod našo občino. Na nas se obrnejo ljudje, ki imajo različne stiske in potrebe, tako materialne kot duhovne.

Pomagamo jim na naslednje načine:

- priprava prehrabnih paketov z različnimi osnovnimi živili hrane iz EU, ter hrane, ki jo dobimo iz ŠK ali jo sami nabavimo. Velikost paketa je odvisna od števila družinskih članov prosilčeve družine.
- plačilo položnic kot so elektrika, zdravstveno zavarovanje, kurjava, plačilo šolskih malic in šole v naravi, najemnina ipd.

- vsako leto se šoloobveznim otrokom daje vrednostne bone za nakup šolskih potrebščin, podeljujemo tudi šolske zvezke, torbe ipd.
- omogočamo tudi počitnice na morju ali v hribih. Na počitnice gredo lahko samo otroci ali cela družina.
- prosilci dobijo pomoč tudi v obliki oblačil, čevljev, rjuh, jogijev, pohištva, televizij....
- starejšim izposojamo ortopedske pripomočke, bolniške in negovalne postelje, plenice,
- učenci, ki potrebujejo dodatno pomoč pri učenju, lahko dvakrat tedensko obiščejo učno pomoč, ki poteka v prostorih Karitas
- prostovoljke in prostovoljci Župnijske Karitasa obiskujemo tudi ostarele in bolne na domu ali v domovih za ostarele v času velikonočnih in božičnih praznikov
- enkrat letno se organizira srečanje za starejše in bolne v naši občini. Srečanje se prične s sveto mašo in po maši se malo družimo ob čaju in pecivu
- na naši Župnijski Karitas lahko posamezniki opravljajo družbeno koristna dela.

2.8 ZAVOD ZNANJE - LJUDSKA UNIVERZA POSTOJNA

Zavod Znanje Postojna je javni zavod za muzejsko dejavnost, kulturo, izobraževanje in ostale dejavnosti. Pod svojim okriljem združuje šest organizacijskih enot: OE Ljudska univerza Postojna, OE Notranjski muzej Postojna, OE Kulturni dom Postojna, OE Turizem, OE Podjetniški inkubator Perspektiva, OE Šport – Zelena dvorana (po <http://www.zavod-znanje.si/si/>).

Ljudska univerza Postojna (LU) spodbuja vseživljenjsko učenje in skrbi za rast znanja v Primorsko-notranjski regiji. Omogočena je raznolika ponudba izobraževalnih oblik, odrasli vseh generacij pa imajo možnost pridobitve novih znanj in spretnosti za dejavno sodelovanje v sodobni družbi. Za lažji korak naproti znanju so ponujene brezplačne podporne storitve. S prijavi na javne razpise in sodelovanjem v projektih je omogočena večja dostopnost do izobraževanja tudi ranljivim skupinam (po <http://www.lu-postojna.si/si/>).

Aktivnosti, programi, storitev (opis), spletna stran	Obdobje izvajanje aktivnosti (od do, trajno itn.)
Svetovalno središče ISIO Postojna - brezplačno informiranje in svetovanje za izobraževanje odraslih in karierni razvoj http://www.lu-postojna.si/si/ Financer: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport ter Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada	27. 6. 2016 do 31. 3. 2022
Središče za samostojno učenje.	1.1. 2019 do 31. 12

<p>Nudi različne brezplačne vsebine in mentorsko pomoč pri samostojnem učenju s pomočjo digitalnih gradiv.</p> <p>http://www.lu-postojna.si/si/svetovanje-in-podpora-ucenju/sredisce-za-samostojno-ucenje</p> <p>Financer: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport</p>	2019
<p>Izpiti iz znanja slovenščine kot drugega in tujega jezika na osnovni ravni</p> <p>http://www.lu-postojna.si/si/tecaji-in-delavnice/izpit-iz-znanja-slovenscine</p>	trajno
<p>Brezplačni izobraževalni tečaji različnih vsebin (prednostno za starejše od 45 let z največ srednjo šolo)</p> <p>http://www.lu-postojna.si/si/projekti/2044</p> <p>Financer: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport ter Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada</p>	14.9.2018 – 31.10.2022
<p>Različna izobraževanja za karierni in osebni razvoj (delavnice, usposabljanja, tečaji)</p> <p>http://www.lu-postojna.si/si/tecaji-in-delavnice</p>	trajno
<p>Opismenjevanje v slovenščini za odrasle govorce tujih jezikov (z dodatkom za mladoletnike – prosilce za mednarodno zaščito)</p> <p>Financer: Republika Slovenija Urad republike Slovenije za oskrbo in integracijo migrantov in Evropska unija iz Sklada za azil, migracije in vključevanje</p>	23. 3. 2018 do 31. 12. 2020
<p>Osnovna šola za odrasle</p> <p>http://www.lu-postojna.si/si/izobrazevanje/osnovna-sola-za-odrasle</p> <p>Financer: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport</p>	trajno
<p>Večgeneracijski center Točka moči – prostor zbiranja v lokalnem okolju z namenom druženja, širjenja socialne mreže in učenja</p> <p>https://tockemoci.si/</p> <p>Financer: Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti</p>	2017 - 2021

<p>PUM-O: projektno učenje mlajših odraslih (za osebe v starosti od 15 do 26 s statusom brezposelne osebe in/ali brez vključenosti v redno izobraževanje ali pa se pri šolanju soočajo s težavami ali so iskalci prve zaposlitve. http://www.lu-postojna.si/si/projekti/2056</p> <p>Financer: Program financirata Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada</p>	<p>1.4.2019 – 30.4.2020</p>
---	---------------------------------

3. SEZNAM KONTAKTOV

Tabele s kontakti po področjih

3.1 TELEFONI ZA POMOČ V STISKI

NAZIV	KONTAKT	OPIS
ZAUPNI TELFON SAMARIJAN IN SOPOTNIK	116 123	Svetovanje ljudem v duševni stiski. Brezplačni 24 urni telefon. http://www.telefon-samarijan.si/
TOM – TELEFON ZA OTROKE IN MLADOSTNIKE	116 111 tom@zpms.si	Zaupni telefon za otroke in mlade v stiski. Brezplačni klic vsak dan, med 12. in 20. uro. http://www.e-tom.si/
Brezplačna MODRA ŠTEVILKA PETER KLEPEC za otroke in mladostnike, ki doživljajo nasilje	080 1552	Brezplačni 24 urni telefon.
SOS TELEFON ZA ŽENSKO IN OTROKE, žrtve nasilja	080 11 55 drustvo-sos@drustvo-sos.si	Brezplačni telefon, deluje ob delavnikih med 12. in 22. uro, vsak dan od 18. do 22. ure. http://www.drustvo-sos.si/
KLIC V DUŠEVNI STISKI – Psihiatrična klinika Ljubljana	(01) 520-99-00	Deluje vsako noč med 19. in 7. uro zjutraj. https://www.psih-klinika.si/koristne-informacije/klic-v-dusevni-stiski/
KRIZNI CENTER ZA ŽENSKO IN OTROKE IN ŽRTVE NASILJA	031 233 211	Telefon kriznega centra je na razpolago vse dni v tednu, 24 urni telefon. http://www.drustvo-zenska-svetovalnica.si/o-nas
ZA ŽRTVE SPOLNEGA NADLEGOVANJA – Združenje proti spolnemu zlorabljanju	080 28 80 01 43 13 341 spolna.zloraba@siol.net	Brezplačni telefon, deluje ob ponedeljkih, torkih in četrtek med 9. in 17. uro, v sredo med 9. in 19. uro in petek med 9. in 15. uro. www.spolna-zloraba.si
ZAVOD EMMA – Center za pomoč žrtvam nasilja	080 21 33 zavod.emma@siol.net	Krizni telefon vsak dan od 8h - 15h in 18h - 21h www.zavod-emma.si
Zaupni telefon ZA TE	080 22 23 01 234 97 83	Pomoč osebam v osebni, socialni ali drugi stiski. Deluje od ponedeljka do petka med 16. in 22. uro. http://www.infopeka.org/web/?p=1021
DRUŠTVO TVOJ TELEFON	05 720 1 720 tvoj.telefon@siol.net	Izvajanje klica v stiski, deluje vsak dan od ponedeljka do petka med 8.00 in 22.00 uro. http://tvojelefon.blogspot.com/

3.2 ZDRAVSTVENO VARSTVO

NAZIV NASLOV	TELEFON SPLET, MAIL	OPIS
REGIJSKI CENTER ZA OBVEŠČANJE	112	
ZDRAVSTVENI DOMOVI		
ZDRAVSTVENI DOM POSTOJNA Prečna ulica 2, Postojna	05 7000 400 https://www.zd-po.si/ tajnistvo@zd-po.si	
Zdravstvena postaja Pivka Otroški dispanzer II Kolodvorska cesta 24, Pivka	05 757 24 44	Delovni čas otroškega dispanzerja: Torek: 7.30 -12.00 Petek: 7.30 – 11.15
Center za krepitev zdravja, ZD Postojna	05 7000 432 031 363 448 ckz@zd-po.si	
Prečna ulica 2, Postojna		
SŽ-ŽELEZNIŠKI ZDRAVSTVENI DOM LJUBLJANA		
Zobna ambulanta Pivka Kolodvorska cesta 27, Pivka		
Splošna ambulanta Postojna Kolodvorska cesta 25, Postojna		
AMBULANTA ZA CEPLJENJE – OBMOČNA ENOTA NIJZ KOPER Vojkovo nabrežje 4a, Koper	05 66 30 842 https://www.nijz.si/sl/ambulance#obmocna-enota-koper	Delovni čas za antirabično obravnavo in cepljenja po indikacijah: V ponedeljek od 13.00 do 14.00 in od torka do petka: od 8.30 do 9.30. Za samoplačniška cepljenja se je potrebno naročiti. Naročite se lahko od ponedeljka do petka med 8.00 in 10.00 uro.
BOLNIŠNICE		
Bolnišnica za ženske bolezni in porodništvo Postojna	05 7000 720 https://www.bolnisnica-po.si/ info@bolnisnica-po.si	
Prečna 4, Postojna		
05 37 34 400		
PSIHIATRIČNA BOLNIŠNICA IDRİJA Pot sv. Antona 49, Idrija	psihiatrija@pb-idrija.si https://www.pb-idrija.si/za-paciete-in-svojce/ordinacijski-casi-in-narocanje/psihiatricne-ambulante	Informacije po telefonu od 6.00 do 22.00h.
Psihiatrična ambulanta Postojna		
Psihiatrična ambulanta - Analitska psihoterapevtska skupina V Postojni	041 466 519	Skupina poteka 1x tedensko ob ponedeljkih zvečer.
Ambulanta kliničnega psihologa	05 37 34 480	Ordinacijski čas vsako sredo od 10.00 -

Novi trg 9, Postojna	https://www.pb-idrija.si/za-paciente-in-svojce/ordinacijski-casi-in-narocanje/psiholoske-ambulante	20.00 ure. Naročanje v ponedeljek, torek in četrtek od 14.00 – 15.00
Splošna bolnišnica Izola Polje 40, 6310 Izola-Isola	05 6606 000 https://sb-izola.si/ info@sb-izola.si	
LEKARNE		
Lekarna Postojna Prečna ulica 2, Postojna	05 721 17 00 http://www.kraske-lekarne.si/pharmacy/lekarna-postojna/ postojna@krl.si	Delovni čas: ponedeljek – petek 07:30 - 19:00 sobota 07:30 - 13:00 Dežurstva: ponedeljek – sobota 19:00 - 21:00 nedelja 09:00 - 12:00
Lekarna Log Postojna Titova cesta 10, Postojna	05 721 17 26 http://www.kraske-lekarne.si/pharmacy/lekarna-log-postojna/ logpostojna@krl.si	Delovni čas: ponedeljek – petek 08:00 - 20:00 sobota 08:00 - 16:00
Lekarniška podružnica Prestranek Ulica padlih borcev 22, Prestranek	05 721 17 28 http://www.kraske-lekarne.si/pharmacy/lekarniska-podruznica-prestranek/ prestranek@krl.si	Delovni čas: Ponedeljek 13:00 - 20:00 Torek 07:30 - 13:30 vsak 1. ter 3. torek v mesecu 13:30 - 19:30 vsak 2. ter 4. torek v mesecu Sreda – petek 08:00 - 14:00
Lekarna Pivka Kolodvorska cesta 24, Pivka	05 721 17 30 pivka@krl.si	Delovni čas: ponedeljek – petek 08:00 - 15:30
ZASTOPNIK PACIENTOVIH PRAVIC		
Jožica Trošt Krušec Vojkovo nabrežje 4 A, Koper	041 667 501 http://www.mz.gov.si/si/pogoste_vsebine_za_javnost/pacientove_pravice/zastopniki_pacientovih_pravic jozica.trost-krusec@nijz.si	
KONCESIONARJI – Seznam koncesionarjev v občini Postojna in Pivka se nahaja na spletni strani Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije (www.zzzs.si) ali na območni enoti zavoda.		

3.3 DUŠEVNO ZDRAVJE IN ODVISNOST

Naziv Naslov	Telefon Splet, mail	Opis
-----------------	------------------------	------

KOORDINATOR OBRAVNAVE V SKUPNOSTI NA PODORČJU ZAKONA O DUŠEVNEM ZDRAVJU:		
Center za socialno delo primorsko notranjska, Koordinator za obravnavo v skupnosti:	05 700 12 26 05 373 46 13 041 387 070 gp-csd.primn@gov.si janez.tusar@gov.si	Zajema področje enot CSD: Cerknica, Ilirska Bistrica, Postojna. Koordinatorji izvajajo pomoč osebam, ki ne potrebujejo več zdravljenja v psihiatrični bolnišnici ali nadzorovani obravnavi, potrebujejo pa pomoč pri psihosocialni rehabilitaciji, vsakdanjih opravilih, urejanju življenjskih razmer in vključevanju v vsakdanje življenje na podlagi načrta obravnave.
Janez Tušar , mag. soc. dela CSD primorsko notranjska, Novi trg 6, Postojna		
ZASTOPNIK PRAVIC OSEB NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA:		
BRIGITA ŽAJDELA	051 276 227 brigitazajdela@gmail.com	Imenovana za območje Psihiatrične bolnišnice Idrija , ki obsega območni enoti ZZS Nova Gorica in Koper.
Informacije		
URGENTNA PSIHIATRIČNA AMBULANTA V OKVIRU PSIHIATRIČNE BOLNIŠNICE IDRİJA	od 6.h do 22. h: 05 37 34 400	Ambulanta je namenjena obravnavi pacientov v primerih nenadnega in bistvenega poslabšanja psihičnega stanja, zaradi katerega pregled v redni ambulanti ni mogoč. Urgentna psihiatrična ambulanta obratuje neprekinjeno 24 ur na dan vse dni v letu.
Pot sv. Antona 49, Idrija	https://www.pb-idrija.si/ psihiatrija@pb-idrija.si	
ODDELKI IN CENTER ZA ZDRAVLJENJE ODVISNOSTI		
Psihiatrična bolnišnica Idrija, Oddelek za zdravljenje odvisnosti od alkohola	05 37 34 400 https://www.pb-idrija.si/ psihiatrija@pb-idrija.si	Oddelek za zdravljenje odvisnosti je namenjen zdravljenju odtegnitvenih težav in duševnih zapletov odvisnosti ter izvajanju terapevtskega programa zdravljenja odvisnosti od alkohola. Informacije od 6.00 do 22.00 h.
Pot sv. Antona 49, Idrija		
Univerzitetna psihiatrična klinika Ljubljana, Center za zdravljenje odvisnih od prepovedanih drog	01 58 72 100 https://www.psih-klinika.si/	
Studenec 48, 1260 Ljubljana	info@psih-klinika.si	
Center za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog	05 75 72 561	
ZP Pivka, Kolodvorska cesta 24, Pivka		
PSIHOLOŠKE SVETOVALNICE		
Center za psihološko svetovanje POSVET	031 704 707 posvet.org	Za prvi obisk pokličete preko telefona ali se oglasite osebno na Tržaški 132 v Ljubljani v času uradnih ur: pon – pet med 16. in 20.uro.
Zdravstveni dom Postojna, Prečna ul. 2, 2. nadstropje	info@posvet.org	V Postojni potekajo svetovanja ob torkih med 12 in 16h, po predhodnem naročilu. Psihološka svetovanja potekajo v okviru programa Ministrstva za zdravje, uporabniki ne potrebujejo napotnice niti zdravstvene kartice, so zaupna in brezplačna.
DRUGE ORGANIZACIJE NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA		
Dnevni center ŠENT Postojna	05 721 4771	Delovni čas: vsak delovnik od 8 do 15 ure.

Tržaška 34 A, Postojna	05/721-4771 https://www.sent.si/ branka.aleksic@dc.sent.si	V okviru dnevnega centra izvajamo različne aktivnosti.
Večgeneracijski center Primorsko Notranjske regije – Točka moči Ulica 1. maja 1 B, Postojna	08 161 05 97 Lu-postojna@zavod-znanje.si	
Društvo zdravljenih alkoholikov Postojna Prečna ulica 2, Postojna	Janež Škodič 041 844 995 janez.skodic@gmail.com	Pomoč osebam s sindromom odvisnosti od alkohola in njihovim svojcem. Srečanja v sejni sobi v ZD Postojna, vsak ponedeljek razen praznikov in dopustov med 16.30 in 18.00 uro.
Društvo za duševno zdravje in kreativno preživljanje prostega časa »VEZI«, Stanovanjska skupina Postojna Kolodvorska cesta 28, Postojna	mag. Katarina Tomažič, vodja programa Mreže stanovanjskih skupin 05 726 48 00 www.drustvovezi.org vezi.postojna@gmail.com	Program je namenjen osebam s težavami v duševnem zdravju, ki zaradi različnih okoliščin ne zmorejo samostojnega bivanja v domačem okolju in v vsakdanjem življenju potrebujejo pomoč, podporo in vodenje s ciljem psihosocialne rehabilitacije.
Društvo za zdravje in izobraževanje Vita Pivka Postojnska 12, Pivka	Lili Primc 041 675 521 lili.drustvo.vita@gmail.com www.drustvo-vita-pivka.com	Skupinam, parom in posameznikom nudijo izobraževanje, svetovanje in inštrukcije "za življenje" ter psihosocialno in psihološko pomoč in podporo. Področja: komunikacija, medsebojni odnosi (v službi, šoli, družbi, doma...), odnos med partnerjema, starši-otroci, prijatelji..., priprava na skupno življenje, reševanje sporov/ nesporezgov, otrok prihaja, bolezen, umiranje, smrt, sprejemanje različnosti, sodelovanje, starost in staranje, upravljanje s stresom, sproščanje, postavljanje in uresničevanje ciljev, vaje za boljše počutje, uporaba začimb in zelišč, prehrana v današnjem času, organiziranje osebnega/družinskega proračuna, pomoč sebi in drugim v različnih kriznih situacijah: naravne in druge nesreče, varnost doma, v naravi, na cesti, v družbi, ukrepi ob zastoju srca, možganski kapi, nezgodah, krvavitvah, opeklinah....
PROGRAMI ZMANJŠEVANJA ŠKODE NA PODROČJU PREPOVEDANIH DROG		
Društvo za zmanjševanje škode zaradi	Telefon terenske ekipe:	Izvajanje aktivnosti usmerjen je v zmanjševanje tveganih vedenj, povezanih z uporabo prepovedanih drog tako za posameznika kot za lokalno skupnost. Temeljni cilj je skrb za varovanje javnega zdravja in ohranjanje javnega reda in miru.
		S terensko enoto zaposleni izvajajo

<p>drog Stigma Hacquetova ulica 9, Ljubljana</p>	<p>041 919 981 www.drustvo-stigma.si</p>	<p>zamenjavo sterilnega pribora za injiciranje in svetovanje, povezano z uporabo drog, z namenom zmanjševanja tveganih vedenj, zmanjševanja škodljivih posledic uporabe drog in preprečevanja prenosov okužb z virusi. Mobilna enota je hkrati tudi testirna točka za psihoaktivne snovi (https://www.drogart.org/vsebine/3533/t-estirne-tocke-po-sloveniji.html). V Postojno in Pivko prihajajo vsak petek, od 10.30 do 14.00 h. Ob delu z uporabniki nedovoljenih drog so usmerjeni tudi v potrebe lokalne skupnosti.</p>
<p>Društvo 'Pot' - pomoč zasvojenim od nedovoljenih drog in njihovim bližnjim Ilirska Bistrica Dnevni center Pivka, Kolodvorska ul. 11, Pivka</p>	<p>031 458 521 pot@kabelnet.net</p>	<p>Urnik dnevnega centra: torek in petek od 8 do 15 ure. Društvo Pot v dnevnem centru izvaja različne oblike svetovanja za uporabnike prepovedanih drog in njihove svojce in program zamenjave sterilnega pribora za injiciranje, s katerim se zmanjšuje prenos okužb z virusi, ki se prenašajo s krvjo.</p>
DRUGI PONUDNIKI POMOČI		
<p>SUPEREGO, zdravstveno svetovanje in storitve d.o.o. ZD Postojna, Prečna ulica 2, Postojna</p>	<p>05 72 61 008 info@superego.si</p>	<p>Naročanje je možno osebno ali po telefonu v času ambulante, po e-pošti ali klasični pošti. Naročamo paciente v okviru koncesije, pogoj je urejeno zdravstveno zavarovanje.</p>
<p>dr. Nada Trtnik, Psihoterapija Odnos</p>	<p>dr. Nada Trtnik 031 371 143 nada.trtnik@odnos.org Spletna stran: www.odnos.org</p>	<p>Dejavnosti: Psihoterapija za posameznike (otroke, mladostnike, odrasle); Psihoterapija za pare; Psihoterapija za družine; Delavnice za starše. Za finančne šibkejšje občane občine Postojna in Pivka, sofinancirajo terapije Občina Postojna in Pivka. Udeleženci podajo vlogo za sofinanciranje terapij na CSD Postojna.</p>
SPLETNE STRANI		
<p>www.nebojse.si</p>	<p>(03) 42 51 146</p>	<p>Nabor različnih vsebin iz področja duševnih težav</p>
<p>www.tosemjaz.net Ipatčeva ulica 18, 3000 Celje</p>	<p>ksenija.lekic@nijz.si, petra.tratnjek@nijz.si, nusa.konec-juricic@nijz.si</p>	<p>Spletno svetovanje mladim na področju duševnega in telesnega zdravja, spolnega zdravja in medosebnih odnosov</p>
<p>www.med.over.net</p>		<p>Spletno svetovanje na področju zdravstva, sociale, prava in drugih področij za kakovostno življenje</p>
<p>www.zdaj.net</p>		<p>Program preventivnega zdravstvenega</p>

varstva otrok in mladostnikov – Program ZDAJ.

DRUGI SVETOVALNI TELEFONI

NIJZ – Opuščanje kajenja
080 27 77
www.nijz.si

Deluje vsak dan, tudi ob nedeljah in praznikih.
Brezplačno telefonsko svetovanje za pomoč pri opuščanju kajenja.

3.4 OSEBNA VARNOST

VARNOST

KLIC V SILI - POLICIJA	113
POLICIJA - PRIJAVA STORILCEV KAZNIVIH DEJANJ, ANONIMNI TELEFON	080 12 00
ENOTNA EVROPSKA TELEFONSKA ŠTEVILKA ZA PRIJAVO POGREŠANIH OTROK	116 000

Polijska postaja Postojna (za območje občin Postojna in Pivka)
(05) 703 34 00
<https://www.policija.si>
Kolodvorska cesta 3 b, Postojna
pp_postojna.pukp@policija.si

Naloga policistov PP Postojna so predvsem varovanje življenja, osebne varnosti in premoženja ljudi, sodelovanje z organi lokalnih skupnosti pri ukrepih za izboljšanje varnosti, sodelovanje z drugimi organi, organizacijami in institucijami, katerih dejavnost je usmerjena k zagotavljanju večje varnosti oz. k vzpodbujanju varnostnega samoorganiziranja prebivalcev, ter jim pomaga v okviru svojih pristojnosti in možnosti, ter druge naloge določene v Zakonu o nalogah in pooblastilih policije in drugih zakonih.

3.5 SOCIALNO VARSTVO

Naziv Naslov	Telefon Splet, mail	Opis
Center za socialno delo Primorsko-Notranjska, Enota Postojna Novi trg 6, Postojna	05 700 12 00 https://www.scsd.si/ gpcsd.posto@gov.si	Uradne ure: ponedeljek 8.00-12.00, 13.00-15.00, sreda 8.00-12.00 13.00-17.00, petek 8.00-12.00
Zavod RS za zaposlovanje, Območna služba Koper, Urad za delo Postojna Ljubljanska cesta 5 A, Postojna	059 695 850 www.ess.gov.si , gpzrszkoper@ess.gov.si	Uradne ure: Ponedeljek, torek: 8.-12.h in 13.-15. ure Sreda: 8.-12.h in 13.-17.h Petek: 8.-13.h

Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, OE Postojna Prečna ulica 2, Postojna	05 66 87 285 http://www.zzsz.si/ darija.horvat@zzsz.si	Uradne ure: ponedeljek: 8h – 12h in 13h – 15h torek: 8h – 12h in 13h – 15h sreda: 8h – 12h in 13h – 17h petek: 8h – 13h
Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje, Območna enota Koper Pristaniška ulica 1, Koper	01 47 45 100 https://www.zpiz.si/cms/?ids=home2019 oekp@zpiz.si	Uradne ure: Ponedeljek in torek 8-12 in 13-15 Sreda 8-12 in 13-17 Petek 8-13

DOM STAREJŠIH OBČANOV, SOCIALNO VARSTVENI ZAVODI, OSKRBOVANA STANOVANJA

Dom upokožencev Postojna Rožna ulica 10, Postojna	05 / 700-11-00 http://www.du-po.si/ info@du-po.si	Javno socialno varstveni zavod, namenjen institucionalnemu varstvu starejših oseb.
Talita kum zavod Ljubljanska 28, Postojna	05 620 2 400 info@talitakum.si	Izvajanje institucionalnega varstva starejših oseb.
Varstveno delovni center Postojna Pot k Pivki 2b, Postojna	05 720 45 70 https://www.vdc-postojna.si/ info@vdc-postojna.si	Urnik: od ponedeljka do petka med 7. in 15. uro. Deluje na dveh enotah in sicer v Postojni in Cerknici.
TERAPEVTSKO – KONJENIŠKI ZAVOD OLSEN	041 827 367 info@zavod-olsen.si www.zavod-olsen.si	Terapija s pomočjo terapevtskega konja za otroke z gibalnimi motnjami. Delovna terapija na domu: spodbujanje samostojnosti slabopokretnih in nepokretnih oseb.

NEVLADNE ORGANIZACIJE

Postojnska dekanijska Karitas Pot na Orlek 22, Pivka	05 757 10 72 marjan.skvarc@skavt.net	Dobrodelna organizacija rimo-katoliške cerkve z namenom uresničevanja karitativnega in socialnega poslanstva cerkve.
Župnijska Karitas Hrenovice Hrenovice 32, Postojna	05 757 70 32 marija.mejak@siol.net	
Župnijska Karitas Košana Dolnja Košana 78, Košana	05 753 00 16	
Župnijska Karitas Pivka Pot na Orlek 22, Pivka	05 757 10 72 julka.de@gmail.com	
Župnijska Karitas Postojna Vilharjeva 2, Postojna	05 720 46 40 marjan.gerzina@studioproteus.si	
Medžupnijska Karitas Orehek Slavina 53, Prestranek	05 754 20 09	
Župnijska Karitas Studeno Studeno 71, Postojna	05 751 60 36	
Medžupnijska Karitas Trnje in Zagorje	05 757 52 54	

Zagorje 113, Pivka	vadnjal.pivka@siol.net	
Župnijska Karitas Šmihel	05 753 05 67	
Šmihel 34, Pivka		
Rdeči križ Slovenije, Območno združenje Postojna-Pivka	05 726 48 35	Samostojna, nevladna, humanitarna organizacija za pomoč ljudem v stiski.
Kolodvor-ska 5b, Postojna	040 810 243 postojna.ozrk@ozrks.si	Uradne ure: Ponedeljek: 10-12 in 13-15 Sreda: 9-12 in 13-16 Petek: 9-12

3.6 VZGOJNO – IZOBRAŽEVALNE INŠTITUCIJE

Naziv Naslov	Telefon Splet, mail	Opis
Zavod Znanje Postojna, OE Ljudska univerza Postojna, javni zavod	05 721 12 80 05 721 12 88 041 383 940 http://www.zavod-znanje.si/si/organizacijske-enote/ljudska-univerza-postojna	Spodbujanje vseživljenjskega učenja in skrb za rast znanja v Primorsko-notranjski regiji.
Ljubljanska cesta 2, Postojna	http://www.lu-postojna.si/si/lu-postojna@zavod-znanje.si	Informacijska pisarna je odprta vsak delavnik od 8. do 11. ure in od 12. do 16. ure.
VRTCI		
VVO Postojna, Enota Pastirček Cesta na Kremenco 4, Postojna	081 601 692 tajnistvo@vrtec-postojna.si http://vrtec-postojna.si/	
VVO Postojna, Enota Škratek Vilharjeva ulica 14, Postojna	05/662 64 54 tanja.gerzina@vrtec-postojna.si	
VVO Postojna, Enota Studeno (Podgurček) Studeno 68, Postojna	031 375 200 http://vrtec-postojna.si/enota-podgurcek-vrtec-postojna/	
VVO Postojna, Enota Planina (Ravbarček) Planina, 152, Planina	05/756 50 90 http://vrtec-postojna.si/enota-ravbarcek-vrtec-postojna/	
VVO Pivka, Enota Vetrnica Prečna 5, Pivka	05/721 24 90 vrtec-pivka@os-pivka.si	

	https://vrtec-pivka.splet.arnes.si/	
VVO Pivka, Enota Mavrica Pot na Orlek 2, Pivka	05/757 13 03 vrtec-pivka@os-pivka.si	
	https://vrtec-pivka.splet.arnes.si/	
VVO Košana Dolnja Košana 61, Košana	05/721 83 96 http://vrteckosana.splet.arnes.si/	
VVO Prestranek Ulica 25.maja 14 a, Prestranek	05/754 25 12 http://os-prestranek.splet.arnes.si/	
OSNOVNE ŠOLE		
	05/757 04 80	
OŠ Pivka Prečna ulica 2, Pivka	tajnistvo@os-pivka.si http://www.os-pivka.si/	
	05/753 05 05	
OŠ Pivka, Enota Šmihel Šmihel 3, 6257 Pivka	tajnistvo@os-pivka.si http://www.os-pivka.si/	
OŠ Prestranek Ulica 25.maja 14 a, Prestranek	05/754 25 12 http://os-prestranek.splet.arnes.si/	
	05/700 03 00	
OŠ Antona Globočnika Cesta na Kremenco 2, Postojna	os.antona-globocnika-po@guest.arnes.si https://www.osagpostojna.si/	
OŠ Antona Globočnika, Enota Planina	05/756 50 60 https://www.osagpostojna.si/	
Planina 152, Planina		
OŠ Antona Globočnika, Enota Bukovje Bukovje 4, Postojna	05/751 51 26 https://www.osagpostojna.si/	
OŠ Antona Globočnika, Enota Studeno Studeno 68, Postojna	081 610 865 https://www.osagpostojna.si/	
	05/700 09 10	
OŠ Miroslava Vilharja Trg padlih borcev 1 A, Postojna	tajnistvo.vilhar@miroslav-vilhar.si http://www.miroslav-vilhar.si/	Poleg osnovne šole se izvaja tudi podružnična šola s prilagojenim programom z nižjim izobrazbenim standardom in posebnim programom vzgoje in izobraževanja otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami.
	05/756 11 69	
OŠ Miroslava Vilharja, Enota		

Hruševje Hruševje 82 A, Hruševje	sola.hrusevje@miroslav-vilhar.si http://www.miroslav-vilhar.si/	
	05/721 83 90	
Oš Košana Dolnja Košana 61, Košana	o-kosana.po@guest.arnes.si http://os-kosana.splet.arnes.si/	
SREDNJE ŠOLE		
	05/850 10 20	
Srednja gozdarska in lesarska šola Postojna Tržaška cesta 36, Postojna	051 630 771 051 630 781 sgls.postojna@guest.arnes.si www.sgls.si	
	081 601 650 info@scpo.si https://scpo.splet.arnes.si/	
Šolski center Postojna Cesta v Staro vas 2, Postojna		
DIJAŠKI DOM		
	051 630 781 sgls.dom@gmail.com http://sola.sgls.si/programi/dija-ski-dom/	
Dijaški dom SGLŠ Postojna Tržaška cesta 36, Postojna		
DRUGI VZGOJNO IZOBRAŽEVALNI ZAVODI		
	05 /703 12 15 ravnateljica 05 /703 12 11 tajništvo DEŽURNI MOBILTEL 041 724 015 zavod.planina@sc-planina.si tajnistvo@sc-planina.si http://www.vz-planina.si/	Vzgojni zavod Planina opravlja javno službo na področju vzgoje in izobraževanja otrok in mladostnikov s čustvenimi in vedenjskimi motnjami ter z lažjo motnjo v duševnem razvoju (LMDR).
Vzgojni zavod Planina Planina 211, Planina		
DRUGE INŠTITUCIJE		
	05/726 45 20 05/726 50 73 08/160 43 10 sikpos@po.sik.si https://sikpos.si/	
KNJIŽNICA BENA ZUPANČIČA POSTOJNA Trg padlih borcev 5, Postojna		
	05/757 11 60 https://sikpos.si/podruznice/	
KNJIŽNICA BENA ZUPANČIČA POSTOJNA, ENOTA PIVKA Prečna ulica 1, Pivka		
KNJIŽNICA BENA ZUPANČIČA POSTOJNA, BIBLIOBUS		Urnik bibliobusa na spletni strani: https://sikpos.si/podruznice/

3.7 OBČINE IN KRAJEVNE SKUPNOSTI

Naziv Naslov	Telefon Splet, mail	Opis
OBČINA POSTOJNA		
OBČINA POSTOJNA Ljubljanska cesta 4, Postojna	05/728 07 00 https://www.postojna.si/ obcina@postojna.si	
KRAJEVNA SKUPNOST POSTOJNA Jamska cesta 9, Postojna	05/726 51 71 ks.postojna@amis.net https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST BUKOVJE	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST HRUŠEVJE	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST PLANINA	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST RAZDRTO	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST ŠMIHEL POD NANOSOM	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST HRAŠČE	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST LANDOL	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST HRENOVICE	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST SLAVINA	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST STUDENO	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST VELIKO UBELJSKO	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST PRESTRANEK Ulica padlih borcev 14, Prestranek	krajevna.skupnost.prestranek@siol.net https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST OREHEK Orehek 58, Prestranek	https://www.postojna.si/objave/48	
KRAJEVNA SKUPNOST ŠTIVAN Matenja vas 24, Prestranek	https://www.postojna.si/objave/48	

OBČINA PIVKA

OBČINA PIVKA Kolodvorska cesta 5, Pivka	05 721 01 00 https://www.pivka.si obcina@pivka.si	
TRŠKA SKUPNOST PIVKA	Ernest Margon, predsednik GSM: 031 689058 tspivka@pivka.si https://www.pivka.si/objava/54764	Trška skupnost Pivka sodeluje v aktivnostih usmerjenih v primerno življenjsko okolje občanov in osveščanje za zdravo in kvalitetno življenje.
VAŠKA SKUPNOST DOLNJA KOŠANA	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST GRADEC	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST KLENIK	vaskaskupnost.klenik@gmail.com https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST NARIN	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST BUJE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST DRSKOVČE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST JURŠČE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST MALA PRISTAVA	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST NEVERKE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST ČEPNO	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST GORNJA KOŠANA	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST KAL	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST NADANJE SELO	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST NOVA SUŠICA	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST TRNJE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST PALČJE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST PARJE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST PETELINJE	https://www.pivka.si/objave/48	
VAŠKA SKUPNOST SELCE	https://www.pivka.si/objave/48	

VAŠKA SKUPNOST SLOVENSKA VAS	
VAŠKA SKUPNOST STARA SUŠICA	https://www.pivka.si/objave/48
VAŠKA SKUPNOST RIBNICA	https://www.pivka.si/objave/48
VAŠKA SKUPNOST SUHORJE	https://www.pivka.si/objave/48
VAŠKA SKUPNOST ŠMIHEL	https://www.pivka.si/objave/48
VAŠKA SKUPNOST VELIKA PRISTAVA	https://www.pivka.si/objave/48
VAŠKA SKUPNOST VOLČE	https://www.pivka.si/objave/48
VAŠKA SKUPNOST ZAGORJE	https://www.pivka.si/objave/48

3.8 DRUGE ORGANIZACIJE

DRUŠTVA BOLNIKOV		
Društvo onkoloških bolnikov - skupina za samopomoč bolnikov z rakom Postojna	031 889 344 http://www.onkologija.org dobslo@siol.net	Skupina je namenjena vsem bolnikom z rakom. V skupini se izvaja psiho-socialna pomoč. Srečanja so enkrat mesečno – prvi torek v mesecu ob 18h v Zdravstvenem domu Postojna, Sejna soba.
Društvo Vita za pomoč po nezgodni poškodbi glave Dunajska 106, Ljubljana	040 455 041 www.vita-poskodbe-glave.si drustvo.vita92@gmail.com	Glavne aktivnosti društva so osebna asistenca, dnevni center, klubske dejavnosti, izleti, svetovanje in založništvo. Društvo deluje že od leta 1992, predsednica društva je dr. Veronika Trdan.
Združenje bolnikov s cerebrovaskularno boleznijo (CVB) Slovenija Klub CVB Postojna	Vlasta Andlovec 031 624 327 Dušan Kafol 040 637 842 www.zdruzenjeCVB.com vandlovec57@gmail.com dusan@kafol.net	Združuje osebe, ki so prebolele možgansko kap ali drugo bolezen možganskega ožilja, njihove svojce in strokovnjake, ki sodelujejo pri odkrivanju, zdravljenju in rehabilitaciji.
KORONARNO DRUŠTVO POSTOJNA Prečna ulica 2, Postojna	040 874 447 Predsednik: Janez Čuček 041 754 731 www.koronarno-postojna.si koronarnodrustvopostojna@siol.net	Rehabilitacija koronarnih bolnikov ter oseb, ki kažejo znake koronarnih obolenj. Izvajamo jo z telesno vadbo z v ta namen usposobljenimi vaditelji dvakrat tedensko po eno uro, pohodi, izleti, rehabilitacijo v zdravilišču ter predavanji na temo koronarnih in sorodnih bolezni.
Društvo za pomoč pri obolenjih ščitnice Metuljčica	Magda Tomšič 041 949 848 http://www.metuljčica.si	Društvo za pomoč pri obolenjih ščitnice Metuljčica združuje ščitnične bolnike iz cele Slovenije. Postojnska skupina za samopomoč se srečuje vsako prvo sredo v mesecu ob 18. uri v

Skupina za samopomoč Postojna Smrekarjeva 44, Ljubljana	magda.tomsic@gmail.com	sejni sobi Kulturnega doma v Postojni.
Društvo diabetikov Postojna Prečna ulica 2, Postojna	Simon Kaluža 051 233 510 031 440 003 https://www.diabetes-zveza.si/ drustvo.diabetikov.postojna@studioproteus.si	Društvo seznanja s problematiko in reševanjem težav obolenja s sladkorno boleznijo. Osebo se lahko oglasite pri nas v pisarni društva ob ponedeljkih od 9. do 11. ure (ZD Postojna).
Medobčinsko društvo slepih in slabovidnih Koper Repičeva ulica 4, Koper	05 626 1000 info@mdsskp.si ; mdsskp@t-2.net	Izvajanje posebnih socialnih programov za slepe in slabovidne, registrirani izvajalec osebne asistencije po Zakonu o osebni asistenci za vse vrste invalidov.
Društvo gluhih in naglušnih Južne Primorske - Associazione sordi e audiolesi del Litorale Župančičeva 18, Koper	05/62 76 277 041/641692 drustvo.gluhih-naglusnih@telemach.net http://www.dgnkp.si/	Uradne ure: ponedeljek in petek 8.00 – 12.00, sreda 13.00 – 20.00. Društvo je nevladna, strokovna invalidska organizacija, katere namen je pomagati osebam z okvaro sluha (gluhim, naglušnim, osebam s polževim vsadkom) na vseh področjih življenja in dela.
Društvo invalidov Pivka Prečna ulica 1, Pivka	041 827 – 755 drustvoinvalidov.pivka@gmail.com	Uradne ure: sreda 10.00-11.00
Društvo invalidov Postojna Prečna ulica 2, Postojna	05 7262 – 790 drustvo.invalidov@studioproteus.si	Uradne ure: sreda 9.00 – 12.00
DRUŠTVA ZA RAZVOJ KRAJA		
Turistično društvo Pivka Kolodvorska ulica 5, Pivka	Peter Ženko 031 363 745 Spletna stran/FB: @tdpivka td.pivka@gmail.com	Turistično društvo Pivka je nevladna organizacija, ki združuje občane, ki želijo živeti v okolju kjer se dobro počutijo. Vsako leto izvajamo pester program aktivnosti, ki vključuje vse od čiščenja in olepševanja okolice, rekreativnih dogodkov kot so pohodi in kolesarjenja, tradicionalnih etnoloških prireditev in promocijo dediščine do izobraževalnih in ozaveščevalnih predavanj z bogatimi vsebinami.
Društvo Modro nebo	Marko Cvetko https://dmn.si/ marko@dmn.si	Turistične aktivnosti na območju Primorsko-notranjske regije, s poudarkom na pohodništvu in kolesarstvu. Delavnice in predavanja na temo samooskrbe
Društvo za krajevno zgodovino in kulturo LIPA Pivka	Irena Margon /predsednica/ GSM: 031 380 340 www.kdlipa.si irena.margon@gmail.com	Društvo za krajevno zgodovino in kulturo LIPA Pivka /krajše: Kulturno društvo LIPA Pivka/ sodeluje v aktivnostih usmerjenih v kulturno osveščanje občanov, skrb za kulturno dediščino in spomin in organizira pohode po Zgornji Pivki (pot kamnitih križev, Dan državnosti, Dan samostojnosti..). okolje občanov in osveščanje za zdravo in kvalitetno življenje.
TURISTIČNO DRUŠTVO POSTOJNA, Jamska c. 9, 6230 Postojna,	05/7201610 info@tdpostojna.si www.tdpostojna.si	

<p>TURISTIČNA ZVEZA BRKINI, KRAS, NOTRANJSKA Jamska c. 9, Postojna</p>	<p>05/7201610 info@tdpostojna.si wwwtz-bkn.si</p>	<p>Prizadevamo si ponovno oživeti nekoliko zapostavljeno poglavje lokalne zgodovine, ko je na našem prostoru prebival pračlovek in o kateri pričajo številne najdbe. Želja Zavoda Furman je, da se Betalov spodmol in ostala najdišča ponovno uvrstijo v šolski učni program ter da se ta, zelo zanimiva tema, vrne v nabor ponudbe ogledov. Vodniki Zavoda Furman vodimo radovedneže vseh starosti, po učni poti od Notranjskega muzeja Postojna preko Soviča do Betalovega spodmola kjer vam pričramo košček prazgodovine.</p>
<p>Furman, zavod za razvoj trajnostnega turizma Cankarjeva ulica 6, p.p. 114, Postojna</p>	<p>05 754 01 11 040 741 251 zavod.furman@gmail.com</p>	<p>Mladinski center Postojna mladim ponuja prostor za druženje in kvalitetne vsebine. Mladim glasbenikom in glasbenim skupinam je na voljo prostor za vaje, ustvarjalcem pa je na razpolago galerija, kjer lahko razstavljajo. Nudimo tudi pomoč in prostor pri organizaciji raznih dogodkov.</p>
ORGANIZACIJE IN DRUŠTVA ZA POMOČ LJUDEM		
<p>Mladinski center Postojna Vilharjeva ulica 14, Postojna</p>	<p>Samo Vesel 040 413 315 info@mcp.si</p>	<p>Boreo je namenjen pomoči nevladnim organizacijam pri njihovem razvoju in delovanju</p>
<p>Boreo regijsko stičišče za nevladne organizacije Primorsko-notranjske regije Vilharjeva ulica 14, Postojna</p>	<p>Ana Širca 041 578 131 ana@boreo.si</p>	<p>Po-Pi je namenjen otrokom, mladim in družinam. Na nas se lahko obrnejo družine v stiski, ponujamo pa tudi pester nabor dejavnosti, ki so namenjene predvsem kvalitetnemu preživljanju prostega časa otrok.</p>
<p>Društvo prijateljev mladine občin Postojna in Pivka PO-PI Vilharjeva ulica 14, Postojna</p>	<p>Tatjana Rant 041 982 781 zpms.popi@gmail.com</p>	<p>Zavod Sopotniki v sodelovanju z občinama Postojna in Pivka ter Centrom za socialno delo Postojna starejšim občanom nad 65 let nudimo brezplačne prevoze. Z zagotavljanjem mobilnosti omogočamo dostop, ranljivim starostnikom s podeželja, do zdravstvenih (osebni zdravnik, specialistični pregledi, fizioterapije ...) in drugih storitev; kot so npr. nakupi v trgovinah, obiski svojcev, prijateljev ter znancev, frizerja, pokopališča ter drugo. Vozniki Sopotnikov so prostovoljci, ki nesebično nudijo pomoč starostnikom na način, da jih poleg prevoza tudi spremijo in nudijo pomoč po opravkih, z njimi poklepetajo in se podružijo. V obeh enotah sta v delovnem času na voljo koordinatorki enot, ki sprejemata klice starostnikov ter organizirata prevoze. Starostniki prevoze rezervirajo vnaprej - priporočamo, da to storijo teden dni vnaprej.</p>
<p>Zavod Sopotniki</p>	<p>enota Postojna: 031 60 70 70; koordinatorka enote: Ljubica Gutnik enota Pivka: 051 657 555; koordinatorka enote: Martina Stegel sedež: 041 889 592; vodja programa: Anu Kahuna</p>	

DRUŠTVO TVOJ TELEFON	05 720 1 720 tvoj.telefon@siol.net	Izvajamo razvojni socialno varstveni program Klic v stiski, ki je preventivni program psihosocialnega svetovanja po telefonu otrokom, mladostnikom, ostarelim, osamljenim in drugim osebam v osebnih stiskah. Klicalec in svetovalec sta anonimna. Pomoč ljudem je na tel.št. 05 720 1 720 dosegljiva vsak dan od 7.00 do 22.00 ure v sredo od 8.00 do petka do 8.00 pa tudi na brezplačni številki 116 123 (neprekinjeno 48 ur). Program Nasilni odnosi-pomoč in samopomoč je preventivni program, namenjen preprečevanju in zmanjševanju nasilja v lokalnih skupnostih, kjer smo že prisotni s programom Klic v stiski.
Društvo za zdravje in izobraževanje Vita Pivka - Društvo Vita Pivka	Lili Primc 041 675 521, lili.drustvo.vita@gmail.com www.drustvo-vita-pivka.com	Skupinam, parom in posameznikom nudimo izobraževanje, svetovanje in inštrukcije "za življenje" ter psihosocialno in psihološko pomoč in podporo. Teme: <ul style="list-style-type: none"> ▪ komunikacija, medsebojni odnosi (v službi, šoli, družbi, doma...) ▪ odnos med partnerjema, starši-otroci, prijatelji..., reševanje sporov/nesporazumov ▪ priprava na skupno življenje ▪ otrok prihaja ▪ sprejemanje različnosti, sodelovanje ▪ starost in staranje, bolezen, umiranje, smrt ▪ upravljanje s stresom, sproščanje ▪ postavljanje in uresničevanje ciljev ▪ vaje za boljše počutje, uporaba začimb in zelišč, prehrana v današnjem času ▪ organiziranje osebnega/družinskega proračuna ▪ pomoč sebi in drugim v različnih kriznih situacijah: naravne in druge nesreče, varnost doma, v naravi, na cesti, v družbi, ukrepi ob zastoju srca, možganski kapi, nezgodah, krvavitvah, opeklinah....
Društvo Sožitje Postojna Tomšičeva 3, Postojna	sozitie.postojna@gmail.com	Programi Zveze Sožitje so namenjeni usposabljanju, izobraževanju, opolnomočenju, ohranjanju zdravja oseb z (MDR) motnjami v duševnem razvoju pa tudi njihovih družinskih članov. Vsi programi so usmerjeni v večjo samostojnost udeležencev, spodbujajo integriteto in dejavno vključevanje vsakega posameznika. Programi so namenjeni osebam z zmernimi, težjimi, težkimi in kombiniranimi motnjami v duševnem razvoju in njihovim družinskim članom.
KULTURNA DRUŠTVA		
Kulturno društvo Juršče	Majda Žužek, predsednica GSM: 040 674 585 zuzek.majda@gmail.com	Kulturno društvo Juršče skrbi za ohranjanje kulturne dediščine, narečja, narodne kulture, dramske in glasbene umetnosti ter učenje ročnih spretnosti (oblikovanje glinenih izdelkov, kuhanje).

Kulturno društvo pevska skupina Studenec Pivka	Irena Rep 031 575 670 irena.rep@guest.arnes.si	KD Pevska skupina Studenec Pivka goji tradicijo zborovskega petja in veliko nastopa tako v domačem okolju kot tudi v zamejstvu in tujini.
STANOVSKA DRUŠTVA		
Društvo upokojencev Pivka Kolodvorska cesta 3, Pivka	05 757-22 90 https://www.dupivka.si/ drustvo.upokojencev.pivka@gmail.com	
Društvo upokojencev Postojna, Ulica 1.maja 2b, Postojna	(05) 726 1195 du.postojna@gmail.com	
ŠPORTNE IN REKREATIVNE ORGANIZACIJE		
Smučarski klub Kalič Postojna Erazmova 19,Postojna	Alenka Bratož Skkalic.prijava@gmail.com	SK KALIČ POSTOJNA organizira šolo smučanja ter športno vadbo in gibalne urice, v telovadnici naslednjih šol OŠ M. VILHARJA, vsak torek od 17.00 do 18.00. Športna vadba je namenjena otrokom od 2.leta dalje pa do 7.leta OŠ A. GLOBOČNIKA vsak ponedeljek od 16.30 do 18.00 ure. Športna vadba je namenjena vsem otrokom, ki že obiskujejo šolo oziroma od drugega razreda dalje.
BALETNO DRUŠTVO POSTOJNA Prešernova 1, Postojna Baletna dvorana: Kazarje 10, Postojna (visoko pritličje)	040-223-069 (Nevenka) baletnodrustvo.postojna@gmail.com www.balet-postojna.eu	Vadba klasičnega baleta za otroke od 4. leta starosti dalje. Balet je osnova za vse plesne tehnike. Ob klasični glasbi se otroci umirijo, so bolj zbrani in muzikalčni. Z baletom bolje obvladujejo svoje telo, izboljšajo ravnotežje in osvojijo orientacijo v prostoru. Z nastopanjem na odru postanejo bolj samozavestni. Naučijo se discipline in vadba jih spodbuja k ustvarjanju.

Pri nekaterih ponudnikih storitev so le te plačljive. Plačljivost storitve preverite pri posameznem ponudniku.

V tem dokumentu so navedene inštitucije, katerih podatki so bili zajeti v bazo iz spletnih strani ter inštitucije, ki so se odzvale povabilu za objavo delovanja v Katalogu informacij Občine Postojna in Občine Pivka. Izdajatelj kataloga ne odgovarja za objavljeno vsebino inštitucij, ki so vključene v ta katalog.

VIRI IN LITERATURA

Nadgradnja in razvoj preventivnih programov ter njihovo izvajanje v primarnem zdravstvenem varstvu in lokalnih skupnostih, Vsebinska izhodišča za izvajanje projektnih aktivnosti. NIJZ, Ljubljana, 2017.

Občina Pivka: »www.pivka.si«, 18.12.2018

NIJZ: Pridružite se aktivnim in uživajte v zdravju. »http://www.skupajzdravje.si/media/zlozenka_delavnice.v.ckz_splet.pdf«, 1.2.2019.

ZZZS: Beseda o nas.

»<https://zzzs.si/zzzs/internet/zzzs.nsf/o/EE17AD1D28A89B2DC1256E8600348651>«.

22.5.2019.

Zavod Znanje, OE Ljudska univerza Postojna. O nas.

»<http://www.lu-postojna.si/si/o-univerzi>«. 22.5.2019.

Klinični pregled za ugotavljanje stanja prehranjenosti in oceno telesne zmogljivosti. Priročnik za izvajalce, Delovno gradivo. Polonca Truden Dobrin in ostali. NIJZ, 2018.

Katalog informacij Brežice, NIJZ, 2018.

Zavod Znanje Postojna. «<http://www.zavod-znanje.si/si/>», 12.7.2019.

Ljudska univerza Postojna, Zavod Znanje Postojna. «<http://www.lu-postojna.si/si/>», 12.7.2019.

Splošna bolnišnica Izola. »<https://sb-izola.si/>«, 12.7.2019.

Policija, Republika Slovenija, Ministrstvo za notranje zadeve. »<https://www.policija.si/>«, 12.7.2019.

Telefonski imenik Slovenije. »<https://www.itis.si/>«, 12.7.2019.

Društvo Zaupni telefon Samarijan. »<http://www.telefon-samarijan.si/>«, 17.7.2019

Društvo SOS telefon za ženske in otroke - žrtve nasilja. »<http://www.drustvo-sos.si/>«, 17.7.2019.

Univerzitetna psihiatrična klinika Ljubljana. »<https://www.psih-klinika.si/>«, 18.7.2019.

Društvo Ženska svetovalnica. »<http://www.drustvo-zenska-svetovalnica.si/o-nas>«, 18.7.2019.

Združenje proti spolnemu zlorabljanju. »<http://spolna-zloraba.si/index.php/dejavnosti-2/breplacni-telefon/>«, 18.7.2019.

Kraške lekarne. »<http://www.kraske-lekarne.si/>«, 18.7.2019.

Nacionalni inštitut za javno zdravje. »<https://www.nijz.si/>«, 18.7.2019.

Zavod EMMA – Center za pomoč žrtvam nasilja. »www.zavod-emma.si«, 18.7.2019.

Zaupni telefon ZA TE. »<http://www.infopeka.org/web/?p=1021>«. 18.7.2019.

Društvo tvoj telefon. »<http://tvojtelefon.blogspot.com/>«, 18.7.2019.

Koordinatorji za obravnavo oseb v skupnosti s težavami v duševnem zdravju. »<https://www.scsd.si/centri-za-socialno-delo/koordinacija/dusevno-zdravje/>«, 18.7.2019.

Zastopnik pravic oseb na področju duševnega zdravja. »http://www.mddsz.gov.si/si/delovna_podrocja/sociala/dusevno_zdravje/zastopnik_pravic_oseb_na_podrocju_dusevnega_zdravja/«, 18.7.2019.

Psihiatrična bolnišnica Idrija. »<https://www.pb-idrija.si/>«, 18.7.2019.

Varstveno delovni center Postojna. »<https://www.vdc-postojna.si/>«, 18.7.2019.

Dnevni center ŠENT Postojna. »<https://www.sent.si/>«, 18.7.2019.

MOSA.

»http://www.infomosa.si/baze_podatkov/akterji/drustvo_zdravljenih_alkoholikov_postojna.html«, 18.7.2019.

Dom upokojencev Postojna. »<https://www.du-po.si/>«, 7.8.2019.

ZZZS. Izvajalci zdravstvenih storitev. »www.zzzs.si«, 7.8.2019.
»<http://www.zzzs.si/zzzs/pao/izvajalci.nsf/KrovniIzv?OpenView&RestrictToCategory=1001221&OE=KP&tip=2&Count=700>«

Psihiatrična bolnišnica Idrija. »<https://www.pb-idrija.si/>«, 8.8.2019.

SŽ – Železniški zdravstveni dom Ljubljana. »<http://www.zzd.si/>«, 8.8.2019.

Kam in kako po pomoč v duševni stiski. Ljubljana, 2018. »[file:///srv-dc/CKZ/CENTER%20ZA%20KREPITEV%20ZDRAVJA/KATALOG%20INFORMACIJ%20JAV.%20ZNA%C4%8CAJA/Kam in kako po pomoc v dusevni stiski www.pdf](file:///srv-dc/CKZ/CENTER%20ZA%20KREPITEV%20ZDRAVJA/KATALOG%20INFORMACIJ%20JAV.%20ZNA%C4%8CAJA/Kam%20in%20kako%20po%20pomoc%20v%20dusevni%20stiski%20www.pdf)«, 9.8.2019.

NIJZ. 31.januar – Dan brez cigarete – Priložnost in spodbuda za opustitev kajenja. 28.8.2019. www.nijz.si

Evidenca zavodov in programov, b. d. »<https://paka3.mss.edus.si/registriweb/SeznamVrtci.aspx>«, 28.8.2019

Knjižnica Bena Zupančiča Postojna, 2016. »<https://sikpos.si/>«. 29.8.2019

Občina Postojna. »<https://www.postojna.si/objave/48>«, 29.8.2019

Občina Pivka. »<https://www.pivka.si/objave/48>«, 29.8.2019

Vrtec Postojna. »<http://vrtec-postojna.si/>«, 29.8.2019

Vrtec Pivka. »<https://vrtec-pivka.splet.arnes.si/>«, 29.8.2019

Vrtec Košana. »<http://vrteckosana.splet.arnes.si/>«, 29.8.2019

Osnovna šola Prestranek. »<http://os-prestranek.splet.arnes.si/>«, 29.8.2019

Osnovna šola Pivka. »<http://www.os-pivka.si/>«, 29.8.2019

Osnovna šola Antona Globočnika Postojna. »<https://www.osagpostojna.si/>«, 29.8.2019

Osnovna šola Miroslava Vilharja Postojna. »<http://www.miroslav-vilhar.si/>«, 29.8.2019

Osnovna šola Košana. »<http://os-kosana.splet.arnes.si/>«, 29.8.2019

Srednja gozdarska in lesarska šola Postojna. »www.sgls.si«, 29.8.2019

Šolski center Postojna. »<https://scpo.splet.arnes.si/>«, 29.8.2019

Vzgojni zavod Planina. »<http://www.vz-planina.si/>«, 29.8.2019.

Mreža socialnovarstvenih programov, programov za invalide in programov v podporo družini. Ministrstvo za delo, družno, socialne zadeve in enake možnosti, maj 2018.

Starost za vse, vse za starost. Žerjal, Zavod za zdravstveno varstvo Koper, 2012.

Društvo upokojencev postojna. »<http://www.posreumlad.si/postojna/kontakt.html>«. 17.9.2019.

Društvo invalidov Pivka. »<https://www.zdis.si/drustva/obalnokraska-regija/di-pivka>«. 17.9.2019.

Društvo invalidov Postojna. »<https://www.zdis.si/drustva/obalnokraska-regija/di-postojna>«. 17.9.2019.

Zveza Sožitje. »<http://www.zveza-sozitie.si/drustva.html>«. 17.9.2019.