



## PROJEKT KREKOVO SREDIŠČE

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje je skupaj z Zavodom Medgeneracijsko središče Komenda začel marca 2018 izvajati projekt Krekovo lokalno središče za severozahodno Ljubljansko urbano regijo – KREKOVO SREDIŠČE. Projekt se izvaja v sklopu Lokalnih akcijskih skupin LAS Za mesto in vas. *Naložbo sofinancira Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega sklada za regionalni razvoj.*

Namen projekta je povečati socialno vključenost vseh prebivalcev v lokalno okolje, spodbujanje medgeneracijskega sodelovanja in kakovostnega aktivnega staranja ter večja vključenost starih, mladih, žensk in drugih ranljivih skupin. Projekt je namenjen prebivalcem naselji Komenda, Mengeš, Moste, Trzin, Vodice.

### Vabimo vas na:

#### ➤ Tečaj za družinske in druge neformalne oskrbovalce

***Tudi vi brezplačno oskrbujete in negujete starejšega ali invalidnega soseda, prijatelja, svojca – ata, mam, moža, ženo, taščo, tasta, babico, dedka itd.? Ali pa se bo to zgodilo v prihodnje?***

Vabimo vas na Tečaj za svojce in druge, ki doma skrbite za starejšega bližnjega oziroma boste ta znanja potrebovali v prihodnosti. Na tečajih udeleženci izmenjavajo svoje izkušnje in pridobijo praktična znanja in veščine potrebne pri oskrbi (komunikacija s svojcem, o demenci, o negi, kako poskrbeti za lastno zdravje, umiranje in žalovanje itd.). Tečaj je sestavljen iz desetih tedenskih srečanj, ki trajajo do dve uri in pol. Potekal bo od aprila do sredine maja (5 srečanj), s preostalimi srečanji bomo nadaljevali v jeseni. Po koncu tečaja pa bodo imeli udeleženci možnost, da se še naprej mesečno dobivajo v Klubu svojcev.

Prvo srečanje Tečaja za družinske oskrbovalce bo v ponedeljek, **9. aprila, od 17.00 do 19.30**, v Glavarjevi bolnici, Glavarjeva cesta 104, Komenda (prostor Zavoda Medgeneracijsko središče Komenda).

Prijavite se lahko po telefonu 040 842 776 (Viktorija) ali po e-pošti [viktorija.drolec@zmsk.si](mailto:viktorija.drolec@zmsk.si) do zapolnitve mest.

Tečaj je za udeležence brezplačen.

➤ **Usposabljanje medgeneracijskih prostovoljcev za lepo medčloveško sožitje**

***Si želite v svojem kraju ustanoviti in voditi skupino starejših ljudi? Ali bi se raje individualno družili s starejšimi ljudmi?***

Če imate željo po takem prostovoljskem delu vas vabimo, da se udeležite usposabljanja za prostovoljce, ki se bo začelo v aprilu in bo obsegalo 10 srečanj, srečanja bodo potekala mesečno. Na njem dobijo prostovoljci splošna znanja o prostovoljstvu (npr. kako biti prostovoljec, da bom imel od tega korist sam in drugi okoli mene), o kakovostnem staranju, o preprečevanju padcev v starosti ter se naučijo in vadijo, kako voditi skupino. Iz izkušenj vam zagotavljamo, da se vsega potrebnega zlahka nauči prav vsak, ki ima malo dobre volje, ne glede na poklic in starost – zato vabljen vsi, od študentov do upokojencev in zaposlenih. Z usposabljanjem prostovoljcev bomo začeli v sredo, **18. aprila, od 8.30 do 12.30** v Glavarjevi bolnici, Glavarjeva cesta 104, Komenda (prostori Zavoda Medgeneracijsko središče Komenda).

Prijavite se lahko po telefonu 040 842 776 (Viktorija) ali po e-pošti [viktorija.drolec@zmsk.si](mailto:viktorija.drolec@zmsk.si) do zapolnitve mest.

Tečaj je za udeležence brezplačen.