

»Zelo lepa izkušnja. Izvedela sem veliko nasvetov, spoznala veliko sotrpinov, s podobnimi težavami kot so moje. In ko to slišiš, ti je mnogo lažje.«
(udeleženka iz Ribnice)



Vabimo vas na **USPOSABLJANJE ZA SVOJCE, KI OSKRBUJEJO STAREJŠE DRUŽINSKE ČLANE**



Prijave v občini Brežice zbiramo:

- na Občini Brežice, Cesta prvih borcev 18, 8250 Brežice
- e-pošta: mojca.banic@brezice.si
- telefon: 07 620 5531

Prijave lahko na Občino prinesete tudi osebno.

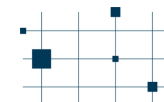
Usposabljanje izvaja **Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje**, za občane pa ga v okviru programa Starosti prijazne občine Brežice **brezplačno** organizira Občina Brežice.

Usposabljanje pričnemo v četrtek, **19. marca 2026 ob 16:30 v Mladinskem centru Brežice (Gubčeva 10a)** in ima 10 tedenskih srečanj. Usposabljanje je **brezplačno**, **prijava je obvezna in možna do zapolnitve prostih mest.**

Vabljeni!



OBČINA
BREŽICE



Slovenska mreža
starosti prijaznih
mest in občin



Inštitut Antona Trstenjaka
za gerontologijo in
medgeneracijsko sožitje

Glas oskrbovalca: "Veliko bližnjih nas nekaj ur tedensko ali celo dnevno skrbi za svojega bolnega, starostno onemoglega ali invalidnega svojca, prijatelja, znanca. **V Sloveniji je to skoraj vsak peti državljan, v Evropi nas je čez 44 milijonov.** S svojim delom zagotavljamo kar 80% oskrbe. Brez nas ne gre, a delo je velikokrat težko in potrebujemo pomoč in znanje."

Tudi vi doma skrbite za starejšega, bolnega, onemoglega ali invalidnega soseda, prijatelja, svojca – očeta, mamo, moža, ženo, taščo, tasta, babico, dedka? Ali pa se bo to zgodilo v kratkem?

Na Inštitutu Antona Trstenjaka se z družinskimi oskrbovalci in njihovim plemenitim delom ter stiskami srečujemo že vrsto let. Na podlagi lastnih in tujih izkušenj smo s pomočjo družinskih oskrbovalcev oblikovali **usposabljanje, ki oskrbovalcem pomaga, da svoje zahtevno delo opravljajo kakovostno, čim lažje ter da pri tem s svojimi oskrbovanci doživijo čim več lepih trenutkov.**

Praktične informacije o **Usposabljanju za družinske in druge neformalne oskrbovalce®**

Usposabljanje poteka v skupini od 15 do 25 udeležencev, v obliki **10 tedenskih srečanj**. Na usposabljanju sodelujejo različni strokovnjaki (patronažna medicinska sestra, fizioterapevt, zdravnik, socialni delavec idr.), ki na praktičen način predstavijo pomembnejše vsebine domače oskrbe, med drugim:

- razumevanje starosti in onemoglosti,
- komuniciranje z onemoglim svojcem – zlasti ko je težaven,
- skrb zase, da oskrbovalec ne oboli ali izgori,
- nega onemoglega,
- demenca,
- morebitni odhod svojca v dom za stare ljudi,
- umiranje in žalovanje.



Dobra polovica vsakega srečanja je posvečena izmenjavi izkušenj prisotnih družinskih oskrbovalcev in reševanju njihovih konkretnih vprašanj. **Udeleženci prejmejo tudi koristno literaturo s področja domače oskrbe.**