CENTER
ZA
KREPITEV
ZDRAVJA
METLIKA

POVEZANI ZA ZDRAVJE

Zbirnik informacij za krepitev zdravja v lokalni skupnosti



CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA METLIKA

POVEZANI ZA ZDRAVJE

Informacije za varovanje in krepitev zdravja v lokalni skupnosti

Avtorji:

Uredili:

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

Jezikovni pregled:

Izdajatelj:

Spletni naslov:

Kraj in leto izdaje:

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

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

CIP - Kataložni zapis o publikaciji

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

Pozdravljeni!

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

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

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

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

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

Vaš Center za krepitev zdravja

Zdravstveni dom Metlika

CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA METLIKA

KAZALO

SPLOŠNE INFORMACIJE O ZDRAVSTVU 4

ZDRAVSTVENO VARSTVO V SLOVENIJI 4

OBVEZNO ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE 4

E-ZDRAVJE 6

PACIENTOVE PRAVICE 7

ZASTOPNIK PACIENTOVIH PRAVIC 7

ZASTOPNIK PRAVIC OSEB NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA 8

INFORMACIJSKI POOBLAŠČENEC 8

DRŽAVNI PROGRAMI S PODROČJA ZDRAVJA 9

Program ZDAJ 9

Program SKUPAJ ZA ZDRAVJE 9

Program MIRA 10

Državni program za obvladovanje sladkorne bolezni 11

Državni program obvladovanja raka 12

DRŽAVNI PRESEJALNI PROGRAMI ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA 12

Program SVIT 12

Program DORA 14

Program ZORA 14

ZDRAVSTVENE USTANOVE V NAŠI LOKALNI SKUPNOSTI 15

ZDRAVSTVENI DOM METLIKA 15

15

BOLNIŠNICA 20

LEKARNE 20

ZASEBNI IZVAJALCI ZDRAVSTVENE DEJAVNOSTI 21

NACIONALNI LABORATORIJ ZA ZDRAVJE, OKOLJE IN HRANO - OBMOČNA ENOTA NOVO MESTO 22

ZDRAVSTVENI INŠPEKTORAT - OBMOČNA ENOTA NOVO MESTO 23

DRUGE ORGANIZACIJE V NAŠEM LOKALNEM OKOLJU, POMEMBNE PRI SKRBI ZA ZDRAVJE 24

CENTER ZA SOCIALNO DELO 24
ZAVOD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA ZAPOSLOVANJE 25
POLICIJA 27
CIVILNA ZAŠČITA 30
VEČGENERACIJSKI CENTER 30
CENTER ZA DRUŽINE 31
PUMO – Projektno učenje mlajših odraslih 32
DOM ZA STAREJŠE 32
POMOČ NA DOMU 33
DEMENCI PRIJAZNE TOČKE 33
BREZPLAČNA PRAVNA POMOČ/SVETOVANJE 34
JAVNE SANITARIJE IN PREVIJALNICE 35
KNJIŽNICA 35
KOMUNALNO PODJETJE 36
NEVLADNE ORGANIZACIJE 36
OBČINA 39
SEZNAM KONTAKTOV 40
POMEMBNE TELEFONSKE ŠTEVILKE IN KONTAKTI 40
ZDRAVSTVENA OSKRBA 41
SOCIALNO EKONOMSKA PODPORA IN POMOČ 42
VZGOJNO IZOBRAŽEVALNE USTANOVE 42
NEVLADNE ORGANIZACIJE 43
VIRI 45

SPLOŠNE INFORMACIJE O ZDRAVSTVU

ZDRAVSTVENO VARSTVO V SLOVENIJI

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

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

- primarna raven obsega osnovno zdravstveno dejavnost in lekarniško dejavnost;
- sekundarna raven obsega specialistično ambulantno in bolnišnično dejavnost;
- terciarna raven obsega dejavnosti klinik, kliničnih inštitutov ali kliničnih oddelkov ter drugih pooblaščenih zdravstvenih zavodov.

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

OBVEZNO ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE

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

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

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

Na voljo so tudi zloženke Obvezno zdravstveno zavarovanje dojenčkov, Obvezno zdravstveno zavarovanje študentov in Obvezno zdravstveno zavarovanje za starejše ter informacije za brezposelne osebe.

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



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

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



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

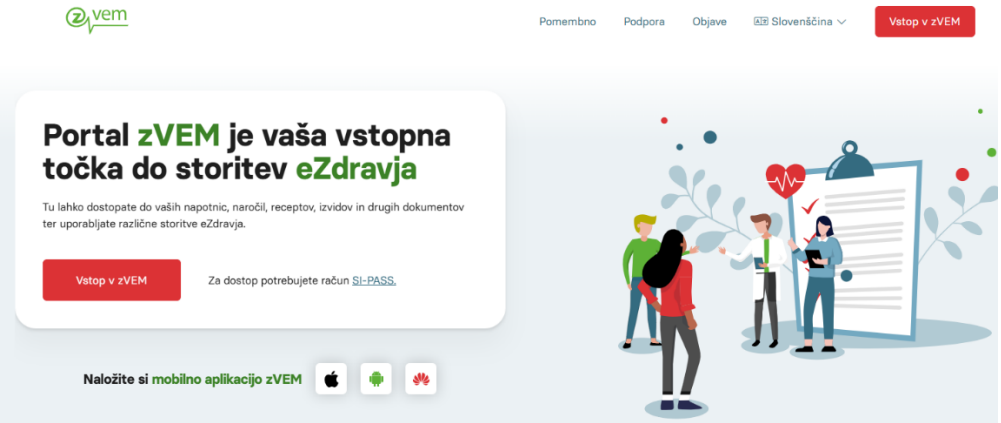
E-ZDRAVJE

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

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

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

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



Vir: https://zvem.ezdrav.si/portal/gost

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



Vir: https://narocanje.ezdrav.si/

PACIENTOVE PRAVICE

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

Pacientove pravice, prikazane preko konkretnih življenjskih primerov, so predstavljene v brošuri Kaj vam prinaša zakon o pacientovih pravicah?

Za večjo kakovost in boljšo dostopnost zdravstvenih storitev ter za večjo varnost pacientov si prizadeva tudi Zveza organizacij pacientov Slovenije.

ZASTOPNIK PACIENTOVIH PRAVIC

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

Zastopniki pacientovih pravic delujejo po vsej državi. Kontaktni podatki zastopnika pacientovih pravic na območju Novo Mesto so:

Telefonska številka: 07 3934 313

E-mail: marjeta.vesel-valentincic.ext@gov.si

ZASTOPNIK PRAVIC OSEB NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA

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

INFORMACIJSKI POOBLAŠČENEC

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

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

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

DRŽAVNI PROGRAMI S PODROČJA ZDRAVJA

Program ZDAJ

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

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

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

Program SKUPAJ ZA ZDRAVJE

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

Za vse, ki imajo urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje, je program brezplačen. Sestavljajo ga: preventivni pregled v ambulanti družinske medicine, skupinske delavnice in individualna svetovanja za pomoč in podporo pri spremembi življenjskega sloga in krepitvi duševnega zdravja, ki jih izvajajo

centri za krepitev zdravja in zdravstvenovzgojni centri ter pester nabor aktivnosti za krepitev zdravja, ki potekajo v lokalnih skupnostih.

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

Program MIRA

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

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

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

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

Državni program za obvladovanje sladkorne bolezni

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

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

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

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE
DRŽAVNI PROGRAM ZA OBVLADOVANJE SLADKORNE BOLEZNI 2020-30

Državni program obvladovanja raka

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

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

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

DRŽAVNI PRESEJALNI PROGRAMI ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA

Program SVIT

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

zdravjem. V program so na vsake dve leti vabljeni moški in ženske, stari od 50 do 74 let.

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

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

Program DORA

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

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

Program ZORA

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

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

Na spletni strani programa ZORA so dostopne številne informacije, gradiva in seznam ginekologov. V kolikor potrebujete pomoč pri vključevanju v program, lahko pišete na zora@onko-i.si ali vprašajte svojega osebnega zdravnika ali ginekologa ali pokličete na 01/ 5879 – 575. Kontakti ginekologov na našem območju so objavljeni na strani xy.

ZDRAVSTVENE USTANOVE V NAŠI LOKALNI SKUPNOSTI

Kontakti spodaj predstavljenih ustanov so navedeni v poglavju xy/na strani xy

ZDRAVSTVENI DOM METLIKA

Zdravstveni dom Metlika je javni zavod, ki deluje na območju občine Metlika.

Izvaja dejavnosti zdravstvenega in zobozdravstvenega varstva na primarni ravni, nujno medicinsko pomoč, patronažno varstvo, fizioterapijo, specialistične zdravstvene storitve, dispanzer za medicino dela, prometa in športa.

Dejavnosti zdravstvenega doma Metlika se izvajajo na lokaciji CBE 71, Metlika.

Za več informacij o urnikih, programih, aktualnih dejavnostih in kontaktih obiščite spletno stran ZD Metlika:

https://www.zd-metlika.si/

Center za krepitev zdravja Metlika

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

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

- v obporodnem obdobju (Priprava na porod in starševstvo, Varna vadba v nosečnosti),
- za otroke, mladostnike in njihove starše (Vzgoja za zdravje otrok in mladostnikov, katerega del je tudi sodelovanje s programom Projektno učenje mlajših odraslih (PUM-O), Vzgoja za ustno zdravje otrok in mladostnikov, Obravnave za krepitev zdravja za otroke in mladostnike

ter njihove starše (družinska obravnava za zdrav življenjski slog), Individualni posveti za otroke in mladostnike ter njihove starše),
- za odrasle (preventivne obravnave za odrasle na različnih področjih spreminjanja nezdravih življenjskih navad, krepitve (duševnega) zdravja ter podpore in pomoči za kakovostnejše življenje s kronično boleznijo, Individualni posveti za odrasle),
- v lokalnih skupnostih (predavanja, delavnice, testiranja, dogodki v delovnih organizacijah, vrtcih in šolah, nevladnih organizacijah, ….

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

Spodaj je seznam delavnic, ki se izvajajo v CKZ Metlika:

ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG:

- Zdravo živim,
- Zvišan krvni tlak,
- Zvišane maščobe v krvi,
- Zvišan krvni sladkor.

ZDRAVA PREHRANA:

- Zdravo jem.

TELESNA DEJAVNOST ZA KREPITEV ZDRAVJA:

- Ali sem fit 1?
- Ali sem fit 2?
- Koliko še zmorem?
- Gibam se.

KREPITEV DUŠEVNEGA ZDRAVJA:

- Tehnike sproščanja,
- Zdravi odnosi,
- Spoprijemanje s stresom,
- Spoprijemanje s tesnobo,
- Spoprijemanje z depresijo.

TVEGANA VEDENJA:

- Opuščanje kajenja,
- Opuščanje tvegane in škodljivega pitja alkohola.

KRONIČNE BOLEZNI:

- Zdrava mera,
- Družinska obravnava za zdrav življenjski slog,
- Sladkorna bolezen tipa 2,
- S sladkorno boleznijo skozi življenje

Na spletni strani centra za krepitev zdravja Metlika (https://www.zd-metlika.si/ckz/) boste pridobili informacije kateri strokovnjaki so vam na razpolago, katere aktivnosti izvajajo kdaj in kje, kako lahko stopite v stik z njimi. Center ima tudi svoj Facebook profil (https://www.facebook.com/profile.php?id=100093533494709&locale=sl_SI)

Patronažno zdravstveno varstvo zdravstvenega doma Metlika

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

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

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

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

Za več informacij o urnikih, programih, aktualnih dejavnostih in kontaktih obiščite spletno stran Zdravstvenega doma Metlika: https://www.zd-metlika.si/ambulante/patronaza/

Center za duševno zdravje otrok in mladostnikov

V Centru za duševno zdravje otrok in mladostnikov lahko strokovno podporo in pomoč dobijo otroci, mladostniki in njihovi starši, ki potrebujejo podporo ali pomoč pri reševanju stisk ali ohranjanju in krepitvi duševnega zdravja. Center za duševno zdravje otrok in mladostnikov si prizadeva za preprečevanje, pravočasno ukrepanje, učinkovito zdravljenje duševnih težav in motenj ter preprečevanje njihovih posledic. Centri za duševno zdravje otrok in mladostnikov delujejo v zdravstvenih domovih, na primarni zdravstveni ravni. Vsak center je odgovoren za področje več zdravstvenih domov.

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

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

V centru za duševno zdravje otrok in mladostnikov ZD Novo Mesto se opravlja klinično-psihološke (diferencialno-diagnostične) ocene pri otrocih, mladostnikih in odraslih, ki so na pregled napoteni s strani pediatrov, šolskih zdravnikov, družinskih zdravnikov, ginekologov, psihiatrov in nevrologov oz. ostalih zdravnikov, ter psihoterapevtske storitve po principih vedenjsko-kognitivne terapije in psihoanalitične razvojne psihoterapije, iz katerih se tudi izobražuje.

Pri klinično-psiholoških diagnostičnih pregledih otrok in mladostnikov se ukvarja z odkrivanjem in razlikovanjem motenj v razvoju, govorno-jezikovnih težav, čustveno-vedenjskih motenj (fobije, depresivna motnja, anksioznost, posttravmatske stresne motnje, psihosomatske težave), hiperkinetičnih motenj

(vključno z motnjami koncentracije), pervazivnih razvojnih motenj (vključno z motnjami avtističnega spektra), tikov, idr.

Za več informacij obiščite povezavo: https://www.zd-nm.si/center-za-dusevno-zdravje-otrok-in-mladostnikov

Center za duševno zdravje odraslih

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

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

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

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

V centru za duševno zdravje odraslih ZD Novo Mesto se izvaja klinično psihološke splošne in diferencialno diagnostične preglede za potrebe psihiatričnega zdravljenja (predvsem obravnava in diferencialna diagnostika različnih duševnih in vedenjskih motenj iz kroga shizofrenij, razpoloženjskih motenj, nevrotskih, stresnih in somatoformnih motenj, motenj osebnosti idr.), opravlja tudi diagnostične preglede za potrebe drugih specialistov somatske medicine, posebej pa opravlja še osnovno in poglobljeno nevropsihološko (diferencialno) diagnostiko za potrebe nevrološkega zdravljenja (sodeluje pri odkrivanju različnih vrst demenc, ocenjuje kognitivna stanja po travmatski možganski poškodbi oz. po prebolelih možgansko-žilnih boleznih idr.).

Za več informacij obiščite povezavo: https://www.zd-nm.si/center-za-dusevno-zdravje-otrok-in-mladostnikov

BOLNIŠNICA

V regiji, ki jo pokriva ZD Metlika deluje Splošna bolnišnica Novo Mesto.

Kot osrednja zdravstvena ustanova v regiji, bolnišnica zagotavlja zdravstvene storitve na sekundarni ravni za približno 190.000 prebivalcev jugovzhodne Slovenije. Ima več kot 1.200 zaposlenih in obsega različne oddelke, vključno s kirurškim in medicinskim sektorjem, oddelkom za ginekologijo in porodništvo, pediatrijo, urgentnim centrom ter številnimi drugimi specialističnimi enotami. Za več informacij o oddelkih, dejavnostih in kontaktih obiščite spletno stran Splošne bolnišnice Novo mesto: www.sb-nm.si

LEKARNE

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

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

1. **Dolenjske lekarne Novo Mesto p.o., Metlika**

Naselje Borisa Kidriča 1

8330 Metlika

Tel. 07 369 12 91

2. **Dolenjske lekarne Novo Mesto p.o., Črnomelj**

Delavska pot 5

8340 Črnomelj

Tel. 07 306 15 91

3. **Lekarna Vrščaj**

Zadružna cesta 33

8340 Črnomelj

Tel. 07 356 76 52

4. **Lekarna Novo Mesto**

Kandijska 1

8000 Novo Mesto

Tel. 07 393 29 18

Za več informacij obiščite spletne strani:

1. https://www.dolenjske-lekarne.si/lekarne/lekarna-metlika
2. https://www.dolenjske-lekarne.si/lekarne/lekarna-crnomelj
3. https://lekarnavrscaj.si/
4. https://www.dolenjske-lekarne.si/lekarne/lekarna-novo-mesto

Farmacevt svetovalec/Ambulanta farmacevta svetovalca

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

ZASEBNI IZVAJALCI ZDRAVSTVENE DEJAVNOSTI

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

Občina Metlika trenutno nima zasebnega izvajalca zdravstvene dejavnosti.

ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE – OBMOČNA ENOTA METLIKA

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

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

dolgotrajno oskrbo. Pravice iz obveznega zdravstvenega zavarovanja, za katere se namenja sredstva, zbrana z obveznim plačevanjem prispevkov, zajemajo pravice do zdravstvenih storitev in do nekaterih denarnih nadomestil ("boleznine", potne stroške...). Pravice iz obveznega zavarovanja za dolgotrajno oskrbo se vzpostavljajo postopoma do decembra 2025 in jih skladno z zakonom zagotavljajo različne ustanove (Ministrstvo za solidarno prihodnost, centri za socialno delo...).

Na področju občine Metlika ZZZS deluje na lokaciji Naselje Borisa Kidriča 12, 8330 Metlika, Tel. 07 369 11 42,.

Informacije o vseh enotah so dostopne na https://www.zzzs.si/o-zzzs/organiziranost-in-poslovanje/

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

NACIONALNI INŠTITUT ZA JAVNO ZDRAVJE - OBMOČNA ENOTA NOVO MESTO

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

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

Območna enota Novo mesto

Več informacij o dejavnostih in aktualnih dogodkih najdete na njihovi spletni strani: https://nijz.si/regije/obmocna-enota-novo-mesto/

NACIONALNI LABORATORIJ ZA ZDRAVJE, OKOLJE IN HRANO - OBMOČNA ENOTA NOVO MESTO

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

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

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

Območna enota Novo mesto

Več informacij o dejavnostih in aktualnih dogodkih najdete na njihovi spletni

strani: **www.nlzoh.si/kontakti-in-lokacije/#Novomesto**

ZDRAVSTVENI INŠPEKTORAT - OBMOČNA ENOTA NOVO MESTO

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

- zdravstvene dejavnosti, pacientovih pravic, zdravniške službe, duševnega zdravja, presaditev delov telesa zaradi zdravljenja in ravnanja z odpadki, ki nastanejo v zdravstveni dejavnosti,
- nalezljivih bolezni in minimalnih sanitarno-zdravstvenih pogojev,
- zdravilstva,
- kopališč in kopalnih vod,
- pitne vode,
- varnosti na smučiščih,
- splošne varnosti proizvodov, kozmetičnih proizvodov in igrač,
- materialov ter izdelkov, namenjenih za stik z živili; njihove uporabe v postopkih proizvodnje in distribucije prehranskih dopolnil ter živil, namenjenim dojenčkom in majhnim otrokom, živil za posebne zdravstvene namene ter popolnih prehranskih nadomestkov za nadzor nad telesno težo,
- prehranskih dopolnil; živil, namenjenih dojenčkom in majhnim otrokom; živil za posebne zdravstvene namene ter popolnih prehranskih nadomestkov za nadzor nad telesno težo,
- omejevanja porabe alkohola in omejevanja uporabe tobačnih in povezanih izdelkov,
- dela in zaposlovanja na črno pri izvajalcih dejavnosti, ki so pod nadzorom inšpektorata.

Območna enota zdravstvenega inšpektorata Novo mesto

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

Več informacij o zdravstvenemu inšpektoratu Novo mesto najdete na njihovi spletni strani: https://www.gov.si/drzavni-organi/organi-v-sestavi/zdravstveni-inspektorat/o-inspektoratu/obmocna-enota-novo-mesto/

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

Kontakti spodaj predstavljenih ustanov so navedeni v poglavju SEZNAM KONTAKTOV na strani 40.

CENTER ZA SOCIALNO DELO

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

Dejavnost centrov za socialno delo obsega:

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

- Uveljavljanje pravic iz javnih sredstev.
- Starševsko varstvo in družinski prejemki.
- Oprostitve plačil socialno varstvenih storitev.

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

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

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

CSD Dolenjska in Bela krajina, enota Metlika

Izvaja naloge na območju Upravne enote Metlika, ki vključuje Občino Metlika.

- Cesta XV. brigade 27,
  8330 Metlika
- Telefon: 07 369 14 80
- Fax: 07 369 14 85
- E-pošta: gpcsd.metli@gov.si

Več informacij najdete na njihovi spletni strani: https://www.csd-slovenije.si/csd-dolenjska-in-bela-krajina/enota-metlika/

ZAVOD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA ZAPOSLOVANJE

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

Temeljne dejavnosti Zavoda:

- posredovanje zaposlitev in zaposlitveno svetovanje,

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

Storitve zavoda so namenjene:

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

Uporabniki storitev ZRSZ so brezposelne osebe, delodajalci, osebe, ki potrebujejo strokovno pomoč pri zaposlovanju in poklicni orientaciji, strokovne institucije in izvajalci programov zaposlovanja, socialni partnerji ter javnost.[18]

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

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

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

Zavod RS za zaposlovanje, Urad za delo Metlika

Črnomaljska cesta 1

8330 Metlika

Tel. 07 305 81 22

Ta služba nudi podporo iskalcem zaposlitve, svetovanje, pomoč pri vključevanju v programe usposabljanja ter informacije o prostih delovnih mestih.

Več informacij je na voljo na: https://www.ess.gov.si/iskalci-zaposlitve/kontakti-in-uradne-ure/obmocne-sluzbe-zavoda/

POLICIJA

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

Policijsko delo v skupnosti, preventivna dejavnost

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

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

Policijska uprava Novo mesto

Policijska uprava Novo mesto je ena izmed 12 policijskih uprav v Sloveniji, ki deluje v okviru Generalne policijske uprave. Njeno območje obsega 19 občin, sedež uprave pa se nahaja v Novem mestu.

Kontaktni podatki:

Ljubljanska cesta 30, 8000 Novo mesto

Tel. 07 332 72 00

E-pošta: punm@policija.si

Policijska postaja Metlika

POLICIJSKA POSTAJA METLIKA	
Naslov:	Cesta XV. brigade 1 a, 8330 Metlika
☎	(07) 363 72 50
✉	pp_metlika.punm@policija.si
Uradne ure:	24 ur – vse dni v tednu
Načelnik:	**Mitja FRANKOVIČ**
Območje:	UE Metlika, Občina Metlika

GASILSTVO

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

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

Lokalno gasilstvo

Gasilstvo v Občini Metlika temelji na 17 prostovoljnih gasilskih društev, ki so združena v Gasilsko zvezo Metlika. Gasilska zveza Metlika je samostojna, nepridobitna, humanitarna, nepolitična oblika povezovanja prostovoljnih gasilskih društev.

GZ Metlika je članica Gasilske zveze Slovenije. Svoje članske pravice v GZS izvajajo preko nje tudi njene članice, prostovoljna gasilska društva na območju občine Metlika. To so:

- Prostovoljno gasilsko društvo Božakovo
- Prostovoljno gasilsko društvo Dobravice
- Prostovoljno gasilsko društvo Drašiči
- Prostovoljno gasilsko društvo Dragomlja vas
- Prostovoljno gasilsko društvo Grabrovec
- Prostovoljno gasilsko društvo Gradac
- Prostovoljno gasilsko društvo Krasinec
- Prostovoljno gasilsko društvo Križevska vas
- Prostovoljno gasilsko društvo Lokvica
- Prostovoljno gasilsko društvo Metlika
- Prostovoljno gasilsko društvo Otok
- Prostovoljno gasilsko društvo Podzemelj
- Prostovoljno gasilsko društvo Primostek
- Prostovoljno gasilsko društvo Radovica
- Prostovoljno gasilsko društvo Rosalnice

- Prostovoljno gasilsko društvo Slamna vas
- Prostovoljno gasilsko društvo Suhor

Pri izvajanju gasilske dejavnosti se GZ Metlika skupaj z GZ Črnomelj in GZ Semič povezuje v gasilsko regijo Bele krajine.

Osrednja gasilska enota v občini Metlika je PGD Metlika, ki ima v skladu s kategorizacijo gasilskih enot status enote 3. (tretje) kategorije. PGD Suhor ima status enote 2. (druge) kategorije, vsa ostala prostovoljna gasilska društva v občini so 1. (prve) kategorije.

Društva so operativno organizirana v štiri sektorje; in sicer:

- Sektor METLIKA (PGD Metlika, PGD Križevska vas, PGD Rosalnice)

- Sektor DRAŠIČI (PGD Drašiči, PGD Radovica, PGD Božakovo, PGD Slamna vas)
- Sektor GRADAC (PGD Gradac, PGD Podzemelj, PGD Krasinec, PGD Dobravice, PGD Otok, PGD Primostek)
- Sektor SUHOR (PGD Suhor, PGD Lokvica, PGD Dragomlja vas, PGD Grabrovec)

Pomemben del nalog gasilstva vključuje tudi preventivno dejavnost. Številni nasveti, gradiva in video vsebine so dostopni na spletni strani https://gzmetlika.si/ in spletne strani Gasilske zveza Slovenije.

CIVILNA ZAŠČITA

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

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

VEČGENERACIJSKI CENTER

Večgeneracijski centri pod imenom večgeneracijski centri+ (VGC+) delujejo od avgusta 2024, ko so začeli z izvajanjem novih projektov, čeprav so na nekaterih lokacijah delovali že od leta 2016. Namen večgeneracijskih centrov je ponuditi

raznolike, dostopne in kakovostne preventivne programe, namenjene ranljivim družbenim skupinam, in na ta način prispevati k dvigu kakovosti življenja ranljivih skupin ter preprečevati zdrs v socialno izključenost in revščino.

VGC+ so namenjeni zlasti naslednjim ciljnim skupinam:

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

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

Lokalni večgeneracijski center

Hiša Sadeži družbe Metlika, Kolodvorska 1, Metlika

Tel. 051 785 217

Za več informacij obiščite spletno stran : https://www.filantropija.org/hisa-sadezi-druzbe-metlika/

CENTER ZA DRUŽINE

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

Najbližji center za družine se nahaja v Novem mestu:

Zavod Igrivi svet, zavod za lahkotno gibanje in nežen stik: Center za družine Igrivi svet

- Ulica Slavka Gruma 6
  8000 Novo mesto
- Tel. 041 370 303
- E-mail: info@igrivisvet.si

PUMO – Projektno učenje mlajših odraslih

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

Informacije o PUM-O Plus in izvajalcih programa so dostopne tudi na spletni strani Zavoda za zaposlovanje

ZAVOD ZA TURIZEM, KULTURO, ŠPORT IN MLADINO METLIKA

- Mestni trg 24, 8330 Metlika
- Tel: 031386488

Za več informacij obiščite spletno stran: https://zavodmetlika.si/kontaktirajte-nas/

DOM ZA STAREJŠE

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

Na spletni strani Domovi za starejše je opisan sprejem v dom za starejše, objavljen seznam nastanitvenih mest in seznam domov za starejše.

Lokalni dom upokojencev

Dom starejših občanov Metlika je zavod za varstvo in oskrbo starejših oseb.

Dom upokojencev Metlika je javni socialno varstveni zavod za izvajanje institucionalnega varstva starejših ljudi, starih 65 let in več. Svoje poslanstvo opravlja že od leta 1954.Imamo matično in dislocirano enoto. Zagotovljena je osnovna in socialna oskrba ter zdravstvena nega 24 ur na dan, starostnikom primerna prehrana, fizioterapevtske storitve, storitve delovne terapije ter frizerske, pedikerske in druge storitve. Prav tako so v domu na voljo osebni zdravnik in psihiater.

S številnimi kulturnimi, zabavnimi in drugimi dejavnostmi dom spodbuja prostovoljstvo, medgeneracijsko druženje ter sodelovanje z lokalnimi društvi in organizacijami.

Dom upokojencev zunanjim uporabnikom nudi: dostavo kosila na dom vse dni v letu in nego na domu.

Za več informacij obiščite spletno stran: https://www.dso-metlika.si/

POMOČ NA DOMU

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

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

Lokalna pomoč na domu DSO Metlika

Za več informacij obiščite spletno stran: https://www.dso-metlika.si/

DEMENCI PRIJAZNE TOČKE

Demenci prijazna točka je namenjena osebam z demenco, njihovim svojcem ter vsem drugim v lokalni skupnosti, ki zaradi narave dela prihajajo v stik tudi z osebami z demenco. Na demenci prijazni točki lahko poiščejo informacije ter

se seznanijo z načini in postopki komuniciranja ter usmerjanja oseb z demenco, ki se izgubijo ter ne najdejo poti domov.[26]

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

Regratova lučka

Regratova lučka je lokalna skupina Spominčice, ki nudi pomoč obolelim za demenco in svojcem, laičnim negovalcem in drugim pri premagovanju težav, ki jih povzroča demenca in druge duševne motnje v starosti. Skupini se lahko pridružijo vsi tisti, ki potrebujejo tovrstno pomoč.

Oblike pomoči:

- pogovori in svetovanje
- izmenjava izkušenj
- informacije o bolezni
- organizacija predavanj

Skupina Regratova lučka se sestaja enkrat mesečno – vsako prvo sredo v mesecu v prostorih dislocirane enote Doma starejših občanov Metlika, Črnomaljska cesta 19 ob 16. uri.

Več informacij vam lahko poda Sandi Adlešič, socialni delavec, od ponedeljka do petka, od 8. do 14. ure ali preko telefonske številke: 040 188 232 in e-pošte: sandi.adlesic@dso-metlika.si

Več informacij na povezavi: https://dso-metlika.si/aktivnosti/regratova-lucka/

BREZPLAČNA PRAVNA POMOČ/SVETOVANJE

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

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

Lokalno brezplačno pravno svetovanje

Za informacije obiščite povezavo: https://www.metlika.si/objava/1030073

JAVNE SANITARIJE IN PREVIJALNICE

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

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

KNJIŽNICA

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

Splošne knjižnice igrajo pomembno vlogo tudi pri skrbi za zdravje, saj zagotavljajo dostop do informacij, virov in storitev, ki lahko prispevajo k boljšemu zdravju posameznikov in skupnosti. Nekatere knjižnice ponujajo programe in delavnice o zdravju, kotičke za zdravje, programe in druge izobraževalne pristope za spodbujanje družinske pismenosti, projekt Branju prijazna občina ipd.

Ljudska knjižnica Metlika

Ljudska knjižnica Metlika je splošna knjižnica, ki:

- je kulturno središče, ki skrbi za ohranjanje kulturne dediščine ter prenaša spoštljiv odnos do nje na vse generacije,
- širi bralno kulturo,
- je socialno središče različnih mnenj, zamisli in spoštuje pravico vseh do svobodne izbire knjižničnega gradiva in storitev,
- je gostoljuben prostor strokovno usposobljenih, prijaznih in komunikativnih knjižničark in knjižničarjev,
- se odziva na potrebe okolja ter s svojimi dejavnostmi bogati kulturno, družabno in duhovno življenje,
- je informacijsko središče,
- z bibliobusom obišče tudi manjše kraje v občini,

- si v okviru materialnih možnosti prizadeva uvajati nove tehnologije in novosti v stroki.

- Cesta bratstva in enotnosti 23, 8330 Metlika
- Tel. 07 369 15 22

Za več informacij obiščite spletno stran: https://knjiznica-metlika.si/o-knjiznici/predstavitev-in-poslanstvo/

KOMUNALNO PODJETJE

Komunala Metlika

Večina dejavnosti Komunale Metlika je usmerjena v zagotavljanje javnih storitev na področju oskrbe s pitno vodo, odvajanja in čiščenja odpadnih voda, ravnanja z odpadki, urejanjem mesta in skrbjo za javno snago. Gradbena dejavnost pa je usmerjena predvsem v izvajanje investicijskih del in rekonstrukcij na področju vodooskrbe in odvajanja odpadnih voda.

Kontakti:

- dežurna služba vodovod 041 697 954
- dežurna služba ceste 031 876 963
- dežurna služba ceste izven delovnega časa 051 235 435

t. 07 363 72 00
e. info@komunala-metlika.si
www.komunala-metlika.si

NEVLADNE ORGANIZACIJE

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

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

Stičišče nevladnih organizacij
Stičišče nevladnih organizacij regije Jugovzhodna Slovenija

- Novi trg 9, 8000 Novo mesto (2. nadstropje, nad Telekomom)
- M: 041 925 405
- T: 07 39 39 311
- @: drpdnm@gmail.com
- W: www.nevladnik.info

Delovni čas: od ponedeljka do petka od 8. do 16. ure

Kontaktne osebe:

- Maja Žunič Fabjančič, majazun@gmail.com, 07 39 39 311
- Tina Cigler, tina.cigler@drpdnm.org, 041 636 404
- Mirjana Martinović, mirjana.martinovic@drpdnm.org, 031 263 914
- Jurij Matkovič, jure.matkovic@gmail.com, 041 280 379

Za več informacij obiščite spletno stran: https://www.nevladnik.info/si/regijski-nvo-center/

Humanitarne organizacije

Humanitarne organizacije delujejo kot splošne dobrodelne organizacije, organizacije za kronične bolnike in organizacije za samopomoč.[31]

V poglavju SEZNAM KONTAKTOV smo zbrali kontakte organizacij, ki delujejo na našem območju. Informacije o vseh humanitarnih organizacijah v Sloveniji pa so dostopne v Razvidu humanitarnih organizacij Ministrstva za zdravje in Razvidu humanitarnih organizacij Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Pomembne humanitarne organizacije:

- **RDEČI KRIŽ SLOVENIJE** (Območno združenje Metlika)

Rdeči križ v Metliki nudi pomoč ob nesrečah, organizira krvodajalske akcije, izvaja programe socialne pomoči ter izobražuje iz prve pomoči. Njihove aktivnosti vključujejo tudi pomoč pri iskanju pogrešanih oseb ter sodelovanje v kriznih situacijah.

- **KARITAS METLIKA**

Karitas Metlika nudi pomoč socialno ogroženim posameznikom in družinam, zbira hrano, oblačila in šolske potrebščine ter organizira različne humanitarne akcije. Njihove aktivnosti vključujejo tudi pomoč pri vključevanju v družbo in podporo pri iskanju zaposlitve.

- **ZVEZA PRIJATELJEV MLADINE METLIKA (ZPM)**

Ponuja širok spekter programov za otroke in mladostnike, vključno z dnevnim centrom, letovanji in počitniškim programom, prostovoljstvo, spodbujanje aktivnega državljanstva, otroškim parlamentom in prostovoljstvom.

- **SLOVENSKA FILANTROPIJA (Hiša sadeži družbe Metlika)**

Slovenska filantropija koordinira Slovensko mrežo prostovoljskih organizacij in podpira prostovoljstvo v občini Metlika. Njihove aktivnosti vključujejo organizacijo prostovoljskih akcij, izobraževanja in svetovanja za prostovoljce ter podporo pri vključevanju v lokalno skupnost.

- **DRUŠTVO SREČANJE: Pomoč odvisnikom in njihovim družinam Metlika**

Društvo pomaga posameznikom z izkušnjo zasvojenosti. Ponuja svetovanje, skupinsko podporo in preventivne dejavnosti za spodbujanje zdravega življenjskega sloga.

- **DRUŠTVO UPOKOJENCEV METLIKA**

  Društvo združuje upokojence iz okolice Metlike, nudi pa socialna druženja, medgeneracijska sodelovanja in aktivno staranje, z raznolikimi delavnicami in srečanji.

- **DRUŠTVO DIABETIKOV METLIKA**

Organizira dejavnosti za ozaveščanje članov in širše skupnosti o sladkorni bolezni, njenih vzrokih za nastanek, posledicah in načinih zdravljenja. izobražuje in skrbi za dobro počutje članov društva diabetikov Metlika.

- **ŠENT – SLOVENSKO ZDRUŽENJE ZA DUŠEVNO ZDRAVJE**

ŠENT je organizacija, ki se osredotoča na področje duševnega zdravja. Nudi svetovanje, psihosocialno podporo in programe za izboljšanje kakovosti življenja posameznikov z duševnimi stiskami.

- **DRUŠTVO INVALIDOV METLIKA**

Organizacija, ki zagotavlja storitve in podporo za invalide v Metliki.

- **VEČNAMENSKI ROMSKI CENTER+ DOLENJSKA IN BELA KRAJINA**

Ciljna skupina projekta so pripadniki romske skupnosti vseh starosti. Projekt, ki bo trajal štiri leta, bo izvajan na terenu in v centrih, kjer bomo nudili pomoč pri svetovanju glede šolanja in zaposlitve, praktičnih delavnicah, kulturnih dogodkih in drugih aktivnostih, skladno s projektom. *(spremenjeno 3.6.2026)*

OBČINA

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

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

Občanom Občina Metlika neposredno pomaga z enkratnimi denarnimi pomočmi namenjenimi osnovnim življenjskim potrebščinam in drugim izdatkom za premostitev trenutne materialne ogroženosti, s pomočmi ob rojstvu otroka, z zagotavljanjem neprofitnih stanovanj, s subvencioniranjem najemnin, z zagotavljanjem finančnih sredstev za sofinanciranje bivanja invalidnih in starejših oseb v domovih, za sofinanciranje pomoči družini na domu za starejše osebe, za sofinanciranje bivanja v stanovanjskih skupinah nevladnih organizacij za osebe s težavami v duševnem zdravju, za sofinanciranje varovanja na daljavo za starejše osebe, za subvencioniranje programov v vrtcih in za financiranje zdravstvenega zavarovanja občanov.

Občina zagotavlja neposredno pomoč ranljivim skupinam tudi s sofinanciranjem delovanja humanitarnih organizacij in izvajanja preventivnih programov Centra za socialno delo.

Za več informacij obiščite spletno stran: https://www.metlika.si/

Kontaktni podatki Občine Metlika:

- Naslov: Mestni trg 24, 8330 Metlika
- Telefon: 07 36 37 400
- E-mail: obcina.metlika@siol.net

SEZNAM KONTAKTOV

POMEMBNE TELEFONSKE ŠTEVILKE IN KONTAKTI

Naziv	Telefonska številka	Drugi kontakti in informacije
REGIONALNI CENTER ZA OBVEŠČANJE, NUJNA MEDICINSKA POMOČ, REŠEVALCI, GASILCI, VETERINARSKA POMOČ	112	
POLICIJA	113	https://www.policija.si/
POLICIJA – PRIJAVA STORILCEV KAZNIVIH DEJANJ, ANONIMNI TELEFON	080 12 00	
OBČINE IN UPRAVNE ENOTE		
OBČINA METLIKA	07 36 37 400	https://www.metlika.si/
UPRAVNA ENOTA METLIKA	07 363 74 50	https://www.gov.si/drzavni-organi/upravne-enote/metlika/ E-pošta: ue.metlika@gov.si
JAVNI PREVOZ IN PROMET		
AVTOBUSNA POSTAJA METLIKA	07 369 14 40	
AVTOBUSNA POSTAJA LJUBLJANA - INFORMACIJE	1991	Klic je plačljiv.
ŽELEZNIŠKA POSTAJA METLIKA	07 298 38 66	
SLOVENSKE ŽELEZNICE – INFORMACIJE	080 81 11	https://potniski.sz.si/dobro-je-vedeti/potniske-informacije/
RAZMERE NA CESTAH	1970	https://www.promet.si/sl
KOMUNALA IN ELEKTRIKA		
ELEKTRO DEŽURNA SLUŽBA METLIKA	07 620 53 75	
VODOVOD DEŽURNA SLUŽBA METLIKA	041 697 954	https://www.komunala-metlika.si/vodovod/
KOMUNALA DEŽURNA SLUŽBA METLIKA	07 363 72 00	https://www.komunala-metlika.si/ E-pošta: info@komunala-metlika.si
POGREBNA SLUŽBA METLIKA	041 652 312	https://www.komunala-metlika.si/pokopaliska-dejavnost/
KNJIŽNICA		
KNJIŽNICA METLIKA	07 369 15 22	https://knjiznica-metlika.si/
ZA STAREJŠE		

Naziv	Telefonska številka	Drugi kontakti in informacije
DOM STAREJŠIH OBČANOV	07 306 31 54	https://www.dso-metlika.si/
PROSTOFER – BREZPLAČNI PREVOZI ZA STAREJŠE	080 10 10	https://prostofer.si/seznam-obcin/
POMOČ V STISKI		
AMZS – POMOČ NA CESTI	1987	
TOM - TELEFONSKA POMOČ ZA OTROKE IN MLADOSTNIKE V STISKI	116 111	Vsak dan med 12. in 20. uro. Klic je brezplačen. https://www.e-tom.si/
KLIC V DUŠEVNI STISKI	01 520 99 00	vsak dan med 19. in 7. uro zjutraj.
ZAUPNA TELEFONA SAMARIJAN IN SOPOTNIK	116 123	24 ur/na dan, vsak dan. Klic je brezplačen.
DRUŠTVO SOS TELEFON ZA ŽENSKE IN OTROKE ŽRTVE NASILJA	080 11 55	vsak dan, 24 ur na dan.
TO SEM JAZ		https://www.tosemjaz.net/
KORISTNE INFORMACIJE		
TURISTIČNE INFORMACIJE METLIKA		
INFORMACIJE O TELEFONSKIH NAROČNIKIH V SLOVENIJI	1188	Klic je plačljiv
ŽUPNIJSKA KARITAS	031 898 661	
ZASTOPNIK PACIENTOVIH PRAVIC OE NM	07 3934 313	marjeta.vesel-valentincic.ext@gov.si

ZDRAVSTVENA OSKRBA

Naziv	Telefonska številka	Drugi kontakti in informacije
NUJNA OSKRBA		
NUJNA MEDICINSKA POMOČ	112	
ZDRAVSTVENI DOMOVI IN BOLNIŠNICE		
ZDRAVSTVENI DOM METLIKA	07 369 14 00	https://www.zd-metlika.si/
CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA METLIKA	07 369 14 23	https://www.zd-metlika.si/ckz/ E-pošta: ckz@zd-metlika.si

Naziv	Telefonska številka	Drugi kontakti in informacije
SVITOVA PODPORA (CKZ METLIKA)	07 369 14 23	https://www.zd-metlika.si/ckz/
SPLOŠNA BOLNIŠNICA NOVO MESTO	07 391 61 00	www.sb-nm.si/ E-pošta: tajnistvo@sb-nm.s
PATRONAŽNA SLUŽBA	07 369 14 11	https://www.zd-metlika.si/ambulante/patronaza/
DUŠEVNO ZDRAVJE		
PSIHIATRIČNA AMBULANTA ZD METLIKA	07 369 14 21	https://www.zd-metlika.si/ambulante/psihiatricna-ambulanta/

SOCIALNO EKONOMSKA PODPORA IN POMOČ

Naziv	Telefonska številka	Drugi kontakti in informacije
CENTER ZA SOCIALNO DELO	07 369 14 80	https://www.csd-slovenije.si/csd-dolenjska-in-bela-krajina/enota-metlika/ E-pošta: gpcsd.metli@gov.si
ZAVOD ZA ZAPOSLOVANJE METLIKA	07 305 81 22	
MLADINSKI CENTER METLIKA	07 363 60 55	https://zavodmetlika.si/mladina/mladinski-center-metlika/
VEČNAMENSKI ROMSKI CENTER+ DOLENJSKA IN BELA KRAJINA	*(spremenjeno 3.6.2026)*	lidija.basarac@gov.si

VZGOJNO IZOBRAŽEVALNE USTANOVE

Naziv	Telefonska številka	Drugi kontakti in informacije
OSNOVNE ŠOLE		
OSNOVNA ŠOLA METLIKA	07 369 11 60	https://www.osmetlika.si/
OSNOVNA ŠOLA PODZEMELJ	07 369 17 00	https://www.ospodzemelj.si/
PODRUŽNIČNA ŠOLA SUHOR	07 305 00 38	https://www.osmetlika.si/ps-suhor/
VRTEC		
OTROŠKI VRTEC METLIKA	07 369 12 80	https://www.vrtec-metlika.si/predstavitev/

NEVLADNE ORGANIZACIJE

Naziv	Telefonska številka	Drugi kontakti in informacije
RDEČI KRIŽ SLOVENIJE	07 306 04 81	https://www.rks.si/sl/Lokacije_RKS/RKS-OZ_Metlika/
KARITAS METLIKA	031 898 661	
ZVEZA PRIJATELJEV MLADINE METLIKA	07 306 03 60	www.dpm-metlika.si E-pošta: dprm.metlika@gmail.com
SLOVENSKA FILANTROPIJA	051 785 217	hisa-metlika@filantropija.org
DRUŠTVO SREČANJE: POMOČ ODVISNIKOM IN NJIHOVIM DRUŽINAM METLIKA	051 367 497	drustvo.srecanje@gmail.com
DRUŠTVO UPOKOJENCEV METLIKA	07 305 85 17	metlika.drustvo.upokojencev@siol.net
DRUŠTVO DIABETIKOV METLIKA	031 875 894	https://diabetiki-metlika.org/
ŠENT METLIKA	07 369 24 71	https://www.sent.si/index.php?m_id=dnevni_center_enota_sent_metlika
DRUŠTVO INVALIDOV METLIKA	07 3060 508, 031 325 386	https://www.zdis.si/drustva/dolenjska-bela-krajina/di-metlika

V pomoč pri popisu NVO in drugih inštitucij v vašem okolju:

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

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

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

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

https://www.ajpes.si/Registri/Drugi_registri/Evidenca_nevladnih_organizacij/Splosno

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

VIRI

1. Kartica zdravstvenega zavarovanja. https://api.zzzs.si/zzzs/info/egradiva.nsf/0/c5fe61b06ff96e44c125718600540c28/$FILE/Zlo%C5%BEenka%20Kartica%20zdravstvenega%20zavarovanja%20januar%202024.pdf. Objavljeno 2024. Dostopno 11. marec 2025.
2. eZdravje. https://ezdrav.si/ezdravje/#koristi. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
3. Pravno-informacijski sistem Republike Slovenije. https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=ZAKO4281. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
4. Ministrstvo za zdravje. Pacientove pravice. https://www.gov.si/teme/pacientove-pravice/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
5. Informacijski pooblaščenec. https://www.ip-rs.si/o-poobla%C5%A1%C4%8Dencu/pristojnosti/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
6. Mira, nacionalni program duševnega zdravja. https://www.zadusevnozdravje.si/. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
7. Obvladajmo sladkorno. https://www.obvladajmosladkorno.si/drzavni-program/dposb-2020-2030/. Objavljeno 2023. Dostopno 11. marec 2025.
8. Ministrstvo za zdravje. Državni program za obvladovanje raka 2022-2026. https://www.dpor.si/wp-content/uploads/2021/12/Drzavni-program-obvladovanja-raka-2022-2026.pdf. Dostopno 11. marec 2025.
9. https://www.zadusevnozdravje.si/kam-po-pomoc/centri-za-dusevno-zdravje/otroci-in-mladostniki/
10. Mira, nacionalni program duševnega zdravja. https://www.zadusevnozdravje.si/kam-po-pomoc/centri-za-dusevno-zdravje/odrasli/. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
11. Lekarniška zbornica Slovenije. https://www.lzs.si/mreza-lekarn/. Dostopno 11. marec 2025.
12. Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. https://www.zzzs.si/o-zzzs/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
13. Nacionalni inštitut za javno zdravje RS. https://nijz.si/. Objavljeno 2022. Dostopno 11. marec 2025.
14. Nacionalni laboratorij za zdravje, okolje in hrano. https://www.nlzoh.si/o-nas/. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
15. Ministrstvo za zdravje. Zdravstveni inšpektorat. https://www.gov.si/drzavni-organi/organi-v-sestavi/zdravstveni-inspektorat/o-inspektoratu/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
16. Ministrstvo za zdravje. Območna enota Zdravstvenega inšpektorata Koper. https://www.gov.si/drzavni-organi/organi-v-sestavi/zdravstveni-inspektorat/o-inspektoratu/obmocna-enota-koper/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
17. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Centri za socialno delo. https://www.gov.si/teme/centri-za-socialno-delo/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
18. Zavod RS za zaposlovanje. https://www.ess.gov.si/o-zrsz/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
19. Policija. https://www.policija.si/o-slovenski-policiji/naloge-pooblastila-in-poslanstvo. Objavljeno 2023. Dostopno 11. marec 2025.
20. Uprava RS za zaščito in reševanje. https://www.sos112.si/delovna-podro%C4%8Dja/varstvo-pred-po%C5%BEarom/gasilstvo. Objavljeno 2022. Dostopno 11. marec 2025.

21. Uprava RS za zaščito in reševanje. https://www.sos112.si/delovna-podro%C4%8Dja/sile-za-za%C5%A1%C4%8Dito-in-re%C5%A1evanje/civilna-za%C5%A1%C4%8Dita. Objavljeno 2022. Dostopno 11. marec 2025.
22. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Večgeneracijski centri. https://www.gov.si/teme/vecgeneracijski-centri/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
23. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Centri za družine. https://www.gov.si/teme/centri-za-druzine/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
24. Andragoški center Slovenije.https://www.acs.si/projekti/domaci/projektno-ucenje-mlajsih-odraslih/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
25. Ministrstvo za solidarno prihodnost. Domovi za starejše. https://www.gov.si/teme/domovi-za-starejse/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
26. Slovensko združenje za pomoč pri demenci. Spominčica. https://www.spomincica.si/demenci-prijazne-tocke. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
27. eUprava. https://e-uprava.gov.si/si/podrocja/drzava-druzba/pravna-pomoc/brezplacna-pravna-pomoc.html. Objavljeno 2021. Dostopno 11. marec 2025.
28. Naj javno stranišče. https://najjavnostranisce.kvcb.si/. Objavljeno 2020. Dostopno 11. marec 2025.
29. Knjižnice. https://www.knjiznice.si/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
30. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Nevladne organizacije. https://www.gov.si/teme/nevladne-organizacije/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
31. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Humanitarne organizacije. https://www.gov.si/teme/humanitarne-organizacije/. Objavljeno 2025. Dostopno 11. marec 2025.
32. CSD Dolenjska in Bela krajina. Večnamenski romski center. https://www.csd-slovenije.si/csd-dolenjska-in-bela-krajina/vnrc/ . Objavljeno 2025. Dostopno 3. junij 2026.