



GERONTOLOŠKO  
DRUŠTVO  
SLOVENIJE

# DRUŠTVENE NOVICE

---

**Marec 2023**



FUNDACIJA ZA  
FINANCIranJE  
INVALIDSKIH IN  
HUMANITARNIH  
ORGANIZACIJ  
REPUBLIKE  
SLOVENIJE



Ob koncu meseca vam pošiljamo kratek pregled preteklih društvenih dejavnosti, napovednik prihajajočih dogodkov ter nekaj splošnih uporabnih informacij.

*Rimljani so pomladni mesec imenovali Martius po bogu vojne, Marsu. Prvotno je bil marec v njihovem koledarju prvi mesec v letu, z njim so začeli novo leto. Leta 700 pr. n. št. pa je kralj Numa Pompilius dodal pred marec dva zimska meseca - januar in februar. Danes sledimo gregorijanskemu koledarju, ki se je na naših tleh uveljavil leta 1584, marec pa je tretji mesec – mesec prebujenja.*

## **Aktivnosti in novosti v marcu 2023 ter napovednik za april 2023**

- Tudi v mesecu marcu smo nadaljevali z delavnicami za krepitev spomina in zbranosti. Tako so nas gostili v Domu starejših občanov Ljubljana Bežigrad, kjer je strokovna delavka v torek, 21. marca 2023 izvedla Vaje za vadbo spomina in zbranosti za 11 stanovalcev Doma. V letošnjem letu se je delavnic udeležilo že 174 ljudi.
- Strokovna delavka se je udeležila delovnega posveta o pripravi Strategije razvoja prostovoljstva 2024-2028, ki ga je organizirala Slovenska filantropija. Ob tej priložnosti je tudi Gerontološko društvo Slovenije prispevalo svoja stališča in mnenja ter se pridružilo prvemu nacionalnemu posvetu, ki je bil namenjen predvsem pregledu potreb prostovoljskega sektorja, izzivov in priložnosti, ki naj bi jih naslovili ukrepi nove strategije, pa tudi pregledu uresničevanja tekoče Strategije razvoja NVO in prostovoljstva do leta 2023.
- Gerontološko društvo Slovenije je na Rdečem križu Slovenije - Območno združenje Ljubljana izvedlo predavanje »Psihološki vidiki in oskrba starejših ljudi v izrednih razmerah«. Predavali sta strokovna delavka društva Petra Boh, dipl. del. ter., mag. soc. del. in članica društva Maja Kržišnik, dipl. med. sestra. Predavateljici sta zbranim udeležencem predstavili temeljne življenjske potrebe starejših ljudi, opredelili pojem starosti ter predstavili najpogostejše geriatrične sindrome. Poudarili sta temeljna načela sporazumevanja, ki so primerna za starejše ljudi in ljudi z demenco ter opredelila zakonitosti besednega in nebesednega sporazumevanja. Z namenom preprečevanja padcev sta udeležence seznanili z ustreznimi bivanjskimi prilagoditvami ter predstavili nekaj medicinskih pripomočkov, ki jih starejši ljudje uporabljajo za gibanje ter lažje izvajanje dnevnih aktivnosti. Predavanja se je udeležilo 25 ljudi.
- Strokovna delavka društva se je udeležila 4. socialnega kluba Socialne zbornice Slovenije z naslovom »Kolaps zdravstva skozi prizmo sociale in človeka«, kjer so bila v okviru širše strokovne razprave slišana različna mnenja in predlogi strokovne javnosti na področju zdravstva in socialnega varstva.
- Izvedli smo tudi prvo letošnje srečanje članic Sekcije Seniorok. Srečanje je bilo namenjeno ponovnemu druženju seniorok po epidemiji koronavirusa, razpravi o aktualnih temah, predstavitvi programov, ki jih Gerontološko društvo Slovenije trenutno izvaja ter predlogom seniorok o potrebah iz prakse in njihovim predlogom o nadaljnjem delovanju društva.
- V mesecu marcu je na društvu opravljala obvezno študijsko prakso študentka socialne gerontologije na Almi Mater Europaea.
- Gerontološko društvo je bilo uspešno na javnem razpisu Mestne občine Ljubljana za sofinanciranje znanstvenih oziroma strokovnih publikacij ter znanstvenih oziroma strokovnih posvetov za leto 2023 in pridobilo sredstva za izvedbo znanstvenega posveta z naslovom »Biološke ure – priložnosti za zdravo staranje v Mestni občini Ljubljana«. Vodja projekta je vodja sekcije Vitalna dolgoživost, zasl. prof. dr. Branka Javornik. Posvet bomo izvedli v mesecu septembru 2023.

- V četrtek 23. marca 2023 smo izvedli 11. sejo Nadzornega odbora GDS in dan kasneje, 24. marca 2023 28. sejo Izvršilnega odbora GDS. V skladu s Statutom GDS smo 30. marca 2023 izvedli tudi 35. redno letno Skupščino GDS, na katero ste bili vabljeni vsi člani društva. V strokovnem programu Skupščine je strokovna delavka Petra Boh izvedla predavanje z naslovom »Sporazumevanje formalnih in neformalnih oskrbovalcev z ljudmi z demenco«, zatem je sledil društveni program, kjer so člani Skupščine obravnavali Poročilo o delu društva in Poslovno poročilo za leto 2022 ter sprejeli Finančni načrt za leto 2023 in Programa dela GDS za leto 2023. Soglasno so bili sprejeti vsi dokumenti, ki zadevajo poslovanje društva, prav tako pa je bil sprejet sklep glede spremembe višine letne članarine, ki stopi v veljavo s 1. januarjem 2024. Višina članarine se v letu 2024 spremeni in sicer bo za zaposlene znašala 25,00 EUR, za upokoјence 15,00 EUR, študenti in brezposelne osebe pa bodo tako kot doslej ob predložitvi ustreznega dokazila oproščeni plačila članarine za tekoče leto.
- V četrtek 20. aprila 2023 bomo v Humanitarnem društvu Nikoli sam v okviru programa Čaj ob petih za njihove člane izvedli predavanje in delavnico Vaje za krepitev spomina in zbranosti.
- Po predhodnem dogovoru strokovna delavka društva izvaja **osebna in individualna svetovanja na domu naših članov** z namenom ponuditi čim več informacij na enem mestu, v razumljivi in pregledni obliki. Tako se na eni strani izognemo dezinformiranosti, na drugi pa starejše ljudi vzpodbudimo k aktivnemu vključevanju v skupnost in jih opolnomočimo za koriščenje različnih storitev, ki jim lahko pomagajo v vsakdanjem življenju. Svetovanje je namenjeno tudi mlajšim družinskim članom, ki skrbijo za starejše, saj je dostop do informacij ključen; pogosto se čez noč znajdejo v situaciji, ko morajo poskrbeti za svojega bližnjega, vendar nimajo ustreznega znanja o koriščenju storitev in možnostih pomoči.
- **Strokovne nasvete s področja socialnega in zdravstvenega varstva lahko sedaj vsak mesec prebirate tudi v reviji Vzajemnost, kjer strokovna delavka društva Petra Boh odgovarja na vprašanja bralcev.**
- Kot smo vas obvestili že v prejšnjih novicah, smo pričeli s **telefonskim svetovanjem s področja prava in socialnega varstva kot tudi psihosocialnega svetovanja**. Svetovanje nudi Alenka Čokl, univerzitetna diplomirana pravnica, ki je zadnja leta svojo izobrazbo nadgradila z izobraževanjem iz transakcijske analize in mediacije. Več kot deset let je delovala v pravnih službah, sedaj pa deluje na področju socialnega varstva in dela na področju družine, v okviru Centra za socialno delo. Svetovanje poteka preko telefona, vsako sredo v mesecu med 8. in 9. uro, na telefonski številki 064 279 221.
- V društvu smo sklenili **sodelovanje s psihoterapevtko** Darjo Zajc, ki nudi brezplačno individualno psihoterapijo na vašem domu. Za več informacij nas lahko pokličete v času uradnih ur na telefonsko številko pisarne.
- Še vedno iščemo prostovoljce, ki bi bili pripravljeni sodelovati v dejavnostih svetovalne pisarne, ki se izvaja kot sklop programa Svetovanje. Naloge prostovoljcev zajemajo telefonsko svetovanje starejšim glede na svoje strokovno področje (zlasti socialno delo, delovna terapija, fizioterapija, zdravstvena nega, pravo); telefonsko svetovanje je namenjeno odgovorom na vprašanja (splošne informacije, kako dostopati do oskrbe, itd.) in ne nadomešča strokovne obravnave. Vabljeni, da se nam pridružite ali informacijo posredujete naprej. Za več informacij smo vam na voljo na e-naslovu info@gds.si.
- Za dogodke, ki se bodo odvili v tekočem mesecu, boste pravočasno obveščeni preko elektronske pošte.

### Splošne informacije

- Člane, ki v letošnjem letu še niso uredili plačila članarine, vljudno prosimo, naj to storijo čim prej. **Višina letne članarine za zaposlene znaša 15,00 EUR, za upokoјence 12,00 EUR, študenti in brezposelni pa so ob ustreznem dokazilu oproščeni plačila.** Članarino se poravnava z nakazilom na društveni TRR odprt pri NLB, št. SI56 0208 5001 1579 643, namen: ČLANARINA 2023. Članom, ki so obveznost že poravnali, se iskreno zahvaljujemo.

- Gerontološkemu društvu Slovenije lahko kot donacijo **namenite del dohodnine**, ki bi bil sicer preusmerjen v državno blagajno. Do 1 odstotek dohodnine lahko razdelite med več upravičencev, kar je mogoče urediti elektronsko prek portala eDavki (z digitalnim potrdilom) ali z izpolnjenim obrazcem, ki ga oddate na FURS. Če ste namenitev dohodnine v preteklih letih že uredili, tega ni treba storiti ponovno.
- Z veseljem se bomo odzvali na vaša vprašanja in pobude. **Lepo vabljeni tudi k obisku društvene pisarne, kjer lahko prejmete več informacij o našem delovanju, prihajajočih dogodkih in programih, ki jih izvajamo.** Uradne ure v društveni pisarni potekajo vsak ponedeljek, sredo in petek med 9. in 13. uro, dosegljivi pa smo tudi na telefonski številki 064 279 221 (vsak delovni dan med 9. in 13. uro).

Veselimo se vaših prispevkov k delovanju društva, srečanj in sodelovanja z vami.

Z lepimi pozdravi,  
vodstvo in strokovna služba Gerontološkega društva Slovenije

V Ljubljani, 04. aprila 2023

Uredniški odbor: Amir Crnojević, dr. Marija Milavec Kapun, Petra Boh  
Izdaja: Gerontološko društvo Slovenije  
Ljubljana, marec 2023  
št. 3/2023(16)