

OBVESTILNIK RDEČEGA KRIŽA LJUBLJANA

MAJ 2025



Maj je mesec, v katerem v ospredje postavljamo eno temeljnih vrednot Rdečega križa – solidarnost. Ta nas ne le povezuje, temveč tudi usmerja pri vsakodnevnem delu z ljudmi, ki potrebujejo podporo, razumevanje in pomoč. Ob Tednu Rdečega križa, ki bo potekal od 8. do 15. maja, bomo še posebej osvetlili pomen medsebojne povezanosti, sočutja in odgovornosti do skupnosti.

V tokratnem obvestilniku so zbrane ključne informacije, aktualne dejavnosti in napovedi dogodkov, ki nas čakajo v maju.

Vabljeni k spremljanju in sodelovanju pri aktivnostih, s katerimi skupaj udeležimo vrednote solidarnosti v praksi.

Hvala, ker skupaj gradimo družbo medsebojne pomoči.

Spremljajte nas na [spletni strani](#), Instagramu: [@rdecikrizljubljana](#), [@lepa_dejanja](#) in [@izmenjevalnica](#) in Facebook profilih [@Rdeči križ Ljubljana](#), [@Krvodajalec.si](#), [@Klub25](#) in [@Izmenjevalnica](#). Hvala ♡

PRIDITE!

>> POHOD HUMANOSTI v TEDNU RK

**ČETRTEK, 8. maj 2025, zbor ob 9. uri pred Humanitarnim centrom
RKS-OZ Ljubljana, Tržaška cesta 132**

Vabimo vas, da se nam pridružite na Pohodu humanosti, ki bo potekal po POTI RDEČEGA KRIŽA do Koseškega bajerja in nazaj proti cilju v Humanitarnem centru RKS OZ Ljubljana.

Ob prihodu na cilj vam bomo postregli s toplo malico.

Prijave in informacije: info@rdecikrizljubljana.si

Rok za prijavo: **najkasneje do 5. maja 2025**

Kontakt: 040 858 052, 01 62 07 294

POMOČ IN PODPORA STAREJŠIM: V SREDO, 21. maja, 10.00 - 13.00 v Humanitarnem centru, Tržaška 132, Ljubljana

Pridružite se naši interaktivni delavnici za starejše, kjer boste skozi zabavne igre osvojili digitalne veščine, spoznali varnost na internetu in odkrili svet družbenih omrežij!

Prijave zbiramo do ponedeljka, 19. maja na: koordinator@rdecikrizljubljana.si ali na 040/871-589.

>> STARŠEVSKI VEČER: Kako naj krepim psihično odpornost in spodbujam razvoj zdrave samopodobe

ČETRTEK, 15. 5. 2025, od 17. do 18.30 ure, ČS Šmarna gora, Srednje Gameljne 50

Primeri dobre prakse za spodbujanje procesov samospoznavanja, čustvenega opismenjevanja in razvijanja psihične odpornosti, zdrave samopodobe in samospoštovanja. Predavateljica: Dr. Ana Bogdan Zupančič, univ. dipl. soc. ped.

VABLJENI! Število mest je omejeno. Prijave: solidarnost.mladi@rdecikrizljubljana.si ali **040/871-589**.

>> IZMENJEVALNICA

PETEK, 16. 5., od 16.00 do 19.00 v Humanitarnem centru, Tržaška cesta 132, Ljubljana

Vabljeni, da prinesete trajne prehranske izdelke, izdelke za higieno ali čistila in jih izmenjajte za rabljena 'vintage' in kakovostna oblačila ter predmete. Sledite nam lahko na [Facebooku](#) in [Instagramu](#).

♥ Vedno dobrodošle_i nove_i prostovoljke_ci, ki želite kot aktivne_i državljanke_i podpreti idejo trajnostnega razvoja in ponovne rabe! ✨ Pišite nam na: izmenjevalnica@rdecikrizljubljana.si

>> OBIŠČITE NAS NA MAJSKIH STOJNICAH

Osvežite svoje znanje temeljnih postopkov oživljanja, udeležite se brezplačnih meritev krvnega tlaka, sladkorja, holesterola in kisika v krvi ali pa pridobite več informacij o naših prostovoljskih programih.

KORK Notranje Gorice na dogodku društva ZDOB: četrtek, **8. 5. 2025, ob 19. uri** Kulturni dom Podpeč, Jezero 21, 1352 Preserje

Parada ljubljanskih maturantov (v organizaciji ŠOU): sreda, **21. 5. 2025, predvidoma od 9.00 do 13.00 ure**, Kongresni trg, Ljubljana

Veseli dan prostovoljstva: četrtek, **22. 5. 2025, od 13.00 do 17.00 ure**, Prešernov trg, Ljubljana

KORK Polje na Dnevu ČS Polje: sobota, **24. 5. 2025 od 14. do 18. ure**, Zajčja Dobrava (zelenica za gostiščem), Novo Polje c. III/27, Lj.

KORK Dol pri Ljubljani na Mavričnih igrarijah: sobota, **31. 5. 2025, od 9.00 do 12.00**, Vrtec pri OŠ Janka Modra, Dol pri Ljubljani

Vabljeni v družbo dobrih ljudi lepih dejanj! ♥

>> PREVENTIVNE MERITVE KRVNEGA TLAKA, SLADKORJA, HOLESTEROLA IN KISIKA V KRV

Krajevne organizacije Rdečega križa (KORK) vas vabijo na meritve krvnega tlaka, sladkorja in holesterola v krvi. Na meritvah boste imeli priložnost spoznati tudi prostovoljke_ce ter boste lahko izvedeli, kako postati član_ica in prostovoljec_ka v posamezni Krajevni organizaciji. Krepimo mrežo za bolj **povezano in solidarno lokalno skupnost**.

Lokacije Postaj RK, kjer bodo potekale preventivne meritve:

5. 5. od 10. do 12. ure, Cesta ob Sori 3 a, Medvode (KORK Medvode)

6. 5. od 8. do 10. ure, v prostorih v gasilskega doma Kozarje, Cesta na ključ 56, Ljubljana

6. 5. od 8.30 do 9.30 ure, v prostorih ČS Dravlje, Draveljska 44, Ljubljana (KORK Dravlje)

6. 5. od 18. do 19. ure, v prostorih v KS Notranje Gorice, Podpeška cesta 380, Notranje Gorice (KORK Notranje Gorice)

7. 5. od 8.30 do 10. ure, v prostorih KORK Horjul, Slovenska cesta 7, Horjul (KORK Horjul)

7. 5. od 10. do 11. ure, v prostorih ČS Šiška, Kebetova 1, Ljubljana (KORK Ljubo Šercer)

7. 5. od 16. do 18. ure, v sejni sobi ČS Vič Rožnik, Ljubljana (KORK Vič Rožnik)

12. 5. od 16. do 18. ure, v prostorih ČS Jarše, Kvedrova 32, Ljubljana (KORK Jarše)

14. 5. od 8. do 10. ure, v gasilskem domu Brdo, Brdnikova 14, Ljubljana (KORK Brdo in KORK Vrhovci)

15. 5. od 9. do 11. ure, v prostorih ČS Bežigrad, Vojkova 1, Ljubljana (KORK Boris Kidrič)

Več informacij: vedrana.pokleka@rdecikrizljubljana.si ali na **040 858 052**.

>>SREČEVALNICA KUHA, IZMENJEVALNICA ŠIVA, DELAVNICE »DOBRO SEM«

V aprilu bodo potekala srečanja, na katerih bomo razvijali različne veščine in krepili socialno vključenost. V Centru Rog izvajamo **kulinarične in šiviljske delavnice**, v Humanitarnem centru pa začnemo s t.i. treningom dobrega počutja – **sklopom delavnic »Dobro sem«**. Srečanja so prednostno namenjena prejemnicam_kom humanitarne pomoči. Dejavnosti sofinancira Evropska unija.

Za več informacij in prijave smo vam na voljo na koordinator@rdecikrizljubljana.si ali na **040 871 589**.

Več informacij najdete na [spletni strani](#).

Veselimo se vaše udeležbe!

DARUJTE!

>> OBVESTILO KRVODAJALKAM IN KRVODAJALCEM

🔴🔴🔴 V maju vas v Ljubljani vabimo na dve redni krvodajalski akciji, in sicer v **PETEK, 16. 5. in 30. 5. 2025**. Kri lahko darujete tudi vsak delovni dan med 7.00 in 15.00, ob sredah do 17.00. Pokličite na **030 716 796, 051 671 147** ali **051 389 270** in se dogovorite za odvzem z [Zavodom RS za transfuzijsko medicino](#) (ZTM). 🔴🔴🔴

>> DAROVANJE ORGANOV IN TKIV

Z odločitvijo za darovanje organov in tkiv po smrti lahko rešimo mnogo življenj. Za darovanje se lahko odloči vsakdo po dopolnjenem 15. letu starosti. V register darovalcev se lahko vpišete tudi na našem sedežu v času uradnih ur ali z digitalnim podpisom preko spletnega obrazca. Več informacij na https://www.rdecikrizljubljana.si/sl/DAROVANJE_ORGANOVI_IN_TKIV/.

SODELUJTE!

>> POSTANITE IZVAJALKA EC PREVENTIVNIH MERITEV

Ste upokojeni_a, imate zdravstveno izobrazbo (med. sestra, zdravstvenik, patronažna sestra) in bi si želeli izvajati preventivne meritve krvnega tlaka, holesterola, kisika in sladkorja v krvi na dogodkih Rdečega križa? Vabljeni, da nas pokličite na **040 858 052** ali nam pišite na vedrana.pokleka@rdecikrizljubljana.si. Veseli bomo sodelovanja z vami!

>> IŠČEMO PROSTOVOLJCE KE ZA IZVAJANJE DELAVNIC PRVE POMOČI ZA PREDŠOLSKO IN ŠOLSKO OTROKE

Iščemo navdušenke_ce, ki jih veseli delo s predšolskimi ali šolskimi otroki in so pripravljeni voditi kratke 45-minutne delavnice osnovnih ukrepov prve pomoči. Vsa potrebna znanja za delo pridobite na kratkem usposabljanju pri nas na Tržaški cesti 132. Delavnice bodo potekale v vrtcih in osnovnih šolah v Ljubljani in primestnih občinah v marcu in aprilu. Prijave sprejemamo na programi@rdecikrizljubljana.si in na samo1zivljenjeimas@rdecikrizljubljana.si.

>> VABLJENI MED PROSTOVOLJKE CE NA VEČ PODROČJIH

Za prostovoljstvo na območju Ljubljane, Brezovice, Dobrove-Polhovega Gradca, Dola pri Ljubljani, Horjula, Iga, Medvod, Škofljice, Velikih Lašč in Vodice se prijavite prek [SPLETNEGA OBRAZCA](#).

Vabljeni in srčno dobrodošli v dobro družbo prostovoljk_cev RKS-OZL. ❤️

>> TEČAJI IN IZPITI PRVE POMOČI

Osvežite svoje znanje prve pomoči in se prijavite na tečaj prve pomoči za voznike motornih vozil. Informacije o vseh tečajih so na spletni strani: www.prva-pomoc.si. Vabljeni, da se udeležite tudi drugih tečajev in izobraževanj: Osnovni tečaj prve pomoči za vsakogar, Najnujnejši ukrepi prve pomoči pri otrocih in dojenčkih, Oskrba in laična nega na domu, Tečaj TPO z uporabo AED - prva pomoč rešuje življenja! ❤️

PODPIRAJTE IN DONIRAJTE!

>> INFORMACIJE ZA DONATORJE

Informacije o tem, kako lahko pomagate, nas podprete in darujete, so na [spletni strani https://donacije.rdecikrizljubljana.si/](https://donacije.rdecikrizljubljana.si/).

Darovati je mogoče tudi s plačilnimi karticami. Zbrana sredstva v celoti namenimo humanitarnim programom, s katerimi pomagamo socialno in materialno ogroženim prebivalcem Brezovice, Dobrove-Polhovega Gradca, Dola pri Ljubljani, Horjula, Iga, Ljubljane, Medvod, Škofljice, Velikih Lašč in Vodice. Skupaj z vami lažje širimo vrednote humanosti, solidarnosti in sočutja!



Hvala za pomoč in podporo! ❤️

>> DARUJTE S POSLANIM SMS

Na Rdečem križu Ljubljana zbiramo donacije za vse pomoči potrebne.

Bodite dobrodelni – pošljite SMS s ključno besedo **LJUDEM5** na **1919** in **podarite 5 EUR** ali **LJUDEM10** na **1919** in **podarite 10 EUR**. **HVALA**, ker pomagate **LJUDEM** našega mesta! ❤️

Prispevate lahko vsi uporabniki mobilnih storitev Telekom Slovenije, Telemacha, A1 in T-2.

Donacije lahko nakažete tudi na humanitarni račun RKS-OZ Ljubljana, ki je odprt pri Delavski hranilnici d.d.:
IBAN: SI56 61 000 11 22 33 44 82; SWIFT ALI BIC: HDELSI22; SKLIC: 10-02 ali nakažete poljuben znesek direktno na naš humanitarni račun **preko UPN QR kode:**



>> NAMENITE NAM DEL DOHODNINE

Namenite nam lahko do 1 % dohodnine in tako podprete naše aktivnosti.

❤️ Sledite [povezavi](#). Hvala! ❤️

>> POSTANITE NAŠI ČLANI CE

Pridružite se nam in se skupaj z nami zavzemajte za uresničevanje humanega poslanstva.

Izpolnite spletno prijavnico [TUKAJ](#).

STOPITE V STIK Z NAMI!

★ >> **HUMANITARNA POMOČ** ★

V stiski se obrnite na nas! Dosegljivi smo na 040 788 698.

Izdaja prehranskih paketov je možna v delovnem času Humanitarnega centra: ponedeljek in torek od 12.00 do 16.00 in ob sredah od 10.00 do 17.00. Več informacij o delovanju Humanitarnega centra najdete [tukaj](#).

Sprejemna pisarna za informacije in psihosocialno podporo je odprta v ponedeljek in torek od 11.00 do 14.00 ter v sredo od 10.00 do 15.00.



Poznaš svoje sosede?
POTREBUJEJO POMOČ?

Sporoči na 040/858-052 ali
info@rdcikrizljubljana.si



♥ POMEMBNI DATUMI V MAJU ♥

8. 5. – Svetovni dan Rdečega križa

8.-15. 5. – Teden Rdečega križa

8. 5. – Pohod humanosti

10. 5. – Svetovni dan gibanja

15. 5. – Svetovni dan družin

26. 5. – Mednarodni dan sosedov

Prijazen pozdrav ★,

Ekipe Rdečega križa Ljubljana

V primeru, da obvestil RKS-OZ Ljubljana ne želite več prejemati, nam pošljite sporočilo na info@rdcikrizljubljana.si – [Odjava](#).



Območno združenje
Ljubljana

Rdeči križ Slovenije
Območno združenje Ljubljana

Tržaška cesta 132

SI-1000 Ljubljana

Tel: 01 62 07 298

GSM: 041 871 589

info@rdecikrizljubljana.si

www.rdecikrizljubljana.si

<https://prva-pomoc.si/>



LCbT
PRIJAZNO



Mestna občina
Ljubljana