

# OBVESTILNIK RDEČEGA KRIŽA LJUBLJANA

## JULIJ 2025



Avtorica: Klara Jan

Vstopili smo v poletni julij – mesec, ki nas vabi k oddihu, druženju in povezovanju. Ob tem pa nas spominja tudi na pomembne vrednote, ki jih v RKS-OZ Ljubljana živimo vsak dan: **solidarnost, medsebojna pomoč in prijateljstvo**. Prav 30. julija praznujemo **mednarodni dan prijateljstva**, ki poudarja, kako dragocene so vezi, ki jih gradimo med seboj. Prijaznost in solidarnost so temelj, na katerem skupaj ustvarjamo bolj toplo in sočutno skupnost.

Vabimo vas, da tudi v tem mesecu s svojimi dejanji pomagata širiti sporočila prijateljstva in podpore tistim, ki vas potrebujejo.

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

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

Hvala, ker skupaj gradimo družbo medsebojne pomoči.

Spremljajte nas na [spletni strani](#), Instagramu: [@rdecikrizljubljan](#), [@lepa\\_dejanja](#) in [@izmenjevalnica](#) in Facebook profilih [@Rdeči križ Ljubljana](#), [@Krvodajalec.si](#), [@Klub25](#) in [@Izmenjevalnica](#). Hvala ☺

## **DARUJTE!**

### **>> OBVESTILO KRVODAJALKAM IN KRVODAJALCEM**

💧💧💧 V juliju vas v Ljubljani vabimo na pet rednih krvodajalskih akcij, in sicer v **PETEK, 4. 7., 11. 7., 18. 7., 25. 7. in SREDO, 23. 7. 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.rdecikrizljubljan.si/sl/DAROVANJE\\_ORGANOV\\_IN\\_TKIV/](https://www.rdecikrizljubljan.si/sl/DAROVANJE_ORGANOV_IN_TKIV/).

# SODELUJTE!

## RAZPIS ZA NOVE ČLANE PROSTOVOLJSKIH SKUPIN NA PODROČJU ZAŠČITE IN REŠEVANJA - NASTANITVENE ENOTE in BOLNIČARJEV – EKIP PRVE POMOČI

Kako omogočiti ljudem varno zatočišče v primeru izrednih dogodkov? Kakšne so strategije soočanja s stresom, travmo? Kaj storimo v primeru srčnega infarkta? Kako reagirati v primeru množične nesreče, kjer veliko ljudi potrebuje pomoč? V naše vrste vabimo prostovoljce in prostovoljke, ki se želijo **aktivirati v sistemu zaščite in reševanja**– nove člane\_ice **Enote za ukrepanje ob nesrečah - Nastanitvene enote in Bolničarje – Ekipe prve pomoči**.

Prijave že sprejemamo, najkasnejši rok za prijave je 8. 9. 2025. Več informacij in prijave na:

[https://www.rdecikrizljubljana.si/sl/Razpis\\_prostovoljstvo/](https://www.rdecikrizljubljana.si/sl/Razpis_prostovoljstvo/)



### ZA PREBIVALCE OBČINE ŠKOFLJICA in VODICE

#### POSTANI ČLAN ICA EKIP PRVE POMOČI RDEČEGA KRIŽA - OBČINE ŠKOFLJICA in OBČINE VODICE

Ekipe prve pomoči je ob nesrečah podpora nujni medicinski pomoči, kadar zaradi okoliščin in razsežnosti nesreče redni sistem nujne medicinske pomoči ne more zagotoviti zadostne oskrbe poškodovanih ali nenadno obolelih. **Članstvo/delovanje v ekipi prve pomoči pomeni:** obiskovanje treningov, usposabljanje, izvajanje brezplačnih delavnic, promocij temeljnih postopkov oživljanja (TPO) in udeležbo na preverjanjih prve pomoči.

**Najpomembnejša naloga pa je odziv pri nesrečah, ali kadar je potrebna druga humanitarna pomoč.**

**Postopek vključitve** v ekipo prve pomoči poteka tako, da se sprva udeležite treningov ekipe v vlogi imitatorja/imitatorke poškodb. Zlagoma se uvajate v prostovoljsko delo člana/članice ekipe in se usposobite za bolničarja/bolničarko. Usposabljanje je **brezplačno**. **Pogoji za prijavo:** minimalna starost 18 let, bivanje v občini Škofljica ali Vodice. 📍📍📍 Zainteresirane vabimo, da se **do 30. 9. 2025** prijavite na [ukrepanje@rdecikrizljubljana.si](mailto:ukrepanje@rdecikrizljubljana.si) ali po pošti na naslov RKS-OZ Ljubljana, Tržaška cesta 132, 1000 Ljubljana. Več informacij tudi na **040 312 424**. Več informacij si lahko preberete na:

<https://www.skofljica.si/objava/1121949> in

[https://www.rdecikrizljubljana.si/sl/Novice/postani\\_clanclanica\\_ekipe\\_prve\\_pomoci\\_rdecega\\_kriza\\_in\\_obcine\\_vodice/](https://www.rdecikrizljubljana.si/sl/Novice/postani_clanclanica_ekipe_prve_pomoci_rdecega_kriza_in_obcine_vodice/)

### >> 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](mailto: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](mailto:programi@rdecikrizljubljana.si) in na [samo1zivljenjeimas@rdecikrizljubljana.si](mailto: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](http://www.prva-pomoc.si). Vabljeni, da se udeležite tudi drugih tečajev in izobraževanj: Osnovni tečaj prve pomoči za vsakogar, Najnужnejši 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.rdecikrizljubljan.si/](https://donacije.rdecikrizljubljan.si/).

Darovati je mogoče tudi s plačilnimi karticami. Zbrana sredstva v celoti namenimo humanitarnim programom, s katerimi pomagamo socialno in materialno ogroženim prebivalkam\_cem 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 dobroteljni – 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@rdecikrizljubljana.si](mailto:info@rdecikrizljubljana.si)



♥ **POMEMBEN DATUM V JULIJU** ♥

30. 7. – Mednarodni dan prijateljstva

Prijazen pozdrav ★,  
Ekipa Rdečega križa Ljubljana

*V primeru, da obvestil RKS-OZ Ljubljana ne želite več prejemati, nam pošljite sporočilo na [info@rdecikrizljubljana.si](mailto:info@rdecikrizljubljana.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](mailto:info@rdecikrizljubljana.si)

[www.rdecikrizljubljana.si](http://www.rdecikrizljubljana.si)

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



**LCbT**  
**PRIJAZNO**



Mestna občina  
Ljubljana