

OBVESTILNIK RDEČEGA KRIŽA LJUBLJANA

SEPTEMBER 2025



Foto: Prikaz temeljnih postopkov oživljanja na Veselem dnevu prostovoljstva 2025

Po zasluženem poletnem premoru se z veseljem vračamo k rednim aktivnostim, ki jih bomo tudi to jesen prepletali z vrednotami **solidarnosti, sočutja in medsebojne podpore**. September prinaša vrsto pomembnih mednarodnih dni, ki nas opominjajo na našo skupno odgovornost za pomoč in varnost v družbi. Med njimi posebej izpostavljamo **Svetovni dan prve pomoči (11. september)**, ki ga od leta 2000 obeležujemo vsako drugo soboto v septembru. To je dan, ko ozaveščamo o pomembnosti hitrega in pravilnega ukrepanja ter spodbujamo, da vsak izmed nas osveži svoje znanje prve pomoči. S preprostimi dejanji lahko **rešimo življenja** in prav to je moč, ki jo ima **vsak** izmed nas.

Vabimo vas, da se nam pridružite pri delavnicah, ozaveščevalnih akcijah in humanitarnih pobudah – skupaj lahko utrdimo povezanost in soustvarimo boljše okolje za vse.

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

Vabljeni k spremljanju in sodelovanju pri aktivnostih, s katerimi skupaj udejanjamo 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!

>> OBIŠČITE NAS NA SEPTEMBRSKIH 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.

SOBOTA, 6. 9.: FESTIVAL ZDRAVJA, od 9.00 do 15.00, Kongresni trg in Park Zvezda, Ljubljana

NEDELJA, 14. 9.: DAN ČS SOSTRO, od 11.00 do 14.00, zadružni dom Zadvor, Cesta II. Grupe odredov 43, 1216 Dobrunje

TOREK, 16. 9.: DAN ČS BEŽIGRAD, od 15.30 do 19.00, Park literatov, Ljubljana

ČETRTEK, 18. 9.: MOBILNI ŽIVŽAV V ČS POLJE, od 10.00 do 13.00, na osrednjem trgu v Polju, pred bivšo OŠ Polje, Zadobrovska 1, Ljubljana

SOBOTA, 20. 9.: DAN ČS RUDNIK, od 9.00 do 17.00, na igrišču OŠ Oskarja Kovačiča, Dolenjska c. 20, Ljubljana

>>SREČEVALNICA KUHA, IZMENJEVALNICA ŠIVA

V septembru bodo ponovno potekala srečanja, na katerih bomo razvijali različne veščine in krepili socialno vključenost. V Centru Rog izvajamo **kulinarične in šiviljske delavnice**. 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**.

>> OSNOVNO USPOSABLJANJE ZA PROSTOVOLJCE RDEČEGA KRIŽA

V septembru vas vabimo na **OSNOVNO USPOSABLJANJE ZA PROSTOVOLJCE**, na katerem vam bomo predstavili nastanek in razvoj gibanja Rdečega križa, njegovo delovanje danes ter prostovoljske programe, v katere se lahko vključite na območju Ljubljane in devetih primestnih občin.

PETEK, 26. 9. 2025, od 17.00 do 20.30, Humanitarni center, Tržaška cesta 132, Ljubljana

👉 Prijave preko povezave <https://forms.office.com/e/3Ucv31qfDv>
ali na klara.golob@rdecikrizljubljana.si do 21. 9. 2025.

>>USPOSABLJANJE PROSTOVOLJCEV_K – ANIMATORJEV_K KLUBA 25 IN KLUBA 100 KAPLIJIC TER MENTORJEV_IC KRVODAJALSTVA NA SREDNJIH ŠOLAH.

V oktobru vas vabilo na USPOSABLJANJE PROSTOVOLJCEV_K – ANIMATORJEV_K KLUBA 25 IN KLUBA 100 KAPLIJIC TER MENTORJEV_IC KRVODAJALSTVA NA SREDNJIH ŠOLAH, na katerem sem bomo lahko seznanili s krvodajalskimi vsebinami in spoznali vsebino predstavitve krvodajalstva za dijake za šolsko leto 2025/2026.

Termin: SOBOTA, 11. 10. 2025, predvidoma od 8.00 do 13.00 v Humanitarnem centru RKS-Območnega združenja Ljubljana, Tržaška 132, 1000 Ljubljana

👉 Prijave sprejemamo na kaplja@rdecikrizljubljana.si **do torka 7. 10. 2025.**
Veselim se vaše udeležbe!

>> IZMENJEVALNICA

PETEK, 19. 9., 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

DARUJTE!

>> OBVESTILO KRVODAJALKAM IN KRVODAJALCEM

💧💧💧 V septembru vas v Ljubljani vabimo na tri redne krvodajalske akcije, in sicer v **PETEK, 5. 9., 12. 9. in 19. 9. 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_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/



ZA PREBIVALCE OBČINE ŠKOFLJICA in VODICE

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

Ekipo 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 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/

USPOSABLJANJE ZA PROSTOVOLJCE ZA POMOČ IN PODPORO STARIM LJUDEM

Kako lahko s svojo prisotnostjo polepšate dan starejšemu človeku? Kako ustvariti varno in povezano okolje, kjer se starejši počutijo slišane, spoštovane in vključene? Bi radi prispevali k **medgeneracijskemu sodelovanju** in s tem obogatili tudi svoje življenje?

V naše vrste vabimo nove prostovoljke in prostovoljce, ki želijo delovati na področju **pomoči in podpore starim ljudem**. Vaša naloga bo obiskovanje, družabništvo, pomoč pri vsakodnevnih izzivih ter soustvarjanje srečanj in aktivnosti, ki prinašajo toplino in veselje v življenje starejših. Z usposabljanjem začnemo konec septembra.

Zainteresirane vabimo, da se prijavite na <https://forms.office.com/e/myqxUHMsKA> do **24. 9. 2025**.

Več informacij o prostovoljstvu in usposabljanju prejmete na **01 62 07 292**, koordinator@rdecikrizljubljana.si ali www.rdecikrizljubljana.si

>> 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!

>> 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 Vodic se prijavite prek **SPLETNEGA OBRAZCA**.

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

>> 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 prebivalkam_cem Brezovice, Dobrove-Polhovega Gradca, Dola pri Ljubljani,

Horjula, Iga, Ljubljane, Medvod, Škofljice, Velikih Lašč in Vodic.

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@rdecikrizljubljana.si



♥ POMEMBNI DATUMI V SEPTEMBRU ♥

- 5. 9. – Mednarodni dan dobrodelnosti
- 10. 9. – Svetovni dan preprečevanja samomora
- 11. 9. – Svetovni dan prve pomoči
- 21. 9. – Svetovni dan miru
- 29. 9. – Svetovni dan srca

Prijazen pozdrav ★,
Ekipa Rdečega križa Ljubljana

V primeru, da obvestil RKS-OZ Ljubljana ne želite več prejemati, nam pošljite sporočilo na 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

www.rdecikrizljubljana.si

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



LCBT
PRIJAZNO



Mestna občina
Ljubljana