

Mesečni novičnik Spominčice - Alzheimer Slovenija

Vabljeni na jesensko usposabljanje "Ne pozabi me"



**USPOSABLJANJE O
DEMENCI ZA SVOJCE**

NE POZABI ME

Spominčica vas vabi na sklop strokovnih predavanj za svojce in druge formalne in neformalne oskrbovalce, ki skrbijo za osebe z demenco v domačem okolju.

“**NE POZABI ME**” je sklop strokovnih predavanj za svojce in druge formalne in neformalne oskrbovalce oseb z demenco v domačem okolju, prav tako tudi za vse ostale posameznike, ki se na kakršen koli način srečujete z osebami z demenco. Na sedmih srečanjih bodo predavali priznani **strokovnjaki** s področja demence. Usposabljanje bo potekalo **v živo v prostorih Spominčice in prek spletne platforme Zoom**.

Pričnemo že **v torek, 4. novembra 2025, ob 17.00 uri**.

Prijave zbiramo na

povezavi <https://spomincica.1ka.si/prijavaNPMjesen2025>, po telefonu 01 256 51 11 in na e-naslovu svetovanje@spomincica.si

Spominčica sodeluje v projektu FILMSKI MOSTOVI

Filmski Mostovi



Film Vesna

Torek, 21. 10. 2025, ob 17.00
(Kinodvor)



Film Casablanca

Torek, 11. 11. 2025, ob 17.00
(Kinodvor)

Drage uporabnice, dragi uporabniki,
spoštovani svojci.

Zavod za oskrbo na domu Ljubljana za vas pripravlja prav posebna filmska srečanja, kjer bomo **ob ogledih filmskih klasik obujali in spodbujali spomine, delili zgodbe in skupaj preživeli prijetno popoldne.**

Skupaj si bomo ogledali legendarni slovenski film Vesna (1953) ter nepozabno klasiko Casablanca (1942).

Po projekcijah bo sledil pogovor, ki ga bosta vodili **prof. dr. Vida Drame Orožim, dr. med., spec. psihiatrije in nevrologije**, častna članica Zdravniške zbornice Slovenije, zunanja strokovna sodelavka in članica strokovnega sveta ter **Štefanija Lukič Zlobec, predsednica Spominčice – Alzheimer Slovenija**.

Vsako srečanje bomo zaključili s **pogostitvijo**, ki jo bodo pripravili dijaki Biotehniškega izobraževalnega centra Ljubljana.

Prisrčno vabljeni, da se nam pridružite!

Za prijavo nas pokličite na 01/24-20-605 ali pišite na mateja.gustin@zod-lj.si.

Dogodka sta brezplačna!

Projekt pripravljamo v sodelovanju s Spominčico – Alzheimer Slovenija in Kinodvorom.
Dogodke financira Mestna občina Ljubljana.



Projekt "**FILMSKI MOSTOVI**" je kulturni projekt Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana, ki je nastal v sodelovanju s Spominčico - Alzheimer Slovenija in Kinodvorom. Starejšim osebam omogoča dostop do kakovostnih umetniških vsebin ter odpira prostor za povezovanje, pogovor in čustveno odzivnost. V središču programa so izbrane **filmske projekcije v Kinodvoru**, ki nagovarjajo spomine, kulturno identiteto in izkušnjo generacije, ki je pogosto izključena iz sodobnega kulturnega dogajanja.

Skozi niz dogodkov bo predstavljena **filmska dediščina**, ki odraža čas, vrednote in občutenje sveta njihove mladosti. Ogledom filmov bodo sledili **vodeni pogovori**, namenjeni izražanju doživetega, izmenjavi spominov ter spodbujanju dialoga – tudi med generacijami. Dogodki so odprti, vključujoči in dostopni vsem, s poudarkom na občutku pripadnosti skupnosti in kulturni izkušnji kot sredstvu za krepitev duševnega zdravja. Z izbiro filmskega medija projekt prepozna moč pripovedi, podob in ritma kot sprožilcev čustvenih odzivov, spomina in notranjega miru.

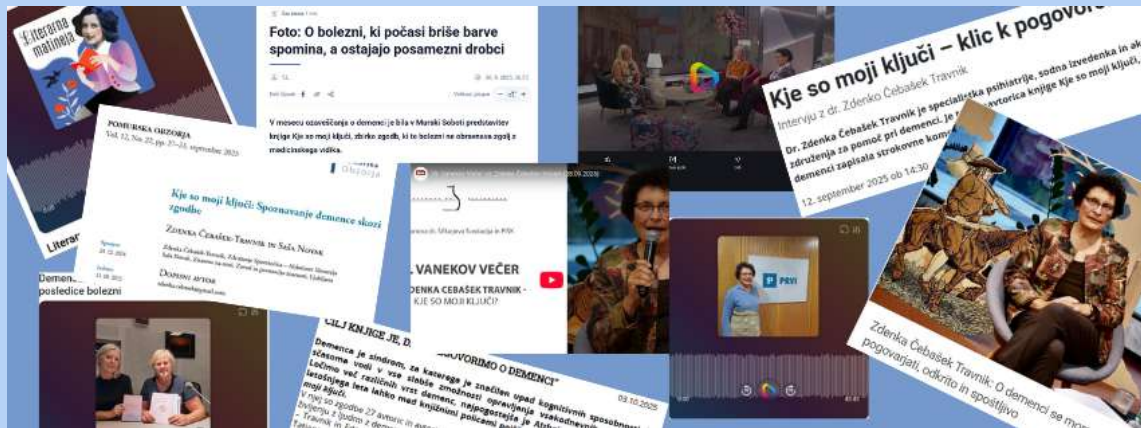
V sodelovanju s Spominčico se uporabljajo uveljavljeni **pristopi reminiscenčne terapije**, ki z močjo filmske umetnosti **stimulirajo kognitivne funkcije, utrjujejo pozitivne spomine in krepijo družinske vezi**, kar ima neposredne pozitivne učinke na duševno zdravje starejših.

Z vključevanjem svojcev in vnukov v filmske večere ustvarjamo **priložnosti za delitev življenjskih zgodb, prenos vrednot in krepitev družinskih vezi**, kar je ključni zaščitni dejavnik duševnega zdravja.

Po projekcijah filmov bo sledil pogovor, ki ga bosta vodili predsednica Spominčice Štefanija L. Zlobec ter članica strokovnega in upravnega odbora Spominčice Vida Drame Orožim, dr. med., specialistka psihologije in nevrologije.

Obvezne prijave na **01/24-20-605** ali na **mateja.gustin@zod-lj.si**

Septembrske zgodbe o ozaveščanju



Septembra so potekale številne dejavnosti in dogodki, na katerih smo govorili o demenci, saj je bilo tudi geslo letošnjega obeležanja Alzheimerjeve bolezni in ostalih demenc: **"Spregovorimo o demenci! Spregovorimo o Alzheimerjevi bolezni!"**.

V Arboretumu Volčji Potok smo 4. septembra otvorili **Demenci prijazno točko**, za katero sta značilni *modra klopca ljubezni in prijaznosti* (darilo zavarovalnice Generali) ter *modra hiška z gradivi o demenci*. Oboje najdete desno po vhodu v park.

V organizaciji **projekta Modra palica** je 23. septembra tam potekalo 2. usposabljanje za spremljevalce na **Poti za spomin**, za družabnike in prostovoljce osebam z demenco ter zaposlene v Arboretumu. Usposabljanja z naslovom **Razširimo svoje znanje o demenci** se je udeležilo 37 sodelujočih, obravnavali pa so zanimive teme, kot so dostojanstvo v starosti, petje v družbi oseb z demenco, fotografije za spomin, kako pripraviti osebo z demenco za odhod v naravo, težave z gibanjem kot posledica telesne krhkosti in demence ter o orientaciji, tj. na kaj moramo biti pozorni pri spremljanju oseb z demenco. Mag. Tatjana Cvetko iz društva **Primorske spominčice** je predstavila video "Živeti z demenco - vsak dan" in šolo za svojce o tem, kako vključevati aktivnosti za osebe z demenco v vsakdanje življenje. Udeleženci so si ogledali še video o gozdni terapiji za osebe z demenco.

V septembru so uredniki knjige **Kje so moji ključi** pripravili več pogovornih večerov, na katerih so poleg predstavitve zgodb o demenci govorili tudi o demenci sami ter o dostopnih oblikah pomoči tako za bolnike kot za njihove bližnje. Pogovorni večeri so se odvijali v Kulturnem domu v Stražišču pri Kranju, v knjižnici Domžale, v Pokrajinski in študijski knjižnici v Murski Soboti, v knjigarnah Mladinske knjige v Kopru in Murski Soboti ter drugod. Skupaj se jih je udeležilo več kot 370 poslušalcev. Predstavitve knjige se bodo dogajale tudi v

naslednjih mesecih v različnih krajih po Sloveniji, **najave dogodkov v bližini vašega kraja** lahko spremljate na spletni strani zavoda [Znanosti na cesti](#), ki je tudi pobudnik za nastanek te knjige.

V septembru in začetku oktobra je bilo predvajanih tudi več **radijskih in televizijskih oddaj**, katerih osrednja tema je bila namenjena demenci. Najdete jih na povezavah:

- [Med štirimi stenami - Demenca: spremembe v vedenju bolnika so posledice bolezni](#)
- [Literarna matineja - Dr. Zdenka Čebašek Travnik: "Tak stil pisanja lahko opredelimo kot primer narativne medicine, in to je prvi tak primer pri nas"](#)
- [Dnevna soba - Življenje z demenco](#)
- [Intervju - Dr. Zdenka Čebašek - Travnik: Skrivanje in sram - skupna točka družin, v katerih je oseba z demenco ali odvisnik od alkohola](#)
- ["Cilj knjige je, da spregovorimo o demenci"](#)
- [Posnetek 95. Vanekovega večera v Murski Soboti](#)

Objavljenih je bilo **več zapisov** – tako v tiskanih kot spletnih medijih. Vabljeni k branju na povezavah:

- [Kje so moji ključki – klic k pogovorom o demenci](#)
- [Kje so moji ključki: Spoznavanje demence skozi zgodbe](#)
- [Dr. Zdenka Čebašek - Travnik: O demenci se moramo pogovarjati, odkrito in spoštljivo](#)
- [O boleznih, ki počasi briše barve spomina, a ostajajo posamezni drobci](#)

Zapisa: dr. Zdenka Čebašek Travnik, dr. med., spec. psih., članica Strokovnega sveta Spominčice

Glasi Spominčica - Pomagajte ga izboljšati!

Poznate naše glasilo Spominčica? Izpolnite evalvacijsko anketo na gumbu spodaj in nam zaupajte, kaj vam je pri glasilu všeč in kaj ne ter kakšnih vsebin bi si želeli.

Prisluhnili vam bomo in poiskali najboljše rešitve, da bo glasilo še bolj informativno, branju prijazno in aktualno.

IZPOLNITE ANKETO



Postani družabnik osebi z demenco

Družabništvo je namenjeno **aktivnemu preživljanju prostega časa z osebami z demenco**. Aktivnosti so različne in prilagojene osebi z demenco. Najpogosteje so to sprehodi, pogovori, petje, obujanje spominov, branje, igranje raznih besednih in miselnih iger ... Družabnik na ta način vsaj za kratek čas

razbremenjeni svoje/skrbnike, ki so zaradi skrbi za osebo z demenco obremenjeni, izčrpani, doživljajo številne stiske in posledično izgorevajo. Pomagajte soustvarjati demenci prijazno in vključujočo skupnost!

Več informacij o družabništvu najdete na:

<https://www.spomincica.si/socializing-for-people-with-dementia>

DRUŽABNIŠTVO ZA OSEBE Z DEMENCO

**BI BILI PRIPRAVLJENI DEL SVOJEGA PROSTEGA ČASA
NAMENITI DRUŽENJU Z OSEBAMI Z DEMENCO?**

SVOJCI OSEB Z DEMENCO BODO HVALEŽNI
RAZBREMENITVE IN OSEBE Z DEMENCO VESELE
NEKOGA, KI SI JE PRIPRAVLJEN VZETI ČAS ZANJE.

ZA VEČ INFORMACIJ POKLIČITE SPOMINCICO NA
01 25 65 111 ALI PIŠITE NA **DOGODKI@SPOMINCICA.SI**

 **Spomincica**
ALZHEIMER SLOVENIJA



 DEMENCI
PRIJAZNA
LOKALNA
OKOLJA

 REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO
Uradna uradna spletna stran in ne predstavlja
uradnega stališča Ministrstva za javno upravo.

 REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Pridružite se nam na dogodkih!

 **Spomincica**
ALZHEIMER SLOVENIJA



DELAVNICA ZA SPOMIN

**Vsak četrtek
ob 10. uri preko
povezave ZOOM.**

Delavnice so namenjene osebam
z demenco in vsem, ki si želijo
poskrbeti za preventivo.

Za več informacij pokličite na telefonsko
številko 01 25 65 111 ali na e-poštni
naslov dogodki@spomincica.si.



**Delavnice DEJVA
MISLIT prek Zooma**
Vsak četrtek ob 11. uri
po predhodni prijavi na
dogodki@spomincica.si



**Alzheimer cafe v
Narodni galeriji**
**V torek, 28. oktobra, ob 11.
uri v Narodni galeriji v
Ljubljani o demenci in
sposobnosti gibanja.**



**Skupina za samopomoč
svojcev oseb z
demenco - v živo**
**Vsak 3. ponedeljek v
mesecu ob 17. uri v CDS na
Podgornikovi 3 v Ljubljani**
po predhodni prijavi na
svetovanje@spomincica.si



**Skupina za samopomoč
svojcev oseb z
demenco preko Zooma**
**Vsak 1. ponedeljek v
mesecu ob 17. uri po
predhodni prijavi na**
svetovanje@spomincica.si

Filmski Mostovi

Drage uporabnice, dragi uporabniki,
spoštovani svojci.



Film Vesna
Torek, 21. 10. 2025, ob 17.00
(Kinodvor)



Film Casablanca
Torek, 11. 11. 2025, ob 17.00
(Kinodvor)

Projekt pripravljeno v sodelovanju s Spomincico - Alzheimer Slovenija in Kinodvorom.

Dogodek financira Mestna občina Ljubljana.



**Filmski mostovi:
Projekcije filmov Vesna
in Casablanca**
**V torek, 21. oktobra 2025, in
torek, 11. novembra 2025,**

 **Vida Drame Orožin**
Psihiatrična klinika Spomincica

Vijudno Vas vabimo, da se nam
pridružite **v soboto, 25. oktobra 2025, ob 16. uri**
v prostorih župnijskega doma, Šentvid pri Stični 69,
na predavanju z naslovom:

**Spomin - Kdaj pozabljenost
postane bolezen?**

Predavateljica:
Specialistka psihiatrije in nevrologije
Vida Drame Orožin, dr. med.

**Predavanje Spomin -
Kdaj pozabljenost
postane bolezen?**
**V soboto, 25. oktobra
2025 ob 16. uri v**
prostorih župnijskega
doma Šentvid pri Stični
69. Predavateljica bo
specialistka psihiatrije in
nevrologije **Vida Drame**

med 17. in 19. uro v
Kinodvoru po predhodni
prijavi na **01/24-20-605** ali na
mateja.gustin@zod-lj.si

Orožim, dr. med., na
pobudo **Ivankinih**
Spominčic.

Spominčica Alzheimer Slovenija

Luize Pesjakove ulica 9, 1000, Ljubljana

info@spomincica.si 01 256 51 11



To sporočilo ste prejeli, ker ste prijavljeni na spletni novičnik
Spominčice Alzheimer Slovenija.

[Unsubscribe](#)

