

OBVESTILNIK RDEČEGA KRIŽA LJUBLJANA

– MAREC 2024



Da dobri odnosi s prijatelji, sorodniki, sosedi in sodelavci pomembno vplivajo na občutenje sreče, so pokazale že številne raziskave. V marcu obeležujemo mednarodni dan sreče, ki je lahko odlična priložnost za razmislek o tem, kaj nas osrečuje? Odgovor naših srčnih prostovoljk in prostovoljcev je že znan: pomagati sočloveku po svojih najboljših močeh in na ta način prispevati k najboljši skupnosti. ❤️

Za več idej lepih dejanj nas spremljajte [na naši spletni strani](#), na Instagram profilih [@rdecikrizljubljan](#), [@lepa_dejanja](#) in [@izmenjevalnica](#) ter Facebook profilih [@Rdeči križ Ljubljana](#) in [@Izmenjevalnica](#). Hvala ❤️

PRIDITE!

>> DELAVNICA SEM SREČA V NESREČI

ČETRTEK, 14. 3. 2024, od 17.30 uri, prostor ČS Rožnik, Viška c. 38, Ljubljana

Kakšen vpliv in posledice bo imela nesreča na vas, je v veliki meri odvisno tudi od vaše pripravljenosti nanjo. Na delavnici boste spoznali/obnovili znanje o tem, kako se na nesrečo pripraviti in kako ukrepati ob in po nesreči (poplavi, potresu, požaru). Predstavili vam bomo tudi ekipo prve pomoči in prostovoljske programe RKS-OZLJ.

>> DELAVNICA ZA LAIČNO OSKRBO IN NEGO NA DOMU

ČETRTEK, 14. 3. 2024, od 16. do 20. ure, Humanitarni center RKS-OZLJ, Tržaška c. 132

Vsi se lahko nekoč znajdemo v situaciji, ko bomo morali poskrbeti za svoje najbližje. Zdaj je čas, da se naučimo kako! Več informacij na povezavi: <https://prva-pomoc.si/izobrazevanja/delavnica-za-laicno-oskrbo-in-nego-na-domu/>

>> SREČEVALNICA

Vsak 3. četrtek v mesecu vas vabimo na brezplačne kuharske urice, namenjene druženju, izmenjavi dobre prakse in učenju novih znanj. Vsak 1. četrtek v mesecu pa bomo kuhali z Ivo Verbnik, strokovnjakinjo za zdravo prehrano.

ČETRTEK, 7. 3. 2024, od 10. do 13. ure, Zavod Pod strehco, Zaloška cesta 42, Ljubljana

ČETRTEK, 21. 3. 2024, od 10. do 13. ure, Zavod Pod strehco, Zaloška cesta 42, Ljubljana

📍 Več informacij in obvezne prijave na koordinator@rdecikrizljubljan.si ali 040/871-589.

>> IZMENJEVALNICA

PETEK, 15. 3. 2024, od 16. do 19. ure, Humanitarni center, Tržaška c. 132, Ljubljana

Prinesite 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](#).

❤️ Medse vabimo nove prostovoljke_ce, ki želite kot aktivni državljanke_i podpreti idejo trajnostnega razvoja in ponovne rabe! 📍 Prijave na: izmenjevalnica@rdecikrizljubljan.si

SODELUJTE!

>> [IŠČEMO PROSTOVOLJCE KE ZA IZVAJANJE DELAVNIC PRVE POMOČI ZA PREDŠOLSKE IN ŠOLSKE OTROKE](#)

Iščemo navdušenke_ce, ki jih veseli delo s predšolskimi ali šolskimi otroki in so pripravljene 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 primernih občinah v marcu in aprilu. Prijave sprejemamo na programi@rdecikrizljubljana.si in na samo1zivljenjeimas@rdecikrizljubljana.si.

>> K SODELOVANJU VABIMO OSEBE Z ZDRAVSTVENO IZOBRAZBO IN IZKUŠNjami Z NEGO NA DOMU

Imate zdravstveno izobrazbo (med. sestra, zdravstvenik, patronažna sestra, lahko tudi upokojen_a) in izkušnje z nego oseb v domačem okolju? Bi želeli to znanje deliti in postati izvajalka_ec delavnic RKS-OZLJ za laično nego in oskrbo na domu?

Pišite nam na koordinator@rdecikrizljubljana.si ali nas pokličite na 01 425 34 19.

Veseli bomo sodelovanja z vami!

>> VABLJENI MED PROSTOVOLJKE CE NA VEČ PODROČJIH

Za prostovoljstvo na področju Ljubljane, Brezovice, Dobrove-Polhovega Gradca, Dola pri Ljubljani, Horjula, Iga, Medvod, Škofljice, Velikih Lašč in Vodice se prijavite prek [TEGA 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 najdete na spletni strani: www.prva-pomoc.si.

DARUJTE!

>> OBVESTILO KRVODAJALKAM IN KRVODAJALCEM

🩸🩸🩸 Marca vas v Ljubljani vabimo na tri redne krvodajalske akcije, in sicer v **PETEK, 1., 8. in 29. 3. 2024**. Darujete lahko tudi vsak dan med tednom med 7.00 in 15.00! 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. V register darovalcev se lahko vpišete tudi na našem sedežu v času uradnih ur ali z digitalnim podpisom preko spletnega obrazca. Več informacij najdete na [naši spletni strani](#).

PODPIRAJTE IN DONIRAJTE!

>> INFORMACIJE ZA DONATORJE

Na [spletni strani](#) najdete zbrane vse informacije o tem, kako lahko pomagate, nas podprete in darujete. Darovati je mogoče tudi s plačilnimi karticami. Hvala, ker vam je mar! ❤️

>> DARUJTE S POSLANIM SMS

Na Rdečem križu Ljubljana vseskozi 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 Telekoma 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: S156 61 000 11 22 33 44 82; SWIFT ALI BIC: HDLSI22; SKLIC: 10-02**

Z vašim pametnim telefonom lahko skenirate tudi UPN QR kodo in darujete poljubni znesek za humanitarno akcijo **Pomagajmo LJUDEM našega mesta:**



[>> NAMENITE NAM DEL DOHODNINE](#)

Vsi, ki od svojega osebnega dohodka plačujete letno dohodnino, lahko do 1 % le-te namenite nevladnim in dobrodelnim organizacijam. Odločite se za solidarnost in humanost ter podprite Rdeči križ Ljubljana. ❤️ Postopek je enostaven – sledite [povezavi](#). Hvala!

[>> POSTANITE NAŠI ČLANI CE](#)

Vabimo vas, da postanete člani_ce RKS-OZ Ljubljana! Pridružite se globalni družini, ki se zavzema 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. do 16. ure in ob sredah od 10. do 17. ure. Več informacij o delovanju Humanitarnega centra najdete [tukaj](#).

Sprejemna pisarna za informacije, psihosocialno pomoč in registracijo novih uporabnikov iz Ukrajine je odprta v ponedeljek in torek od 11. do 14. ure ter v sredo od 10. do 15. ure.

❤️ **POMEMBNI DATUMI V MARCU**

- 1. 3. – Svetovni dan civilne zaščite
- 20. 3. – Mednarodni dan sreče
- 21. 3. – Svetovni dan boja proti rasni diskriminaciji

Lep pozdrav,

Ekipe Rdečega križa Ljubljana

Za več informacij in prijave pokličite na 01 425 34 19 ali nam pišite na info@rdecikrizljubljana.si.

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
Fax: 01 425 34 20
GSM: 041 871 589

info@rdecikrizljubljana.si

www.rdecikrizljubljana.si

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



LGBT
PRIJAZNO



Mestna občina
Ljubljana