



Festival duševnega zdravja
Goriške regije

4. regijski festival Goriška regija

KATALOG PONUDNIKOV ZDRAVSTVENIH IN PODPORNIH VSEBIN ZA KEMIČNE IN NEKEMIČNE ZASVOJENOSTI za odrasle osebe in njihove bližnje

ZA GORIŠKO REGIJO

UVOD

Katalog ponudnikov zdravstvenih, socialnih, skupnostnih ter drugih podpornih programov, vsebin in storitev za osebe, zasvojene s kemičnimi ali nekemičnimi sredstvi ter njihove svojce, nudi informacije za opolnomočenje in lajšanje soočanja z boleznijo ter spodbuja k zdravljenju in rehabilitaciji.

O zasvojenosti splošno

Zasvojenost je v svoji razviti obliki bolezen možganov, saj je motnja možganskega sistema nagrajevanja. Razvije se sčasoma, zaradi kronične izpostavljenosti visokim dozam zasvajajočega dražljaja (npr. uživanje hrane, uporaba kokaina, računalniško igranje iger, stave, ...). Prizadet je možganski nagrajevalni krog in centri, ki so povezani z motivacijo in spominom. Moteno delovanje teh sklopov nevronske povezave se kaže na biološki, duševni in socialni ravni. Izraža se v posameznikovi patološki potrebi po ugodju in/ali sprostitvi ob uživanju točno določenih snovi in izbiri točno določenih vedenj. Nekemične, pravimo jim tudi vedenjske zasvojenosti, imajo isto pojavno in razvojno shemo kot kemične. Razlika je le v tem, da je pri kemičnih učinkih dosežen z vnosom kemikalije, pri omamljanju brez kemikalij pa dosegamo učinke z izvajanjem posebnih postopkov in ritualov, z vedenjem, s katerimi se sprožijo omamni učinki s pomočjo stimulacije možganov. Bolezen v obeh primerih prizadene človekovo psiho, telo, socialne odnose in sposobnost za produktivno življenje.

Skupne psihosocialne in vedenjske specifičnosti oseb, ki jih spremlja zasvojenost:

- Najbolj očitna lastnost je v globoko zakoreninjen notranji občutek, da niso dovolj dobri. To se splošno kaže v pomanjkanju samozavesti. Poskušajo biti popolni v vsem, česar se lotijo in pretirano so odvisni od zunanjih pohval.
- Veliko sanjarijo. Zdi se jim, da lahko svoje sanje naredijo resnične, a ne z delom. Kadar se znajdejo v stiski, za svoje težave in tudi duševne bolečine, krivijo druge. Malo se trudijo, da bi dosegli svoje cilje, težje cilje opustijo, niso vztrajni. Kadar naletijo na težave, jih ne skušajo rešiti, temveč uporabijo kor opravičilo, zakaj je uspeti nemogoče.
- Zasvojeni nosijo globoko v sebi duševno bolečino (različnega izvora), s katero niso znali ravnati drugače, kot da jo potlačijo. Potlačitev povzroči, da težava, ki ni razrešena, pride na površje v drugi obliki. Veliko svoje energije porabijo za blažitev te bolečine, zato jim zmanjka energije na drugih področjih življenja.
- V odnosih z drugimi se niso sposobni odzivati iz svojega resničnega bistva, saj ga ne čutijo ali pa ga skrivajo, ker se ga sramujejo. Namesto tega razvijejo sistem vlog in mask. Nihče jim ne more blizu. Včasih pa, ravno nasprotno, pustijo preveč blizu ljudi, ki niso vredni zaupanja, je pa mogoče, da nagovarjajo njihovo bolečino ali ponujajo neke vrste čustveno udobje ali varnost. Privlačijo jih dramatični in težavni odnosi z ljudmi, ki niso sposobni bližine in ljubezen. Čustveno se odzivajo v skrajnostih »vse ali nič«.
- Ne znajo presoditi, kaj zmorejo. Neuspešno skušajo spremeniti, česar se spremeniti ne da, ne lotijo pa se tistega, kar se spremeniti da.

Elementi življenja in vedenja, ki so prisotni pri vseh oblikah zasvojenosti

- Življenje postaja zaradi odvisnosti/ zasvojenosti vedno težje obvladljivo.
- Prakticiranje odvisnosti prinese trenutno potešitev, na koncu takšno vedenje prinese več težav kot jih reši.
- Odvisniško vedenje deluje na psihično, telesno in socialno življenje posameznika.
- Vodi v izmikanje, zanikanje, opravičevanje, prikrivanje, laži in neiskrenost do sebe in drugih.
- Neprestani poskusi, da bi prenehal, večinoma propadejo.
- Posameznik se sramuje svojega vedenja in nezmožnosti, da bi s tem vedenjem prenehal.

- Zaradi neprestane uporabe nezavednih obrambnih mehanizmov zanikanja in racionalizacije, ni sposoben pravilno oceniti svoje situacije.
- Nastanek tolerance: za enak učinek je potrebno več denarja, nakupiti več stvari, dlje časa preživeti ob računalniku, vzeti večji odmerek droge, popiti več alkohola,...
- Komorbidnost – oseba pogosto ima več motenj ali diagnoz hkrati, pr.: zasvojenost z igranjem računalniških iger + generalizirana socialna anksioznost + kajenje marihuane
- Posebnost čustvovanja - čustvena gugalnica: zasvojeni svojih čustev ne znajo doživljati zmerno, ampak njihovo čustveno razpoloženje niha med dvema skrajnima točkama: med čustvenim vrhuncem in depresijo. Pri kemično zasvojenih je nihanje odvisno od tega, v katerem delu ciklusa omamljanja je zasvojeni. Na podoben način niha tudi razpoloženje ljudi, ki se omamljajo brez kemičnih snovi, vendar je v teh primerih težje razumeti preobrate, ker niso povezani z jemanjem kemičnih snovi, ampak z miselnimi procesi, ki jih je težje spremljati "od zunaj". Čustveno gugalnico poganjajo občutki krivde, samoprezira in sramu. Ti občutki so privzgojeni in jih vsi ljudje ne čutijo enako.
- Vsaka zasvojenost izmenično prehaja skozi dve fazi:

a) Faza izživiljanja: zasvojeni je brez nadzora nad svojim vedenjem in si da duška do konca. Obnašanje je kompulzivno. Ni pomembno, kaj je vir zasvojenosti. Zaradi omamnega učinka in olajšanja notranje bolečine se ne more zadržati in ne more nadzirati svojega vedenja.

b) Faza zadrževanja: oseba si prizadeva, da bi se ustavila in ne bi ponavljala škodljivega vedenja, zave se svoje nezmernosti in grozečih posledic in se trdno odloči, da se to nikdar več ne bo ponovilo.

- Razvoj kompulzivnosti ali prisilnosti: pomeni, da se zasvojeni ne more upreti notranji potrebi, da bi se omamil, čeprav želi nehati. Zato pogosto zdravi ljudje ne morejo razumeti zasvojenih, ko jim razlagajo, da ne morejo prenehati. Zdravi mislijo, da je to le izgovor za izogibanje odgovornosti in velikokrat povezujejo zasvojenost s premajhno disciplino in šibko voljo. Psihični pritisk lahko velikokrat potisne zasvojenca še globlje v zasvojenost. Prisilnost je občutek, podoben notranjemu hrepenenju in drgetanju, zaradi katerega se zavest zoži samo na razmišljanje o tem, kako bi se spet omamil in to moraš narediti (angl. crave).
- Abstinenčna kriza: pojavi se ob prenehanju uporabe kemičnega sredstva ali zasvojljivega vedenja; tudi pri odvisnostih brez drog zasvojeni razvije abstinenčno krizo, saj je to tudi omamljanje, le da sredstvo ne pride od zunaj, ampak ga izloča telo samo, ko oseba prakticira zasvojljivo vedenje (nakupuje, igra na srečo, gleda pornografijo,...). Kadar skuša zasvojeni abstimirati od teh vedenj, je njegovo telo v stresu, saj se je navadilo na stalno stimulacijo endorfinskega sistema in sedaj trpi zaradi pomanjkanja notranjih omamnih snovi. Ob tem doživlja tesnobo in nemir. Misli na to, kako bi se spet omamil.
- Razvoj značilnih odvisniških vedenjskih vzorcev: nezmožnost vzpostavitve nadzora nad vedenjem oziroma nesposobnost prenehanja z vedenjem kljub drugačni zavestni odločitvi. Za zasvojljivo vedenje porabi oseba vse več časa in denarja, več kot je sprva načrtovala. To vodi v finančne težave in zanemarjanje drugih dejavnosti. Razvije zanikanje oziroma prikrivanje odvisniškega vedenja in njegovih posledic na različnih življenjskih področjih.

NEKEMIČNE ZASVOJENOSTI

Zasvojenost s kemičnimi sredstvi je praviloma lažje prepoznati, saj z vizuelnim pregledom ugotovimo, da je oseba omamljena, oz. so na telesu vidne posledice konzumacije zasvojljive snovi.

Pri nekemični zasvojenosti tega orodja nimamo, prepoznamo pa jo preko različnih znakov ali simptomov. Ključni pokazatelji, ki so hkrati tudi kriteriji za diagnozo, so sledeči:

- **Pomembnost aktivnosti:** zasvojljiva aktivnost prevzame središčno vlogo oziroma postane najpomembnejša v življenju posameznika in v veliki meri določa njegovo čustvovanje in vedenje. Tudi če posameznik trenutno ni udeležen v aktivnosti, nenehno razmišlja o njej in po njej hrepeni.
- **Sprememba razpoloženja:** ob vključitvi v aktivnost se posamezniku močno spremeni počutje in razpoloženje. Posameznik izkusi občutke »zadetosti«, »odklopa«, »bega«, neke vrste umirjenost, ki je posledica omrtvičenja.
- **Toleranca:** posameznik potrebuje vedno večjo intenzivnost ali količino aktivnosti, da doseže enako spremembo razpoloženja (podobno kot oseba, zasvojena z drogami, potrebuje čedalje večji odmerek zasvojljive aktivnosti).
- **Odtegnitveni simptomi:** kadar oseba ne more izvajati določene aktivnosti oziroma se ji upre/izogne, lahko izkusi neprijetne odtegnitvene simptome, ki so lahko telesni in/ali duševni: razdraženost, nemir, tresenje, slabost, občutki tesnobe in depresivnosti. V 40 % se lahko pojavi tudi zelo intenzivno agresivno vedenje, kar pri kemični zasvojenosti ni značilno v tako velikem odstotku.
- **Konflikt:** pojavi se zunanji konflikt v medosebnih odnosih (družina, prijatelji), konflikt z drugimi življenjskimi področji (šola, služba, družabno življenje, hobiji...) in/ali občutek notranjega konflikta (občutek izgube nadzora), ki se povezuje s porabo prevelike količine časa in tudi denarja za zasvojljivo aktivnost.
- **Ponovitev:** ponovitev preteklih vzorcev vedenja (po začasnem prenehanju) v obliki pretiranega udejstvovanja pri določeni aktivnosti.

Kako ločimo zasvojenost od običajnega udejstvovanja?

V številnih primerih je na prvi pogled težko ločiti intenzivno udejstvovanje posameznika v neki aktivnosti od zasvojenosti z njo. Mnogi izmed nas lahko pri sebi prepoznamo, da nam je neka aktivnost pomembna, jo uporabljamo za izboljšanje svojega razpoloženja in občasno lahko tudi pride v konflikt s pomembnimi področji našega življenja. To še ne pomeni, da smo zasvojeni. MKB-11 opredeljuje, da je npr. za diagnozo motnje igranja videoiger in iger na srečo potrebno, da vzorec vedenja povzroča znaten distress in manjzmožnost na zasebnem, družinskem, socialnem, šolskem, kariernem ali drugih pomembnih področjih posameznikovega delovanja. Za dodelitev diagnoze je običajno še potrebno, da so značilnosti motnje prisotne v obdobju najmanj 12 mesecev. To obdobje je lahko tudi krajše, če so simptomi hujši in so izpolnjeni vsi diagnostični kriteriji. Vzorec problematičnega vedenja je lahko neprekinjen ali pa epizodičen in ponavljajoč.

Katere vrste nekemičnih zasvojenosti poznamo?

Mednarodna klasifikacija bolezni MKB-11 od leta 2018 pod kategorijo Motenj zaradi zasvojljivih vedenj opredeljuje dve obliki nekemičnih oziroma vedenjskih zasvojenosti: *Motnja igranja iger na srečo* in *Motnja igranja videoiger*. Poleg slednjih je opredeljena tudi kategorija *Ostalih motenj zaradi zasvojljivih vedenj*, kamor je možna uvrstitev zasvojenosti z drugimi vrstami vedenj, pod pogojem, da so prisotni klinični simptomi, primerljivi z ostalima motnjama iste kategorije. MKB-11 v Sloveniji še ni v veljavi; pri nas se uporablja še MKB-10, kjer je med nekemičnimi zasvojenostmi opredeljeno zgolj Patološko igranje iger na srečo. Motnja igranja iger na srečo je sicer opredeljena tudi v Diagnostičnem in statističnem priročniku DSM-V, medtem ko je Motnja igranja spletnih videoiger opredeljena kot kategorija, potrebna nadaljnega raziskovanja.

Znaki zasvojenosti se lahko pojavljajo tudi ob drugih vrstah vedenj, ne zgolj ob igranju videoiger ali iger na srečo. Čeprav znanstvena literatura na posameznih (»novejših«) področjih zasvojenosti še ni zadostna za uradni status bolezni ali motnje v mednarodnih klasifikacijah, mnogi strokovnjaki opozarjajo na obstoj

številnih vrst nekemičnih zasvojenosti, kot na primer digitalna zasvojenost (videoigre, družbena omrežja, internet), zasvojenost s seksualnostjo in pornografijo, zasvojenost z delom, odnosi, nakupovanjem, s hrano, telesno vadbo idr.

Berglerjevih šest značilnosti oseb, odvisnih od iger na srečo

- Redno tvega in igra.
- Igra ima prednost pred vsem ostalim.
- Vsakokrat, ko izgubi, se iz tega nič ne nauči.
- Ko zmaguje, se nikdar ne ustavi. Igralca ne zanima vsota denarja, ki jo je dobil kot odraz slučaja. Zanj je ta vsota neposredno izplačilo na podlagi tega, da ima pogodbo z usodo.
- Kljub začetni previdnosti na koncu tvega previsoke zneske. Vsem igralcem skupen situacijski trenutek je, ko se ne morejo več kontrolirati in kljub dobrim namenom tvegajo prav vse.
- Občutijo "prijetno-boleči pritisk" med trenutkom stave in izidom rezultata. Igralec išče občutek negotovosti in se po tem razlikuje od oseb, ki niso zasvojene in ravnajo nasprotno, saj delajo vse, da bi se izognile negotovostim.

Igra in psihološki mehanizmi

- Zasvojeni je prepričan, da lahko izdela svojo strategijo, s katero premaga naključja igre.
- Prepričan je, da za naključja veljajo pravila in da je mogoče ta pravila zaznati in uporabiti, da igro obrne sebi v prid.
- Občutek negotovosti in hkrati pozitivnega pričakovanja, ki spremlja čas, ko čaka na rezultat, je tisti, ki »vleče« (angl. crave)
- Sprostitev se lahko spremeni v trenutek psihične in fizične izčrpanosti, ki navadno sledi na koncu igranja, kadar zmanjka denarja.

Koraki razvoja zasvojenosti po Craig Nakken-u, prikazani na primeru nekemičnih zasvojenosti:

Zasvojenost se razvije po več zaporednih stopnjah, od katerih sta zadnji dve že patologija in posameznik ne more le z močjo volje in zavezujočimi odločitvami spremeniti dopaminskega kroga, saj se je že razvila bolezen. Potrebuje takojšnjo zunanjo strokovno pomoč.

- **VZOREC** predstavlja rutino, ki nam pomaga urejati vsakdanje življenje, a ga posameznik po potrebi lahko spremeni.

Značilnosti: Lahko uravnava porabo denarja, ki ga nameni za igranje.

Igra zmerno.

Igra ne povzroči obremenitev in čustvene napetosti, če takrat, ko naj bi igral, ne igra.

- **NAVADA** je psihično že bolj zavezujoča oblika ponavljajočega se vedenja. Da navado spremenimo, je potreben določen mentalni, psihični, vedenjski napor.

Značilnosti: Posebna povezanost z igralnimi avtomati.

Obstajajo obdobja pogostega igranja.

Če ni iger, je razburjanje...

Z navado je mogoče prekiniti z močjo volje.

- **PRISILNO VEDENJE** je oblika vedenja, s katero posameznik težko preneha ali ne more prenehati samo z močjo volje. Za prekinitve je potrebna zunanja pomoč.

Značilnosti: Ne more prenehati igrati.

Izguba nadzora nad denarjem.
Igra ga »potegne vase«.
Večkratni neuspešni poskusi prekinitve z igranjem.

- **ZASVOJENOST** je prisilna in zaobjame velika področja posameznikovega življenja.

Značilnosti: Izguba družine.
Izguba premoženja.
Pojav hladnokrvnosti.
Kazniva dejanja ali samomor.

Vir: internet

Spletna stran NIJZ: <https://nijz.si/zivljenjski-slog/nekemicne-zasvojenosti/nekemicne-zasvojenosti/>

Spletna stran Zdravstvenega doma nova Gorica - Center za zdravljenje odvisnosti: <https://www.zd-go.si/sl/ambulante-in-sluzbe/center-za-zdravljenje-odvisnosti/>

V nadaljevanju navajamo nabor možnih vstopnih točk, ki se jih posameznik lahko posluži, ko išče pomoč ali podporo pri svojem soočanju s težavo zasvojenosti, bodisi kemične ali nekemične. Nekateri ponudniki nudijo tudi podporo svojcem zasvojenih oseb oz. nudijo podporo bivšim zasvojenim za pomoč pri normalizaciji življenja po končanem zdravljenju ali pa oporo pri še trajajočem ambulantnem zdravljenju.

Nabor ponudnikov je narejen z vidika osebe, ki išče pomoč in živi v Goriški razvojni regiji.

Programi se spreminjajo in dopolnjujejo, zato seznam ni dokončen.

BOLNIŠNIČNO IN AMBULANTNO ZDRAVLJENJE ZASVOJENOSTI Z DROGO, ALKOHOLOM IN NEKEMIČNIMI ZASVOJENOSTMI

V Sloveniji se je na področju obravnave uporabnikov drog in škodljivega pitja alkohola, zadnja leta pa tudi obravnave nekemičnih odvisnosti, skozi leta razvila mreža virov pomoči, ki so dostopni ne le v okviru zdravstvenega sistema, temveč tudi preko programov Centra za socialno delo in preko nizko- in visokopražnih programov več nevladnih organizacij.

V kolikor ste polnoletni in imate težave zaradi uporabe prepovedanih drog in ste z Goriške regije, se lahko obrnete na regijsko Psihiatrično bolnišnico Idrija za težave z alkoholom in nekemično zasvojenostjo ter na ljubljansko Psihiatrično kliniko v primeru težav z drogo in alkoholom. Obe bolnišnici nudita za izbrano področje kompletno storitev.

Ambulantno zdravljenje zasvojenosti v okviru Zdravstvenega doma je v regiji mogoče le v novogoriškem Centru za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog, kjer nudijo tudi zdravljenje zaradi nekemičnih zasvojenosti. V primeru zasvojenosti z drogo, nudijo vzdrževalni substitucijskih program, program (ambulantne) detoksikacije in psihosocialno obravnavo.

V nadaljevanju predstavljamo naslove institucij, v katerih opravljajo storitve zdravljenja ali druge podpore, vsebino ponudbe in pomembne kontakte.

Psihiatrična klinika Ljubljana

- Center za zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog (CZOPD)

Grablovičeva ulica 48, 1000 Ljubljana

01 587 4976, czopd@psih-klinika.si;

Spletna stran: <https://www.psih-klinika.si/strokovne-enote/center-za-zdravljenje-odvisnih-od-prepovedanih-drog>

Napotnica: da (osebnega zdravnika)

Vrste storitev:

I. Bolnišnično zdravljenje:

poteka na dveh oddelkih. Pacient praviloma najprej vstopa na zdravljenje Oddelek za detoksikacijo, kjer je cilj vzpostavitev abstinence ter se naučiti se življenja in terapevtskega dela v skupini.

Nato nadaljuje na Oddelku za intenzivno podaljšano zdravljenje. O vključitvi v ta oddelek odloča terapevtski tim v dogovoru s pacientom (in njegovimi svojci, če se pacient tako odloči).

A. Oddelek za detoksikacijo – zaprti oddelek – 6 tednov

je specializiran za odvajanje od psihoaktivnih snovi in stabilizacijo zasvojenih z drogami. Namen zdravljenja je prenehanje jemanja drog, pomoč pri abstinenci težavah ter življenju brez drog, torej sprememba življenjskega stila, učenje ustreznejše komunikacije ter načrtovanje nadaljnjega zdravljenja in rehabilitacije skupaj s pacientom in njegovimi bližnjimi. Osnovni instrument zdravljenja je skupinska psihosocioterapija. Program traja do 6 tednov, zaradi potrebe le izjemoma dalj časa. Pogoji je, da pacient izkaže motivacijo z zdravljenjem. Če zaradi svoje pasivnosti ne more slediti, prelomi pravila oddelka ali se obnaša na način, ki pomeni resno grožnjo ostalim, bo zaprosen, da oddelek zapusti.

Pacient, zasvojen s heroinom ali drugimi opiaty se na oddelku običajno detoksicira z metadonom, buprenorfinom ali morfinom. V izjemnih primerih zdravnik predpiše še dodatna zdravila za lajšanje abstinenci znakov ali drugih spremljajočih telesnih težav. Zdravnik določi začetni odmerek substitucijskega zdravila, ob katerem pacient nima izražene abstinenci krize in se postopoma znižuje do

nič. Detoksikacija traja povprečno 3-4 tedne. Ker substitucijska zdravila ostajajo v telesu še do 14 dni po prenehanju uživanja, je pacient popolnoma "čist" šele po 6 tednih. Uspaval, pomirjeval in drugih zdravil, ki lahko povzročajo odvisnost, na oddelku ne predpisujejo, razen v primeru, ko poteka detoksikacija tudi od teh zdravil. Nekatere od opisanih skupin potekajo samostojno, lahko pa so del programa Dnevnega oddelka.

B. Oddelek za intenzivno podaljšano zdravljenje in rehabilitacijo – 8 tednov

Največja verjetnost recidiva (ponovnega jemanja droge) obstaja v prvih tednih po vzpostavitvi abstinence. Podaljšano zdravljenje/rehabilitacija zmanjša to možnost, izboljša kvaliteto obravnave in omogoča pacientom višjo stopnjo stabilnosti.

Program omogoča tudi dodatno psihiatrično in psihoterapevtsko obravnavo pacientom, ki imajo odvisnost kot spremljajočo psihično motnjo, zagotovi kontinuiteto obravnave in omogoči lažji prehod med detoksikacijo in življenjem v skupnosti. Zmanjša možnost recidiva, omogoča vpogled v vzroke in oblike odvisniškega vedenja in pomaga razviti spretnosti za uspešno reintegracijo. Izvaja se intenziven program psihosocialne rehabilitacije.

Izhodi iz oddelka: oddelek je pol-odprtega tipa, vsi izhodi so v naprej načrtovani in dogovorjeni ter potekajo izključno v spremstvu osebja, svojcev ali prostovoljcev. Pacienti imajo po enem tednu možnost poldnevnega izhoda, proti koncu zdravljenja pa dnevnega in kasneje vikend izhoda. Ob vrnitvi na oddelek se vsakokrat opravi urinski test in test na prisotnost alkohola v izdihanem zraku.

Priprava za sprejem na bolnišnično zdravljenje

- Postopek priprave na sprejem pri ustrezno motiviranih pacientih, ki se držijo terapevtskega dogovora, traja približno 8 do 12 tednov, le v izjemnih primerih je sprejem mogoč tudi hitreje. Če pacient ne izpolnjuje terapevtskega dogovora, ga lahko drugi na čakalni listi prehitijo. Na oddelek sprejememo le trezne, torej ne akutno intoksicirane ali opite, sicer se sprejem preloži ali odkloni, pacient pa se uvrsti na konec čakalne liste.

- Pri pacientih, vključenih v vzdrževalni metadonski ali druge substitucijske programe, pričakujemo pred sprejemom nekajmesečno abstinenco od drog. V kolikor na sprejem pridejo v stanju, ki je v nasprotju s terapevtskim dogovorom, skupaj s terapevtom ponovno pretehtajo terapevtske cilje in smiselnost sprejema.

- Za sprejem na zdravljenje potrebujete napotnico osebnega zdravnika, potrjeno zdravstveno kartico in veljavno prostovoljno zdravstveno zavarovanje, zaželeno pa je tudi, da prinesete s seboj fotokopije morebitnih novih opravljenih zdravstvenih pregledov, ki jih potrebujemo zaradi celostne obravnave odvisnosti. Tisti, ki ste vključeni v vzdrževalni substitucijski program, prinesite s seboj izkaznico o vključenosti v ta program.

- Neposredno pred sprejemom boste morali ponovno oddati urin za določitev prisotnosti psihoaktivnih snovi. Pomembno je, da zdravniku točno poveste količino droge in zdravil, ki jih jemljete, saj le tako določi ustrezen način detoksikacije. Opravili boste tudi test na prisotnost alkohola v izdihanem zraku. Ta mora biti 0,00 ‰. **V času priprave na sprejem si uredite tudi zobovje. Ob sprejemu podpišete terapevtski dogovor.**

Krizne intervencije

Za obravnavo recidiva, suicidalnosti, hude abstinencijske krize in drugih kriznih stanj z visoko stopnjo ogroženosti ste lahko za kratek čas sprejeti na Oddelek za detoksikacijo ali izjemoma na Oddelek za podaljšano intenzivno zdravljenje. Čas takšnega interventnega zdravljenja traja od 10 - 14 dni.

Skupine za svojce

Vodimo več različnih skupin svojcev uživalcev drog, katerih sodelovanje v procesu zdravljenja je izredno pomembno in jih zato v dogovoru s pacientom poskušamo pritegniti v zdravljenje oziroma pacienta motivirati, da uvidi potrebo po njihovem sodelovanju.

C. Dnevni oddelek

Namenjen je vsem, ki so vzpostavili abstinenco ambulantno ali bolnišnično in potrebujejo nadaljnjo intenzivno obravnavo za uspešno vzdrževanje abstinence in pomoč pri morebitnih pridruženih duševnih motnjah ter rehabilitaciji.

Ostali cilji so usmerjeni predvsem v reintegracijo, rehabilitacijo in delo z družino. Aktivnosti za doseganje le teh pa so treningi socialnih spretnosti, delovna terapija, »gender« skupina, mala skupina, skupina za izdelovanje načrtov, psihodrama, evalvacijska skupina, muzikoterapija in športne aktivnosti. Velik poudarek je v smeri širjenja socialne mreže. V ta namen imamo tudi socialni servis, informacijsko točko in organizirano sodelovanje z različnimi institucijami in programi. Velik pomen dajemo vključevanju prostovoljcev, oblikovanju samopomočnih skupin, v okviru dnevnega oddelka že vrsto let deluje tudi klub bivših uživalcev drog, hkrati pa lahko obiskujete tudi srečanja Anonimnih narkomanov (NA). Nekateri se vključijo v razne nevladne programe socialne rehabilitacije (komune).

II: Ambulantno zdravljenje

je namenjeno vsem, ki imajo težave z uživanjem drog in so prišli do zaključka, da želijo poiskati pomoč zaradi odvisnosti.

Prvi pregled:

lahko se naroči kdorkoli, ki ima težave z uživanjem drog pri sebi ali bližnjih. Za prvi stik poskrbi ustrezno izobražen zdravstveni tehnik, ki vam posreduje osnovne informacije o možnostih obravnave v CZOPD ter naroča skupaj z administrativnim delavcem paciente na pregled.

Kontakt – naročanje: po telefonu 01/5874-970, vsak dan med 9.00 in 11.00 ter med 14.00 in 15.00 uro, razen ob petkih samo med 9.00. in 11.00.

Čakalna doba: za prvi pregled obstaja, a se spreminja, kar spremljate na spletni strani Centra.

Ob vsakem pregledu potrebujete kartico z osveženim osnovnim in prostovoljnem zdravstvenim zavarovanjem, sicer ste samoplačnik oziroma doplačate razliko cene med pravicami iz osnovnega in prostovoljnega zavarovanja. Če se že zdravite v enem od Centrov za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog in/ali ste vključeni v programe zdravljenja s substitucijskimi zdravili, ali pa kak drug program obravnave odvisnosti, je zaželeno, da s seboj prinesete kratko poročilo o dosedanjem zdravljenju ter rezultate preiskav na virusne okužbe (hepatitis B, C, HIV) in urinske teste na prisotnost metabolitov drog.

Individualna obravnava

Ambulantno dela dvanajst terapevtov. Pomagamo pri zdravljenju odvisnosti in odpravljanju pridruženih motenj in težav ob vzdrževanju abstinence od drog. Nudimo ambulantno pomoč in spremljanje pri vzdrževanju abstinence po končanem zdravljenju ali ambulantni detoksikaciji.

Pomagamo pri drugih težavah, ki spremljajo odvisnosti, ko pacient drog ni pripravljen ali ni zmožen prenehati jemati drogo oziroma vzpostaviti in vzdrževati abstinenco, je pa pripravljen spremeniti svoj življenjski slog.

Urinski testi

Opravljamo urinske teste, ki so pomoč pri kontroli in spremljanju abstinence, hkrati pa tudi pokazatelj pripravljenosti za sprejem v bolnišnično zdravljenje. Te opravljamo le v sklopu celostne obravnave uživalca drog, torej skupaj z ambulantnim pregledom, ki vključuje tudi svetovanje.

Če želite urinske teste narediti, ne da bi opravili pregled, jih lahko opravite le samoplačniško po predhodnem dogovoru.

Skupinska obravnava

Možno se je vključiti v skupino za pomoč pri vzdrževanju abstinence za odrasle bivše uživalce drog, ki so zaključili enega od programov zdravljenja v CZOPD in skupino žensk, ki imajo poleg odvisnosti še druge težave.

- Enota za zdravljenje odvisnosti od alkohola

Poljanski nasip 58, 1000 Ljubljana

01 30 03 457, info@psih-klinika.si;

Potrebno je naročanje, prvi kontakt: 01 30 03 450

Spletna stran: <https://www.psih-klinika.si/strokovne-enote/center-za-mentalno-zdravje/enota-za-zdravljenje-odvisnosti-od-alkohola/>;

Napotnica: ne

Kaj?

Škodljivo uživanja alkohola ali odvisnosti od alkohola; odvisnosti od tablet, ki vplivajo na duševnost kot so pomirjevala, uspavala, sredstva proti bolečinam

Kdaj?

Bolnišnično zdravljenje svetujemo, če imate težave pri vzpostavljanju stabilne abstinence, če imate poleg zasvojenosti še druge resne duševne težave, resne težave v medsebojnih odnosih ali telesne okvare.

Dolžina in način zdravljenja:

bolnišnično zdravljenje povprečno traja en mesec. Če ste že dolgo potrjeno abstinirali v domačem okolju, lahko tudi manj. Nato svetujemo še obdobje dnevne bolnišnice, ki je različno dolgo, večinoma traja 4 – 8 tednov. Dnevna bolnišnica pomeni, da ste na oddelku bolnišnice dopoldne od ponedeljka do petka, sicer pa spite doma.

Ambulantno zdravljenje poteka kot priprava na intenzivno zdravljenje. Lahko se opravi le kot diagnostika in svetovanje, ali pa kot daljše samostojno zdravljenje. V ambulantni lahko dobite ustrezno svetovanje, kako obvladati svoj odnos do alkohola, tudi če še niste zasvojeni, ampak uživate alkohol na tvegan oziroma škodljiv način. V kolikor se zasvojen človek noče oglasiti na pregledu, se lahko za svetovanje oziroma terapevtsko pomoč naročijo tudi samo svojci.

Neodvisno od načina, je zdravljenje celostno orientirano. Sloni na abstinenci, ki omogoči ustrezne spremembe na področju mišljenja, čustvovanja in vedenja. Obravnava v večjem delu poteka v obliki skupinske psihoterapije, možne pa so tudi individualne, partnerske in družinske oblike. V primeru sočasnih duševnih motenj hkrati prejmete tudi ustrezno psihiatrično zdravljenje, prav tako pa tudi ustrezno pomoč za telesna stanja, ki vplivajo na zdravljenje odvisnosti.

Psihiatrična bolnišnica Idrija

I. Bolnišnično zdravljenje

A: Oddelek za nekemične zasvojenosti - za odrasle

Pot svetega Antona 4, 5280 Idrija

041 481 566, psihiatrija@pb-idrija.si;

Sprejem: sprejemi na oddelek so načrtovani, zato se je potrebno za prihod predhodno najaviti / naročiti

Naročanje na zdravljenje poteka vsak delovni dan od 13.00 do 15.00 ure na telefonu: 041 481 566.

Napotnica: ne

Opis storitev:

Oddelek za zdravljenje nekemičnih zasvojenosti, kamor štejemo motnjo igranja iger na srečo, motnjo igranja videoiger in ostale motnje zaradi zasvojljivih vedenj (digitalna zasvojenost - družbena omrežja, internet, zasvojenost s seksualnostjo in pornografijo, nakupovanjem, ipd.). Oddelek je odprtega tipa in deluje po načelih terapevtske skupnosti. Med zdravljenjem bo z vami sodeloval zdravstveni tim, ki ga sestavljajo usposobljeni strokovnjaki različnih poklicev: zdravniki – psihiatri, klinični psiholog, dipl. med. sestre, soc. delavka, del. terapevtke, fizioterapevtka in zdravstveni tehniki.

Cilji in način zdravljenja:

Bolnišnično zdravljenje nekemičnih zasvojenosti traja 10 tednov. Terapevtski vikend izhodi so predvideni v drugi polovici zdravljenja. V okviru terapevtskega programa boste pridobili znanje o nekemičnih zasvojenostih in njenih posledicah. Z izdelavo individualnega načrta rehabilitacije si boste zastavili nove

cilje za prihodnost. Vključeni boste v skupinske psihoterapevtske obravnave in intenzivnejšo individualno obravnavo. Pomemben del programa je vključevanje svojcev v zdravljenje. Delali boste z različnimi strokovnjaki, ki podpirajo vaše zdravljenje in deležni boste psihoedukacije. V času zdravljenja osebne opravke v mestu (na pošti, v banki...), po dogovoru z zdravnikom, opravite v sodelovanju s socialno delavko.

B: Oddelek za zdravljenje odvisnosti od alkohola

Pot svetega Antona 4, 5280 Idrija

Informacije o zdravstvenem stanju pacientov posreduje oddelčna zdravnica, in sicer: vsak delovni dan od 11.30 - 12.00, T: 05 37 34 485, 05 37 34 484 – oddelek

Napotnica: da, od osebnega zdravnika

Za koga?

Za zdravljenje odtegnitvenih težav in duševnih zapletov odvisnosti ter izvajanje terapevtskega programa zdravljenja odvisnosti od alkohola.

Kako?

Oddelek je odprtega tipa. Terapevtski zdravljenja odvisnosti od alkohola praviloma traja 9 do 10 tednov.

Po 4 do 5 tednih, če zaključi ustrezne terapevtske naloge, pacient pridobi možnost odhoda domov preko vikenda ali pa se odloči za nadaljevanje zdravljenja v dnevni obliki.

Kaj?

Izvaja se skupinska socioterapija in psihoterapija bolezni odvisnosti ter pridruženih duševnih motenj. V primeru pridruženih duševnih motenj, je potrebna dodatna individualna diagnostična in terapevtska obravnavo. Enkrat tedensko sodelujejo svojci. Organiziramo tudi edukativna predavanja za zdravljen osebe in njihove svojce.

Obravnavo recidiva:

Vsako drugo sredo na oddelku organiziramo srečanje skupine za obravnavo recidiva, v katero je vključenih po 6 do 8 pacientov skupaj s svojci. Ob četrtkih se srečujeta po dve ambulantni skupini za zdravljenje simptomov odvisnosti od alkohola. V vsako skupino je vključenih 7 do 10 zdravljenih oseb vključno s svojci.

II. Ambulantno zdravljenje

Ambulanta za zdravljenje odvisnosti od alkohola

Opis storitev: Psihiatrična pomoč in zdravljenje za osebe odvisne od alkohola in njihove bližnje

Pot svetega Antona 4, 5280 Idrija

Kontakti in naročanje potekajo v času uradnih ur: vsak dan od 11:30 – 12:00

T: 05 37 34 487 - administracija, 05 37 34 410 – ambulanta, E: psihiatrija@pb-idrija.si

Napotnica: da, splošnega zdravnika

Zdravstveni dom Nova Gorica

- Center za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog

Rejčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica

Lokacija ambulate: Ul. Gradnikove brigade 7, 5000 Nova Gorica

Kontakt: 05 338 3265, 051 678 151, ambulanta.odvisniki@zd-go.si, miha.kramli@zd-go.si,

Spletna stran: <https://www.zd-go.si/ambulante/zdravljenje-odvisnosti/>

Napotnica: Ne; ni potrebna za noben program, ki ga izvajajo v centru. Potrebno pa se je naročiti na prvi pregled na eno od navedenih telefonskih števil.

Center izvaja 2 programa:

- ambulantno zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog – za odrasle

- ambulantno zdravljenje nekemičnih zasvojenosti (od iger na srečo in zaslonov) – za odrasle in otroke

A: Zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog

Opis storitev:

Centri si prizadevajo uveljaviti najnovejša spoznanja na področju zdravljenja odvisnosti od prepovedanih drog. V Sloveniji deluje mreža 20 centrov, ki izvajajo vrsto programov, kateri vključujejo posvetovalnico za uporabnike drog in svojce, nudijo individualno, skupinsko in družinsko terapijo, pripravo na bolnišnično obravnavo, pomoč pri rehabilitaciji in nadalje tudi integraciji v družbo. Hkrati skrbijo za konzultacije z zdravstveno in socialno službo, patronažno službo in povezavo s terapevtskimi skupinami in skupinami za samopomoč, za ambulantno detoksikacijo in za program zdravljenja z opioidnimi zdravili.

Ambulantno zdravljenje zasvojenosti v Novi Gorici obsega aktivnosti za odkrivanje, zdravstveno in psihosocialno obravnavo ter preventivno delovanje na področju odvisnosti od psihoaktivnih substanc (prepovedanih drog) in odvisnosti od iger na srečo.

Obseg storitev pri zdravljenju zasvojenosti z nedovoljenimi drogami:

1. Substitucijski program

Zajema: visokopražni program zdravljenja odvisnosti in nizkopražni program zmanjševanja škode

2. Specialistične obravnave, ki se izvajajo:

Psihoterapevtska, psihiatrična, splošnomedicinska; individualna, družinska, skupinska, partnerska; vključevanje/ delo s starši;

3. Svetovalni program (osebno ali po telefonu)

za paciente, svojce pacientov, strokovne delavce, delodajalce, vladne in nevladne organizacije

4. Testiranje na prisotnost psihoaktivnih snovi v urinu

B: Zdravljenje od iger na srečo in odvisnosti od zaslonov

Kontakti za naročanje so kontakti Centra.

Zdravljenje zajema splošnomedicinsko, psihiatrično in psihoterapevtsko podporo v smeri razreševanja nastalih težav, iskanja vzrokov in skupinske ter individualne podpore.

Zdravljenje poteka brez zdravil. Cilj je sprememba vedenja.

DRUGI PROGRAMI NA PRIMARNI ZDRAVSTVENI RAVNI KOT MOŽNE VSTOPNE TOČKE ZA ZDRAVLJENJE ZASVOJENOSTI

Zdravstveni dom Nova Gorica, Center za duševno zdravje odraslih Nova Gorica

Vodja centra: mag. Katja Kodelja, univ. dipl. psiholog, spec. klin. psihologije

Ambulanta

T: (05) 33 83 269, E: cdzo@zd-go.si;

Dosegljivost za naročanje: pon. 12.00 - 17.00; tor., sre., čet. 8.00 – 12.00; pet. 11.00 – 13.00

Lokacija ambulate: Ulica Gradnikove brigade 7, 5000 Nova Gorica

Skupnostna psihiatrična obravnava (SPO)

T: (05) 33 83 318 E: cdzokupnostna@zd-go.si;

Dosegljivost na lokaciji: pon., tor., čet. 8.00 - 12.00; sre. 14.00 - 18.00

Lokacija: Bidovčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica

Napotnica za Center za duševno zdravje odraslih: ne

Zdravstveni dom Tolmin, Center za duševno zdravje odraslih Tolmin

Naslov zdravstvenega doma: Prešernova ulica 6 a, 5220 Tolmin

Vodja centra: Špela Šorli, dr. med., spec. psihiatrije

Ambulanta in skupnostna psihiatrična obravnava (SPO)

T: (05) 62 03 313, E: cdzo@zd-tolmin.si;

Dosegljivost: pon., sre., čet., pet. 7.30 - 14.30; tor. 12.30 - 19.30

Napotnica za Center za duševno zdravje odraslih: ne

Zdravstveni dom Idrija, Center za duševno zdravje odraslih Tolmin

Naslov zdravstvenega doma: Ulica Otona Župančiča 3, 5280 Idrija

Razpoložljiva psihiatrinja: Anita Trpin Katarič

Urnik ambulate v Idriji: vsak delovni petek od 7.00 – 14.00

Kontakt za naročanje: T: (05) 62 13 313, E: cdzo@zs-tolmin.si;

Napotnica za Center za duševno zdravje odraslih: ne

Službo centra za duševno zdravje odraslih sestavljajo: specialisti psihiatri, specialisti klinični psihologi, psihologi, delovna terapevtka, socialna delavka, diplomirane medicinske sestre oz. diplomirani zdravstveniki.

Izvajajo kliničnopsihološke in psihiatrične obravnave; krizne intervencije, svetovanje, psihoterapevtske obravnave, podporne obravnave, uvajanje in vodenje psihofarmakoterapije, opravljajo kliničnopsihološko diagnostiko. Poleg individualne izvajajo tudi skupinske psihoterapevtske obravnave. Pomagajo pri težavah z alkoholom.

Pomembno: za vključitev v obravnavo ni potrebna napotnica!

Centri za krepitev zdravja in Zdravstveno-vzgojni center

Naslovi in kontakti v regiji:

Zdravstveni dom Nova Gorica, Center za krepitev zdravja, Kidričeva ulica 11 a, stavba Nova

Vodja: Tamara Kofol, DMS, mag. dietetike

T: (05) 33 83 289, 051 307 792, E: ckz@zd-go.si; tamara.kofol@zd-go.si;

Za SOPA pristop: Izvajalec: Tanja Makarovič, DMS

Urnik: pon. – pet. od 8.00 – 12.00

T: 31 206 265, E: ckz@zd-go.si;

Zdravstveni dom Ajdovščina, Center za krepitev zdravja, Bevkova ulica 13

Vodja: Rosana Harej, DMS

T: (05) 93 43 171, 051 415 731, E: ckz-vodja@zd-ajdovscina.si;

Za SOPA pristop: Izvajalec: Rosana Harej, DMS

Urnik: pon. – pet. od 8.00 – 12.00

T: 051 349 620, 031 374 360,

E: ckz-vodja@zd-ajdovscina.si; ckz-dms@zd-ajdovscina.si;

Zdravstveni dom Tolmin, Zdravstveno-vzgojni center, Prešernova ulica 6 a

Vodja: Iris Bratina, DMS

T: (05) 62 03 288, 031 612 069, E: zvc@zd-tolmin.si;

Za SOPA pristop: Izvajalec: Špela Čujec, DMS

Urnik: pon. 12.00 – 20.00, tor. – čet. od 8.00 – 12.00

T: 051 412 925

Zdravstveni dom Idrija, Center za krepitev zdravja, Župančičeva 3, 5280 Idrija

Vodja: Neca Kompara, dipl. koneziologinja

T: 05 37 34 222, E: ckz@zd-idrija.si;

Za SOPA pristop-kontakt: T: 05 37 34 222, E: ckz@zd-idrija.si;

Ob delavnikih od 12:00-14:00

I. Psihoedukativne delavnice:

- krepitev medosebnih odnosov – za vključene v program SOPA (Skupaj za odgovoren odnos do pitja alkohola) – brez napotnice
- tehnike sproščanja – brez napotnice
- spoprijemanje s stresom – brez napotnice
- spoprijemanje z depresijo – potrebna napotnica psihiatra, družinskega zdravnika, DMS iz ambulate družinske medicine

- spoprijemanje s tesnobo – potrebna napotnica družinskega zdravnika, psihiatra ali DMS iz ambulate družinske medicine

II: SOPA delavnice - Skupaj za odgovoren odnos do pitja alkohola:

Kdaj?

Pri problemih čezmernega in škodljivega pitja in za spreminjanje navad. Podpora pri opuščanju tveganega in škodljivega pitja alkoholnih pijač.

Kaj?

- podpora strokovnjaka, individualna obravnava, 15-minutna srečanja o pitju alkohola, vzdrževanje navad;
- Podpora na SOPA spletni strani – spletni svetovalec

Spletna stran: www.sopa.si;

Vsebina: računalniško voden anonimni pogovor o vašem odnosu do pitja alkohola, več vsebin na podstrani »Trenutek zase«

- Program je namenjen odraslim osebam +19;

- Napotnica: NI potrebna, potrebno pa se je dogovoriti za obisk na tel. št. izbranega CKZ/ ZVC:

Referenčne ambulate v ambulantah družinske medicine

ZASEBNE in KONCESIJSKE AMBULANTE

Deskle:

MLINAR Nevenka, Medicina Mlinar d.o.o., Srebrničeva 31, 5210 Deskle

Nova Gorica:

PAVLIN KLEMENC Maja, Ambulanta splošne in družinske medicine, Rejčeva 4, 5000 Nova Gorica

KOMEL Jakob, Medicina okej, Komel Jakob s.p., Rejčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica

BOŽIČ Metka, zasebna ambulanta, Rejčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica

Šempeter pri Novi Gorici:

FAGANEL BAVCON Erika, Zasebna ambulanta splošne medicine Erika Faganel Bavcon, Cesta

Prekomorskih brigad 25, 5290 Šempeter pri Gorici

RELIČ Robert, Zasebna ambulanta splošne medicine s koncesijo, Cesta Prekomorskih brigad 25, 5290 Šempeter pri Gorici

JAVNI ZDRAVSTVENI ZAVODI:

ZD Ajdovščina, Tovarniška cesta 3, 5270 Ajdovščina

ARIFI Belčijah, BOGATAJ PREMERN Silveli, GRBEC Robert, BERAUS Petra, SAMIDE Simona, TERBIŽAN RUPNIK Martina, LEBAN BOJNEC Jerneja, LESAR PRAŠNIKAR Petra, NAGLOST Štefan, ŠTRUKELJ Mitja, OPEKA Manca, KEVIĆ Vesna

Zdravstvena postaja Vipava, Beblerjeva ulica 5, 5271 Vipava

KRAJNIK KETE Barbara, TRATNIK Neža

ZD Ajdovščina – socialni zavodi:

BERAUS Petra, ŠTRUKELJ Mitja, SALIHI Rušit – Dom upokojencev Ajdovščina, Ulica Milana

Klemenčiča 1, 5270 Ajdovščina

SALIHI Rušit, ŠTRUKELJ Mitja – Šolska ambulanta v CIRIUS Vipava, Vojkova 33, 5271 Vipava

SALIHI Rušit – splošna amb. V SC Pristan Vipava, Goriška cesta 27, 5271 Vipava

ZD Nova Gorica, Osnovno varstvo, Rejčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica

MILOVANOVIĆ Milica, MUNIH Metka, ROVČANIN Jasna, TERPIN Miriam, FIŠER Mateja, MAHKOVIČ Tina, VONČINA Tanja, VALANTIČ Tjaša – Gregorčičeva 16, 5000 Nova Gorica

SA Šempeter pri Gorici, Cesta Prekomorskih brigad 25, 5290 Šempeter pri Gorici

AHAČIČ SREDNIK Nika, PRINCES Blaž, NABERGOJ JERMOL Nataša, VIGALI Nina

SA Dornberk, Bojana Vodopivca 5, 5294 Dornberk

DOLINAR KANTE Helena

SA Miren, Miren 138 a, 5291 Miren-Kostanjevica

RELIČ Robert, DOLENC Ester, RAZPOTNIK Ana,

SA Kanal, Morsko 1, 5213 Kanal

PAJČIN SARJANOVIĆ Dragana, DIVJAK Matjaž

SA Kojsko, Kojsko 22, 5211 Kojsko

FORTUNAT Maja

SA Dobrovo v Brdih, Zadružna cesta 1, 5212 Dobrovo v Brdih

LOZAR Lara, MILANOVIĆ Milan

SA Renče, Trg 25, 5292 Renče

ZALETEL Urška

SA Čepovan, Čepovan 90 e, 5253 Čepovan

LOZAR Lara

ZD Nova Gorica – socialni zavodi

CAMPOLUNGI PEGAN Polona, Dom upokojencev Podsabotin, 5211 Kojsko

Dom upokojencev Nova Gorica, Gregorčičeva 16, 5000 Nova Gorica

PRINCES Blaž, Dom upokojencev Medic hotel, Arčoni 8a, 5292 Renče

VDC Stara Gora, Liskur 23, 5000 Nova Gorica

DEMŠAR Mihael, Dom upokojencev Vrtojba, Ulica 9. septembra 240, 5290 Šempeter pri Gorici

ZD Tolmin, Prešernova ulica 6 a, 5220 Tolmin

SIMNJANOVSKI Marko, KUŠČAR Tinka

ZP Bovec, Kot 85, 5230 Bovec

KRAVANJA Zdravko, RUČNA KURINČIČ Monika

ZP Kobarid, Trg svobode 3 a, 5222 Kobarid

KOLETIČ Romina, HAFNER Jurij

ZP Most na Soči, Most na Soči 52, 5216 Most na Soči

KRIVEC URBAS Andreja

ZP Podbrdo, Podbrdo 73 a, 5243 Podbrdo

SIMNJANOVSKI Marko

ZD Tolmin – socialni zavodi:

SIMNJANOVSKI Marko, Dom upokojencev Podbrdo, Podbrdo 33, 5243 Podbrdo

Dom upokojencev Petrovo Brdo, Petrovo Brdo 7, 5243 Podbrdo

GABRŠČEK LIPUŽIČ Ljubomira, Dom upokojencev Tolmin, Gregorčičeva 32, 5220 Tolmin

Dispanzer medicine dela, prometa in športa

ZD Nova Gorica: Rejčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica, T: 05 338 32 10

ZD Ajdovščina: Tovarniška cesta 3, 5270 Ajdovščina T: 05 36 93 112, E: medicina.dela@zd-ajdovscina.si;

ZD Tolmin: Prešernova ulica 6a, 5220 Tolmin, T: 620 32 67, E: dmd.tolmin@zd-tolmin.si;

Naročanje: petek, 8:00-14:00

ZD Idrija: Otona Župančiča 3, 5290 Idrija, T: 05 37 34 247, E: medicina.dela@zd-idrija.si;

Naročanje: vsak delovni dan po 12:00

**NEVLADNE ORGANIZACIJE – NIZKOPRAŽNI PROGRAMI ZA ZMANJŠEVANJE ŠKODE
ZARADI UŽIVANJA PREPOVEDANIH DROG**

Programi zmanjševanja škode na področju prepovedanih drog in alkohola v okviru dnevnih centrov in terenskega dela izvajajo različne nizkopražne storitve za aktivne uporabnike prepovedanih drog in alkohola. Nudijo psihosocialno svetovanje, praktično pomoč in podporo pri vključevanju v vsakdanje življenje. Izvajajo tudi storitev zamenjave sterilnega pribora za varno uporabo drog, razdeljujejo sanitetni material in kondome. Ob tem svetujejo o zmanjševanju tveganih vedenj, povezanih z uporabo prepovedanih drog in tveganim spolnim vedenjem.

V okviru ŠENT-a Nova Gorica deluje, edina v Sloveniji, tudi varna soba za konzumiranje prepovedanih drog pod strokovnim zdravstvenim nadzorom.

ŠENT – Enota Dnevni center za zmanjševanje škode zaradi drog

Psihosocialna podpora uporabnikom prepovedanih drog, svetovanje in zagovorništvo

- Enota Goriška varna soba

Konzumiranje prepovedane droge pod nadzorom diplomirane medicinske sestre

Sedejeva 9 a, 5000 Nova Gorica

T: 05 33 09 603, 031 607 245, meta.rutar@sent.si; tanja.sinigoj@sent.si;

Spletna stran: https://www.sent.si/index.php?m_id=dc_odv_ng

Čas odprtja centra: vsak delovnik 8:00 –15:00

Opis storitve:

V dnevnem centru uporabnik ne sme konzumirati psihoaktivnih snovi (droge in alkohol), razen v varni sobi. Ima možnost uporabe tuša, kuhinje in pranja perila. Ves čas v delovnem času je na voljo podpora strokovnih delavcev.

ŠENT Nova Gorica -Terensko delo z uporabniki prepovedanih drog

Sedejeva 9a, 5000 Nova Gorica

030 322 888, luka.mrak@sent.si;

Spletna stran: https://sent.si/index.php?m_id=terensko_delo_odvisniki

vsak delovnik 7.30 –15.30

Informiranje in svetovanje uporabnikom prepovedanih drog na terenu.

NEVLADNE ORGANIZACIJE - PROGRAMI NA PODROČJU SOCIALNE REHABILITACIJE IN REINTEGRACIJE ZASVOJENIH S PREPOVEDANIMI DROGAMI IN ALKOHOLOM

V kolikor imate težave zaradi uporabe prepovedanih drog, prekomernega pitja alkohola ali druge oblike zasvojenosti oz. ste bivši odvisnik in abstinate, a potrebujete podporo ali pa jo vaš bližnji, se lahko obrnete tudi na različne programe s področja socialne rehabilitacije, ki so v regiji na voljo, namenjeni zasvojenim, bivšim odvisnikom ali njihovim bližnjim.

Programi so namenjeni celostni obravnavi oseb, ki po procesu zdravljenja zasvojenosti ali po samostojno vzpostavljeni abstinenci od drog ali alkohola potrebujejo pomoč pri ponovnem vključevanju v socialno okolje ter vzpostavljanju temeljev za trajno abstinenco in stabilnost.

Društvo Projekt Človek

Dejavnost: programi za samopomoč, terapijo in socialno rehabilitacijo oseb z različnimi oblikami zasvojenosti. Sprejemni centri, terapevtske skupnosti, terapevtska skupnost za osebe s pridruženimi težavami v duševnem zdravju, center za reintegracijo, dnevni center, program za otroke in mladostnike, program za zasvojene starše in otroke, preventivno delo;

Uprava: Sketova 5, 1000 Ljubljana

01 5423 746, uprava@projektclovek.si

Spletna stran: <https://www.projektclovek.si/kontakti/>

Sprejemna pisarna Nova Gorica

Kidričeva ulica 9, 5000 Nova Gorica,

Sara Pipan, 041 272 376, 040 333 350, pisarna.ng@projektclovek.si;

Zavod Pelikan Karitas

Uprava: Litijska cesta 24, 1000 Ljubljana

01 5480 285, pelikan@karitas.si;

Spletna stran: <https://pelikan.karitas.si/kontakt.html>

- Program pomoči in celodnevne bivanja za zasvojene

Pomoč zasvojenim in njihovim svojcem; informacijska pisarna;

Enota Ajdovščina

Gregorčičeva ulica 17, 5270 Ajdovščina

Silva Pavlin, 030 646 946, pelikan.ajdovscina@gmail.com;

Urnik: torek 9.00 – 12.00, četrtek 16.00 - 20.00

- Skupnost Srečanje

Strokovni vodja programa: Zvonko Horvat 031 606 066

Koordinator: Alojzij Štefan 030 646 940

Glavna pisarna: Cesta v Šmartno 38, 1000 Ljubljana, T: 01 548 02 86, 030 646 943

E: skupnostsrecanje@karitas.si

Vsak dan 8.00 - 5.00 ure.

Program: komuna – bivanje, samopomočna skupina, delovna in psihosocialna rehabilitacija oseb s težavami z zasvojenostjo s psihoaktivnimi substancami; visokopražni resocializacijski program za bivše uživalce drog / alkohola; dolgoročna obravnava zasvojenosti; uporabniki se ob strokovni pomoči učijo ključnih življenjskih veščin, potrebnih za uspešno reintegracijo v družbo. Program traja 3 leta.

Komuna Kostanjevica nad Novo Gorico

Samostan Kostanjevica nad Novo Gorico, Škrabčeva 1, 5000 Nova Gorica

T: 030 646 943, E: skupnostsrecanje@karitas.si;

Komuna Čadrg

Čadrg 6, 5220 Tolmin

T: 030 646 943, E: skupnostsrecanje@karitas.si;

NEVLADNE ORGANIZACIJE – PODPORA PRI ZDRAVLJENJU ODVISNOSTI OD ALKOHOLA IN VZDRŽEVANJU ABSTINENCE

Zveza klubov zdravljenih alkoholikov Slovenije

Spletna stran: <https://zvezakza.si/>;

Prešernova ulica 6a, 5220 Tolmin, p. p.: 19

Kontakt: T: 031 479 296, E: info@zvezakza.si

Poslovni čas: na Trg 1. maja 8, 5220 Tolmin

pon., sre., pet: 8:00 – 14:00, tor., čet.: 13:00 – 19:00

Dejavnost: ozaveščanje javnosti o zdravem načinu življenja, brez škodljive rabe psihoaktivnih snovi, izvajanje različnih preventivnih aktivnosti, pomoč posameznim včlanjenim društvom pri rehabilitaciji vseh članov, zagotavljanje strokovne in organizacijske pomoči. Aktivna pomoč drugih zdravljenih alkoholikov in njihovih svojcev v klubih zdravljenih alkoholikov, v kasnejših stadijih pa z vključitvijo v ambulantno ali hospitalno zdravljenje, ki se izvaja v okviru specializiranih oddelkov psihiatričnih bolnišnic v Sloveniji.

Brezplačna psihosocialna podpora in razbremenilni razgovori.

Programi: Rehabilitacija, Svetovalnica, Preventivni programi

Program Rehabilitacija v Goriški regiji - Svetovanje in rehabilitacija zdravljenih alkoholikov ter njihovih družinskih članov; posamezniki, ki so v preteklosti imeli težave s tveganim in škodljivim pitjem alkohola in so že vzpostavili abstinenco; posamezniki, ki so vzpostavili abstinenco in v večini primerov zaključili bolnišnično ali ambulantno obliko zdravljenja odvisnosti od alkohola; družinski člani.

Pogoji za vključitev: uporabnik se vključi prostovoljno, sprejme in podpiše dogovor o sodelovanju ter ima vzpostavljeno abstinenco. Pred vključitvijo v program se s posameznikom in svojcem izvede enega ali več individualnih srečanj.

Program nudi podporo pri vzdrževanju abstinence, urejanje življenjskega sloga, podporo pri izboljšanju partnerskih in družinskih odnosov, podporo pri izboljšanju odnosov v delovnem in socialnem okolju. osebnostno rast. V skupinah uporabniki s pomočjo terapevte ali terapevta prevzemajo in utrjujejo nove življenjske vzorce, vztrajajo pri abstinenci, ohranjajo pridobljene veščine ter se medsebojno podpirajo v novem življenjskem slogu. Izvajajo se tudi skupnostne oblike dela, ki so namenjene učenju drugačnih veščin preživetja prostega časa, pridobivanju novih izkušenj ter širjenju znanj ter socialnega kroga. Posamezniki se udeležujejo pohodov, piknikov, kulturnih prireditev, se družijo z drugimi skupinami iz Slovenije, idr.

Klub zdravljenih alkoholikov Tolmin, T: 031 654 260

Prešernova ulica 6 a, 5220 Tolmin

terapevt: Teja Kumar, univ. dipl. soc. del., Iris Ohojak, univ. dipl. ped.

Društvo za zdravo življenje Nova Gorica, T: 031 654 150, E: info@zvezakza.si;

Rejčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica

terapevt: Maja Cuder, dipl. soc. del.

Društvo ABSTINENT Vipavske doline, T: 051 337 347, E: ajdovscina.vipava@gmail.com;

Štrancarjeva ulica 8, 5270 Ajdovščina

terapevt: Tomaž Makovec, dipl. zdravstvenik, Katja Zagorc, BTH psihoterapevtske znanosti

Društvo za psihosocialno pomoč Pluton Ajdovščina, T: 031 417 244, 040 709 966

E: pluton.drustvo@gmail.com;

Gregorčičeva ulica 20, 5270 Ajdovščina

terapevt: Miranda Krašna, univ. dipl. soc. del., spec. psihoterapije, Ljubimir Čavdek

Klub zdravljenih alkoholikov Idrija

Pot Sv. Antona 49, p.p. 41, 5280 Idrija, T: 041 535 397, E: info@zvezakza.si;

terapevt: Patricija Bremec, mag. socialnega dela

Program Svetovalnica v Goriški regiji - Brezplačna strokovna pomoč in anonimno svetovanje o škodljivi rabi alkohola in drugih drog; svetovanje osebam, ki rizično in škodljivo uživajo alkohol; svetovanje družinskim članom; informacije in svetovanje o škodljivi rabi ter posledicah alkohola in drugih zasvojenosti; za osebe, ki so se znašle v socialni stiski zaradi alkoholizma in/ali drugih zasvojenosti; za osebe, ki so končale bolnišnično oziroma ambulantno zdravljenje in niso uspele vzpostaviti trajnejše abstinence; za uporabnike, ki obiskujejo skupine klubov zdravljenih alkoholikov in imajo spodrsrlaj, s ciljem, da se prepreči recidiv; za ožje družinske člane oz. druge posameznike, ki so pomembni za osebo.

Bovec, "Buncova hiša", mala sejna – 1. nadstropje, **031 479 296**

Trg golobarskih žrtev 3, 5230 Bovec

Teja Kumar, univ. dipl. soc. del.

torek: 8:00 – 14:00

Tolmin, Pisarna ZKZA, **031 479 296**

Trg 1. Maja 8, 5220 Tolmin

Teja Kumar, univ. dipl. soc. del.

ponedeljek: 8:00 – 14:00

sreda: 9:00 – 15:00

četrtek: 9:00 – 12:00, 14:00 – 17:00

petek: 8:00 – 14:00

Idrija, Prostori CSD Idrija, **031 654 260**

Vojkova ulica 2, 5280 Idrija

Iris Ohojak, univ. dipl. ped.

Vsak drugi torek 15:00 – 18:00.

Nova Gorica - Skupna informacijska pisarna za področje sociale in zdravstva

Gradnikove brigade 63, 5000 Nova Gorica

Iris Ohojak, univ. dipl. ped., petek: 8:00 – 14:00, **031 654 260**

Vlasta Birsa, dipl. soc. del., sredo: 13:00 – 19:00, **051 678 151**
Ajdovščina, Krajevna skupnost Ajdovščina, **031 417 244**
Gregorčičeva 17, 5270 Ajdovščina
Miranda Krašna, univ. dipl. soc. del., spec. psihoterapije
ponedeljek: 13:00 – 19:00

POMOČ V SOCIALNI STISKI

CSD, Center za socialno delo Severna Primorska

Področje dela: socialno varstvene storitve, varstvo otrok in družine, varstvo odraslih, uveljavljanje pravic iz javnih sredstev, starševsko varstvo in družinski prejemki, oprostitve plačil socialno varstvenih storitev

Enota Nova Gorica: Delpinova ulica 18b, 5000 Nova Gorica

Kontakti: T: (05) 33 02 900, E: gpcsd.gorica1@gov.si;

Enota Ajdovščina: Gregorčičeva ulica 18, 5270 Ajdovščina,

Kontakti: T: (05) 36 80 612, (05) 96 95 870 (enota Šturje), (05) 96 95 872 (redne in izredne denarne pomoči), E: gpcsd.ajdov@gov.si;

Enota Tolmin: Cankarjeva ulica 6, 5220 Tolmin

Kontakti: T: (05) 38 19 170, E: gpcsd.tolmi@gov.si;

Enota Idrija: Vojkova ulica 4a, 5280 Idrija

Kontakt: T: (05) 373 46 10, 05 373 46 00; E: gpcsd.idrij@gov.si;

MATERIALNA STISKA, SVETOVANJE V MATERIALNIH IN DRUGIH STISKAH

Rdeči križ Slovenije

Materialna pomoč, finančna pomoč, finančna pomoč ob elementarnih nesrečah, finančna pomoč šoloobveznim otrokom, strokovna pomoč, brezplačna letovanja otrok in starejših; brezplačni prevozi starejših; pomoč v materialu in hrani;

RKS – Območno združenje Ajdovščina, Tovarniška 3g, 5270 Ajdovščina,

<http://www.ajdovscina.ozrk.si>

T: (05) 36 64 930, 051 430 722, E: ajdovscina.ozrk@ozrks.si;

Uradne ure: pon, tor, čet: 7.00-15.00, sre.: 7.00-17.00, pet.: 7.00-13.00

Kontakti:

splošno: Irena Žgavc, T 05 366 4930, 051 430 722, ajdovscina.ozrks@ozrks.si;

prva pomoč: Irena Fajdiga, T 05 366 4930, 051 430 722, prva.pomoc@ajdovscina.ozrk.si;

prostovoljstvo: Katarina Žgavc, 05 366 4930, 051 430 722, prostovoljstvo@ajdovscina.ozrk.si;

dnevni center: Tara Tomšič, 0820 14 359, 051 430 722, dnevni.center@ajdovscina.ozrk.si;

skladišče: Davor Dumenčič, 05 366 4930, 051 430 722, skladisce@ajdovscina.si;

skladišče hrane in podarjenih dobrin: Goriška cesta 79, sredo, 13.00 – 17.00

RKS - Območno združenje Nova Gorica, Bidovčeva ulica 2, 5000 Nova Gorica

T: (05) 33 84 902, E: nova-gorica.ozrk@ozrks.si

Sekretarka: Neli Skočaj

Strokovna sodelavka: Katja Klavara

RKS – Območno združenje Tolmin, Brunov drevored 23, 5220 Tolmin

Sekretarka: Marjanca Velišček

Strokovna delavka v programih: Teja Velušček

T: (05) 38 81 162, 031 264 073, 041 661 490 (prevozi starejših, Naša hiša),

E: tolmin.ozrk@ozrks.si;

Uradne ure:

Bovec: Trg Golobarskih žrtev 2 (Bunčeva hiša) : četrtek, 8.00 – 12.00
Kobarid: Gregorčičeva ulica 20 (Dom Andreja Manfrede): torek, 8.00 – 12.00
Tolmin: Brunov drevored 23: ponedeljek in petek: 8.00 - 12.00
sreda, 8.00 -12.00 in 14.00 - 16.00

Skladišče oblačil: Brunov drevored 23, sreda, 14.00 - 16.00
Info točka za starejše: Brunov drevored 23, sreda 9.00 - 11.00

RKS - Območno združenje Idrija, Rožna ulica 15, 5280 Idrija

Sekretarka: Tanja Tominec

T: 05 3774 910, 051 396 545

E: rks_idrija@t-2.net;

Uradne ure: ponedeljek in sreda: 9.00 - 14.00
petek: 9.00 - 12.00

Skladišče: za donacije ali dvig blaga po predhodnem dogovoru na 051 396 545

Škofijska Karitas Koper

Vrsta pomoči: materialna, finančna, svetovanje posameznikom in družinam, obiski, srečanja

Goriška območna Karitas

Predsednik: Cvetko Valič, 041 588 964, cvetko.valic@rkc.si;

Voditeljica: Renata Vončina, 041 655 689, voncina.renata@gmail.com

Namestnica: Marija Mlinar, 040 631 763, marija.mlinarjeva@gmail.com

Uradne ure: Nova Gorica: Ulica Gradnikove brigade 63; pon. in čet. od 16.00 - 18.00.

Grgar: Grgar 58, po dogovoru

Tolminska območna Karitas

Predsednik: Franc Kavčič, 041 259 146, franc.kavcic@rkc.si

Voditeljica: Darja Leban Obid, 041 586 358, darja.obid@gmail.com

Uradne ure:

Tolmin: Brunov drevored 1, 5220 Tolmin: 041 853 693, 031 370 583

vsak drugi in tretji četrtek v mesecu med 8. in 10. uro

vsak prvi, tretji in peti četrtek v mesecu med 16. in 18. uro.

voditeljica centra: Darinka Pervanje, 031 370 583, darinka.pervanje@gmail.com

Bovec: Trg golobarskih žrtev 10, 5230 Bovec

ponedeljek med 16. in 17. uro.

voditeljica centra: Martina Mrakič, 041 486 770, mrakicmartina@gmail.com

Vipavska območna Karitas

Predsednik: Tomaž Kodrič, 041 415 995, tomaz.kodric@rkc.si

Voditeljica (začasna): Mateja Curk, 040 729 173, matejacurk8@gmail.com

Namestnica: Hermina Radinja, 041 442 238, hermina.radinja@gmail.com

Uradne ure:

Ajdovščina: Šturje, Vipavska cesta 11, T: (05) 366 23 72, četrtek od 16:30 – 18:30

E: karitas.vip.dek@siol.net

voditeljica centra: Hermina Radinja, 041 442 238, hermina.radinja@gmail.com

Dekanijska Karitas Idrija – Cerkno

Center Karitas Idrija, Ulica 9. korpusa 17, 5280 Idrija

Predsednik: Matej Kobal, 041 655 961, matej.kobal@rkc.si

Voditeljica: Katarina Filipič, 031 615 245, fkatarin@gmail.com

Voditeljica Centra Karitas: Alenka Pavšič, 031 886 123, alenskapavsic1@gmail.com

Uradne ure/ dostop do pomoči na naslovu Centra Karitas: vsaka 4. sobota v mesecu med 9. in 11., vsaka sreda po 4. soboti v mesecu med 17. in 18. uro.

Kontakt: 051 444 630, E: zk.idrija@gmail.com;

IZOBRAŽEVANJE, TEČAJI, PREDAVANJA, DELAVNICE, INTERESNA ZDRUŽENJA, PROSTOVOLJNE AKTIVNOSTI IN HUMANITARNA DRUŠTVA

Društvo prostovoljcev Vincencijeve zveze dobrote

Spletna stran: <https://drustvo-vzd.si>;

Miren 216 (Mirenski Grad), 5291 Miren

T: 040 244 467, E: info@drustvo-vzd.si;

Predsednik: Peter Žakelj, T: 040 226 884 E: peter.zakelj@drustvo-vzd.si

Programi: Društvo prostovoljcev, Dnevni center za brezdomce, Center za družine Mirenski grad

Dejavnost: individualno in skupinsko delo in svetovanje za odrasle, otroke in mladostnike, družine in pare; dnevno in počitniško varstvo, učna pomoč, vrtec, nastanitvene kapacitete; razdeljevanje hrane in program nastanitve za brezdomce;

Kontakti Centra za družine:

vodja Maja Prinčič, T: 040 348 481, E: maja.princic@drustvo-vzd.si

Eva Premrl Olivo, T: 051 208 071, E: eva.olivo@drustvo-vzd.si;

Tjaša Nemec, T: 051 238 045, E: tjasa.nemec92@gmail.com;

Prostovoljstvo, učna pomoč, varstvo predšolskih otrok, popoldansko varstvo šolskih in predšolskih otrok, učenje za življenje, učenje glasbe, popoldnevi na gradu in varstvo z učenjem za življenje - učna pomoč, igra, delo, varstvo,

Zavod Karitas Samarijan

Spletna stran: <https://www.zavodsamarijan.si>;

Skalniška cesta 1, 5250 Solkan

T: (05) 33 00 234, 9972 052, 031 655 961, E: karitas.samarijan@siol.net;

Programi, ki se izvajajo na Goriškem:

Materinski dom Solkan, Skalniška cesta 1, 5250 Solkan

T: (05) 33 00 234, 031 778 586, E: materinski.dom@zavodsamarijan.si

Materinski dom Šempeter, Cvetlična ulica 11 a, 5290 Šempeter pri Gorici

T: (05) 99 72 052, 031 778 586, E: materinski.dom@zavodsamarijan.si

Varna hiša Goriške

T: 031 666 321, 031 655 961, varna.hisa@zavodsamarijan.si

Medgeneracijska skupina Miren, T: 040 631 763

prostori Krajevne skupnosti, pevska soba

Vsak 2. torek v mesecu, od septembra do maja; v zimskem času ob 18.00, v poletnem ob 19. 00

Center za socialno delo Nova Gorica _področje prostovoljstva

Spletna stran: <http://www.csdgorica.si>;

Delpinova ulica 18 B, Nova Gorica, T: (05) 330 29 00,

Za področje prostovoljstva: Gabrijela Prinčič

T: (05) 33 02 917, 041702424, E: gabrijela.princic@gov.si;

Področja delovanja prostovoljcev:

pomoč učencem in dijakom z učnimi težavami v osnovnih in srednjih šolah, druženje z otroki v šoli s prilagojenim programom, druženje z otroki in mladostniki v Kriznem centru za otroke in mladostnike 10-ka in Dnevnom centru Žarek, ki delujeta v okviru CSD Nova Gorica, druženje z invalidnimi otroki v bolnišnici v Stari Gori in v CIRIUS Vipava, druženje z bolniki v Splošni bolnišnici „Dr. Franc Derganc“ Nova Gorica, druženje z varovanci v VDC Nova Gorica, druženje z otroki v Materinskem domu v Solkanu in Šempetru pri Gorici ter varni hiši, druženje z otroki v Vrtcu Nova Gorica, druženje z uporabniki v ŠENTU in OZARI, druženje s slepimi in slabovidnim, druženje s starostniki v domovih upokojencev ter v društvu GO-spominčica, sodelovanje z Rdečim križem in Mladinskim centrom, druženje z brezdomci v okviru Društva prostovoljcev Vincencijeve zveze dobrote.

DRUGO

Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Nova Gorica

Delpinova ulica 18B, 5000 Nova Gorica

T: (05) 33 08 900, E: oeng@zpiz.si

Varuh človekovih pravic

Dunajska cesta 56, 1000 Ljubljana

T: (01) 47 50 050, 080 15 30 (brezplačna številka), E: info@varuh-rs.si;

Urnik: pon. - čet. 9.00 - 15:30, pet. 9:00 - 14:30

Vsakdo, ki meni, da so mu z aktom organa kršene človekove pravice ali temeljne svoboščine, lahko da pobudo za začetek postopka pri varuhu človekovih pravic. Varuh lahko začne postopek tudi na lastno pobudo. Varuh lahko obravnava tudi širša vprašanja, ki so pomembna za varstvo človekovih pravic in temeljnih svoboščin ter za pravno varnost državljanov v Republiki Sloveniji.

Zastopnik pacientovih pravic

Zastopnik pacientovih pravic za območje Goriške: Dušan Žorž, univ. dipl. prav.

Sedež: v prostorih Nacionalnega inštituta za javno zdravje, Območna enota Nova Gorica,

Vipavska cesta 13, Rožna Dolina, 5000 Nova Gorica.

T: 051 331 508, (05) 968 16 52, E: dusan.zorz@nijz.si;

Uradne ure v pisarni: pon. 12:00 - 18:00, čet. 12:00 - 18:00

Uradne ure po telefonu na 051 331 508: sre. 10:00 - 14:00

Naročanje je možno telefonsko v času uradnih ur ali preko elektronske pošte. Zastopnik pacientovih pravic daje pacientu osnovne informacije, nudi strokovno pomoč in daje konkretne usmeritve pri uveljavljanju pravic s področja zdravstvenega varstva, zdravstvenega zavarovanja in izvajanja zdravstvene dejavnosti. Delo svetovanja, pomoči in zastopanja zastopnika pacientovih pravic je brezplačno in zaupno.

Skupna informacijska pisarna za dejavnost zdravstva in socialnega varstva

DRUŠTVO PO-MOČ, Društvo za pomoč in informiranje na področju sociale in zdravstva

Ulica Gradnikove brigade 47, 5000 Nova Gorica

T: 080 1612 (brezplačno), E: info@drustvopomoc.si;

Obseg dejavnosti:

vam nudi informacije o možnostih in pravicah, ki jih imate na področju socialnega in zdravstvenega varstva, vam pomaga pri uveljavljanju pravic, vam pomaga pri izpolnjevanju potrebne dokumentacije, vas usmeri k pristojnim organizacijam za razrešitev vaše potrebe, stiske, vam pomaga vzpostaviti kontakt s pristojno organizacijo za razrešitev vaše stiske, vas spremlja po napotitvi, v kolikor vi želite in še kaj potrebujete, organizira prostovoljsko pomoč.

Informacijska pisarna za invalide, starejše in bolnike

Občina Miren-Kostanjevica, Miren 137

T: (05) 33 04 670, E: info.invalidi@miren-kostanjevica.si;

Lokacija: sejna soba Občine Miren-Kostanjevica (2. nadstropje) - vhod za invalide je zadaj, dvigalo

Uradne ure: vsako 1. sredo v mesecu od 14.00 do 16.00

Obseg dejavnosti:

pomoč pri pridobitvi pravic iz naslova invalidskega in pokojninskega zavarovanja, pomoč in postrežba, informiranje o možnosti poklicne rehabilitacije, pomoč v postopkih pred invalidsko komisijo, pomoč delodajalcem v postopkih pred invalidsko komisijo, pomoč invalidom, vezano na druge predpise, pomoč pri pridobitvi parkirnih kart, oprostitev RTV naročnine, informiranje o možnosti koriščenja obnovitvene rehabilitacije, ki se financira iz ZZZRS, nagrade za preseganje kvote pri zaposlovanju invalidov; pomoč pri prilagoditvi delovnega mesta (svetovanje invalidom in delodajalcem); informiranje - zdravstveno varstvo

in zavarovanje; olajšave in oprostitve; starševsko varstvo in osebni prejemki za invalida, pomoč delodajalcem (sistemska podpora zaposlovanje invalidov).

Po dogovoru v informacijski pisarni sodeluje društvo ko.RAK.si, društvo za pomoč pri obolevnosti za rakom in drugimi kroničnimi nenalezljivimi boleznimi.