*Program sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.*

# Prostovoljstvo kot zaščita duševnega zdravja otrok in mladostnikov (Usposabljanje v Ljubljani)

Vse več **otrok in mladostnikov** se v obdobju otroštva in odraščanja sooča s **psihosocialnimi težavami in duševnimi motnjami**, ki povzročajo stiske ter negativno vplivajo na njihovo delovanje. Večine osnovnih družbenih ali drugih vzrokov teh procesov žal ne uspemo odpraviti. Obenem se krčijo naravni viri pomoči v socialnih mrežah in znotraj skupnosti. Razpoložljivost strokovnjakov za duševno zdravje pa je nezadostna glede na potrebe in mnogi ostajajo brez ustrezne pomoči ali pa nanjo čakajo mnogo predolgo.

Tako mednarodne kot slovenske izkušnje kažejo, da je z **vključevanjem prostovoljcev v delovanje različnih institucij za otroke, mladostnike in družine** (zdravstvenih služb in služb na področju duševnega zdravja, socialnovarstvenih služb, šol, vrtcev in drugih) ter s povezovanjem z nevladnimi organizacijami, v katerih delujejo prostovoljci, možno zagotoviti osnovno raven psihosocialne podpore, učno pomoč, vključevanje v različne dejavnosti in na sploh pozitivne medčloveške izkušnje mnogim otrokom in mladostnikom v stiskah.

Vljudno vabimo **predstavnike zdravstva, socialnega varstva, šolstva in nevladnih organizacij, ki delate z otroki in mladostniki**, da se udeležite 2-dnevnega usposabljanja, katerega namen je poglobiti razumevanje, kako lahko prostovoljske aktivnosti prispevajo h krepitvi duševnega zdravja otrok in mladostnikov ter kakšne priložnosti ponujajo na tem področju.

Udeleženci bodo spoznali pomen naravnih varovalnih dejavnikov za duševno zdravje, med katere sodi tudi prostovoljstvo, dobre prakse iz lokalnega okolja ter se usmerili v načrtovanje, organizacijo in razvoj kakovostnih prostovoljskih aktivnosti.

**Po zaključku usposabljanja** bomo v naslednjih dveh letih v vsaki regiji 3 do 5 organizacijam nudili strokovno podporo pri vzpostavitvi ali nadgradnji prostovoljskih programov, katerih cilj bo krepitev duševnega zdravja otrok in mladostnikov.

**Glavni cilji** usposabljanja in nadaljnjega sodelovanja:

- Okrepiti zavedanje o pomenu varovalnih dejavnikov za duševno zdravje otrok in mladostnikov.
- Spoznati vsebinske in organizacijske osnove za vključevanje prostovoljcev pri pomoči otrokom in mladostnikom.
- Vzpostaviti povezave med različnimi organizacijami in javnimi zavodi z namenom izmenjave izkušenj ter iskanja možnosti sodelovanja pri podpori otrokom in mladostnikom.
- Spoznati primere dobrih praks delovanja prostovoljcev na področju zaščite duševnega zdravja v lokalnem okolju in širše.

**Slovenska filantropija** – Združenje za promocijo prostovoljstva • Cesta Dolomitskega odreda 11 • 1000 Ljubljana
**T:** +386 (0)1 430 1288
**E:** slovenska@filantropija.org • **W:** www.filantropija.org, www.prostovoljstvo.org

*Program sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.*

- Odkrivati potrebe in priložnosti v lastnih organizacijah/lokalnem okolju. Z interaktivnim pristopom boste prepoznali izzive na področju zaščite duševnega zdravja otrok in mladostnikov ter priložnosti za razvoj kakovostnih prostovoljskih programov.
- Zagotoviti nadaljnjo podporo Slovenske filantropije pri načrtovanju lastnih prostovoljskih programov.

Dodatni dve uri usposabljanja bosta potekali naknadno prek videokonference, kjer boste imeli možnost predstaviti morebitne zamisli in predloge za razvoj prostovoljstva, nadaljevati pogovor o obravnavanih temah ter zastaviti vprašanja, ki so se porodila naknadno.

Po regijskem usposabljanju bomo organizacije in javne zavode dodatno podprli na naslednje načine:

- Izvedli bomo 3 dodatna podporna regionalna srečanja v živo ali prek spleta.
- 3 do 5 organizacijam v regiji bomo nudili individualno strokovno podporo pri vzpostavitvi ali nadgradnji prostovoljskih programov.
- Po dogovoru s posamezno organizacijo/javnim zavodom bomo izvedli implementacijsko delavnico, ki bo tematsko prilagojena na potrebe ciljne publike.
- Na voljo bomo za informiranje in svetovanje prek elektronske pošte in telefona.

Usposabljanje je organizirano na pobudo dr. Anice Mikuš Kos v sodelovanju Slovenske filantropije in Nacionalnega inštituta za javno zdravje ter izvedeno s podporo NIJZ območne enote Ravne na Koroškem. Program sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.

Preliminarni program lahko najdete v nadaljevanju. Udeležba je brezplačna, število mest pa je omejeno. Prvi dan usposabljanja bo poskrbljeno za kosilo, drugi dan pa bodo na voljo prigrizki. Udeleženci bodo prejeli potrdilo o udeležbi.

Prijave na dogodek sprejemamo do **22. 1. 2026** oziroma do zapolnitve prostih mest prek spletne prijavnice: https://www.filantropija.org/prijava-na-usposabljanje-prostovoljstvo-kot-zascita-dusevnega-zdravja-otrok-in-mladostnikov/

Za vsa vprašanja smo vam na voljo na kaja.zaloznik@filantropija.org oz. na telefonskih številkah 051 654 726 ali 01 433 40 24.

*Program sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.*

## *1. dan (ČETRTEK), 28. 1. 2027, Dijaški dom Ivana Cankarja, Poljanska cesta 26, 1000 Ljubljana*

| | |
|---|---|
| *9:00–9:15* | Uvodni pozdravi |
| *9:15–9:35* | Uvod v usposabljanje |
| *9:35–10:15* | Duševno zdravje otrok v današnjem času in možnosti pomoči (dr. Anica Mikuš Kos) |
| *10:15–10:30* | Pomen prostovoljstva in vrstniške podpore (dr. David Gosar) |
| *10:30–11:00* | Stanje duševnega zdravja otrok in mladostnikov v Sloveniji in v regiji (NIJZ) |
| *11:00–11:15* | ODMOR |
| *11:15–12:00* | Prostovoljno delo, duševno zdravje otrok in naravni viri pomoči (dr. Anica Mikuš Kos) |
| *12:00–12:45* | Vključevanje prostovoljcev v delovanje služb za zaščito duševnega zdravja otrok in mladostnikov – izkušnje iz prakse (dr. Anica Mikuš Kos in Nataša Čermelj, UKC Ljubljana) |
| *12:45–13:30* | KOSILO |
| *13:30–14:30* | Iskanje priložnosti za razvoj prostovoljstva na področju duševnega zdravja otrok in mladostnikov (Tjaša Arko, Slovenska filantropija) |
| *14:30–14:45* | ODMOR |
| *14:45–15:45* | Diskusija o potrebah po prostovoljski podpori in dobrih rešitvah v regiji (dr. Mateja Hudoklin, SCOMS Ljubljana; Matija Klasinc, CDZOM Domžale; Jure Košir, CSD Osrednja Slovenija – vzhod, enota Kamnik; Elizabeta Miklavčič, OŠ Livada; Veronika Vižintin, Mladi zmaji, MC Baza |
| *15:45–16:00* | Razprava in zaključek dneva |

*Program sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.*

### *2. dan (PETEK), 29. 1. 2027, Dijaški dom Ivana Cankarja, Poljanska cesta 26, 1000 Ljubljana*

| | |
|---|---|
| *9:00–9:30* | Uvod ter predstavitev mreže virov pomoči in mreže za duševno zdravje (NIJZ) |
| *9:30–10:30* | Primeri dobrih praks iz regije (Legebitra, Zveza Anite Ogulin, OŠ Jožeta Moškriča, Brez izgovora) |
| *10:30–11:15* | Organizacija delovanja prostovoljcev, priprava prostovoljskih programov in podpora Slovenske filantropije pri implementaciji prostovoljskega dela (Tjaša Arko, Slovenska filantropija) |
| *11:15–11:35* | ODMOR |
| *11:35–12:35* | Načrtovanje prostovoljskih aktivnosti za podporo duševnemu zdravju otrok in mladostnikov (Tjaša Arko, Slovenska filantropija) |
| *12:35–12:45* | Povzetek in zaključki dogodka |
| *12:45–13:00* | Vrednotenje dogodka |

### *3. dan (TOREK): 9. 2. 2027, ZOOM*

| | |
|---|---|
| *13:00–15:00* | Pridobivanje prostovoljcev in podpora pri implementaciji |