

Spoštovani,

vljudno vas vabimo na srečanje z naslovom

»TABU TEME PRI STAREJŠIH«,

ki bo 21.4.2026 ob 9.00 uri v predavalnici Nacionalnega inštituta za javno zdravje, Zaloška cesta 29, Ljubljana, 3. nadstropje.

Starost prinaša mnoge izzive s katerimi se srečujejo in se bomo srečevali vsi, ki stopamo po poti staranja. Staranje se prične takoj, ko se rodimo, zato tega procesa ne moremo odložiti, ampak ga lahko samo sprejmemo in že v mladosti naredimo veliko, da nam bo potem lažje. Starejši se srečujejo z osamljenostjo, nerazumevanjem, očitki, slabšalnimi besedami zaradi neznanja, počasnostjo. In vse to so stvari na katere nimajo vpliva, lahko pa jim z našim razumevanjem pri njih pomagamo.

Zato smo to leto odprli teme, ki so premalokrat izpostavljene in o katerih je potrebno večkrat spregovoriti. Tokratni strokovnjaki nam bodo razširili obzorja in odgovorili na marsikatero vprašanje.

Zaradi lažje organizacije dogodka sprejemamo prijave preko spodnje povezave:

Prosimo za prijavo do 18. 4. 2026.

<https://anketa.nijz.si/a/55c9e203>

PROGRAM SREČANJA

8.30 – 9:00	REGISTRACIJA
9:00 – 9:15	Uvodne besede in pozdrav dr. Tomaž Čakš, dr. med. spec., Predstojnik NIJZ OE Ljubljana in Taja Kontler, dipl. m. s. s specialnimi znanji, NIJZ OE LJ
9:15 – 10:00	Spolnost pri starejših Jaka Sotler, Psihodramski psihoterapevt (ECP), Seksolog
10:00 – 10:45	Kako s telovadbo izboljšati razpoloženje pri starejših? Lucija Knez, mag. kineziologije
10:45 – 11:30	Stereotipi povezani s starostjo in staranjem Jasmina Vrečko, univ. dipl. soc. delavka
11:30 – 12:00	POGOSTITEV IN ČAS ZA KLEPET
12:00 – 12:45	"Varno na cesti tudi pri 65+" Sebastijan Turk, Področni podsekretar Sektor za razvoj, preventivo in vzgojo v cestnem prometu Javna agencija Republike Slovenije za varnost prometa
12:45 – 13:30	"Digitalna varnost/nevarnost pri starejših" Christjan Mastnak, COO v Simbiozi Genesis
13:30 – 13:45	RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK

V pričakovanju vaše udeležbe vas lepo pozdravljamo.

Pripravila:

Taja Kontler, dipl. m. s. s specialnimi znanji

dr. Tomaž Čakš, dr. med. spec.
Predstojnik OE Ljubljana