



**SKUPAJ
ZA ZDRAVJE**

Državni program integrirane preventive
kroničnih bolezni za odrasle



18. letna konferenca preventive za odraslo populacijo

14.–15. september 2026,

Grand hotel Bernardin Portorož, Obala 2, 6320 Portorož

OD RAZISKAV DO PRAKSE – SKUPAJ ZA UČINKOVITO IN ODPORNO PREVENTIVO KRONIČNIH BOLEZNI

1. dan, ponedeljek, 14. 9. 2026

8.00–9.00	Registracija
9.00–9.20	Uvodni pozdravi Branko Gabrovec, generalni direktor, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Tea Košir, državna sekretarka, Ministrstvo za zdravje, Sanja Vuzem, vodja, pisarna SZO v Sloveniji
PLENARNI DEL - dvorana Emerald	
9.20–10.00	Med diagnozo in spremembo: psihološki vidiki soočanja pri osebah z dejavniki tveganja in kroničnih bolnikih ter moč komunikacije Željko Čurić
10.00–10.20	Razprava
10.20–10.50	Odmor
10.50–11.15	Na poti k Državnemu programu za obvladovanje bolezni srca in žilja Borut Jug, Jerneja Farkaš Lainščak
11.15–11.30	Od motenj spanja do infarkta: kako pomanjkanje spanja ogroža zdravje srca in kaj lahko storimo? Leja Dolenc Grošelj
11.30–11.35	Aktivni odmor Katja Koren
11.35–11.50	Miti in znanstvena spoznanja o alkoholu – ali kozarec na dan res ščiti srce? Tadeja Hočevnar
11.50–12.05	Onesnažen zrak - zapostavljen dejavnik tveganja za kronične nenalezljive bolezni Majda Pohar, Simona Perčič, Matjaž Krošel, Simona Uršič
12.05–12.20	Prenovljen Evropski kodeks proti raku – od znanosti do vsakdanjih odločitev Katja Jarm, Diana Krivic, Petra Turk, Mojca Florjančič, Elizabeta Radelj Pepevnik, Urška Ivanuš

12.20–13.10 Okrogla miza

Moderator: Rade Pribaković Brinovec

Več strategij – ena preventiva? Od nacionalnih usmeritev do povezane obravnave človeka

Nataša Vidnar, Ministrstvo za zdravje
Mateja Markl, Ministrstvo za zdravje
Sonja Tomšič, Onkološki inštitut Ljubljana
Jelka Zaletel, Nacionalni inštitut za javno zdravje
Borut Jug, Univerzitetni klinični center Ljubljana

13.10–15.00 Kosilo

15.00–17.00 Udeležba ene izmed 3 vzporednih sekcij

SEKCIJA 1 Skupaj za zdravje: integrirana preventiva kroničnih bolezni v praksi

dvorana Emerald

Moderatorja: Rade Pribaković Brinovec, Jana Govc Eržen

15.00–15.20 **Navigacija med kompetencami – moč usklajenega tima. Zakaj komunikacija odloča o kakovosti obravnave?**

Simona Repar Bornšek

15.20–15.40 **Med ambulantno družinske medicine in centrom za krepitev zdravja: vloga zdravnika družinske medicine v integrirani preventivi kroničnih bolezni**

Polona Campolunghi Pegan

15.40–16.00 **Laična podpora v skupnosti kot pristop k opolnomočenju in krepitevi integrirane oskrbe oseb s sladkorno boleznijo tipa 2 in arterijsko hipertenzijo**

Tina Vrtič Potočnik, Matic Mihevc, Črt Zavrnik, Majda Mori-Lukančič,
Antonija Poplas Susič, Zalika Klemenc-Ketiš

16.00–16.15 Odmor

16.15–16.35 **Umetna inteligenca v integrirani preventivi kroničnih bolezni: izkušnje sodobnega modela v skupinski praksi**

Primož Rus, Ameli Randelj, Anja Rozman

16.35–16.55 **Naj nas preventivna obravnava kroničnega bolnika v patronažnem zdravstvenem varstvu združuje in ne oddaljuje**

Janja Janc Jagrič, Ria Jagodic, Martina Vuk, Pika Založnik, Martina Horvat

SEKCIJA 2 Majhni koraki, velik učinek – sočutno uvajanje sprememb v življenjskem slogu

dvorana Mediteranea

Moderatorki: Ema Petavar, Manica Remec

15.00–16.00 **Strokovna podpora pri spreminjanju življenjskega sloga: prehrana in gibanje od priporočil do navad**

Neža Majdič

16.00–16.15 Odmor

16.15–17.00 **Hrepenenje po hrani – kako ga razumeti in uravnavati**

Živa Krajnc

SEKCIJA 3 **Ustavimo KLB – od zgodnjega odkrivanja do celostne obravnave in življenja s kronično ledvično boleznijo**



dvorana Adria

Moderatorki: Sanja Vrbovšek, Andreja Ošina

15.00–15.15 **Ustavimo KLB – od statistike do obravnave: epidemiološko breme KLB in integrirana obravnava oseb s KLB**

Sanja Vrbovšek, Jernej Pajek

15.15–15.30 **Pilotno testiranje presejanja za KLB v ambulantah družinske medicine – rezultati pilotne študije**

Marija Petek Šter, Sanja Vrbovšek, Jošt Peterca, Jernej Pajek, Andreja Ošina

15.30–15.45 **Obravnava dislipidemij pri osebah s KLB**

Andreja Marn Pernat

15.45–16.00 **Nefarmakološka obravnava oseb s KLB – kaj je bolnikom najtežje spremeniti?**

Dominik Pogorevc, Adriana Robič, Jošt Peterca, Ana Janžekovič, Špela Bogataj, Katja Kurnik Mesarič, Jernej Pajek

16.00–16.15 Odmor

16.15–16.35 **Od smernic do vadbe: individualizirana telesna vadba oseb s kronično ledvično boleznijo v projektu Ustavimo KLB**

Maja Pajek, Jošt Peterca, Evelin Colja, Ajda Hribar, Karmen Šibanc, Petra Prevc

16.35–16.55 **Življenje s KLB – vseživljenjska rehabilitacija in moč društev bolnikov skozi oči pacientov**

Dragica Mlinšek, Vleo Vatovec

19.00 **Skupna večerja z druženjem v ritmih salse s Soy Cubano**

7.30–8.00	Začnimo dan aktivno – jutranja vadba ob morju	Katja Koren
8.30–9.00	Registracija	
9.00–11.00	Udeležba ene izmed 4 sekcij	
SEKCIJA 1	24 ur za zdravje – gibanje, spanje in zmanjševanje bremena kroničnih stanj	
dvorana Emerald 1	Moderatoriki: Andrea Backović Juričan, Tjaša Knific	
	Zmigaj se do vadbe – evropski projekt, ki spodbuja telesno dejavnost odrasle, neaktivne populacije	Polona Samec, Andrea Backović Juričan
	Specifike zdravstvene obravnave najpogostejših motenj spanja pri odraslih	Keti Simonska, Andrea Backović Juričan
	Prenova vadbenega programa vAdBeCeDa: od uporabniške izkušnje do dostopne podpore telesni dejavnosti odraslih	Tjaša Knific, Katja Tomažin, Suzana Pustivšek, Urška Ličen, Gabrijela Starc, Marko Zadražnik, Katarina Cesar, Maja Dolenc
	Transdisciplinarni pristop v centrih za krepitev zdravja: preseganje multidisciplinarnosti na primeru projekta Posodobitev obravnave mišično-skeletnih bolečin na primarni ravni (Misk-Bol)	Dejan Georgiev, Lara Pančur, Tim Vončina
	Izzivi in ovire pri obravnavi odraslih s kronično bolečino v ZVC	Nina Potočnik
SEKCIJA 2	Od izvida do načrta: sodobni pristopi v integrirani preventivi kroničnih bolezni	
dvorana Emerald 2	Moderatoriki: Jana Govc Eržen, Nataša Medved	
	Kje se integrirana preventiva zatakne in priložnosti za izboljšave	Tjaša Šarič
	Od številke do razumevanja – kako komunikacija v ambulantni družinske medicine spreminja izvide in poteke zdravljenja	Tina Pahole, Tamara Marguč Veternik
	Skupaj do načrta za zdravje: oblikovanje osebnega načrta obravnave v preventivi	Simona Repar Bornšek
SEKCIJA 3	Psihoedukacija kot orodje za spremembe	
dvorana Adria	Moderatoriki: Alenka Tančič Grum, Ema Petavar	
	Delavnica Jasno kot beli dan – pomen metafor pri razlagi psihoedukativnih vsebin	Niki Jakol, Sara Brglez
	Pomen čuječega zavedanja in samoregulacije pri preventivi empatičnega distresa psihologov v CKZ z izkustvenimi vajami	Eva Benda
	Okrogla miza ob svetovnem dnevu duševnega zdravja v lokalni skupnosti: primer dobre prakse iz CKZ Laško	Anaja Videc

dvorana Mediteranea

Moderatoriki: Sanja Vrbovšek, Dijana Malič

Od problema do rešitve: edukacija oseb s sladkorno boleznijo tipa 2 in prve izkušnje z novimi pristopi ter didaktičnimi pripomočki v ambulantni družinske medicineMatic Mihevc, Tanja Kamin, Marija Petek Šter, Jana Klavs,
Sara Atanasova, Marjan Cugmas, Irena Bolko, Nina Perger**Povezovanje diplomirane medicinske sestre in dietetika pri oskrbi oseb s sladkorno boleznijo v CKZ Ljubljana**

Andreja Semolič Valič

Vloga dietetika v CKZ pri obravnavi oseb s sladkorno boleznijo tipa 2

Ana Stepančič

Kdaj naj si merim krvni sladkor?

Jelka Zaletel, Jana Klavs

Ena bolezen, veliko sporočil: kako zagotoviti jasno in usklajeno podporo osebam s sladkorno boleznijo tipa 2Moderatorica: Jana Klavs
Okrogla miza

11.00–11.30 Odmor

11.30–13.30 Udeležba ene izmed 3 sekcij

SEKCIJA 5 Sprememba je proces: praktični pristopi pri opuščanju tveganih vedenj

dvorana Emerald 1

Moderatorja: Tadeja Hočevar, Rok Zaletel

Integrirano usmerjanje pri obravnavi tvegane pitja alkohola

Tina Bitežnik

Primeri obravnave tvegane in škodljivega pitja alkohola: izzivi in priložnosti pri izvajanju delavnic SOPA v praksi

Katarina Rebernak

Raznolikost obravnav oseb s tveganjem in škodljivim pitjem alkohola v ZVC. Prikaz primerov iz prakse

Keti Simonska

Sodelovanje med NIJZ, regijsko odgovorno zdravnico in zdravstvenim domom glede obravnave pitja alkohola pri odraslih na Goriškem – primer ZD Osnovno varstvo Nova Gorica

Irena Jerič, Polona Campolunghi Pegan, Tadeja Hočevar

Ena je enako dva in več. Primer dobre prakse na delavnici »Da, opuščam kajenje«

Tadeja Gruden

Personalizirani pristopi in strategije vključevanja v programe opuščanja kajenja: izkušnje iz prakse diplomirane medicinske sestre v CKZ

Petra Vršnik

SEKCIJA 6 Mostovi do zdravja – vključujoča komunikacija in dostopna preventiva

dvorana Mediteranea

Moderatorki: Silva Nemeš, Judita Kulovec

Most do zdravja: Kako lažje priti do ljudi, ki težje pridejo do nas?

Ana Štruc, Mirjam Rožič, Ajda Jelenc

Vključevanje ranljivih oseb – izvajanje preventivnih obravnav v programu projektnega učenja mlajših odraslih

Neja Perič

Dostopnost preventivnih zdravstvenih storitev za gluhe in naglušne

Jana Lavtižar, Jerca Logonder

Vključevanje ranljivih oseb v preventivne programe - piknik z brezdomci

Dea Hudarín Kovačič

Komuniciranje stigmatizirane teme pri ozaveščanju o zdravem življenjskem slogu – primer izvajanja delavnic in priprave priročnika za delo v lokalnem okolju za osebe, ki so brezposelne

Karmen Henigsmán, Tadeja Hočevár

SEKCIJA 7 Celostna obravnava debelosti: od vedenjskih pristopov do farmakoterapije

dvorana Emerald 2

Moderatorja: Rade Pribaković, Rok Poličnik

Kognitivno-vedenjski pristopi pri obvladovanju debelosti: od razumevanja do spremembe vedenja

Ana Munda

Nova doba zdravljenja debelosti: vloga farmakoterapije v celostni obravnavi

Vesna Pekarović Džakulin

Pomen multidisciplinarne obravnave odraslih oseb, ki prejemajo agoniste receptorja GLP-1

Katarina Kolenc Klen, Ana Stepančič

Debelost in arterijska hipertenzija: klinični primer uspešnega nefarmakološkega pristopa

Snežana Milutinović Matić, Tina Stojković, Ana Košmrlj

Multidisciplinarna obravnava žensk s poliendokrinim metabolnim ovarijskim sindromom: povezovanje primarne in terciarne ravni v okviru CKZ Litija

Nika Šepec, Daša Medvešek, Laura Kolšek Slana

13.30–13.45 Sklepi konference

13.45–15.00 Kosilo in zaključek konference

UKREPI ZA PREPREČEVANJE SEDENTARNOSTI NA KONFERENCI

- Organizirani aktivni odmori.
- Vstajanje s ploskanjem po vsakem predavanju.
- Kotički za stoječe spremljanje konference v dvoranh.

DIGITALNI DETOKS

Konferenca naj bo zavestno, začasno obdobje brez pametnih telefonov, družbenih omrežij in drugih digitalnih naprav. Digitalni detoks namreč pomaga pri zmanjševanju stresa, izboljšanju spanca in večji osredotočenosti. Namesto uporabe digitalnih zaslonov odmore na konferenci raje izkoristite za sproščeno druženje v živo.

MULTIMEDIJSKI KOTIČEK

V obeh dneh konference se bo veliko dogajalo tudi v multimedijem kotičku. Vabimo vas, da skupaj z nami ustvarite nove vsebine ali pa se posvetujete glede priprave digitalnih materialov. Če bo na konferenci nastala kakšna nova slika ali video, ga lahko objavite na svojih družbenih omrežjih ali pa se dogovorite za objavo v okviru lokalne kampanje, ki jo letos prvič soustvarjamo skupaj. Veseli bomo vašega obiska, lahko pridete le na klepet ali izmenjavo izkušenj.

STOJNICA 24-URNO GIBALNO VEDENJE - GIB 24

Stojnica GIB 24 bo aktivna 30 minut pred pričetkom jutranjega programa konference oba dneva, med odmori za kavo in prvih 30 minut odmorov za kosilo. Na njej bodo potekale predstavitve vadbenih programov vAdBeCeDa, aplikacije vAdBeCeDa, gibalnega programa ABC+. Če opravite katerega od izbranih funkcijskih testov, rešite kviz vprašanja ali izvedete izbrano telesno vajo, lahko prejmete privlačno nagrado. Stojnica bo tudi polna različnih gradiv s področja GIB 24 (telesna dejavnost, sedentarnost in spanje).

PROJEKTI SE PREDSTAVIJO

Med konferenco bo v predverju na voljo tudi projektna stojnica, na kateri se bodo predstavili aktualni projekti s področja preventive in krepitev zdravja, ki potekajo na NIJZ oziroma v sodelovanju z različnimi partnerji. Predstavljeni bodo predvsem projekti, ki se vsebinsko dotikajo področja preventive za odrasle, pri njihovem izvajanju pa sodelujejo oziroma bodo sodelovali tudi centri za krepitev zdravja, ambulate družinske medicine, medicinske sestre iz patronažnega zdravstvenega varstva ter drugi deležniki.

Na stojnici boste lahko izvedeli več o ciljih, aktivnostih in dosedanjih rezultatih posameznih projektov ter o njihovem pomenu za nadaljnji razvoj preventive kroničnih bolezni. Člani projektnih timov bodo na voljo za vprašanja, izmenjavo izkušenj in navezovanje stikov za nadaljnje sodelovanje. Vabljeni, da se med odmori ustavite pri stojnici in spoznate projekte, ki bodo v prihodnje pomembno vplivali tudi na delo na področju preventive za odrasle na primarni ravni.



Programski odbor: Sanja Vrbovšek, Rade Pribaković Brinovec, Simona Repar Bornšek, Jana Govc Eržen, Tatjana Novak Šubara, Alenka Tančič Grum, Ema Petavar, Andrea Backović Juričan, Tjaša Knific, Suzana Pustivšek, Manica Remec, Brigita Zupančič Tisovec, Rok Poličnik, Judita Kulovec, Silva Nemeš, Ana Štruc, Dijana Malić, Andreja Ošina, Tadeja Hočevan, Rok Zaletel, Karmen Henigsmann, Ajda Jelenc, Mirjam Rožič, Ivanka Huber Kropec, Jelka Zaletel, Nataša Medved, Urška Ličen, Martina Horvat

Organizacijski odbor: Andreja Ošina, Katarina Stanovnik, Rade Pribaković Brinovec, Sanja Vrbovšek, Ana Štruc