

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 ODPORNEJŠO PREVENTIVO KRONIČNIH BOLEZNI

1. dan, ponedeljek, 14. 9. 2026

8.00–9.00	Registracija
9.00–9.20	Uvodni pozdravi (Nacionalni inštitut za javno zdravje, Ministrstvo za zdravje, Svetovna zdravstvena organizacija)
PLENARNI DEL	
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 Jerneja Farkaš Lainščak, NIJZ, SB Murska Sobota, Borut Jug, UKC Ljubljana
11.15–11.30	Od motenj spanja do infarkta: kako pomanjkanje spanja ogroža zdravje srca in kaj lahko storimo mi? Leja Dolenc Grošelj, Medicinska fakulteta UL
11.30–11.35	Aktivni odmor Katja Koren, ZD Koper
11.35–11.50	Miti in znanstvena spoznanja o alkoholu – ali kozarec na dan res ščiti srce? Tadeja Hočevar, NIJZ
11.50–12.05	Zrak, hrup, kemikalije – nevidni okoljski vplivi na zdravje srca Majda Pohar, Simona Uršič, NIJZ
12.05–12.20	Prenovljen Evropski kodeks proti raku – od znanosti do vsakdanjih odločitev Katja Jarm, Onkološki inštitut Ljubljana
12.20–13.10	Safe Hearts Plan EU – nadgradnja že obstoječih strategij preventive bolezni srca in žilja v Sloveniji Okrogla miza
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
	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, ZD Ljubljana, NIJZ
15.20–15.40	Med ambulantno družinske medicine in centrom za krepitev zdravja: vloga zdravnika družinske medicine v integrirani preventivi kroničnih bolezni
	TBD
15.40–16.00	Laična podpora v skupnosti kot pristop k opolnomočenju in kreptvi integrirane oskrbe oseb s sladkorno boleznijo tipa 2 in arterijsko hipertenzijo
	Tina Virtič, ZD Slovenj Gradec
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, Skupinska praksa
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, NIJZ
SEKCIJA 2	Majhni koraki, velik učinek – sočutno uvajanje sprememb v življenjskem slogu
	Moderatorki: Ema Petavar, Manica Remec
15.00–16.00	Podpora pri spreminjanju življenjskega sloga
	Neža Majdič, SportMed+Rehab
16.00–16.15	Odmor
16.15–17.00	Hrepenenje po hrani – kako ga razumeti in uravnati
	Živa Krajnc, Filozofska fakulteta, Medicinska fakulteta, UM
SEKCIJA 3	Ustavimo KLB – od zgodnjega odkrivanja do celostne obravnave in življenja s kronično ledvično boleznijo
	
	Moderatorki: Sanja Vrbovšek, Andreja Ošina
15.00–15.15	Ustavimo KLB – od statistike do obravnave: epidemiološko breme KLB in integrirana obravnava oseb s KLB
	Jernej Pajek, UKC Ljubljana, Sanja Vrbovšek, NIJZ
15.15–15.30	Pilotno testiranje presejanja za KLB v ambulantah družinske medicine – rezultati pilotne študije
	Marija Petek Šter, Katedra za družinsko medicino, Medicinska fakulteta UL, Jernej Pajek, UKC Ljubljana, Sanja Vrbovšek, NIJZ
15.30–15.45	Obravnava dislipidemij pri osebah s KLB
	Andreja Marn Pernat, UKC Ljubljana
15.45–16.00	Nefarmakološka obravnava oseb s KLB – kaj je bolnikom najtežje spremeniti?
	Dominik Pogorevc, UKC Ljubljana
16.00–16.15	Odmor
16.15–16.35	Nefarmakološka obravnava oseb s KLB – vidik telesne vadbe
	Maja Pajek, Fakulteta za šport, UL
16.35–16.55	Življenje s KLB – vseživljenjska rehabilitacija in moč društev bolnikov skozi oči pacientov
	Dragica Mlinšek, Vleo Vatovec, Zveza društev ledvičnih bolnikov
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, ZD Koper

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

Moderatoriki: Andrea Backović Juričan, Tjaša Knific

Zmigaj se do vadbe – evropski projekt, ki spodbuja telesno dejavnost odrasle, neaktivne populacije

Polona Samec, Olimpijski komite Slovenije, Andrea Backović Juričan, NIJZ

Spalne motnje in primeri najpogostejših zdravstvenih obravnav le-teh pri odraslih

Keti Simonska, ZD Medvode, Andrea Backović Juričan, NIJZ

Predstavitev prenovljenega vadbenega programa vAdBeCeDa

Tjaša Knific, NIJZ

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, ZD Ljubljana

Izzivi in ovire pri obravnavi odraslih s kronično bolečino v ZVC

Nina Potočnik, ZD Medvode

SEKCIJA 2 Od izvida do načrta: sodobni pristopi v integrirani preventivi kroničnih bolezni

Moderatoriki: Jana Govc Eržen, Nataša Medved

Kje se integrirana preventiva zatakne in priložnosti za izboljšave

Tjaša Šarič, ZD Maribor

Od številke do razumevanja – kako komunikacija v ambulantni družinske medicine spreminja izvide in poteke zdravljenja

Tina Pahole, Tamara Marguč Veternik, ZD Slovenske Konjice

Skupaj do načrta za zdravje: oblikovanje osebnega načrta obravnave v preventivi

Simona Repar Bornšek, ZD Ljubljana, NIJZ

SEKCIJA 3 Psihoedukacija kot orodje za spremembe

Moderatoriki: Alenka Tančič Grum, Ema Petavar

Delavnica Jasno kot beli dan – moč metafor pri razlagi psihoedukativnih vsebin

Niki Jakol, Sara Brglez, ZD Velenje

Pomen čuječega zavedanja in samoregulacije pri preventivi empatičnega distresa psihologov v CKZ z izkustvenimi vajami

Eva Benda, ZD Domžale

Okrogla miza ob svetovnem dnevu duševnega zdravja v lokalni skupnosti: primer dobre prakse iz CKZ Laško

Anaja Videc, ZD Laško

Moderatoriki: Sanja Vrbovšek, Dijana Malič

Edukacija oseb s sladkorno boleznijo tipa 2 v ambulanti družinske medicine: prve izkušnje z novimi pristopi in didaktičnimi pripomočki, projekt Jacardi

 Marija Petek Šter, Katedra za družinsko medicino, Medicinska fakulteta UL,
 Matic Mihevc, ZD Trebnje, Jana Klavs, UKC Ljubljana

Ko preventivni programi ne dosežejo uporabnikov – izkušnje in stališča oseb s SB2 in intermediarno hiperglikemijo. Ugotovitve raziskave v projektu Jacardi

TBD

Povezovanje diplomirane medicinske sestre in dietetika pri oskrbi oseb s sladkorno boleznijo v CKZ Ljubljana

Andreja Semolič Valič, ZD Ljubljana

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

Ana Stepančič, ZD Ljubljana

Kdaj naj si merim krvni sladkor?

Jana Klavs, UKC Ljubljana, Jelka Zaletel, UKC Ljubljana, NIJZ

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

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

Moderatorja: Tadeja Hočevar, Rok Zaletel

Od prepoznavne do spremembe: podpora pri obravnavi tvegane in škodljivega pitja alkohola

Tina Bitežnik, ZD Kranj

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

Katarina Rebernak, ZD Vrhnika

Raznolikost obravnave oseb s tveganim in škodljivim pitjem alkohola v ZVC. Prikaz primerov iz prakse

Keti Simonska, ZD Medvode

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, NIJZ, Polona Campolunghi Pegan, ZD Osnovno varstvo Nova Gorica, Tadeja
 Hočevar, NIJZ

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

Tadeja Gruden, ZD Novo mesto

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

Petra Vršnik, ZD Domžale

SEKCIJA 6 Mostovi do zdravja – vključujoča komunikacija in dostopna preventiva

Moderatorki: Silva Nemeš, Judita Kulovec

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

Ana Štruc, Mirjam Rožič, Ajda Jelenc, NIJZ

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

Neja Perič, ZD Litija

Dostopnost preventivnih zdravstvenih storitev za gluhe in naglušne

Jana Lavtižar, Jerca Logonder, ZD Kranj

Vključevanje ranljivih skupin v obravnave CKZ v lokalni skupnosti – “piknik” z brezdomci

Dea Hudarín Kovačič, ZD Velenje

Komuniciranje stigmatizirane teme pri ozaveščanju o zdravem življenjskem slogu – primer izvajanja delavnic in priprave priročnika za delo v lokalnem okolju za osebe z brezposelnostjo

Karmen Henigsmán, Tadeja Hočevar, NIJZ

SEKCIJA 7 Celostna obravnava debelosti: od vedenjskih pristopov do farmakoterapije

Moderatorja: Rade Pribaković, Rok Poličnik

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

Katja Kurnik Mesarič, UKC Ljubljana

Nova doba zdravljenja debelosti: vloga farmakoterapije v celostni obravnavi

TBD

GLP-1 agonisti in izguba mišične mase: pomen multidisciplinarne obravnave

Katarina Kolenc Klen, Ana Stepančič, ZD Ljubljana

Debelost in arterijska hipertenzija: klinični primer uspešnega nefarmakološkega pristopa

Snežana Milutinović Matić, Tina Stojkovič, Ana Košmrli, ZD Logatec

Multidisciplinarna obravnava žensk s poliendokrinim metabolnim ovarijskim sindromom: povezovanje primarne in terciarne ravni

Nika Šepec, Daša Medvešek, Laura Kolšek Slana, ZD Litija

13.30–13.45 Sklep 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).

Organizator si pridržuje pravico do spremembe vsebine ali poteka programa zaradi nepredvidenih okoliščin ali višje sile.

PROJEKTI SE PREDSTAVIJO

Med konferenco bo v preddverju 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, ambulante 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 Malič, Andreja Ošina, Tadeja Hočevar, Rok Zaletel, Karmen Henigsman, 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