



SVITOVE RAZGLEDNICE ZDRAVJA

Majhna beseda, velika sprememba

Primer dobre prakse medgeneracijske komunikacije in ozaveščanja v Mestni občini Krško in Kostanjevica na Krki

Bled, 17.9.2025



KDO SMO/ ekipa



SVITOV DAN 2025





Strah in sram stran, zdravje nazaj k nam!

Pomoč pri odločanju ZA sodelovanje v Programu SVIT



Lačni tukaj

Naj opravi test?

DA

NE

STRAH ME JE DIAGNOZE.

Strah je normalno čustvo, ki nas opozori na nevarnost in ima funkcijo samozaščite. Nastopi, kadar se nam zdi, da smo ogroženi - mi, naše vrednote ali tisto, kar se nam zdi pomembno - in da nimamo moči, da bi se zaščitili.

SRAM ME JE VZETI VZOREC.

Sram je neprijetno, a običajno čustvo. Izvira iz globoko zasidranih prepričanj o tem, da nismo dovolj dobri ali da je z nami nekaj narobe.

NISEM BOLAN.

Zanikanje je obrambni mehanizem, pri katerem se soočamo z dejstvom, ki je preveč boleče, da bi ga lahko sprejeli, zato ga namesto tega zanikamo.

Beri pozitivne zgodbe - negativne bodo tvoj strah le povečale. Najdeš jih na www.program-svit.si

Sooči se - strah odpravimo le tako, da mu pogledamo v oči. Če ne, pa dobiva na moči.

Več kot 70 % primerov raka na debelem črevesju in danki je odkritih tako zgodaj, da onkološko zdravljenje sploh ni potrebno.

Morebitno bolezen še pravočasno zaznam in jo uspešno zdravim.

Nagovori prestrašenega otroka v sebi. Sporoči si, da je test koristen zate.

Pogovori se s psihologom. Na voljo smo tudi v lokalnem CKZ.

Informiraj se. Vprašaj strokovnjake! Informiranost zmanjša predsodke in strah. Svitova podpora ali svit@nijz.si

Pogovori se s svojim notranjim kritikom - povej mu, da delaš na sebi!

Vsi tvoji vrstniki so dobili vabilo za SvIt. Kako pa se s situacijo soočajo oni? Posnema jim primere dobre prakse.

Če se pretvarjam, da problema ni, ne pomeni, da izgine.

Test je včasih pozitiven pri osebah, ki nimajo težav in se počutijo odlično.

Če sem res zdrav, bo test to samo potrdil.

DA

Sodelovanje v Programu SvIt je modra odločitev.

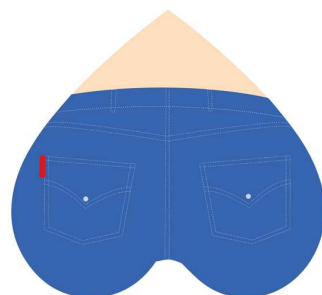


NE BOJTE SE SVETA TAKŠNOSTI!

Program SVIT

PROGRAM SVIT: Nacionalni program za zgodnje odkrivanje raka na debelem črevesu in danke

Odlična obveščevalna strategija: TV, radio, tisk, splet, osebna vabila, katere posamezniki prejmejo na 2 leti v starosti od 50 – 74 let



PO 50. LETU JE TOLIKO
BOLJ POMEMBNO SKRBE TI ZA
SVOJO R*T.
Vsaj enkrat na dve leti.

NIJZ
Nacionalni inštitut
za javno zdravje

Svit
NACIONALNI PROGRAM
ODKRIWANJA IN PREVENCIJE
DRUGARČNA PREDKRAVANJE
KOLIKOVANJE IN RAK NA
DEBELEM ČREVESU IN DANKE

www.program-svit.si

**Ste
glasbo
poslušali
tako?**

Poslušajte še svojo rit.

Odzovite se na vabilo Programa Svit.

Svit

Podpornik Programa Svit
Donat



IZZIV/ Zakaj iščemo nove pristope?

Precejšen delež odraslih se **ne odziva** na preventivni program SVIT (32–39 %)

ODZIVNOST 2024: regija Novo mesto 66,75 %: Krško 62,66 %, Kostanjevica na Krki 64,38 %; regija: Kranj 68,31 % - najvišja, najnižja - regija Koper 61,66 %

Slika 1: Odzivnost v Program Svit, Slovenija, 2010 - 2024

Program Svit v letu 2024



64,9 % ODZIVNOST

319.700 vabljenih oseb,
izjavo je vrnilo 206.708 oseb.

Vir: NUZ

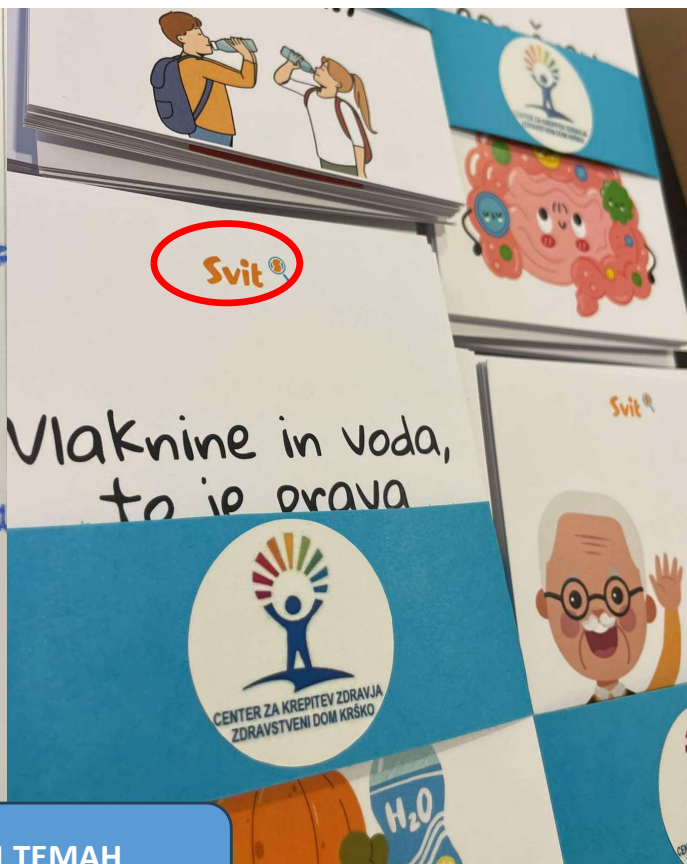
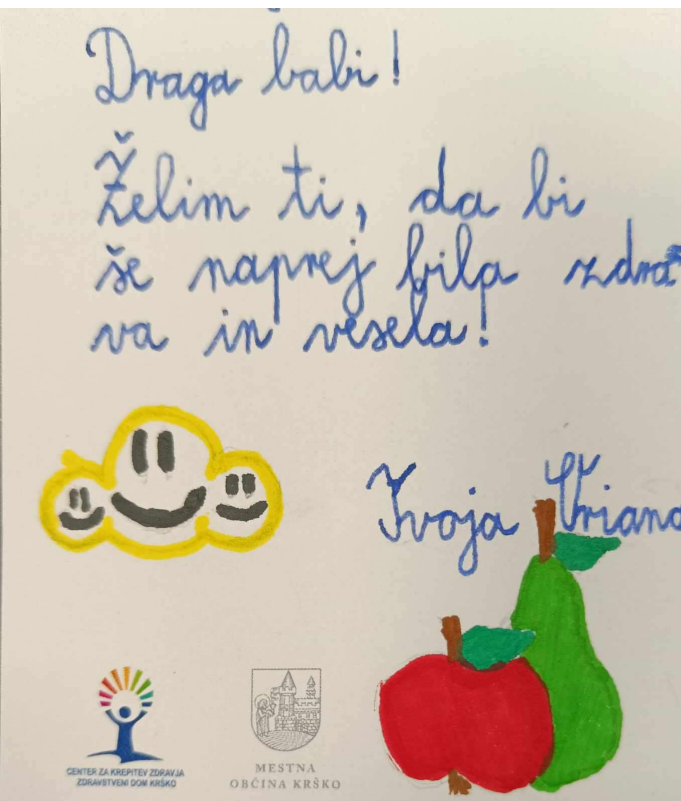
Tabela 3. Odzivnost vabljenih v zdravstveni regiji Novo mesto po občinah v prvem polletju 2025.

Občina	Odzivnost	Odzivnost - moški	Odzivnost - ženske
Črnomelj	65,40%	58,85%	71,93%
Dolenjske Toplice	68,52%	56,77%	80,67%
Kostanjevica na Krki	68,89%	57,14%	79,17%
Krško	63,75%	58,97%	68,34%
Metlika	68,60%	59,23%	77,46%
Mirna	65,57%	64,08%	66,97%
Mirna Peč	73,12%	68,25%	77,95%
Mokronog-Trebelno	66,28%	59,57%	74,36%
Novo mesto	69,13%	64,63%	73,13%
Semič	73,02%	64,12%	83,45%
Straža	69,97%	63,76%	75,97%
Šentjernej	68,42%	61,94%	74,90%
Šentrupert	75,36%	65,00%	85,05%
Škocjan	66,18%	63,16%	69,01%
Šmarješke Toplice	72,00%	60,99%	83,58%
Trebnje	66,60%	58,46%	75,74%
Žužemberk	63,46%	58,82%	67,76%
ZR NOVO MESTO	67,45%	61,18%	73,53%

Vir: Polletno poročilo o delovanju Programa Svit za obdobje od 1. 1. do 30. 6. 2025



IDEJA PROJEKTA



HUMOR IN SPROŠČENOST KOT MOST PRI OBČUTLJIVIH TEMAH
(npr. zabavna kreativa, imitacije črevesnih zvokov- sproščena čakalnica)



STROKOVNI VIDIK

S projektom združimo:

- šolski učni načrt
- zdravstveno vzgojo
- skupnostno delo
- vizualno komunikacijo
- osebni stik



NAGOVORITI POSAMEZNIKA Z MISLIJO, DA JE NJEGOV ODZIV
POMEMBEN NE LE ZANJ, TEMVEČ TUDI ZA TISTE, KI GA IMAJO RADI.
VPLIV NA ČUSTVA



CILJ



- Postopna sprememba odnosa do preventive – da ne ostane tiha in neprijetna;
- Višja zdravstvena pismenost znotraj družin in skupnosti;
- Krepitev **medgeneracijskih vezi** kot temeljnega dejavnika zdravja;



IZVEDBA PROJEKTA



CKZ KRŠKO

Tim ZDRAVSTVENE VZGOJE
ODRASLIH

Tim ZDRAVSTVENE VZGOJE
OTROK IN MLADOSTNIKOV

Mestna občina
Krško

Osnovne šole

OŠ Leskovec
OŠ Raka
OŠ Podbočje
OŠ Brestanica

OŠ Kostanjevica na Krki
OŠ Mihajla Rostoharja
OŠ Jurija Dalmatina
OŠ Senovo

Občina
Kostanjevica na
Krki

RAZREDNIKI

UČENCI 3.
RAZREDOV



MESTNA
OBČINA KRŠKO



 SKUPAJ
ZA ZDRAVJE

SVITOVE RAZGLEDNICE ZDRAVJA

Svit 

BABI,

Vlaknine jej,
da bo šlo ven
prej!



Svit 



Lepo črevo,
Zdravo telo!

Svit 

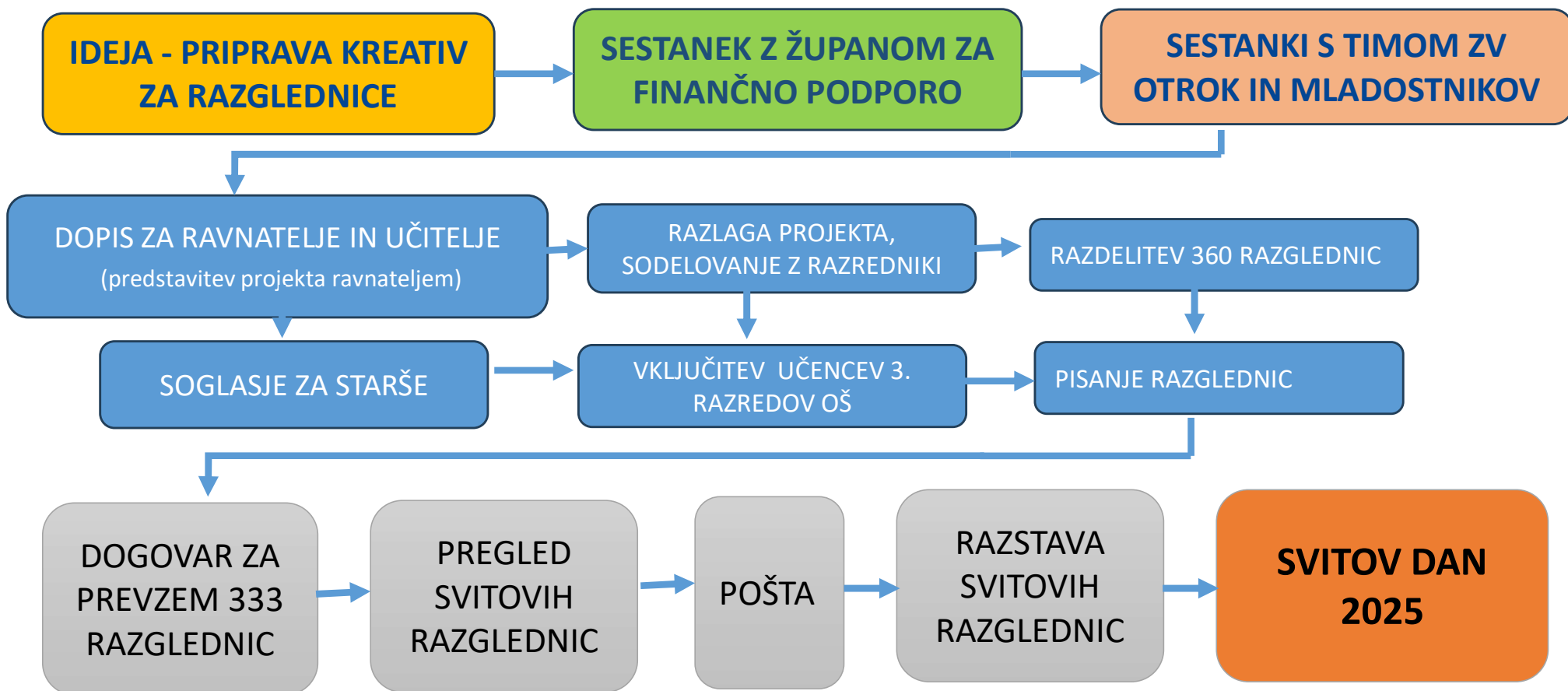


DEDI,

Vlaknine jej,
da bo
šlo ven
prej!



PROJEKTI PLAN







IZJAVA UČENCEV 5. RAZREDA OSNOVNE ŠOLE DR. MIHAJLA ROSTOHARJA KRŠKO O SODELOVANJU

Napisane razglednice smo odnesli na pošto in jih oddali v poštni nabiralnik. Ena razglednica je potovala zelo daleč – k babici v Belgijo.

Pisanje razglednic nam je bilo poučno in zelo zabavno, pri tem pa smo razveselili vse, ki so prejeli naša prijazna sporočila. Dogodek smo zaključili s pogovorom, da je za zdravje pomembno, da pijemo dovolj tekočine (vodo), se kakovostno prehranjujemo, gibljemo, dobro spimo in smo v dobri družbi.

Učenci sporočamo: »Pazite na svoje zdravje in ozaveščajte tudi druge o pomenu zdravja! In veliko se smejte!«

IZSEK IZJAVE: izjavo pripravili: učenci in učenke 5. razreda z razredničarko mag. Danijelo Švajger, OŠ dr. Mihajla Rostoharja Krško (celotno izjavo hranimo v prostorih Centra za krepitev zdravje Krško)



ZAKAJ PRISTOP DELUJE?



Draga babi in dedi,

Želim ti da ne boš
več shabala.



Tvoj Jože



CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA
ZDRAVSTVENI DOM KRŠKO



MESTNA
OBČINA KRŠKO



DRAGI DEDI!
UPAM DA BOŠ
SE DOLGO
LAHKO HODIL



CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA
ZDRAVSTVENI DOM KRŠKO



MESTNA
OBČINA KRŠKO

Mila

IZZIVI IN OMEJITVE



- **LOGISTIKA** (organizacija, usklajevanje s šolami, izvajalkami zdravstvene vzgoje, učitelji, starši – posredovanje naslovov, pravočasno pisanje razglednic, oddaja razglednic na pošto)



- **PRIPRAVLJENOST UČITELJEV ZA SODELOVANJE**



- **ČUSTVENA OBČUTLJIVOST TEME**



- **POŠTNINA ZA TUJINO**



ODZIVNOST



PROJEKT SVITOVE RAZGLEDNICE ZDRAVJA
ni zasnovan kot klasična intervencija,
kjer bi takoj merili ODZIVNOST.

KLJUČNO:

- ponoviti projekt večkrat letno ali vsaj ciklično, vključiti širšo skupnost (medije, društva, zdravstveni kader, občine),
- dokumentirati osebne zgodbe
- narediti evalvacijo 12 mesecev po izvedbi



MOŽNOSTI NADGRADNJE

PROMOCIJA PROGRAMA SVIT:

Prioriteta kampanj v regijah, kjer je odzivnost manjša oz. slabša.

SVITOVE RAZGLEDNICE ZDRAVJA:

- Zagotovitev stalnega vira financiranja
- Razširitev na nacionalni projekt





Majhna beseda, velika sprememba. Svit.



Anja Šeško, dipl.m.s., s spec.znanji

Hvala za pozornost!

