

VABILO K SODELOVANJU

Priprava pričevanja za Evropski dan neformalnih oskrbovalcev – 6. oktober 2025

**DANES TI,
JUTRI JAZ**

Danes ti skrbiš zame, jutri jaz zate – podprimo vse, ki nudijo oskrbo



Dragi neformalni oskrbovalci,

vabimo vas, da posnamete kratek videoposnetek (do 1 minute) ali pripravite pisno izjavo, v katerem predstavite svojo izkušnjo oskrbovanja bližnjega. Vaša zgodba bo skupaj z drugimi del nacionalne kampanje, s katero bomo obeležili Evropski dan neformalnih oskrbovalcev, ki ga praznujemo vsako leto 6. oktobra.

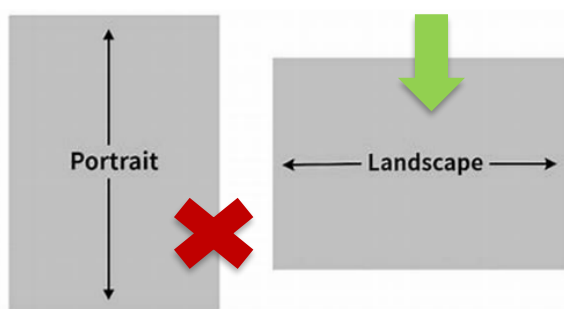
S kampanjo želimo pokazati, da se v vlogi oskrbovalca znajdejo zelo različni ljudje – in da lahko to vlogo nekega dne prevzame prav vsak izmed nas. Hkrati želimo opozoriti, da vsi oskrbovalci potrebujejo raznoliko podporo, ki pa danes pogosto še ni na voljo.

Kako sodelovati?

1. Posnemite kratek video v ležeči usmeritvi (največ 1 minuta) ali pripravite kratek pisni sestavek (do 250 besed), ki ga lahko opremite tudi s svojo sliko.
2. V videu ali pisni izjavi odgovorite na nekaj spodnjih stavkov (zaželeni so vsaj prvi trije):
 - 1) Moje ime je _____ (samo ime, brez priimka).
 - 2) Oskrbujem/skrbim za _____ (npr. mamo, sina, soseda, prijateljico).
 - 3) Pomagam ji/mu pri _____ (npr. pri hranjenju, skrbi za osebno higieno, pospravljanju stanovanja, pri prevozih k zdravniku, družabništvu).
 - 4) To počnem, ker _____ (povejte svoj razlog).
3. Posnetek oz. pisni sestavek s sliko pošljite na info@iat.si do 22. septembra 2025.
4. Priložite **izpolnjen obrazec za soglasje za uporabo izjave**.

Hitri nasveti za snemanje

- Snemajte na mirnem mestu, brez hrupa v ozadju.
- Uporabite ležečo usmeritev (landscape) telefona.
- Če snemate sami, telefon postavite na ravno površino.
- Na začetku in koncu posnetka pustite nekaj sekund tišine za lažje urejanje.



Zakaj je akcija pomembna

Eurocarers, evropska krovna organizacija za neformalne oskrbovalce, je 6. oktober razglasila za Evropski dan neformalnih oskrbovalcev.

Na Inštitutu Antona Trstenjaka bomo v sklopu Slovenskega združenja neformalnih oskrbovalcev ta dan oz. kar celoten mesec oktober obeležili z dogodki in kampanjo pod geslom: **»Danes ti, jutri jaz: Danes ti skrbiš zame, jutri jaz zate – podprimo vse, ki nudijo oskrbo.«**

Skupaj lahko pokažemo, kako pomembna je vloga vseh, ki skrbijo za svoje bližnje, in spodbudimo sistemske spremembe za boljšo podporo oskrbovalcem.

Vprašanja in dodatne informacije

Če imate kakršna koli vprašanja o oddaji zgodb ali Evropskem dnevu neformalnih oskrbovalcev, se obrnite na Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje po e-pošti: info@iat.si.

Hvala za sodelovanje in pomoč pri ozaveščanju!

Ekipa Inštituta Antona Trstenjaka