



PROGRAM KORONARNEGA KLUBA LJUBLJANA ZA LETO

2020

Program KKL je od marca 2020 usklajen z ukrepi za izvajanje programa ranljivih skupin – srčno-žilnih bolnikov v času Covid-19.

1. Strokovno delo

A. Temeljna področja delovanja:

- vseživljenjska rehabilitacija srčno-žilnih bolnikov
- program za preprečevanje bolezni srca in žilja
- program za kakovostno staranje
- **program za ranljive skupine v času Covid-19**

B. Sodelovanje pri izvajanju projektov MZ, FIHO in MOL

- Ministrstvo za zdravje : Program SRCE IN ZDRAVJE – Razvoj in implementacija integriranega programa opolnomočenja srčno-žilnih bolnikov v Sloveniji
- Mestna občina Ljubljana : Program UTRIP ZDRAVJA – osveščanje in svetovanje v MOL
- FIHO : Sofinanciranje letnega delovnega programa humanitarnih organizacij

A. Temeljna področja delovanja:

Program bo v celoti potekal v skladu s smernicami za vse-življenjsko rehabilitacijo in smernicami KKL, potrjenimi na strokovnem svetu KKL. KKL bo ostal odprt za raziskave na področju rehabilitacije srčno-žilnih bolezni. Upoštevamo vsa priporočila NIJZ in strokovnega sveta za izvajanje programa v času Covid-19.

Gibalna dejavnost: Gibalna dejavnost bo potekala pod vodstvom strokovnega kadra, 12 mesecev v telovadnici, od marca do novembra pa kombinirano tudi v naravi, pred vadbo v telovadnici bodo opravljene meritve KT, 1-krat letno evalviranje učinkov programa.

- Metode vadbe: aerobno-dinamična, Program G-I-O, vadba za člane z omejitvami lokomotornega sistema (vadba sede), vadba za hrbet, nordijska hoja.
- Evalvacija: 6MTH

Zdravstveno izobraževanje:

- skupinski zdravstveni posveti (3)
- individualni posveti: kardiologinja 1-krat mesečno, dipl. med. sestra 2-krat tedensko (prof. I. Keber, dipl. med. sest. M. Čuk) (10 mesecev)
- šole zdravega življenja Šmarješke Toplice, Poreč, Radenci
- tečaji Temeljnih postopkov oživljanja (4)

Psihosocialna podpora:

- Individualni posveti s psihoterapevtom (dr. N. Vene)
- Izmenjava sorodnih izkušenj med člani v skupini

Druženje: - organizirani dogodki (priloga)

B. Projekti financirani iz javnih razpisov:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Ministrstvo za zdravje: Srce in zdravje – Razvoj in implementacija integriranega programa opolnomočenja srčno-žilnih bolnikov v Sloveniji; prijavitelj Zveza

Sofinanciranje programov varovanja in krepitev zdravja – Obvladovanje kroničnih nenalezljivih bolezni :

- DS1 Upravljanje, koordinacija in administracija
- DS2 Informiranje in obveščanje
- DS3 Dejavnosti namenjene neposredno uporabnikom (razvoj in izvedba)
- DS4 Evalvacija (vsebina, organizacija)
- DS5 Mreženje in oblikovanje srcu prijaznih točk

Mestna občina Ljubljana



Mestna občina Ljubljana: Vključevanje ranljivih skupin v programe varovanja zdravja : starejših bolnikov in ogroženih za razvoj srčno-žilnih bolezni : Program UTRIP ZDRAVJA – osveščanje in svetovanje v MOL

- DS1 Vadba
- DS2 Psihoterapija
- DS3 Zdravstveni posveti



Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v republiki Sloveniji:
Sofinanciranje letnega delovnega programa humanitarnih organizacij

2. Sodelovanje z drugimi institucijami: Ministrstvo za zdravje, nadaljevanje informiranja v ZD Ljubljana in okolica, sodelovanje s FŠ pri izvajanju prakse podiplomskih študentov iz predmeta nenalezljive kronične bolezni, sodelovanje z UKC, Ambulanto za preventivo in rehabilitacijo, Novartis Podružnica Slovenija sodelovanje pri projektu srčno popuščanje, sodelovanje z MOL in z ZKDKS. Slovenska medicinska akademija – SŽB Covid-19.

3. Informiranje o dejavnosti KKL in vključevanje novih članov: objave preko medijev, preko klubske spletne strani, število članov KKL želimo povečati na 400. predstavitev progama in prikaz dejavnosti zaposlenim v Ambulanti za preventivno kardiologijo, UKC Ljubljana, priprava novega informativnega gradiva KKL, dan odprtih vrat za ČS Golovec in za predstavnike MOL; tiskovna konferenca ob dnevu srčnega popuščanja.

Izvajanje postopkov za odprtje novih skupin v Domžalah, Medvodah, Žireh, Škofljici.

4. Organizacija prostovoljcev in njihovo izobraževanje : širitev mreže prostovoljcev in pomoč pri delu komisij:

- Programska komisija
- Komisija za izobraževanje in šolo zdravega življenja
- Komisija za informiranje in dežurstvo
- Gospodarska komisija
- Komisija za druženje in klubske dogodke

Predvideno 1-dnevno izobraževanje v KKL.

5. Pridobivanje donatorskih sredstev : Na letni ravni pridobiti 4.000,00 eur donatorskih sredstev . Organizacija dogodka v KKL za donatorje (Vzajemna zavarovalnica, Novartis, Žale...)

6. Pridobitna dejavnost : oddaja prostorov ZKDKS, Društvu bolnikov z limfomom in levkemijo in možnost oddaje drugim interesentom (pogodbe o oddajanju potrdi UO)

Časovni načrt

6JANUAR, FEBRUAR	<p>Aktivnosti za realizacijo projektov MZ in MOL</p> <p>Predstavitev programa KKL, specialistom družinske medicine ZD Domžale</p> <p>Predstavitev dejavnosti KKL predstavnikom ČS Golovec</p> <p>Ples za zdravje</p> <p>Kandidacijski postopek za volitve organov KKL</p>
MAREC, APRIL Covid - 19	<p>Zbor članov KKL in volitve organov</p> <p>Predavanje UKC – ambulantna rehabilitacija</p> <p>Predstavitev vseživljenjske rehabilitacije študentom FŠ, predavanje in praktični prikaz</p> <p>Poročilo FIHO</p> <p>Strokovno srečanje Forum preventivne kardiologije</p> <p>Poročilo MZ (1.del)</p> <p>Šola zdravega življenja v Šmarjeških Toplicah</p> <p>Realitetna terapija dr. Nina Vene, dr. med, psihoterapevtka</p> <p>Nordijska hoja</p> <p>Izobraževanje prostovoljcev</p> <p>Izlet</p>
MAJ, JUNIJ Covid - 19	<p>Šola zdravega življenja v Poreču</p> <p>Strokovno predavanje</p> <p>Dan odprtih vrat</p> <p>Nordijska hoja</p> <p>Evalvacija članov</p> <p>Tiskovna konferenca o srčnem popuščanju – Novartis</p> <p>Realitetna terapija dr. Nina Vene, dr. med, psihoterapevtka</p>

	<p>Izlet</p> <p>Program G-I-O v Botaničnem vrtu</p> <p>Poročilo MOL</p>
<p>JULIJ, AVGUST</p> <p>Covid - 19</p>	<p>vadba v naravi</p> <p>program G-I-O v Botaničnem vrtu</p>
<p>SEPTEMBER, OKTOBER</p> <p>Covid - 19</p>	<p>Strokovno predavanje</p> <p>Realitetna terapija dr. Nina Vene, dr. med, psihoterapevtka</p> <p>Izlet v Žalec (Rimska nekropola) jama Pekel</p> <p>Šola zdravega življenja v Radencih</p> <p>Predstavitveni dogodek za donatorje</p>
<p>NOVEMBER, DECEMBER</p> <p>Covid - 19</p>	<p>Obnovitveni tečaji temeljnih postopkov oživljanja</p> <p>Strokovno predavanje</p> <p>Realitetna terapija dr. Nina Vene, dr. med, psihoterapevtka</p> <p>Informiranje o dejavnosti KKL – mediji</p> <p>Poročilo MZ (2.del)</p> <p>Prednovoletno srečanje</p> <p>Izlet</p>
<p>JANUAR - DECEMBER</p>	<p>Rehabilitacijska vadba</p> <p>Izvedba projektov MZ, FIHO in MOL</p> <p>Individualni posveti s specialistko kardiologinjo in dipl. med. sestro</p> <p>Pridobivanje sponzorskih sredstev</p> <p>Oddajanje prostorov ZKDKS, Društvo za limfom in levkemijo, Društvo revmatikov</p>