



## SPECIJALIZOVANI SERVIS ZA ZDRAVO I PRODUKTIVNO STARENJE

Izdavac : NVO CRNOGORSKA ISKRA

Licencirani pružalac usluga socijalne zaštite

Adresa izdavača : ul Park IV br 1/ 41

Urednice izdanja ; Renata Nurkovic , Danijela Bojovic

Autorka brosure: Ana Golubovic Popovic

Stampa : STR Progres

Tiraz : 1000

Brosura dostupna na sajtu :

<https://www.iskra.org.me/index.php/biblioteka>

### BROSURA

Izradjena u sklopu projekta "Specijalizovani servis za zdravo i produktivno starenje" koji je finansiran od strane Ministarstva rada i socijalnog staranja, 2022.god.



Otkrijte tajne zdravog i produktivnog starenja – Naš specijalizovani servis je tu za vas!

## *Pozdravna poruka .*

U trećoj životnoj dobi možete iskusiti mnoge divne trenutke, no razumijemo da takođe može biti ovaj period praćen izazovima i pitanjima. Želimo vam pružiti podršku, informacije i resurse kako biste se osjećali snažno, sretno i ispunjeno.

Naša misija je pružiti vam specijalizovane usluge za zdravo i produktivno starenje. Naš tim stručnjaka radi sa vama, prilagođavajući se vašim potrebama i ciljevima. Kroz savjetodavno-terapijski pristup, analizu stanja i prepoznavanje vaših kompetencija, nastojimo vam pomoći u prilagođavanju novim izazovima i razvijanju životnih vještina.

Naš cilj je poboljšati kvalitetu vašeg života u zajednici gdje starenje nije teret, već prilika. Želimo vam pružiti podršku, informacije o važnim pitanjima koja se odnose na vašu dobrobit te osnaživanje kroz edukaciju i pružanje psihosocijalne podrške.

Pridružite nam se u otkrivanju tajni zdravog i produktivnog starenja. Vaše iskustvo i mudrost su neprocjenjivi, i želimo vam pružiti sve što vam treba kako biste živjeli punim kapacitetom, u blagostanju i sa osjećajem sigurnosti.

Naš servis pruža vam tajne i alate za očuvanje zdravlja, vitalnosti i produktivnosti kako biste maksimalno iskoristili ovo predivno razdoblje. Naš stručni tim pruža vam podršku, resurse i personalizovane usluge kako biste postigli optimalno zdravlje i ostvarili svoje ciljeve.

Pridružite nam se i otkrijte kako starenje može biti ispunjeno, sretno i produktivno

## Sadržaj brošure:

1. Uvod
2. Savjetodavno-terapeutski pristup: Pomoć u prilagodljivosti i razvoju životnih vještina
3. Unaprjeđenje kvalitete pružanja socijalnih usluga za starije osobe
4. Integrisane usluge za starije osobe
5. Analiza stanja i prepoznavanje vlastitih kompetencija
6. Fokusiran i stručan rad kroz savjetodavno-terapijske usluge
7. Unaprjeđenje kvalitete života starijih osoba u zajednici
8. Informiranje starijih osoba o važnim pitanjima
9. Principi i ljudka prava starijih
10. Cjeloživotno ucenje
11. Edukacije za osnaživanje i podršku starijima
12. Formiranje i organizacija obuke mobilnih timova
13. Pridružite nam se i otkrijte tajne zdravog i produktivnog starenja
14. Kontakt informacije



## Uvod

S ponosom vam predstavljamo naš specijalizovani servis koji je posvećen vašem zdravom i produktivnom starenju.

Razumijemo da starenje donosi svoje izazove i promjene, ali vjerujemo da uz podršku i razumijevanje ovo vrijeme vašeg života biti ispunjeno mogućnostima i novim horizontima.

Naša misija je pružiti vam podršku, resurse i usluge koje će vam pomoći da živite punim kapacitetom, osjećate se sretno i zadovoljno. Bez obzira na to jesu li vaše potrebe fizičke, emocionalne, pravne, socijalne ili psihološke prirode, naš tim stručnjaka je ovdje da vam pomogne.

U našem servisu fokusiramo se na pružanje visokokvalitetnih savjetodavnih i terapijskih usluga kako biste se lakše prilagodili novim izazovima i razvili potrebne životne vještine. S našim stručnim timom, koji ima licencu za pružanje ovih usluga, možete biti sigurni da će vaše individualne potrebe biti pažljivo proučene i da ćemo se prilagoditi vašim ciljevima i željama.

Kroz naše aktivnosti, želimo unaprijediti kvalitet pružanja usluga socijalne zaštite za starije osobe, u skladu s vašim stvarnim potrebama. Takođe ćemo raditi na stvaranju svijesti o važnosti zdravog ponašanja i pozitivnih predstava o starenju i starosti kako bismo smanjili jaz između generacija.

Uz podršku našeg mobilnog tima i obuke za pružanje usluga socijalne i zdravstvene zaštite na seoskom području, osigurati ćemo da svi imaju pristup kvalitetnim integrisanim uslugama i podršci. Također, želimo edukovati starije osobe o svim

dostupnim servisima podrške u našoj zajednici, kako biste bili informisani i donosili važne odluke o svom životu.

Vaše emocionalno blagostanje je od izuzetne važnosti za nas. Kroz naše savjetodavno terapijske usluge, pružamo podršku u prilagođavanju individualnih potreba i razvijanju adekvatnih životnih vještina potrebnih za suočavanje s novim izazovima i rješavanje kriznih situacija koje ovo razdoblje života može donijeti. Vaša privatnost je takođe od velike važnosti za nas. Poštujemo vašu diskreciju i osiguravamo da svi vaši lični podaci bice tretirani s najvećom pažnjom i povjerenjem. Vaše povjerenje nam omogućuje da radimo zajedno na vašem blagostanju i postizanju vaših ciljeva.

U našem odnosu, naglasak je na otvorenoj komunikaciji i razumijevanju. Slobodno izražavajte svoje želje, brige i potrebe, jer smo tu da vas saslušamo i pružimo podršku. Otvorenost i iskrenost su ključni za izgradnju dubljeg razumijevanja vaših individualnih potreba i želja.

Kroz našu podršku i savjetodavne usluge, želimo razviti obostrano povjerenje kako bismo vam omogućili da se osjećate sigurno i podržano. Vjerujemo da je zajednički rad i povjerenje osnova za postizanje zdravog i produktivnog starenja.

Vaše povjerenje nam je dragocjeno, i s ponosom gradimo odnos koji će vam pružiti podršku i ohrabrenje tokom ovog važnog životnog razdoblja.

Dobrodošli u naš specijalizovani servis za zdravo i produktivno starenje! Uz nas, otkrijte tajne zdravog i ispunjenog starenja.

## **II Savjetodavno-terapeutski pristup: Pomoć u prilagođavanju i razvijanju životnih vještina korisnika**

Terapija kao svrhishodan čin za treću životnu dob ima širok spektar koristi i doprinosi zdravom i produktivnom starenju. U našem specijalizovanom servisu prepoznamo važnost terapije kao sredstva za podršku i osnaživanje starijih osoba.

Terapija pruža starijim osobama alate i strategije za uspješno prilagođavanje promjenama koje se javljaju u trećoj životnoj dobi.. Terapija im pomaže da se suoce sa novonastalim promjenama, prevladaju izazove i pronađu nove načine za postizanje zadovoljstva i smisla u svakodnevnom životu. Kroz rad tokom seansi pruža se mogućnost za razvoj i unaprjeđenje životnih vještina koje su važne u trećoj životnoj dobi. To može uključivati vještine upravljanja stresom, rješavanja problema, komunikacije, asertivnosti, samopouzdanja i donošenja odluka. ..

Kroz terapijski rad, starije osobe mogu naučiti nove načine suočavanja s izazovima i razviti vještine potrebne za uspješno prevladavanje svakodnevnih situacija. Terapija pruža emocionalnu podršku starijim osobama i prostor za izražavanje svojih osjećaja, briga i strahova. Ovo je posebno važno u trenucima kada se suočavaju s gubitkom, bolestima, usamljenošću, anksioznošću ili depresijom. Kroz terapijski proces, starije osobe mogu osvijestiti svoje emocije, obrađivati ih na zdrav način i pronaći načine za poboljšanje svog emocionalnog blagostanja. Grupna terapija omogućava starijim osobama da dijele svoja iskustva, steknu podršku i osjećaj zajedništva. Ovo pomaže u smanjenju osjećaja izolacije i uspostavljanju važnih socijalnih veza koje doprinose cjelokupnom blagostanju.

Terapija podržava starije osobe u održavanju svoje autonomije i nezavisnosti. Kroz terapijski proces, starije osobe razvijaju samosvijest, uče prepoznati svoje potrebe i želje te stvaraju licne ciljeve za zdravo i ispunjeno starenje. Kroz seanse pruža se mogućnost da razviju strategije za ostvarivanje ciljeva i pomoci na putu ka ostvarenju svog punog potencijala.

U našem specijalizovanom servisu, terapija se pruža kroz individualni i grupni rad kako bismo osigurali personalnu podršku i mogućnost povezivanja s drugima. Naš cilj je osigurati da starije osobe imaju pristup terapijskim uslugama koje im pomažu u razvoju i održavanju zdravog i produktivnog starenja. Savjetodavno-terapeutski pristup našeg specijalizovanog servisa za zdravo i produktivno starenje pruža podršku u prilagođavanju i razvoju životnih vještina koje su važne u trećoj životnoj dobi. Naš stručni tim koristi individualni i grupni rad kako bi vam pružio potrebnu podršku i pomogao vam da ostvarite svoje ciljeve.

Individualni rad: Naši stručnjaci su posvećeni pružanju individualne podrške prilagođene vašim specifičnim potrebama. Kroz jedan-na-jedan sesije, radit ćemo zajedno s vama na razvijanju i unaprjeđenju vaših životnih vještina. Ova individualna podrška omogućava nam da se usredsredimo na vaše jedinstvene izazove i ciljeve te vam pružimo personalne strategije i tehnike za suočavanje s njima.

Grupni rad: Osim individualne podrške, naš servis također nudi grupni rad kako biste imali priliku povezati se s drugim osobama treće životne dobi i zajedno raditi na razvoju životnih vještina. Grupne sesije pružaju vam prostor za dijeljenje iskustava, druženje, učenje od drugih i podršku kroz međusobno razumijevanje. Ovo okruženje podstiče međusobnu

podršku i osnaživanje, stvarajući zajednicu u kojoj se osjećate prihvaćeno i podržano.

Savjetodavno-terapeutski pristup koji koristimo fokusira se na vaše potrebe, želje i ciljeve. Kroz ove metode rada, pomažemo vam razvijati ključne životne vještine, kao što su upravljanje stresom, rješavanje problema, komunikacija, samopouzdanje i donošenje odluka. Naš cilj je osnažiti vas i pružiti vam alate i strategije koje možete primijeniti u svakodnevnom životu kako biste postigli zdrav i produktivan način starenja.

Uz individualni i grupni rad, naš specijalizovani servis za zdravo i produktivno starenje također pruža i druge oblike podrške, poput edukacije o zdravom ponašanju, potrebe procjena i unapređenja zdravstvenog stanja i stvaranju pozitivnih predstava o starenju i starosti. Kroz sve ove aktivnosti, stvaramo siguran i podržavajući prostor u kojem se osjećate ugodno i slobodno izražavati svoje potrebe i ciljeve.

Vjerujemo da je savjetodavno-terapeutski pristup ključan za pomoć starijim osobama treće životne dobi u razvoju njihovih životnih vještina i postizanju punog potencijala u ovoj fazi života. Radujemo se pružanju podrške i pomaganju da ostvarite zdravo, sretan i ispunjen život.



### III Unaprjeđenje kvalitete pružanja socijalnih usluga za starije osobe

Proces starenja stanovništva sa sobom nosi niz društveno-ekonomskih, zdravstvenih, kulturnih i pravnih posledica i potrebu da se izazovi pretvore u mogućnosti. Danas se optimalnim modelom dugotrajne nege smatra pružanje usluga u zajednici i to kako sa stanovišta dostojanstva starije osobe tako i sa stanovišta troškova usluge. Unapređenjem njege u zajednici mnogim ljudima će omogućiti da duže žive u svojim domovima, što doprinosi njihovoj društvenoj uključenosti i ličnom blagostanju.

Terapija kao svrhishodan čin za treću životnu dob ima ključnu ulogu u unaprjeđenju kvaliteta pružanja socijalnih usluga za starije osobe. Kroz naš specijalizovani servis, fokusiramo se na poboljšanje sljedećih aspekata pružanja socijalnih usluga: Individualizacija i personalizacija: Terapija nam omogućava da individualno pristupimo svakoj starijoj osobi i razumijemo njihove specifične potrebe, ciljeve i afinitete. Kroz individualni rad, terapeut može pružiti personalnu podršku i raditi na razvoju strategija koje najbolje odgovaraju svakom pojedincu. Na taj način osiguravamo da socijalne usluge budu prilagođene svakom korisniku i da se ostvari optimalan napredak. Evidencija i praćenje napretka: Terapijski pristup uključuje redovito praćenje i evaluaciju napretka starijih osoba. Kroz redovno bilježenje, terapeuti mogu pratiti promjene u emocionalnom blagostanju, socijalnim interakcijama i funkcionalnom statusu starijih osoba. Na temelju tih informacija, pružaoac NVO ISKRA usluga izrađuje personalne planove sa svakog korisnika skladno tome i planirane intervencije i usluge kako bi osigurali kontinuiran napredak i zadovoljstvo korisnika.

Timski rad i saradnja: Terapija se često sprovodi u saradnji s drugim stručnjacima i pružacima socijalnih usluga. Naš servis zastupa i sprovodi timski rad kako bismo osigurali holistički pristup i najbolju podršku za starije osobe. Stručni radnici servisa NVO ISKRA saraduju s drugim stručnjacima, kao što su medicinsko osoblje, socijalni radnici, volonteri i članovi porodice, kako bi se osigurala integracija usluga i maksimalna korist za starije osobe.

Edukacija i podizanje svijesti: Terapijski pristup uključuje i edukaciju starijih osoba o različitim aspektima zdravog i produktivnog starenja. Stručni radnici pružaju informacije, vještine i resurse koji pomažu starijim osobama da donose vazne odluke, razumiju svoja prava i pristupe dostupnim uslugama. Edukacija takođe uključuje podizanje svijesti u široj zajednici o važnosti pružanja kvalitetnih socijalnih usluga za starije osobe i podsticanje pozitivnog stava prema starenju.

Kroz naš specijalizovani servis, nastojimo unaprjeđivati kvalitet pružanja socijalnih usluga za starije osobe primjenom terapijskog pristupa. Vjerujemo da terapija igra ključnu ulogu u podsticanju zdravog i produktivnog starenja te osigurava da starije osobe dobiju podršku i resurse potrebne za ostvarenje kvalitetnog života u trećoj životnoj dobi.



#### **IV Integrisane usluge za starije osobe**

U sklopu našeg specijalizovanog servisa, pružamo integrisane usluge za starije osobe kako bismo osigurali sveobuhvatan pristup njihovim potrebama i ciljevima.

Naše integrisane usluge obuhvataju različite aspekte dobrobiti starijih osoba, uključujući fizičko zdravlje, mentalno blagostanje, socijalnu podršku i emocionalnu stabilnost. Naš tim stručnjaka s posebnim obrazovanjem i iskustvom radi zajedno s korisnicima na različitim aspektima njihovog života kako bi postigli cjeloviti napredak a samim tim korisnici ostvarili svoje potencijale. Ovi stručnjaci su angažovani u raznim područjima kako bi pružili sveobuhvatnu podršku i resurse starijim osobama. Integrisane usluge podrazumijevaju usklađivanje različitih pružaoca usluga kako bi se osigurala dosljednost i kontinuitet podrške. Naš tim saraduje s drugim stručnjacima, uključujući doktore, socijalne radnike, gerento domacice, neformalne njegovatelje.. kako bismo osigurali da korisnici dobiju potrebne usluge bez preklapanja ili propuštanja važnih informacija. Integrisane usluge pružaju fleksibilnost u odabiru pristupa koji najbolje odgovara potrebama starijih osoba. Naš servis nudi individualni rad s terapeutom koji se fokusira na licne ciljeve i izazove korisnika. Takođe organizujemo grupne aktivnosti i radionice kako bismo podstakli socijalnu interakciju, podršku i dijeljenje iskustava među starijim osobama.

Naša integrisana usluga ima za cilj poboljšanje kvaliteta života starijih osoba, omogućujući im da ostanu aktivni, sretni i angažovani u zajednici. Kroz naš pristup, želimo da starije osobe dožive sopstvenu afirmaciju i slobodu da ostvare svoje potencijale, bez obzira na godine.



Važno je naglasiti da su naše usluge prilagođene individualnim potrebama i željama svakog korisnika. Uzimamo u obzir njihove životne priče, interese i ciljeve kako bismo razvili personalizovane planove socijalne zaštite koji odražavaju njihovu jedinstvenu situaciju.

Uz našu podršku, starije osobe mogu otkriti tajne zdravog i produktivnog starenja, iskoristiti svoj puni potencijal i nastaviti uživati u svim ljepotama života, uprkos godinama. Uz to, kroz našu podršku, starije osobe mogu otkriti nove interese, hobije i društvene aktivnosti koje ih ispunjavaju. Podstičemo njihovu socijalnu interakciju, povezivanje s vršnjacima i djelovanje u zajednici. Na taj način, stvaraju se dublje veze, bogatiji odnosi i osjećaj pripadnosti, što pridonosi njihovom opstem blagostanju.

Važno je naglasiti da naša podrška nije samo kratkoročna, već pruža kontinuiranu podršku i praćenje. Kontinuirano ocjenjujemo napredak naših korisnika i prilagođavamo naše usluge kako bismo im omogućili stalni razvoj i napredak.

Uz našu podršku, starije osobe mogu uživati u svim ljepotama života, razvijati svoje talente i strasti te pridonositi zajednici na način koji odražava njihovu jedinstvenu individualnost i iskustva. Otkrivanje tajni zdravog i produktivnog starenja postaje putovanje ispunjeno novim saznanjima, bliskošću s drugima i radosti življenja.



## **V Analiza stanja i prepoznavanje vlastitih kompetencija**

U našem specijalizovanom servisu za zdravo i produktivno starenje, posvećeni smo pružanju podrške starijim osobama u analizi njihovog trenutnog stanja i prepoznavanju vlastitih kompetencija. Svaka osoba ima jedinstvena iskustva, vještine i talente koji su temelj za daljnji razvoj i ostvarenje njihovog potencijala.

Naš tim stručnjaka sprovodi pažljivu analizu stanja svakog korisnika, uzimajući u obzir fizičke, emocionalne, mentalne i socijalne aspekte njihovog života. Ova analiza omogućuje nam dublje razumijevanje njihovih individualnih potreba, izazova i ciljeva.

Kroz razgovore, evaluacije i testiranja, pomažemo starijim osobama da prepoznaju sopstvene kompetencije i resurse koje posjeduju. Otkrivanje tih kompetencija pruža osjećaj samopouzdanja, ponosa i svrhe te motivacije za dalji razvoj i angažman. Naš tim podržava starije osobe u identifikaciji njihovih interesa, afiniteta i životnih ciljeva. Podstičemo ih da otkriju nove hobije, interese ili aktivnosti koje su oduvijek željeli istražiti. Uz našu podršku, starije osobe mogu proširiti svoje horizonte, učiti nove vještine i aktivno doprinisati u onome što ih ispunjava. Takođe, pružamo pomoć u prepoznavanju potreba za usavršavanjem ili obrazovanjem. Bez obzira na to želite li naučiti nove tehnologije, umjetnost, jezike ili sarađivati u edukativnim programima, naš tim će vam pomoći da pronađete odgovarajuće resurse i prilike za licni rast.

Važno je napomenuti da analiza stanja i prepoznavanje licnih kompetencija nisu samo jednokratni proces. Kontinuirano pratimo napredak naših korisnika i pružamo podršku tokom njihovog puta razvoja. Pomažemo im da postavljaju realne ciljeve, razvijaju akcijske planove i održavaju motivaciju za ostvarenje svojih snova i ambicija. Važno je istaknuti da personalni planovi ne samo da pomažu starijim osobama da ostvare svoje ciljeve, već i da osnaže njihovo samopouzdanje, motivaciju i osjećaj svrhe. Kroz rad na licnim ciljevima i napretku, starije osobe mogu osjetiti radost, postignuće i ispunjenje, uprkos godinama.

Uz našu podršku i razvoj personalnih planova, starije osobe dobijaju priliku da aktivno djeluju u oblikovanju svog života, ostvaruju svoje ambicije i uživaju u svim ljepotama starenja takođe, starije osobe dobijaju priliku za licni rast, napredak i ispunjenje. Svaki korak prema otkrivanju sopstvenog potencijala pruža osjećaj postignuća i sreće, doprinoseći zdravom, ispunjenom i produktivnom starenju.

## **VI Fokusiran i stručan rad kroz savjetodavno-terapijske usluge**

Naš specijalizovani servis za zdravo i produktivno starenje pruža fokusiran i stručan rad kroz savjetodavno-terapijske usluge. Ove usluge su namijenjene starijim osobama koje žele podršku u suočavanju s izazovima i razvijanju vještina potrebnih za nošenje sa novim situacijama i krizama koje život u trećoj životnoj dobi može donijeti.

Naš tim stručnjaka, koji uključuje terapeute, savjetnike, doktore, psihologe, socialne radnike, pravnike.. i druge stručne djelatnosti, pruža individualni i grupni rad s korisnicima. Ovi stručnjaci su obučeni u radu s starijim osobama i imaju duboko razumijevanje njihovih specifičnih potreba i izazova.

Kroz savjetodavno-terapijske usluge, starije osobe dobijaju podršku u prilagođavanju na promjene, razvoju adekvatnih životnih vještina i suočavanju s kriznim situacijama. Naši savjetnici koriste različite terapijske pristupe i tehnike kako bi pomogli korisnicima u razumijevanju sebe, upravljanju emocijama, poboljšanju komunikacije i rješavanju problema.

Fokusirani smo na individualne potrebe svakog korisnika i pružamo im sigurno i podržavajuće okruženje za izražavanje svojih briga, strahova i ambicija. Naši stručni radnici slušaju aktivno, postavljaju relevantna pitanja i pružaju korisne savjete i strategije za napredak.

Savjetodavno-terapijske usluge takođe se odvijaju u grupnom okruženju, gdje starije osobe imaju priliku razmijeniti iskustva, podržati jedni druge i učiti iz perspektiva drugih. Ove grupe pružaju podršku, ohrabrenje i osjećaj zajedništva, što može biti izuzetno važno za starije osobe koje se osjećaju usamljeno ili izolovano.

Naš tim stručnih saradnika kontinuirano se edukuje i prati najnovija istraživanja i prakse u području savjetovanja i terapije za starije osobe I OSI. To nam omogućuje da pružimo najkvalitetniju podršku i usluge koje su usklađene s najnovijim saznanjima i stručnim smjernicama.



Kroz naš fokusiran i stručan rad, starije osobe dobijaju priliku za licni rast, razvoj novih vještina, poboljšanje kvaliteta života i postizanje emocionalne dobrobiti. Nastojimo pružiti podršku i resurse koji će im omogućiti da se osjećaju samopouzdana, sretno i ispunjeno u trećoj životnoj dobi.



## **VII Unapređenje kvalitete života starijih osoba u zajednici**

Unapređenje kvaliteta života starijih osoba u zajednici predstavlja suštinu i svrhu našeg rada. Naša misija je da starije osobe uživaju visok nivo dobrobiti i zadovoljstva u svojim svakodnevnim aktivnostima u sopstvenom domu i zajednici.

Kroz naše integrirane usluge i podršku, nastojimo doprinijeti fizičkom, emocionalnom, mentalnom i socijalnom blagostanju starijih osoba. Želimo im omogućiti da ostanu aktivni,

angažirani i uključeni u zajednicu, te da nastave uživati u punom potencijalu koji život može pružiti.

Naš pristup temelji se na prepoznavanju jedinstvenih potreba i želja svake starije osobe. Uzimamo u obzir njihove kompetencije, interese i ciljeve te pružamo personalne usluge koje podržavaju njihovu individualnost i autonomiju.

Kroz različite aktivnosti, savjetovanje, terapiju, edukaciju i podršku u svakodnevnim zadacima, nastojimo unaprijediti kvalitet života starijih osoba. Ohrabrujemo ih da njeguju svoje interese, razvijaju nove hobije i vještine, održavaju društvene veze i aktivno učestvuju u zajedničkim aktivnostima.

Osim toga, promovisemo važnost zdravog starenja kroz pružanje informacija o prehrani, tjelesnoj aktivnosti, prevenciji bolesti i očuvanju mentalne oštine. Podržavamo starije osobe da njeguju svoje tijelo i um, te da usvoje zdrave navike koje će im omogućiti da ostanu vitalni i puni energije.

Naša suradnja s lokalnim zajednicama, institucijama i organizacijama omogućuje nam da pružimo sveobuhvatnu podršku starijim osobama. Podstičemo inkluziju i stvaranje podržavajućeg okruženja u kojem se starije osobe osjećaju prihvaćeno i cijenjeno.

Kroz naše aktivnosti analize stanja i prepoznavanja vlastitih kompetencija, kao i fokusiran i stručan rad kroz savjetodavno-terapijske usluge, stvaramo mogućnosti za individualan rast, samopouzdanje i ispunjenje. Naš cilj je pomoći starijim osobama da otkriju svoje potencijale, razviju svoje vještine i ostvare život koji je pun sreće, zadovoljstva i smisla.

Unapređenje kvalitete života starijih osoba u zajednici znači stvaranje okruženja u kojem se starije osobe osjećaju podržano, poštovano i uvaženo. Nastojimo doprinijeti tom cilju kroz našu stručnost, predanost i ljubaznost u pružanju usluga



## VIII Informiranje starijih osoba o važnim pitanjima

Informiranje starijih osoba o važnim pitanjima predstavlja ključan dio naše usluge. Shvatamo da su starije osobe suočene s različitim izazovima i promjenama koje se javljaju s godinama, te je važno da imaju pristup relevantnim informacijama kako bi donijele odluke u skladu sa sopstvenim interesima .

U specijalizovanom servisu sprovodi se informativne sesije i radionice koje obuhvataju različite vazne teme za starije osobe. To uključuje informacije o zdravlju i dobrobiti, pravima i zakonodavstvu, finansijskom planiranju, društvenim aktivnostima i još mnogo toga.

Želimo doprinijeti da starije osobe budu svjesne svojih prava i resursa kako bi se bolje nosile s izazovima i iskoristile dostupne mogućnosti. Pružamo im relevantne informacije o zdravom načinu života, prevenciji bolesti, važnosti redovnih pregleda i primarene zaštite o sopstveno zdravlju takođe, edukujemo ih o pravima koja imaju kao starije osobe, uključujući pristup zdravstvenoj zaštiti, socijalnoj zaštiti, pravnoj zaštiti i drugim oblicima podrške. Osnažujemo ih da se informišu o svojim pravima i da se bore za njih ukoliko se suoče s bilo kojim oblikom diskriminacije ili zlostavljanja.

Informisemo starije osobe o finansijskom planiranju, mogućnostima penzijskog osiguranja, upravljanju imovinom i ostalim finansijskim pitanjima. Pružamo im savjete i smjernice kako bi donijeli adekvatne odluke o svojim finansijama i osigurali stabilnost i sigurnost u svojim godinama.

Osim toga, informišemo starije osobe o dostupnim društvenim aktivnostima, klubovima, volonterskim mogućnostima i drugim oblicima angažmana u zajednici. Podstičemo ih da ostanu aktivni, druže se, razvijaju nove interese i doprinose zajednici na način koji odgovara njihovim interesima i mogućnostima.

Naša svrha je osigurati da starije osobe budu dobro informisane i osnažene kako bi donijele odluke koje su u skladu s njihovim potrebama, željama i vrijednostima. Kroz pružanje relevantnih informacija, stvaramo okruženje u kojem starije osobe mogu ostvariti svoj puni potencijal i uživati u životu, uprkos godinama. Edukacija starijih osoba o testamentu, raspolaganju imovinom i ostalim aspektima povezanim s imovinskim pravima ima ključnu ulogu u našem radu. Shvatamo da su ove

teme važne za starije osobe kako bi osigurale pravilno planiranje i zaštitu svoje imovine.

U specijalizovanom servisu se pružaju informacije i savjeti o testamentu, kojim starije osobe mogu planirati raspodjelu svoje imovine i osigurati da njihova volja bude poštovana nakon njihovog odlaska. Angazovani pravnik im objasnjava postupak izrade testamenta, njegove vrste i važne aspekte koje trebaju uzeti u obzir kako bi osigurale da njihova imovina bude naslijeđena prema njihovim željama. Vrsimo obuku starijih osoba o raspolaganju imovinom i važnosti planiranja unaprijed. Ovo obuhvata pravilno dokumentiranje vlasništva nad imovinom, izradu punomoći, planiranje nasljeđivanja i druge aspekte koji osiguravaju da starije osobe imaju kontrolu nad svojom imovinom i mogu osigurati njenu zaštitu i prenos na nasljednike ili druge odabrane osobe.

Uz to, pružamo edukaciju o dostupnosti usluga socijalne zaštite i zaštiti imovinskih prava starijih osoba. Informišemo ih o mogućnostima finansijske pomoći, pravima na smještaj u ustanovama socijalne zaštite ili pomoć kod kuće, angazovanja gerento domaćica, fizioterapeuta.. kao i načinima ostvarivanja tih prava. Dajemo doprinos da starije osobe budu upoznate s procedurama, rokovima i potrebnom dokumentacijom kako bi ostvarile prava na koja imaju pravo.(TNJP)

U području zdravstvene zaštite, penzijskog i invalidskog osiguranja i socijalne zaštite, pružamo informacije o pravima i uslugama koje su dostupne starijim osobama. Edukacija obuhvata objašnjenje sastava zdravstvene zaštite, mogućnosti ostvarivanja penzijskih ili invalidskih beneficija, kao i pristupu socijalnim programima i pomoći. Omogućavamo da starije osobe budu upućene u svoje pravne i finansijske mogućnosti

kako bi ostvarile sve pogodnosti i podršku koja im je na raspolaganju. Kroz sveobuhvatnu edukaciju o ovim temama, starije osobe stiču znanje i razumijevanje koje im pomaže u donošenju adekvatnih odluka o svojoj imovini, socijalnoj zaštiti i zdravlju. Osnažujemo ih da se aktivno uključe u procese planiranja, zaštite i ostvarivanja svojih prava kako bi osigurale sigurnu i stabilnu budućnost.





## **IX Principi i ljudska prava starijih**

### **Principi :**

- Borba protiv diskriminacije
- Poštovanje
- Dostojanstvo
- Autonomija
- Jednakost
- Samoispunjenje i lični razvoj
- Puno i efektivno učešće
- Socijalna inkluzija
- Međugeneracijska solidarnosti
  - Priznavanje suštinske vrijednosti i vrijednosti kao ljudskog bića

### **Ljudska prava**

**Nediskriminacija** Pravo na nediskriminaciju u svim aspektima njihovog života uključujući usluge zdravstvene i socijalne zaštite, finansijske usluge, zapošljavanje, pravo na nasljeđivanje.

### **Pravo na autonomiju i nezavisnost**

Pravo na autonomiju u različitim aspektima života starijih



osoba, uključujući i pravo na donošenje odluke o podršci i njezi i pravo na raspolaganje slobodnim vremenom, pravo na samoopredeljenje i izbor i pravo na ličnu slobodu.

### **Pravo na jednako priznavanje pred zakonom**

Pravo na jednako priznavanje pred zakonom, uključujući pravo da bude kompletan građanin i ravnopravni član porodice i društva.

### **Pravo na samoispunjenje**

Pravo da nastavi da živi život u samoispunjenju i ličnom razvoju sve do posljednjeg dana života, da bude pun nade, da ima budućnost i da preduzima nove izazove i mogućnosti u skladu sa svojim željama i sposobnostima.

### **Pravo na život**

Pravo na život

### **Pravo na dostojanstvenu smrt**

Pravo da umre dostojanstveno, uključujući izbor mesta, pravo na holističko palijativno zbrinjavanje, uključujući ublažavanje bola i potrebnu njegu do kraja života.

### **Pravo na djelotvorno učešće**

Pravo na punu i efikasno učešće u svim sferama života: javnom, političkom, kulturnom, ekonomskom, u razvojnim aktivnostima, u donošenju odluka na nivou domaćinstva, zajednice i na nacionalnom nivou, uključivanje u društvene i rekreativne aktivnosti u okviru porodice i u zajednici.

### **Pravo na starenje u kući starosti u mjestu**

Pravo da biraju svoje aranžmane, gde i sa kim će živeti, pravo da ostanu u zajednici bez obzira na fizički ili mentalni status.

### **Pravo na adekvatno stanovanje**

Pravo na adekvatno stanovanje, da je domaćinstvo prilagođeno zahtjevima i potrebama starije osobe, pristupačno, dobrog kvaliteta.

### **Pravo na životnu sredinu**

Pravo da žive u sigurnom i zdravom okruženju, uključujući pristup vodi za piće, kanalizaciji i drugim uslugama.

### **Pravo na dostupnost i mobilnost**

Pravo na dostupnost i mobilnost, uključujući pristupačan prevoz, fizički dostupan, posebno u ruralnim područjima, kao i da se on može koristiti bez straha od zloupotrebe .

### **Pravo na dugoročnu podršku za samostalni život**

Pravo na dugoročnu podršku uključujući holistički pristup socijalne i zdravstvene zaštite i servise podrške. Pravo uključuje i pravo na izbor i tip podrške porodici: gdje (u kući, u zajednici, u stambenom objektu), kada i od koga. Uključuje i pravo na slobodu pokreta i podešavanje stambenog prostora. Osiguranje kvaliteta podrške uključuje obuku zdravstvenih radnika i podršku i pomoć za članove porodice koji pružaju pomoć i negu. To takođe uključuje pravo na odštetu i mehanizme žalbe.

### **Pravo na porodični život**

Pravo na porodični život, uključujući i pravo na privatnost i na privatni život

### **Pravo na socijalnu sigurnost i socijalnu zaštitu**

Pravo na socijalnu sigurnost uključujući i adekvatnu penziju

### **Pravo na slobodu od nasilja i zlostavljanja**

Pravo na slobodu od svih oblika nasilja i zlostavljanja, uključujući i finansijsko, fizičko i psihološko nasilje, zanemarivanje i napuštanje. To uključuje i pravo pristupa pravdi, obeštećenje i podršku žrtvama.

### **Pravo na slobodu od mučenja, od okrutnog, nehumanog ili ponižavajućeg postupanja.**

Pravo na slobodu od torture.

### **Pravo na rad**

Pravo na rad, uključujući nediskriminaciju na osnovu starosti u zapošljavanju, zabrana obavezne penzije na osnovu starosti, pristojni uslovi rada i smislen rad, pristup prekvalifikaciji u slučaju mijenjanja radnog mjesta i podrška neplaćenom radu, uključujući brigu o drugima.

### **Pravo na adekvatan životni standard**

Pravo na adekvatan životni standard, uključujući bezbjednost, prihod, pristup osnovnim potrebama i pogodnostima, uključujući vodu i kanalizaciju, hranljiva i pristupačan hrana, odeća i pravo na kontinuirano poboljšanje uslova života

### **Pravo na obrazovanje**

Pravo na obrazovanje, uključujući doživotno učenje, obuku i sticanje veština, na primer informacione i komunikacione tehnologije.

### **Pravo na zdravlje**

Pravo na zdravlje, uključujući dostupnost zdravstvenih usluga u smislu zabrane diskriminacije na osnovu starosne dobi i udaljenosti i pristupa prevozu; dostupnost usluga i liječenja; dostupnost lijekova i zaštita mentalnog zdravlja (uključujući demenciju i Alchajmerovu bolest); odgovarajuća zdravstvena zaštita; kvalitetan tretman i dijagnoza; blagovremeno liječenje; samostalnost u pogledu informisanosti i saglasnost za i izbor, liječenje.

### **Pravo na informisanje**

Pravo na informisanje uključuje informacije koje su pristupačne u odgovarajućem formatu. To uključuje informacije o nizu roba i usluga i o pravima i pravima starijih ljudi.

### **Pravo na imovinu**

Pravo na imovinu uključujući pravo na vlastitu imovinu i raspolaganje sopstvenim imovinom na način na koji starija osoba želi; pravo nasljedstva.

### **Pravo na pristup pravdi**

Pravo na pristup pravdi, uključujući i pravo na pravne usluge.

### **Pravo na slobodu izražavanja**

Pravo na slobodu izražavanja, uključujući pravo da bude saslušan i da prenese znanje i iskustvo.

### **Pravo na slobodu kretanja**

Pravo na slobodu kretanja, uključujući i uređivanje stambenog prostora.

### **Pravo na slobodu udruživanja i okupljanja**

Pravo da formiraju grupe starijih ljudi i udruženja

## X Cjeloživotno učenje

Cjeloživotno učenje je ključni element našeg pristupa podršci starijim osobama u njihovom kontinuiranom razvoju. Ono obuhvata integraciju formalnog i neformalnog učenja kako bi se stekli uslovi za stalno unapređenje kvaliteta života. Kroz naše obuke i programe, starije osobe imaju priliku proširivati svoja znanja, sticati nove vještine i ostvarivati svoj puni potencijal.

Jedan od ključnih aspekata cjeloživotnog učenja je stalna psihička aktivnost. Kroz doživotno učenje, starije osobe imaju mogućnost aktivnog djelovanja u procesima stjecanja novih vještina i znanja. Ova aktivnost ima pozitivan utjecaj na njihovu mentalnu stimulaciju, održavanje kognitivnih funkcija i očuvanje mentalnog zdravlja. Starije osobe su otvorene za nove izazove i mogućnosti te kroz obuku razvijaju svoje sposobnosti i osjećaju se ispunjenima.



U skladu s tim, pružamo obuku za korišćenje informatičke pismenosti, uključujući upotrebu računala, interneta, društvenih mreža i mobilnih aplikacija. Shvatamo važnost digitalnih vještina u savremenom društvu i pružamo podršku starijim osobama da savladaju ove tehnološke alate. Kroz ovu obuku, starije osobe dobijaju mogućnost komunikacije s drugima, pristup informacijama, održavanje veza s rodbinom i prijateljima te učešće u digitalnom svijetu na način koji im je prikladan. Obuka za korišćenje informatičke tehnologije pruža starijim osobama samopouzdanje, osnažuje ih u njihovom svakodnevnom životu i omogućuje im da ostanu povezani s modernim tehnologijama. Vjerujemo da je pristup digitalnom svijetu važan dio njihovog života i omogućuje im da otkriju nove načine komunikacije, zabave i ličnog razvoja.

Kroz cjeloživotno učenje i obuku u području informatičke pismenosti, starije osobe imaju priliku ostvariti napredak, usvojiti nove vještine i održavati korak s promjenama u savremenom svijetu. Ova obuka pridonosi njihovom samopouzdanju, socijalnoj integraciji i osigurava da život u trećoj životnoj dobi bude ispunjen novim znanjima, povezanošću i zadovoljstvom.





## **XI Edukacije za osnaživanje i podršku starijima**

Stalna psihička aktivnost je ključna za održavanje mentalne oštine i vitalnosti u starijoj životnoj dobi. Kroz naše obuke i programe cjeloživotnog učenja, starije osobe imaju priliku kontinuirano razvijati svoje intelektualne kapacitete, sticati nova znanja i vještine te poboljšavati svoju kognitivnu funkciju. Kroz grupni rad za stalnu psihičku aktivnost obuhvataju različite područje interesovanja korisnika, kao što su umjetnost, književnost, jezik, istorija, hobi, muzika i mnoge druge teme. Starije osobe mogu učestvovati i u predavanjima, radionicama, grupnim diskusijama, kreativnim aktivnostima i drugim oblicima intelektualnog angažmana skladno svojim afinitetima i mogućnostima.

Osim što pružaju priliku za sticanje novih znanja, ove aktivnosti podstiču mozak na kontinuirani rad, jačaju memoriju, koncentraciju, pažnju i kreativnost.. Redovna psihička aktivnost pomaže u prevenciji kognitivnih problema, kao što su demencija i Alzheimerova bolest, samim tim doprinosi očuvanju mentalnog zdravlja.

Kroz cjeloživotno učenje i sticanje novih vještina, starije osobe proširuju svoje horizonte, održavaju svježinu uma i otkrivaju nova interesovanja. Ova vrsta aktivnosti takođe pruža mogućnost druženja s istomišljenicima i razmjenu ideja, što doprinosi socijalnoj povezanosti i osjećaju zajedništva. Uz našu podršku i bogat program edukacija za stalnu psihičku aktivnost, starije osobe imaju priliku cijeli život učiti, rasti i ostvarivati svoj potencijal. Podstičemo ih da ostanu znatiželjni, otvoreni za nova iskustva i da uživaju u kontinuiranom duhovnom razvoju koji donosi brojne prednosti za njihovo zdravlje i kvalitetu života. Naš specijalizovani servis za zdravo

i produktivno starenje pruža različite edukacije koje su usmjerene prema osnaživanju i podršci starijim osobama. Ove edukacije imaju za cilj omogućiti starijim osobama da se osjećaju samopouzdana, sigurno i kompetentno u svakodnevnim situacijama te im pomažu u održavanju kvaliteta života. Kroz naše aktivnosti, starije osobe dobijaju priliku naučiti nove vještine i sticati znanja koja su bitna za njihovu svakodnevicu. Kroz edukacije o zdravlju i wellnessu, starije osobe dobijaju informacije o pravilnoj ishrani, tjelesnoj aktivnosti i brizi o svom tijelu. Uče o važnosti redovnih pregleda, prevenciji bolesti i održavanju optimalnog zdravlja.

Upravljanje stresom i komunikacijske vještine su takođe zastupljene tokom naših edukacija grupnih radionica. Starije osobe dobijaju alate i tehnike za suočavanje sa stresnim situacijama, razumijevanje sopstvenih emocija i izražavanje svojih potreba na konstruktivan način. Ove vještine poboljšavaju njihove međuljudske odnose, omogućujući im bolju komunikaciju s članovima porodice, prijateljima i zajednicom.

Tehnološka pismenost je sve važnija u savremenom svijetu, stoga nudimo edukacije koje starijim osobama pomažu u savladavanju osnovnih vještina korišćenja računara, interneta, mobilnih uređaja i društvenih mreža. Ovo im omogućuje lakši pristup informacijama, komunikaciju s drugima te učešće u digitalnom svijetu. Kroz osnaživanje i podršku starijima, starije osobe dobijaju priliku za kontinuirano učenje i razvoj, čime se podstiče njihova samostalnost, samouvjerenost i društvena uključenost. Naš tim prilagođava TEME radionica individualnim potrebama korisnika odnosno interesima svake osobe, pružajući im podršku i motivaciju za stalni napredak.

Uz našu podršku i radionice grupni rad i edukacije, starije osobe imaju mogućnost ostvariti svoje potencijale, osnažiti sebe i uživati u ispunjenom i kvalitetnom životu, bez obzira na godine.



## **XII Formiranje i organizacija obuke mobilnih timova**

Naša usluga mobilnih timova za pomoć i podršku starijim licima u ruralnim predjelima predstavlja poseban segment našeg specijalizovanog servisa. Razumijemo da starije osobe koje žive u ruralnim područjima mogu biti suočene s izazovima u pristupu zdravstvenim i socijalnim uslugama, kao i ograničenim resursima i infrastrukturu. Naši mobilni timovi su sastavljeni od stručnjaka različitih profila, kao što su medicinske sestre, socijalni radnici, terapeuti i drugi relevantni stručnjaci. Njihova svrha je pružiti podršku starijim osobama u njihovom domaćem okruženju, gdje im je najpotrebnija.

Ovi mobilni timovi putuju do ruralnih područja i pružaju širok spektar usluga koje obuhvataju zdravstvenu zaštitu socijalnu podršku, psihološku pomoć, savjetovanje, edukaciju i druge oblike podrške prilagođene potrebama svakog pojedinog korisnika. Kroz našu uslugu mobilnih timova, starije osobe dobijaju redovitu medicinsku zaštitu, pratnju i podršku u obavljanju svakodnevnih aktivnosti, organizaciju prevoza do

medicinskih ustanova ili marketa i pijaca, podršku u korištenju tehnologije i drugih aspekata života koji su važni za njihovu dobrobit. Naš cilj je osigurati da starije osobe u ruralnim predjelima imaju jednaku pristupnost kvalitetnoj zdravstvenoj i socijalnoj zaštiti kao i osobe u urbanim područjima. Mobilni timovi pružaju podršku na terenu, gradeći povjerenje i razvijajući bliske odnose s korisnicima, kako bi im omogućili da ostanu samostalni, zdravi i aktivni u svojoj lokalnoj zajednici. Kroz našu uslugu mobilnih timova za pomoć i podršku, starije osobe u ruralnim predjelima mogu osjetiti sigurnost, imati adekvatnu zdravstvenu skrb i socijalnu podršku koja im je potrebna kako bi **uživale u kvalitetnom i zadovoljavajućem životu.**

## **XIII Pridružite nam se i otkrijte tajne zdravog i produktivnog starenja**

Starije osobe trebaju se javiti u našem servisu radi mnogih koristi i mogućnosti koje pružamo. Evo nekoliko razloga zašto bi trebali pridružiti našem servisu i otkriti tajne zdravog i produktivnog starenja:

- ✓ Naš servis okuplja tim stručnjaka koji su posebno obučeni i iskusni u radu s osobama treće životne dobi. Naši stručnjaci imaju znanje i vještine potrebne za pružanje podrške u fizičkom, emocionalnom, socijalnom i mentalnom blagostanju starijih osoba.
- ✓ Svaka osoba je jedinstvena, stoga pristupamo svakom korisniku individualno i pažljivo slušamo njihove potrebe i ciljeve. Naši stručni radnici će razumjeti vaše specifične situacije i

prilagoditi podršku i usluge prema vašim potrebama .

- ✓ Naša usluga nije usmjerena samo na rješavanje zdravstvenih problema, već težimo unaprjeđenju cjelokupnog kvaliteta života starijih osoba. To znači da ćemo se fokusirati na različite aspekte vašeg života, uključujući fizičko zdravlje, socijalnu interakciju, mentalnu stimulaciju, emocionalnu podršku i ostale važne segmenta skladno potrebi korisnika .
- ✓ Kroz naše usluge pružamo edukaciju i informacije o važnim pitanjima koja se tiču starijih osoba. Obezbeđujemo informacije o pravima, uslugama socijalne zaštite, zdravstvenoj zaštiti, finansijskim pitanjima, testamentima i ostalim relevantnim temama koje su od važnog interesa za starije osobe.
- ✓ U našem servisu, starije osobe će pronaći podršku i zajedništvo. Organizujemo razne aktivnosti, grupne radionice, društvene događaje i mjesto za međusobno povezivanje s drugim starijim osobama. To će vam omogućiti da se osjećate podržano, da stvarate nova prijateljstva i da se aktivno uključite u zajednicu.
- ✓ Naš glavni cilj je unaprjeđenje kvalitete života starijih osoba. Kroz naše usluge, želimo vam pomoći da otkrijete tajne zdravog i produktivnog starenja. Pružamo podršku u održavanju fizičke aktivnosti, mentalne stimulacije, socijalne interakcije i ostalih važnih aspekata koji doprinose kvalitetnom življenju.

Pridruživanjem našem servisu, starije osobe će dobiti stručnu podršku, mogućnost stalnog učenja, informacije o važnim pitanjima, podršku u ostvarivanju svojih prava i unaprjeđenje kvalitete života. Pozivamo vas da nam se pridružite i zajedno istražimo sve mogućnosti koje pružamo za zdravo i produktivno starenje. Pridruživanje našem servisu za zdravo i produktivno starenje pruža vam jedinstvenu priliku da unaprijedite kvalitet svog života i ostvarite svoje potencijale, bez obzira na vaše godine.

Kroz naše specijalizovane usluge, podršku stručnog tima, edukaciju i resurse, mi se brinemo o vašem dobrobiti i pomažemo vam u postizanju optimalnog zdravlja i sreće. Naš servis vam pruža individualnu podršku i stručnost u svim aspektima vašeg života, bilo da se radi o fizičkom zdravlju, emocionalnom blagostanju, socijalnom povezivanju ili intelektualnom razvoju. Kroz različite metode, tehnike i programe, mi vam omogućujemo da ostanete aktivni, zdravi i angažirani u svakodnevnom životu.

Pridruživanje našem servisu takođe vam pruža priliku za društveno povezivanje s drugim starijim osobama koje dijele slična interesovanja i životna iskustva. Organizujemo različite aktivnosti i događaje kako bismo vam omogućili da stvarate nova prijateljstva, razmjenjujete iskustva i podržavate jedni druge na putu zdravog i produktivnog starenja.

Važno je napomenuti da smo posvećeni vašem cjelokupnom blagostanju. Pružamo vam informacije, alate i resurse koji vam pomažu da budete dobro informisani i samopouzđani u donošenju važnih odluka, kao što su upravljanje imovinom, zaštita prava, pristup socijalnim uslugama i zdravstvenoj zaštiti. Vaša sigurnost i dobrobit su naša najveća briga.

Stoga vas pozivamo da nam se pridružite i iskoristite sve prednosti koje naš servis pruža. Otkrijte tajne zdravog i produktivnog starenja, razvijte svoje potencijale i uživajte u ispunjenom i kvalitetnom životu bez obzira na broj svijećica na rođendanskoj torti. Pridružite nam se i budite dio naše zajednice posvećene vašem dobrobiti i sreći.

**Brosura izradjena u sklopu projekata "Specijalizovani servis za zdravo i produktivno starenje" finansiran od strane Ministarstva rada i socijalnog staranja, 2022.god.**



*iskra*

**NVO Crnogorska Iskra  
Berane**

#### **XIV Kontakt informacije**

Nvo Crnogorska ISKRA Berane

Fb profil Nvo Iskra Berane

Fb strannica Crnogorska ISKRA Berane

Instagram /Iskra.nvo

web: [www.iskra.org.me](http://www.iskra.org.me)

E mail : [szk.iskra@gmail.com](mailto:szk.iskra@gmail.com) :

[savjetovalistezabrakiporodicu@gmail.com](mailto:savjetovalistezabrakiporodicu@gmail.com)

**Tel 068-415-343**

Adresa: Ulica Park IV/1

Berane 84300