

**OOZ GROSUPLJE organizira delavnico**  
**»Kako in s katerimi preiskavami pravočasno prepoznati stres«,**  
v PETEK 22.09.2023, s pričetkom ob 9:00 URI,  
v Domu obrtnikov Grosuplje

Trajanje: **45 minut**

Lokacija: **v Domu obrtnikov**

Izvajalec: **Sabrina Petrovič**

**ROK ZA PRIJAVO: 11.09.2023**

Vsakodnevno se ljudje srečujemo s stresom. Stresorji so lahko sicer tudi pozitivni (t.i. eustresrji, ki nas stimulirajo), vendar pa se velika večina ljudi sooča z negativnim stresom, ki na dolgi rok privede do številnih bolezni. Avto servisiramo vsako leto, gume mu menjamo vsakih nekaj let, vsako leto ga zavarujemo. Zakaj torej ne bi vsako leto naredili tudi določene preiskave, ki nam pomagajo pri zgodnjem odkrivanju sprememb, ki jih povzroča stres.

### **CILJ PREDAVANJA**

V predavanju bi se osredotočila predvsem na laboratorijske preiskave, kajti to je danes tudi cenovno najbolj dostopna preiskava, ki jo lahko opravimo vsak dan. Sicer krvnega markerja, ki bi direktno pokazal, ali smo pod stresom ali ne, ni. Vsekakor pa povišane vrednosti kortizola nakazujejo na to, da smo pod stresom. Prav tako je smiselno preveriti raven holesterola v krvi. Vemo namreč, da povišane vrednosti le-tega na dolgi rok mašijo žile. Dejavnik tveganja za povišan holesterol pa je ponovno stres. Na tem mestu bi dalje osredotočila na preiskave, ki lahko pokažejo prehodnost naših žil – na primer UZ vratnih žil. Dalje bi omenila tudi endoskopsko preiskavo želodca – gastroskopijo. Danes skoraj ni osebe, ki se ne bi vsaj enkrat v življenju soočila z zgago. Če se na katerem od organov kadarkoli pokažejo posledice stresa, je to sigurno želodec. Z gastroskopijo lahko ugotovimo prekomerno izločanje kisline in direktno vidimo posledice na sluznici. Hkrati lahko ugotovimo tudi morebitno kolonizacijo z bakterijo *Helicobacter Pylori*, ki je danes zelo pogosta, velikokrat pa so kolonizirane osebe asimptomatske. Vemo pa, da nezdravljena vodi v nastanek raka na želodcu. Cilj predavanja je tako prikazati ljudem, katere preiskave so cenovno dostopne in smiselne, kadar imajo ali nimajo zdravstvenih težav. S tem bi jim omogočili zgodnje prepoznavanje stanj, ki jih povzroča stres in preprečevanje obolenosti.

Prijave se sprejemajo **na naslov OOO Grosuplje**, Ob Grosupeljščici 1B, 1290 Grosuplje ali po e-pošti [ooz.grosuplje@ozs.si](mailto:ooz.grosuplje@ozs.si). Pri skupinskih izobraževanjih bodo prejete vloge po potrditvi izvedbe izobraževanja s strani OOO Grosuplje odobrene **za celotne stroške izobraževanja**. Pri povračilih veljajo pogoji razvidni iz **Javnega povabila k sofinanciranju skupinskih izobraževanj in usposabljanj enot malega gospodarstva na področju OOO v letu 2023**, ki je sestavni del te prijave.

## O PREDAVATELJICI

V letu 2016 je diplomirala na Medicinski fakulteti v Ljubljani. Leto kasneje je pričela s specializacijo iz splošne kirurgije pri Kirurgiji Bitenc. Trenutno dela operacije žolčnih kamnov in kil, ambulantne preglede ter gastroskopije. Leta 2018 se je vpisala na podiplomski študij, kjer dela raziskavo na področju pljučnega raka. Vsaj 3x letno se udeležuje mednarodnih kongresov in izobraževanj. Po končani specializaciji iz splošne kirurgije bo dodatno naredila še subspecializacijo iz torakalne kirurgije.

Izobraževanje je organizirano v okviru Javnega povabila k sofinanciranju izobraževanj in usposabljanj enot malega gospodarstva na področju OOO Grosuplje v letu 2022, ki ga sofinancirata tudi občini Grosuplje in Dobropolje. **Posledično je udeležba na seminarju za upravičence subvencionirana**. Upravičenci do subvencionirane udeležbe:

- vsi člani OOO Grosuplje,
- vsi samostojni podjetniki ali podjetja v zasebni lasti z do 50 zaposlenimi s sedežem na območju občine Grosuplje,
- vsi samostojni podjetniki ali podjetja v zasebni lasti s sedežem v občini Dobropolje.

**ČLANOM OBMOČNE – OBRTNO PODJETNIŠKE ZBORNICE GROSUPLJE STROŠKE KOTIZACIJE KRIJE ZBORNICA IN JE UDELEŽBA ZA NJIH BREZPLAČNA**. Vsi ostali udeleženci plačajo polno ceno 20,00 EUR (DDV vključen) na udeleženca.

**Vašo izpolnjeno prijavnico**, ki jo najdete v nadaljevanju, skupaj z morebitnim potrdilom o plačilu, katerega izvedite na tekoči račun OOO Grosuplje, SI56 6000 0000 0052 160, pošljite na OOO Grosuplje, Ob Grosupeljščici 1b, 1290 Grosuplje ali po e-pošti na [ooz.grosuplje@ozs.si](mailto:ooz.grosuplje@ozs.si). Za dodatne informacije pokličite 01 786 51 30



# PRIJAVA na izobraževanje »KAKO IN S KATERIMI PREISKAVAMI PRAVOČASNO PREPOZNATI STRES«

(izpolnite z velikimi tiskanimi črkami)

Naziv podjetja/s.p.: \_\_\_\_\_ Ime in priimek zastopnika podjetja/s.p.: \_\_\_\_\_

Naslov podjetja/s.p.: \_\_\_\_\_ Pošta: \_\_\_\_\_

Matična številka podjetja/s.p.: \_\_\_\_\_ Davčna št. podjetja/s.p.: \_\_\_\_\_ Davčni zavezanec (obkroži): DA NE

Občina podjetja/s.p.: \_\_\_\_\_

Oblika izobr. (obkroži): individualno skupinsko Član OOO Grosuplje (obkroži): Da Ne E- naslov: \_\_\_\_\_

IME in PRIIMEK udeleženca/ke	Telefon udelež.	Naziv oz. vsebina izobraževanja	Termin	Polna cena izobraževanja (z DDV)	% oz. znesek povračila (izpolni OOO Grosuplje)
		Kako in s katerimi preiskavami pravočasno prepoznati stres	22.09.2023		
<b>Plačil SKUPAJ</b>					

## IZJAVA

Podpisani zastopnik podjetja/s.p. z sedežem v občini \_\_\_\_\_ izjavljam, da za iste storitve, ki jih koristim po tej vlogi, ne prejemam finančne pomoči po drugih predpisih in da skupaj s tokratno pomočjo in vrednostjo doslej prejetih pomoči v obdobju zadnjih treh (3) let ne presegam zneska 100.000,00 € v sektorju transporta oz. 200.000,00 € bruto v drugih gospodarskih dejavnostih, skladno s pravilom »de minimis«. V primeru ugotovitve neresničnosti te izjave, se zavežem prejeta sredstva iz te vloge vrniti.

Ravno tako sem seznanjen z vsebino Javnega povabila k sofinanciranju izobraževanja in usposabljanja enot malega gospodarstva na področju OOO Grosuplje v letu 2023, ki je sestavni del te prijave.

Podatki prijave se zbirajo in uporabljajo za potrebe obveščanja o sami izvedbi naročene storitve in jih bo upravljavec (OOO Grosuplje) posredoval v uporabo izvajalcu delavnice ter za namene sofinanciranja storitve tudi pristojni občini, v kateri ima podjetje/s.p. poslovni sedež. Podatke prijave OOO Grosuplje zbira in obdeluje za potrebe izdaje računa in se po Zakonu o davku na dodano vrednost hranijo 10 let.

**SOGLAŠAM**, da OOO Grosuplje uporabi moje podatke iz prijave za namene obveščanja o novicah do preklica. Seznanjen sem, da lahko kadarkoli pisno na naslov OOO GROSUPLJE, Ob Grosupeljščici 1B, 1290 Grosuplje, ali preko [ooz.grosuplje@ozs.si](mailto:ooz.grosuplje@ozs.si), zahtevam, da OOO Grosuplje v 15 dneh preneha uporabljati posredovane osebne podatke za namene obveščanja o novicah.

Kraj in datum: \_\_\_\_\_

Žig

Podpis zastopnika podjetja: \_\_\_\_\_

Prijave se sprejemajo na naslov OOO Grosuplje, Ob Grosupeljščici 1B, 1290 Grosuplje ali po e-pošti [ooz.grosuplje@ozs.si](mailto:ooz.grosuplje@ozs.si). Pri skupinskih izobraževanjih bodo prejete vloge po potrditvi izvedbe izobraževanja s strani OOO Grosuplje odobrene za celotne stroške izobraževanja. Pri povračilih veljajo pogoji razvidni iz Javnega povabila k sofinanciranju skupinskih izobraževanj in usposabljanj enot malega gospodarstva na področju OOO v letu 2023, ki je sestavni del te prijave.