

## SVJETSKI TJEDAN DOJENJA 2021.

### Aktivnosti po danima na mrežnoj stranici i službenoj Facebook stranici Grada Zagreba

**1.8.2021. Svjetski tjedan dojenja 2021.**

*Tema tjedna dojenja 2021. godine: Zaštita dojenja: zajednička odgovornost*

Svake godine u prvom tjednu kolovoza obilježava se Svjetski tjedan dojenja. Svjetski tjedan dojenja lijepa je prigoda za izmjenu informacija, podjelu iskustva te da se učini iskorak u daljnjim aktivnostima na zaštiti i promicanju dojenja. Ukratko, cilj prigodnog obilježavanja je podizanje svijesti te poticanje aktivnijeg promicanja dojenja.

Grad Zagreb nastoji stvoriti socijalno okruženje unutar kojega će svako dijete imati uvjete za normalan psihički i tjelesni rast i razvoj. Opće prihvaćeno je da dojenje unaprjeđuje zdravlje majke i djeteta, a dugoročno doprinosi mnogim razvojnim ciljevima. Nastavno na prethodno, Grad Zagreb je dojenje prepoznao i imenovao prioritetom.

Dojenje je jednostavno, besplatno i dostupno, a pri tom nosi brojne koristi za dijete, majku, ali i cijelo društvo stoga u Svjetskom tjednu dojenja Grad Zagreb predstavlja besplatne programe i usluge namijenjene obiteljima s malom djecom u cilju:

- promicanja i unapređenja dojenja na razini lokalne zajednice
- poticanja pravilnog rasta i razvoja djeteta (baby handling)
- očuvanja i unapređenja zdravlja djece



**2.8.2021.**  
**Grad Zagreb - prijatelj dojenja**

Danas, kada se više no ikada susrećemo sa demografskim slomom koji pogađa Hrvatsku, Grad Zagreb ulaže velike napore u provođenje demografskih mjera.

Grad Zagreb kontinuirano skrbi i unapređuje mjere pronatalitetne i socijalne politike koje pruža djeci, majkama, obiteljima, a sve sa ciljem da se stvori socijalno okruženje unutar kojega će svako dijete imati uvjete za zdravo i sigurno odrastanje.

Program promicanja i unapređenja dojenja u zajednici donesen je u cilju koordinacije brojnih aktivnosti u vezi s promicanjem dojenja na razini lokalne zajednice. Program je izradio Koordinacijski odbor Grada Zagreba za "Grad Zagreb, prijatelj dojenja", u cilju koordinacije brojnih aktivnosti u svezi s promicanjem i unapređenjem dojenja na razini lokalne zajednice.

Grad Zagreb brojnim aktivnostima neprekidno radi na promicanju dojenja, a s ciljem očuvanja i unapređenja zdravlja djece. S obzirom na temeljne spoznaje o dječjem zdravlju i prehrani kao i s obzirom na informacije o prednostima dojenja, a iz kojih proizlazi da je dojenje pravo djeteta i njegove majke, zajednica je dužna osigurati najbolje moguće uvjete za ostvarivanje tog prava.



**DOJENJEZAKON**

**GRAD ZAGREB - PRIJATELJ DOJENJA**  
PROGRAM PROMICANJA I UNAPREĐENJA DOJENJA U ZAJEDNICI

Više o besplatnim programima podrške i pomoći Grada Zagreba možete pronaći na [www.zagreb](http://www.zagreb) ili na <https://www.zagreb.hr/grad-zagreb-prijatelj-dojenja/142499>

**3.8.2021.**  
**(Online) Trudnički tečaj**

Grad Zagreb, Gradski ured za zdravstvo u suradnji s domovima zdravlja kojih je osnivač organizira provođenje trudničkih tečajeva.

Svrha tečajeva je poboljšanje zdravlja u obitelji, zdravlja žena u trudnoći, priprema za rođenje i podizanje zdravog potomstva, kao i podizanje demografske obnove Republike Hrvatske.

Tečajevi su besplatni za sve buduće majke i očeve ili osobe u pratnji majke. Program tečaja obuhvaća zdravstveno-preventivni rad, zdravstveni odgoj, vježbe i praktični rad s trudnicama, savjetovanje, te raspravu tijekom koje se odgovara na pitanja polaznika.

Dugogodišnje iskustvo održavanja trudničkih tečajeva, znakovit porast broja polaznika iz godine u godinu, interes i motiviranost trudnica i budućih očeva pokazalo je opravdanost održavanja istih, a što je i rezultiralo povratnom informacijom od strane patronažnih sestara da su trudnice koje su polazile tečajeve imale lakši porod i da su se sve odlučile na prirodnu prehranu djeteta.

Najveće bogatstvo svakog društva su djeca, te materinstvo stoga treba tretirati kao najvažniju i ključnu ljudsku investiciju, a trudnoća koja je nešto posebno u životu svake žene učiniti sigurnom.

U prvih 6 mjeseci ove godine, 2.726 polaznika (trudnice i osobe u pratnji) nazočilo je online trudničkim tečajevima.

Više o terminima održavanja tečaja i prijavi na tečaj:  
<https://www.zagreb.hr/raspored-odrzavanja-trudnickih-tecajeva/453>



4.8.2021.

## Video "Domovi zdravlja - prijatelji dojenja"

Prilagođavajući se trenutnoj epidemiološkoj situaciji, Grad Zagreb uspostavio je online trudnički tečaj koji se provodi u domovima zdravlja kojih je osnivač Grad Zagreb, a koji kontinuirano bilježi neizmjerano zanimanje i izrazito velik odaziv ciljane populacije.

U svrhu dodatnog osnaživanja i unapređjenja trudničkih tečajeva izrađen je i edukativni video podrške majkama u dojenju.

[Video dostupan na službenom YouTube kanalu Grada Zagreba](#)

Ovaj video materijal kratki je uvod u osnove dojenja, odnosno prehrane majčinim mlijekom, namijenjen je trudnicama, majkama i njihovim partnerima, kao podrška u dojenju.

Video je izrađen u cilju zaštite, promocije i unapređjenja dojenja u zajednici.

PowerPoint prezentaciju koja je sastavni dio video materijala o dojenju možete vidjeti ovdje <https://www.zagreb.hr/video-domovi-zdravlja-prijatelji-dojenja/162097>



DOJENJE ZAKON  
GRAD ZAGREB - PRIJATELJI DOJENJA  
POSREDOVANJE IZ OBLASTI ZDRAVLJA I NEKRETNOSTI

## DOMOVI ZDRAVLJA – PRIJATELJI DOJENJA



## 5.8.2021. Priručnik za dojenje

S obzirom na temeljne spoznaje o dječjem zdravlju i prehrani kao i s obzirom na informacije o prednostima dojenja, a iz kojih proizlazi da je dojenje pravo djeteta i njegove majke, zajednica je dužna osigurati najbolje moguće uvjete za ostvarivanje tog prava.

Upravo u tu svrhu osmišljen je i ovaj Priručnik o dojenju koji su napisali eminentni stručnjaci s ciljem da se na jednom mjestu objedine praktični stručni savjeti koji će vam pružiti pomoć i dodatnu sigurnost jer kao što znamo, dojenje je najprirodniji način prehrane, a majčino mlijeko zasigurno ima najpovoljniji sastav nutrijenata potrebnih za rast, razvoj i zaštitu djeteta. Iako većina majki želi dojiti svoje dijete, često nailaze na teškoće pri dojenju, a tada im je potreban stručan i praktičan savjet te podrška.

Smisao ovog priručnika o dojenju je da pruži pomoć majci da bude uspješna u dojenju. Ovaj priručnik sadržava informacije o prehrani majčinim mlijekom, praktične savjete o tome kako riješiti pojedine teškoće pri dojenju te odgovore na brojna pitanja koja su se prema informacijama dobivenima od strane stručnjaka u njihovu dosadašnjem radu s majkama najčešće javljala.

Tu su i odgovori na pitanja iz ordinacije koje dojlje najčešće upućuju liječnicima te korisne informacije o brojnim uslugama koje osigurava Grad Zagreb u okviru mjera zdravstvene i pronatalitetne politike.

Priručnik je besplatan i izdan je i kao e-knjiga, te tako dostupan i svim majkama na nacionalnoj razini.

Dodatna posebnost ovog iznimnog Priručnika za dojenje jest da se on besplatno dijeli majkama; ne može se prodavati niti na bilo koji način participirati u komercijalne svrhe.

[Poveznica koja vodi na e-Priručnik za dojenje](#)



## 6.8.2021. Savjetovališta za dojenje

Grad Zagreb kontinuirano skrbi i unapređuje mjere pronatalitetne i socijalne politike koje pruža djeci, majkama, obiteljima, a sve sa ciljem da se stvori socijalno okruženje unutar kojega će svako dijete imati uvjete za zdravo i sigurno odrastanje.

Program promicanja i unapređenja dojenja u zajednici donesen je u cilju koordinacije brojnih aktivnosti u vezi s promicanjem dojenja na razini lokalne zajednice. Program je izradio Koordinacijski odbor Grada Zagreba za "Grad Zagreb, prijatelj dojenja".

Shodno navedenom, Grad Zagreb brojnim aktivnostima neprekidno radi na unapređenju mjera zdravstvene skrbi, a u cilju promicanja dojenja, te očuvanja i unapređenja zdravlja djece. Jer kao što znamo, opće prihvaćeno je da dojenje unapređuje zdravlje majke i djeteta, a dugoročno doprinosi mnogim razvojnim ciljevima. Nastavno na prethodno, Grad Zagreb je dojenje prepoznao i imenovao prioritetom.

U tu svrhu na razini lokalne zajednice osigurano je ukupno pet (5) savjetovališta na sljedećim lokacijama:

- Dom zdravlja Zagreb - Istok, Grižanska 4
- Dom zdravlja Zagreb - Istok, Ninska 16
- Dom zdravlja Zagreb - Zapad, Prilaz baruna Filipovića 11
- Dom zdravlja Zagreb - Zapad, Vrabečak 4
- Dom zdravlja Zagreb - Centar, Avenija Većeslava Holjevca 22

<https://dzz-istok.hr/savjetovaliste-za-dojenje/>

[https://dzz-zapad.hr/text.php?text\\_id=1012](https://dzz-zapad.hr/text.php?text_id=1012)

<https://dzz-centar.hr/savjetovalista/savjetovaliste-za-poticanje-rasta-i-razvoja-zdravog-djeteta/>



7.8.2021.

## Savjetovalište za planiranje obitelji

Dom zdravlja Zagreb-Istok uz potporu Grada Zagreba, Gradskog ureda za demografiju i Gradskog ureda za zdravstvo, a sukladno mjerama zdravstvene i demografske politike pokrenuo je „Savjetovalište za planiranje obitelji“.

Planiranje obitelji podrazumijeva spolnu edukaciju, prevenciju i liječenje spolnih bolesti kao i savjetovanje prije začeća i u slučaju neplodnosti te je važan čimbenik za promicanje zaštite reproduktivnog zdravlja. Tijekom planiranja obitelji velika se pažnja posvećuje zdravlju majke. Planiranje obitelji može smanjiti smrtnost majki tako da se značajno smanji broj neželjenih trudnoća i pobačaja koji se izvode na nesiguran način. Također, planiranje obitelji ima veliki utjecaj na zdravstvenu, ekonomsku i društvenu komponentu života.

Savjetovalište za planiranje obitelji osigurava zaštitu zdravlja žena te smanjenje broja rizičnih trudnoća, zaštitu zdravlja djece i majki koja omogućava majkama da imaju dovoljan vremenski period između dvije trudnoće, smanjenje broja pobačaja, prevenciju spolnih bolesti i smanjenje rizika od nastanka niza komplikacija i informiranje parova o suvremenim metodama planiranja obitelji.

Savjetovalište za planiranje obitelji osigurava:

- zaštitu zdravlja žena te smanjenje broja rizičnih trudnoća,
- zaštitu zdravlja djece i majki koja omogućava majkama da imaju dovoljan vremenski period između dvije trudnoće i smanjenje broja pobačaja,
- prevenciju spolnih bolesti i smanjenje rizika od nastanka niza komplikacija,
- informiranje parova o suvremenim metodama planiranja obitelji.

Savjetovalište za planiranje obitelji smješteno je u objektu Doma zdravlja Zagreb-Istok na lokaciji Zagreb, Grižanska 4, a usluge u Savjetovalištu pruža doktor medicine specijalist ginekologije i opstetricije, zaposlenik Doma zdravlja Zagreb – Istok.

Savjetovalište je dostupno svim stanovnicima Grada Zagreba bez uputnice, ponedjeljkom i srijedom od 16:00 do 18:00 sati, a korisnici mogu doći osobno ili savjete dobiti putem telefona i putem elektroničke pošte.

Radno vrijeme i kontakti:

Grižanska 4, Dubrava, I. kat

Radno vrijeme: ponedjeljak i srijeda od 16:00 do 18:00 sati

Tel: 01/2960 456; e-mail: [planiranjeobitelji@dzz-istok.hr](mailto:planiranjeobitelji@dzz-istok.hr)

