



BROJ 32. / SRPANJ 2008.

Revija za promociju zdravog života

ZAGREB

zdravi grad

ISSN 1333-283X

zdravlje ●
obitelj ●
socijalna
zaštita ●
okoliš ●
udruge ●



DJELUJ SADA!

Zbog nepravilnog izlaganja suncu sve više oboljelih od melanoma

BESPLATNI PRIMJERAK

CELIKO

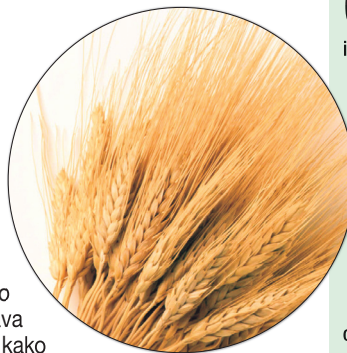
CENTAR ZA OBOLJELE OD CELIJAKIJE

OTVOREN prvi centar u regiji za osobe koje sumnjaju da su oboljele od kameleonске bolesti i ne podnose gluten

Hrvatsko društvo za celijakiju, u suradnji s Gradskim uredom za zdravstvo, rad i socijalnu skrb, 18. lipnja je u Tomašićevoj 10 otvorilo Celiko centar, prvi centar takve vrste u Hrvatskoj, ali i u regiji. Prostorije za centar je, kako kaže predsjednica Hrvatskog društva za celijakiju Ružica Lah, na korištenje društvu dao Grad Zagreb, a prostire se na 207 četvornih metara, ima tri etaže te je namijenjen svima koji sumnjaju da boluju od celijakije ili im je već dijagnosticirana.

U Celiko centru svaka se osoba može testirati na celijakiju brzim testom iz kapljice krvi, zatim dobiti pojedinačni sastanak ili prisustvovati grupnom savjetovalištu na kojemu se okupljaju osobe koje sumnjaju da boluju od celijakije, a nakon postavljene dijagnoze bolesti od strane liječnika oboljeli se upućuje Udruzi gdje može dobiti sve upute o načinu ishrane i terapiji. Kako kaže predsjednica Hrvatskog društva za celijakiju Ružica Lah, oboljeli od celijakije cijeli život moraju provoditi striktnu bezglutensku prehranu: "Jedini lijek za celijakiju jest bezglutenska prehrana, odnosno bezglutenska dijeta, no važno je znati da se s takvom dijetom ni u kojem slučaju ne smije

početi prije no što se postavi prava dijagnoza bolesti kako bi se bez problema mogla postaviti točna dijagnoza celijakije. To znači da se iz prehrane izbacuju sve namirnice koje u sebi sadrže žitarice: pšenicu, raž, ječam. Najnovija istraživanja pokazuju da zob nije štetna za oboljele od celijakije. Kod celijakije je problem što pacijent ne podnosi ni tragove



NA SVAKIH STOTINU osoba jedna boluje od celijakije, ali među deset oboljelih samo je jednoj osobi bolest i dijagnosticirana, kaže predsjednica Društva za celijakiju Ružica Lah

glutena i terapija bolesti se mora znati provoditi, što znači da oboljeli moraju biti educirani o bezglutenskoj prehrani, o tome gdje ima, a gdje nema glutena u hrani. Oboljeli trebaju znati pripravljanje bezglutensku hranu jer se sa specijalnim bezglutenskim brašnom, koje se nalazi na listi HZZO-a, posebno postupa."

U sklopu Celiko centra održavaju se tečajevi

pripreme bezglutenskih pekarskih i slastičarskih proizvoda. Osim toga, prodaju se specijalni proizvodi te uređuje klupska zalagajnica s bezglutenskom prehranom koja bi trebala biti otvorena na jesen. Sve informacije koje im trebaju, osobe koje sumnjaju da su, ili su oboljele od celijakije, mogu dobiti u Celiko centru koji je za javnost otvoren svakog četvrtka od 16 do 19

OTVORENJU CELIKO CENTRA

prisustvovali su pročelnik gradskog ureda za zdravlje dr. Zvonimir Šostar, Ružica Lah i drugi članovi HDC-a

Celijakija je nepodnošljivost organizma na gluten, bjelančevinu koje ima u žitaricama - pšenici, raži, ječmu. Posljedica je tipična glutenska enteropatija koja se manifestira kod nekih osoba i izaziva teško oštećenje sluznice tankog crijeva, zbog čega je u organizmu umanjena resorpcija hrane. Sluznica tankog crijeva nestaje, crijevne resice postaju tanje, bolesnici imaju probavne smetnje, dolazi do pomankanja osnovnih tvari potrebnih organizmu za normalan rad, pada otpornost organizma te dolazi do raznih smetnji. Ako sumnja na celijakiju, osoba bi trebala napraviti krvne pretrage, a bolest se utvrđuje biopsijom sluznice tankog crijeva.



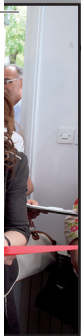
Zahvalni Gradu na pomoći pri organiza

Na Jarunu se 21. lipnja održao 12. Zagreb open – Jarun 2008. Festival triatlona, koji je ove godine bio rekordan po broju posjetitelja, ali i natjecateljima. Najveća posebnost ovogodišnjeg Festivala triatlona bila je utrka građana u kojoj je sudjelovalo oko 50 natjecatelja. Organizatori manifestacije posebno su zadovoljni što su u svim utrkama zabilježena samo dvapada bez ozbiljnih ozljeda. Građani su

plivali 100 metara, vozili bicikl jedan krug oko Jaruna i trčali svega 50 metara. Održane su još tri utrke: olimpijski triatlon u kojem se plivalo 1500 metara, 40 km se vozio bicikl, a potom su natjecatelji trčali 10 kilometara. Druga utrka bio je sprint triatlon za juniore i kadete koji su plivali 375 metara, 13 km vozili bicikl, a trčali 2,5 km. Održana je i štafeta u sprint triatlonu. Direktor utrke Marcel Zelenika izjavio je:

TRIATLON

Na Festivalu triatlona natjecatelji su vozili bicikl, plivali u zagrebačkom jezeru Jarun i trčali po uređenim stazama



SVI OBOLJELI
od celijakije cijeli život
moraju jesti hranu bez
glutena

sati. Celijakija ili glutenska enteropatija nerijetko se naziva "kameleonskom" bolešću - bolešću brojnih lica.

Naime, na svakih stotinu osoba jedna ima celijakiju, no među deset oboljelih samo je jednoj bolest i dijagnosticirana. Celijakija se može očitovati kod odraslih, ali i kod djece. Ono što roditelje može uputiti na mogućnost pojave celijakije u djeteta jest povraćanje, povećan trbuh djeteta, proljev, obilna i zaudarajuća stolica, umor te mrzovoljnost. Celijakija se javlja i kod starije djece gdje su, osim navedenih, prisutni i sljedeći simptomi: niža težina od očekivane

za starost djeteta te nizak rast. Odrasle osobe oboljele od celijakije mogu imati neke od simptoma i malapsorpcije, nadutost, gubitak na težini, umor, slabost mišića, vrlo su često slabokrvne, mogu imati bolest kostiju, probleme s probavom, anemiju, preranu osteoporozu, osteopeniju, nejasno povišene jetrene enzime, primarnu bilijarnu cirozu, autoimuni hepatitis, poremećaj zgušnjavanja krvi, proljeve, ali i konstipaciju. Tegobe su često vezane uz različite organske sustave. Simptomi bolesti vrlo dugo mogu biti skriveni, odnosno neprepoznatljivi.



izaciji 'Festivala triatlona'

"Jako smo zadovoljni brojem građana koji su sudjelovali u natjecanjima, a zahvalni smo i Gradskom uredu za odgoj, obrazovanje i šport koji su, kao i svake godine, financirali 50 posto troškova organizacije utrke. Sretni smo što je Grad Zagreb prepoznao važnost popularizacije triatlona u Hrvatskoj, naročito među mladima, zbog čega ćemo se i mi potruditi da ovo tradicionalno natjecanje 2009. bude još bolje".

POMOĆ

Gradski ured za odgoj, obrazovanje i šport pokrio je čak pedeset posto troškova nastalih zbog organizacije utrke



SADRŽAJ

VIJESTI

Otvoren Celiko centar

Uspješno održana velika utrka na Jarunu 'Triatlon za sve'

ZDRAVLJE

Kampanja 'Djeluj sada'

Obilježen Međunarodni dan borbe protiv ovisnosti

OBITELJ

Besplatna ljetovanja djece iz socijalno ugroženih obitelji

Program za vrtičku prilagodbu djece koja boluju od autizma

SOCIJALNA ZAŠTITA

Novi Zakon o volonterstvu

Isplata pomoći Grada Zagreba za novorođenu djecu

U FOKUSU

Motovunska ljetna škola i mjesec demokracije

UDRUGE

Otvoren Centar za pse vodiče

OKOLIŠ

Akcija 'Slikam okoliš grada'

DOGAĐANJA

Dograđonačelnica na izložbi Expo

Održana tribina o komunikaciji s osobama starije životne dobi

Obnovljeno pet odjela psihijatrijske bolnice Sveti Ivan u Jankomiru



IMPRESSUM:

Nakladnik: Grad Zagreb;
Adresa uredništva:
Trg Stjepana Radića 1, 10000 Zagreb;
Kontakti redakcije: 01 5555 056,
zdravi.grad@zgnews.hr, ivanka.rade@zgnews.hr
Tel.: 01/610 12 41; Fax: 01/610 15 02;
E-mail: zdravi.grad@zagreb.hr; www.zagreb.hr
Uređuje: Gradski ured za zdravstvo, rad,
socijalnu zaštitu i branitelje
Revija ZAGREB ZDRAVI GRAD
Graficka priprema: Vedran Duhaček i
Ivica Horvat
Naklada 250.000 Tisak: Vjesnik d.d.



OPREZ!

SVE VEĆI BROJ OSOBA BOLUJE OD RAKA KOŽE

Gradski ured za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje, uz potporu Ureda Svjetske zdravstvene organizacije u Hrvatskoj, pokrenuo je kampanju "Djeluj sada" kojom se građane želi upozoriti na posljedice koje mogu nastati zbog neopreznog i pretjeranog izlaganja suncu.

"Djeluj sada" dio je medijske kampanje "Povezani zdravljem" koja se provodi u 2008. godini, a tijekom koje je svaki od 12 mjeseci u godini posvećen specifičnoj temi vezanoj uz promicanje zdravlja. Na predstavljanju kampanje u zgradi Gradskog poglavarstva u Zagrebu doc. dr. sc. Antoinette Kaić – Rak, voditeljica

raca između 45 i 75 godine života. Kod žena najčešće nastaje na nogama, a kod muškaraca na leđima. Osobe vrlo svijetle puti i crvene boje kose te osobe koje imaju puno madeža na tijelu, kao i osobe koje su se od djetinjstva puno izlagale suncu, smatraju se najugroženijim skupinama za nastanak melanoma, i zbog toga bi se vrlo oprezno trebale izlagati suncu". Dr.



Učinci ultraljubičastog zračenja na zdravlje:

Kratkotrajne posljedice koje se javljaju zbog izlaganja kože ultraljubičastim zrakama su pečenje, povećana osjetljivost i nagrdn izgled kože. Dugoročne posljedice su trošan i star izgled kože te mogući nastanak karcinoma. Učinci ultraljubičastog zračenja na oči uključuju mrežne i upale kao što su foto – keratitis i foto – konjuktivitis.

Pretjerana količina ultraljubičastih zraka može blokirati imunološki sustav i dovesti do većih rizika od zaraznih bolesti.



BESPLATNA BROŠURA

sa savjetima o tome kako spriječiti nastanak melanoma te kako se pravilno izlagati suncu besplatno je dostupna na internetskoj stranici: www.zagreb.hr

'DJELOJ SADA' naziv je socijalnu zaštitu i branitelje u više građana na vrijeme bilo u

network" putem koje će se dobivati obavijesti o mogućim toplinskim udarima dva tjedna unaprijed, a organizirat će se i radna skupina za izradu Nacionalne strategije za smanjenje štetnosti od toplinskog udara: "U Europi će sve češće dolaziti do toplinskih udara koji su jedna od posljedica promjene klime. Putem medija objavljivat ćemo najave toplinskih udara kako bi bolnice bile što pripremljenije za prihvata pacijenata. Organizirat ćemo i edukaciju liječnika primarne zaštite, kako bi mogli pomoći građanima savjetima, primjerice kako pravilno čuvati lijekove budući da ne smiju biti na temperaturi višoj od 25 stupnjeva". Predsjednik Zagrebač-

Ureda Svjetske zdravstvene organizacije u Hrvatskoj objasnila je: "Svake godine zbog pretjeranog izlaganja suncu u svijetu umire oko 60 tisuća ljudi, a najveći broj smrtnih slučajeva posljedica je melanoma. Melanom je maligni tumor kože koji nastaje iz pigmentnih stanica melanocita i ima izrazitu sklonost ranom limfogenom i hematogenom metastaziranju. Provođenjem ove kampanje želimo upozoriti građane da se ne izlažu pretjerano suncu te ih potaknuti da preuzmu odgovornost za svoje zdravlje". Klaudija Šebetić, dermatovenerolog Kliničke bolnice Sestara Milosrdnica objasnila je koji su ljudi, ovisno o tipu kože, najugroženiji: "Melanom najčešće nastaje kod žena i muškaraca

SVAKE GODINE u svijetu zbog pretjeranog izlaganja suncu umre oko šezdeset tisuća osoba, a najveći broj smrtnih slučajeva posljedica je melanoma, kaže Antoinette Kaić - Rak

Klaudija Šebetić dala je i nekoliko savjeta: "Treba se čuvati opekotina od sunca jer koža pamti svaku traumu.

Djeca do šest mjeseci života ne trebaju se uopće izlagati suncu, a trudnice trebaju biti vrlo oprezne". Dr. Antoinette Kaić Rak istaknula je da će se Hrvatska u okviru kampanje "Djeluj sada" uključiti u mrežu "Euro heat

ke lige protiv raka, Zvonimir Kralj, objasnio je da je još 1967. godine osnovan Odbor Lige za borbu protiv raka za Grad Zagreb: "Liga Grada Zagreba osnovana je sa svrhom zdravstvenog prosvjeđivanja građana i njihovog bližeg upoznavanja s bolešću raka. Zagrebačka Liga do 1979. godine djelovala je pod okriljem Hrvatske lige, kada se zbog velike aktivnosti



NEPRAVILNA ZAŠTITA

od sunčevih zraka kod nekih ljudi može dovesti do nastanka malignog tumora kože, odnosno melanoma, a djeca mlađa od šest mjeseci su najugroženija

iv je nove kampanje koju je pokrenuo Gradski ured za zdravstvo, rad, e u suradnji sa Svjetskom zdravstvenom organizacijom kako bi što o upozoreno na posljedice nepravilnog izlaganja sunčevim zrakama

članova Lige Zagreb i s obzirom na materijalna sredstva koja su prikupljena, osamostali-la u pravnu, humanitarnu i društvenu organizaci-ju. Danas Zagrebačka liga protiv raka djeluje na području Zagreba, a osnovna djelatnost udruge je pomoć zdravstvenoj službi i suradnja s drugim humanitarnim udrugama u sprječava-



nju, ranom otkrivanju i liječenju raka. Radimo na podizanju zdravstvene svijesti građana i pružamo pomoć pri stručnom usavršavanju zdravstvenih djelatnika na području onkologije. Svoje ciljeve Liga ostvaruje kroz brojne djelatnosti, poput osnivanja općinskih odbora i pododбора, podružnica i akcija i razvijanja vlastitih izdavačko-propagandnih djelatnosti".



KAMPANJA

Na tiskovnoj konferenciji u Gradskom poglavarstvu bili su Inge Heim, Antoinette Kaić - Rak, Zvonimir Kralj, Lidija Hraštić Novak, Klaudija Šebetić i Branimira Resanović



Međunarodni dan borbe protiv ovisnosti



INTERAKTIVNA RADIONICA

na temu ovisnosti održana je u prostorijama Zavoda za javno zdravstvo

U povodu Međunarodnog dana obilježavanja borbe protiv ovisnosti, 26. lipnja je u nazočnosti gradonačelnika Grada Zagreba Milana Bandića u prostorima Zavoda za javno zdravstvo Dr. Andrija Štampar predstavljena brošura "Svijet ovisnosti – vodič za roditelje", a nakon toga je održana i interaktivna radionica. Koji su razlozi zbog kojih mladi posežu za drogama, kako prepoznati kada se njima koriste i na koji način im pomoći objasnila je mr. Sanja



PREDSTAVLJANJU BROŠURE

povodom Dana ovisnosti prisustvovao je i zagrebački gradonačelnik Milan Bandić

Ožić iz gradskog ureda za zdravstvo, rad i socijalnu zaštitu: "Prva iskustva mladih s konzumiranjem psihoaktivnih droga potaknuta su znatiželjom i potrebom afirmacije među vršnjacima. Mladi sve češće konzumiraju psihoaktivne droge zbog hedonizma, ali i osobnih problema i dosade. Droge za mlade, osim načina zabave, postaju načini opuštanja i oslobađanja od stresa. Na crnom tržištu nalaze se brojne psihoaktivne droge, različitog djelovanja i učinka. Zajedničko svim psihoaktivnim drogama je da dugoročno ponavljana konzumacija razvija psihičku, fizičku ili psihičku i fizičku ovisnost, što je i znanstveno dokazano". Više informacija: Služba za prevenciju ovisnosti / Mirogojska 11, 10000 Zagreb / Tel: 01 3830-066, 3830-088.

AUTIZAM

BIOLOŠKI POREMEĆAJ

NEKA OD GLAVNIH OBILJEŽJA AUTIZMA

- ponavljanje riječi (eholalija), dodirivanje rukom i vođenje umjesto verbalnog zahtjeva;
- izostanak kontakta očima, upadljiva distanciranost;
- nedostatak zanimanja za ostalu djecu i ono što ostala djeca rade;
- izbjegavanje fizičkog kontakta i s najbližim članovima obitelji;
- opsesivno – kompulzivno ponašanje, inzistiranje na rutini;
- moguće nanošenje ozlijeđa samom sebi ili agresivno ponašanje prema ostalima.



NOVIM PROGRAMOM djeci s autističnim poremećajem svakodnevno možemo pružiti terapiju, ali i mogućnost socijalizacije sa zdravom djecom, objasnila je prof. Vesna Hrvoj

Udječjem vrtiću Bajka u travnju je započelo provođenje programa posebno izrađenog za djecu s autističnim poremećajem. Cilj koji se želi postići ovim projektom je da se djecu s autističnim poremećajem pripremi za potpunu integraciju u redovite vrtićke skupine. Program je izradila Vesna Hrvoj, ravnateljica vrtića Bajka te profesorica pedagogije i psihologije.

Program je još u listopadu 2007. godine odobrilo Ministarstvo za obrazovanje, kulturu i šport, a financijsku potporu dao je i Gradski ured za obrazovanje, kulturu i šport. "Poremećaji iz autističnog spektra obuhvaćaju širok raspon ponašanja i dijagnoza koji zahtijevaju različite razine stručne podrške. Teškoće se očituju kao kvalitativna odstupanja na području komunikacije, socijalne interakcije i igre te kao stereotipni i repetitivni obrasci ponašanja. Radi toga je osnivanje ovakvih skupina sa specifičnim pristupom i ciljem koji ne postoji u sustavu predškolskog obrazovanja izuzetno važan", objasnila je prof.

Vesna Hrvoj. Skupinu trenutno polazi petero djece koja su odabrana u suradnji s Centrom za rehabilitaciju Edukacijsko – rehabilitacijskog fakulteta temeljem stručne procjene i dijagnostike. Program se provodi kao kraći, poludnevni program tijekom kojeg se provodi defektološki



DJEČJI VRTIĆ BAJKA

Na Opatijskom trgu provođenje novog programa započelo je u travnju ove godine, s ciljem da se djeca s autizmom pripreme za potpunu integraciju u redovne vrtićke skupine

tretman i odgojno obrazovni rad. Prof. Vesna Hrvoj objasnila je koje su prednosti novoosnovane skupine za djecu s autističnim poremećajem: "Specifičnost ovakve skupine je mogućnost da se djeci svakodnevno pruži terapijski pristup i rad, ali i mogućnost socijalizacije sa zdravom djecom. Jedan od ciljeva je i da vrtić Bajka postane referentni centar za probleme vezane uz autizam kod djece predškolske dobi. Želimo da se u vrtiću Bajka prikupljaju najnovije informacije vezane uz autizam kako bismo mogli pružiti podršku roditeljima djece s tim poremećajem te stručnu i praktičnu podršku ostalim vrtićima u kojima su integrirana djeca s autizmom".

Autizam je biološki poremećaj mozga koji se očituje nemogućnošću razvoja komunikacije i ostalih oblika društvenih vještina. Obuhvaća široki spektar poremećaja, od blagih do teških stupnjeva. Jedna od teorija objašnjava autizam kao poremećaj sposobnosti procjene misli drugih ljudi, dok druga djeca ovu sposobnost stječu nakon četvrte godine života. Mnogi autisti opisuju svoja iskustva kao razmišljanje u slikama. Neka autistična djeca pokazuju iznimne motorne, matematičke i druge vještine. Često su okupirana objektima u kretanju, svjetlošću, vodom i rotirajućim objektima. Kod većine autista poremećaj se prepoznaje kasnije u djetinjstvu, a težina ovisi najviše o kvocijentu inteligencije. 



STRUČNJACI ZADUŽENI ZA PROJEKT

Biserka Bucković, Marija Ivanković, Jelena Pavičić - Vukičević, Inga Seme Stojnović i prof. Vesna Hrvoj

Autizam se javlja kod dvoje do petero djece na 10.000 rođenih i 1.5 puta je češći kod muškaraca. Neki od načina liječenja su bihevioralne terapije, pravilna prehrana, nadomjesno davanje vitamina i minerala. Često se kao jedina pomoć nude antidepresivi koji mogu dovesti do olakšanja. Fiziološki problemi javljaju se kod većine autista kao nepravilnosti u četiri velika organska sustava: živčanom, imunološkom, endokrinom i probavnom sustavu.

GRADONAČELNIK Zagreba
Milan Bandić ispratio je i
drugu grupu djece branitelja
koji su otišli u Brodaricu



I OVE GODINE

za vrijeme trajanja ljetnih školskih praznika na pet lokacija duž hrvatske obale Grad Zagreb i Gradski ured za zdravstvo organizirali su aktivan odmor za predškolce starije od pet godina i za djecu polaznike osnovne škole

BESPLATNO

LJETOVANJE ZA DJECU

Svake godine za vrijeme trajanja ljetnih školskih praznika Grad Zagreb i Gradski ured za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje organizira besplatno ljetovanje za djecu predškolskog uzrasta starije od pet godina i za djecu polaznike osnovne škole. Ovakav oblik ljetovanja započeo je još 1962. godine kada je Grad Zagreb osnovao Ustanovu za organizirani odmor djece i omladine grada Zagreba.

Ljetovanje je potpuno besplatno i namijenjeno je djeci korisnika pomoći Grada Zagreba, djeci korisnika pomoći iz sustava socijalne skrbi te djeci hrvatskih branitelja i djeci s teškoćama u

Zagrebu, odnosno Edukacijsko-rehabilitacijskim fakultetom, Kineziološkim fakultetom i Studijskim centrom socijalnog rada čiji studenti sudjeluju u pripremi i provođenju aktivnosti.

Djeca koja idu na ljetovanje imaju punu pansionersku uslugu s tri glavna i jednim međuobrokom. Sudionici su podijeljeni u skupine od desetero do dvanaestero djece, a svaka skupina ima individualnog voditelja - odgovajatelja te ima osiguran 24-satni stručni pedagoški rad. Osim toga, djeca imaju osiguran i nadzor stručnih suradnika pedagoškog, socijalnog ili zdravstvenog usmjerenja, ili studenata visokoškolskih ustanova istih



ISPRAĆAJ DJECE BRANITELJA

Gradonačelnik Milan Bandić ispratio je 30. lipnja na ljetovanje prvu skupinu od 150 djece hrvatskih branitelja koja će sedam dana provesti u Obrazovnom centru Luša u Brodarici. Kao i svake godine, ljetovanje za ukupno 1100 djece organizira Gradski ured za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje.

NA ODMOR svake godine ode oko tri i pol tisuće djece, a ljetuju u odmaralištima podružnice Zagrebačkog holdinga u Crikvenici, Savudriji, Dugoj Uvali, Velom Lošinj i Skradinu

razvoju. Na besplatno ljetovanje svake godine ode oko tri i pol tisuće djece. Djeca putuju na sedmodnevno ljetovanje, a njihov boravak se organizira u odmaralištima Zagrebačkog holdinga d.o.o u Crikvenici, Savudriji, Dugoj Uvali, Velom Lošinj i Skradinu. Zagrebački holding d.o.o. Podružnica Vladimir Nazor, odgovorna je za organizaciju ljetovanja, a u organizaciji surađuje sa Sveučilištem u

usmjerenja, te 24-satnu zdravstvenu skrb. Voditelji i animatorski tim provode sportske i rekreacijske aktivnosti. Ovakav oblik organiziranog druženja djece već dugi niz godina uveseljava djecu grada Zagreba i omogućava im usvajanje znanja i vještina kroz odgojno obrazovne sadržaje, rekreaciju, razmjenu iskustava, a Grad Zagreb im svake godine nastoji osigurati kvalitetan odmor.



VOLONTERI

ČINE DOBRA DJELA BEZ NAKNADE



ČLANOVI Volonterskog centra Zagreb učlanjeni su u nevladinu, neprofitnu organizaciju koja je osnovana 1998. godine te promiče volonterstvo i njegove vrijednosti

NOVI ZAKON o volonterstvu jasnije definira prava, obveze i standarde ponašanja, istovremeno štiti volontere i organizatore volonterskih aktivnosti te sprječava moguće zlouporabe položaja

U lipnju 2007. na snagu je stupio prvi Zakon o volonterstvu, koji volonterstvu u Hrvatskoj prilazi na cjelovit i sveobuhvatan način. Zakon o volonterstvu je donesen kako bi se osiguralo društveno okruženje povoljno za razvoj volonterstva, spriječile moguće zlouporabe, zaštitilo volontere i organizatore volontiranja te kako bi se na zakonskoj razini uređio položaj svih pravnih i fizičkih osoba uključenih u organizirano volontiranje. Volontiranje se definira kao dobrovoljno ulaganje osobnog vremena, truda, znanja i vještina kojima se obavljaju usluge ili aktivnosti za dobrobit druge osobe ili za opću dobrobit, a obavljaju ih osobe na način predviđen ovim Zakonom, bez postojanja uvjeta isplate novčane nagrade ili potraživanja druge imovinske koristi za obavljeno volontiranje, ako Zakonom nije drukčije određeno.

Kako tvrdi Ivana Kordić iz Volonterskog centra Zagreb, prva godina primjene Zakona o volonterstvu donijela je to da su odnosi među volonterima, organizatorima i korisnicima volon-

tiranja, međusobna prava i obveze te standardi ponašanja jasnije definirani čime je razina njihove zaštite, zadovoljstva koje proizlazi iz volontiranja i izgleda za uspješnost volonterskih aktivnosti podignuta na značajno višu razinu nego što je to bio slučaj prije donošenja Zakona. Ovo se posebice odnosi na djecu, starije i ostale društvene skupine koje zahtijevaju veći stupanj zaštite. Organizatorima volontiranja olakšano je vođe-



nje i pravdanje troškova koje nadoknađuju svojim volonterima. Volonteri i volonterke koji u Hrvatsku dolaze iz inozemstva napokon imaju zakonsku podlogu za boravak u Hrvatskoj tijekom trajanja njihovih projekata.

Temeljem Zakona donesena su dva pravilnika koji uvode još neke novosti u svijet volonterstva. Pravilnikom o državnoj nagradi za volontiranje uređen je postupak za dodjelu Državne nagrade za volontiranje te za njega vezane procedure. Kriterije i odluku o dodjeli donio je Nacionalni odbor za razvoj volonterstva koji je Državnu nagradu za 2007. godinu za pojedinca dodijelio Zdenki



VOLONTIRANJE NA PAŠMANU

Članovi Volonterskog centra Zagreb često se uključuju u akcije vezane uz očuvanje okoliša i ekologiju

Marasović iz Trilja, a za organizatora volontiranja udruzi za rad s mladima "Breza" iz Osijeka. Drugi pravilnik izrađen slijedom Zakona je Pravilnik o sadržaju izvješća o obavljenim uslugama i aktivnostima organizatora volontiranja. Namijenjen je u prvom redu organizatorima volontiranja, a uređuje sadržaj i način izvještavanja o obavljenim uslugama i aktivnostima organizatora volontiranja, kao i izvještajno razdoblje, rok za dostavljanje izvješća te druga pitanja važna za izvješće. Pozivaju se svi zainteresirani da se kao volonteri priključe realizaciji Međunarodne konferencije zdravih gradova od 15. do 18. listopada. Više informacija: besplatni volonterski telefon 0800-400-005.

EKOLOŠKA AKCIJA

Neke od volonterskih aktivnosti često su i fizički naporni poslovi za koje je potreban veći broj osoba

IZNOSI

Visina iznosa za opremu prvorodenog djeteta je 3000 kuna, a dobiva se jednokratno. Za drugo dijete podnositelji zahtjeva dobivaju 6000 kuna, također jednokratno. Za treće i svako daljnje dijete dobiva se pomoć od 9000 kuna godišnje u razdoblju od šest kalendarskih godina. Više informacija na www.zagreb.hr



PRAVO na pomoć za opremu novorođenog djeteta imaju oni roditelji koji u Zagrebu borave neprekidno najmanje pet godina, državljani su Republike Hrvatske, a dijete za koje pomoć primaju rođeno je nakon 1. ožujka 2006.

RODITELJIMA

POMOĆ ZA OPREMU NOVOROĐENČETA

Temeljem Odluke o ostvarivanju prava na pomoć za opremu novorođenog djeteta (Službeni glasnik Grada Zagreba 2/06) pravo na pomoć za opremu novorođenog djeteta novčani je iznos na koji imaju pravo roditelji. Pravo na pomoć za opremu novorođenog djeteta može ostvariti i koristiti roditelj za dijete koje je rođeno od 1. ožujka 2006., koji je državljanin Republike Hrvatske, s najmanje petogodišnjim neprekidnim prebivalištem u Gradu Zagrebu prije rođenja toga djeteta i koji, nakon rođenja toga djeteta i u vrijeme podnošenja zahtjeva, prebiva u gradu Zagrebu. U vrijeme podnošenja zahtjeva za pomoć za opremu novorođenog djeteta i drugi roditelj mora imati prijavljeno prebivalište u Gradu Zagrebu.

Koliko će pomoć za opremu novorođenog djeteta novčano iznositi ovisi o broju malodobne djece roditelja podnositelja zahtjeva koja s njim žive u zajedničkom kućanstvu. U broj malodobne djece ubrajaju se i malodobna djeca rođena prije 1. ožujka 2006. Pomoć za opremu novorođenog prvog i drugog djeteta roditelju podnositelju zahtjeva pripada u jednokratnom iznosu. Pomoć za opremu novorođenog trećeg i svakoga daljnjeg djeteta roditelju podnositelju zahtjeva pripada godišnje, u razdoblju od šest kalendarskih godina. Sredstva pomoći za opremu novorođenog

prvog i drugog djeteta isplaćivat će se u roku od 60 dana od odlučivanja o zahtjevu, a sredstva pomoći za opremu novorođenog trećeg i svakog daljnjeg djeteta isplaćivat će se godišnje, u razdoblju od šest godina, uz uvjet da roditelji za vrijeme primanja pomoći prebivaju u Gradu Zagrebu. Zahtjev za ostvarivanje prava na pomoć za opremu novorođenog djeteta podnosi se Gradskom uredu za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje, na adresi Vodnikova 14, najkasnije u roku od šest mjeseci od dana rođenja djeteta za koje se zahtjev podnosi. Uz zahtjev se moraju

priložiti dokazi o državljanstvu, prebivalištu oba roditelja u Gradu Zagrebu, broju malodobne djece podnositelja zahtjeva koja s njim žive u zajedničkom kućanstvu i njihovu prebivalištu. Ured može prema potrebi zahtijevati i druge dokaze.

Ured odlučuje o pravu na pomoć za opremu novorođenog djeteta i njezinoj visini na temelju dokaza, u roku od 30 dana od dana podnošenja zahtjeva. Pravo na pomoć za opremu novorođenog trećeg i svakog daljnjeg djeteta prestaje isplatom šestog obroka, posljednjeg dana u mjesecu nakon objave prebivališta roditelja, odnosno djeteta za koje je podnesen zahtjev, o čemu će se odlučivati po službenoj dužnosti. Korisnik prava na pomoć za opremu novorođenog trećeg i svakog daljnjeg djeteta dužan je u roku od 15 dana prijaviti Uredu svaku promjenu koja utječe na daljnje ostvarivanje prava. Korisnik prava dužan je primljene nepripadajuće novčane iznose vratiti u roku što ga odredi Ured. U suprotnom će Ured povrat nepripadajućih novčanih iznosa ostvariti tužbom pred nadležnim sudom.



POMOĆ ZA OPREMU DJETETA

isplaćivat će se uz uvjet da roditelji u to vrijeme borave u Zagrebu

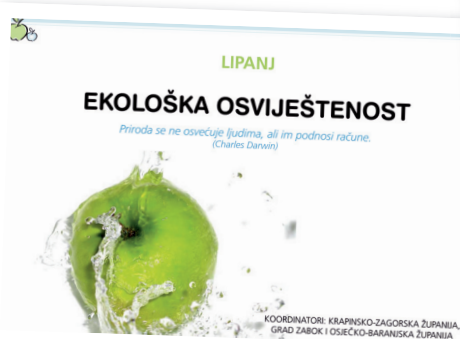
LJETNA ŠKOLA

UNAPREĐENJA ZDRAVLJA

TRADICIONALNO se i ove godine održala Motovunska škola koja kao cilj ima povezivati akademsku zajednicu s 'ljudima iz prakse' kako bi se došlo do korisnih zaključaka za društvo

O d 23. lipnja do 5. srpnja već tradicionalno, petnaestu godinu zaredom, održala se Motovunska ljetna škola unapređenja zdravlja. Motovunsku ljetnu školu organiziraju Škola narodnog zdravlja "Andrija Štampar", Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Hrvatska mreža zdravih gradova te Istarska županija. Kako objašnjava koordinatrica Hrvatske mreže zdravih gradova, doc. dr. sc. Selma Šogorić, Motovunska ljetna škola unapređenja zdravlja mjesto je susretanja ljudi koji rade na promicanju zdravlja na lokalnoj, nacionalnoj i međunarodnoj razini. "Cilj je ove škole povezati akademsku zajednicu s 'ljudima iz prakse', osobama koje neposredno rade na unapređenju zdravlja, kako bismo zajednički i kao ravnopravni partneri došli do korisnih zaključaka. U Motovunu izmjenjujemo znanja, vještine, iskustva i ideje. Osnovna nit vodi- lja jest da kroz tečajeve Motovunske ljetne škole adresiramo, odnosno prepoznajemo, izazove i pokušavamo naći adekvatne odgovore na vodeće javnozdravstvene izazove Hrvatske i Europe. Tako iz godine u godinu ciljano biramo teme koje ćemo obrađivati i koje smatramo izazovom", rekla je dr. Šogorić.

Kroz dvanaestak dana, koliko je trajala Motovunska škola, održano je devet tečajeva kojima je cilj bio unaprijediti zdravlje i komunika-



prilagoditi sve starijoj radnoj snazi", objasnila je doc. dr. sc. Selma Šogorić. U Grožnjanu je održan i tečaj "Mediji i zdravlje" koji je okupio preko 120 novinara, liječnika i djelatnika u sustavu zdravstva, a centralna tema tog tečaja bila je reforma zdravstva koja Hrvatskoj treba. Poseban gost ovog tečaja bio je Predsjednik Stjepan Mesić koji je imao zadatak prezentirati postignuća u zdravstvu u njegova dva predsjednička mandata. "Ono što je zaključeno na ovom tečaju jest da nam je potrebna reforma zdravstva koja bi pokrila sve razine pa je predložena reorganizacija službe Hitne medicinske pomoći, koja prema svemu sudeći, loše funkcionira. Zatim



MLADI UPRAVLJAJU NOVCEM

Škola se održala od 23. lipnja do 5. srpnja. To je bila 15. po redu Motovunska ljetna škola unapređenja zdravlja. U Labinu se održao tečaj 'Škole demokracije - gradsko Vijeće mladih' koji je bio namijenjen učenicima i profesorima osnovnih i srednjih škola, a razgovaralo se o praksi i edukaciji za demokratsko građanstvo. Polaznici su tamo upoznati s načinom na koji mladi djelovanjem kroz Vijeća mogu upravljati dijelom gradskog proračuna

za javno zdravstvo", objasnila je doc. dr. sc. Selma Šogorić, te dodala da su u sklopu tečaja "Mediji i zdravlje" održane i dvije radionice gdje su liječnici od novinara učili kako komunicirati s medijima, a liječnici su učili novinare etici - kako čuvati liječničku tajnu i poštivati privatnost pacijenta.

U sklopu Motovunske ljetne škole unapređenja zdravlja govorilo se i o regionalizaciji i decentralizaciji. Održan je tečaj o upotrebi kvalitativno analitičkog pristupa u analizi uzroka i posljedica ranog pijenja mladih, zatim je bilo govora o tome kako stvoriti zdrave radne organizacije te kako nadoknaditi manjak liječnika koji se danas pojavljuje u sustavu zdravstva u Hrvatskoj. Kako kaže doc. dr. sc. Selma Šogorić mladi ljudi nisu motivirani za upis Medicinskog fakulteta, a liječnici u posljednje vrijeme sve više odlaze raditi iz struke u, primjerice, farmaceutske industrije. "Mi već sada uvozimo liječnike iz drugih zemalja. U sustavu zdravstva postoji nedostatak radne snage - i sestara i liječnika. Interes za liječničko zanimanje sve više slabi jer obrazovanje jako dugo traje, na liječnicima je velika odgovornost, sve više su izloženi negativnim kritikama javnosti - mogu biti tuženi, a i na kraju krajeva plaće nisu velike. Jedno od predloženih rješenja, od strane

ORGANIZATORI ŠKOLE su Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Škola narodnog zdravlja 'Andrija Štampar', Hrvatska mreža zdravih gradova te Istarska županija

ciju. "Ove godine održali smo tri tečaja koja su se ticala zdravlja na radnom mjestu. Prvi, održan u Grožnjanu, kosponzorirala je Svjetska zdravstvena organizacija, a bilo je govora o akcijskom planu zaštite i promicanja zdravlja radnika koji se tiče perioda 2008.- 2017. godine. Na tečaju se raspravljalo o tome što mi sve kao država, uz pomoć Svjetske zdravstvene organizacije, trebamo učiniti kako bi se odgovorilo izazovima zaštite zdravlja radnika, najviše u kontekstu starenja radne snage, jer radna mjesta trebamo

je zaključeno da se treba raditi na unapređenju kvalitete rada u bolnicama stimulirajući kvalitetu adekvatnim plaćanjem. Radit će se intenzivno i na promjeni načina plaćanja obiteljskih liječnika, jer ovaj sistem plaćanja "glavarine", fiksne cijene prema broju registriranih korisnika, demotivira liječnike pa oni pacijente šalju specialistima i na taj način "zatrpavaju" polikliničko-konzilijarnu, odnosno višu razinu zaštite. Još je zaključeno da je potrebno promijeniti način financiranja javnozdravstvene djelatnosti, odnosno Zavoda



**DOC. DR. SC.
SELMA ŠOGORIĆ**

koordinatorica Hrvatske
mreže zdravih gradova

hrvatskih medicinskih fakulteta, jest da će se najvjerojatnije ići na ukidanje liječničkog staža, tako da nakon šest godina studiranja osobe mogu dobiti licencu i odmah početi raditi", rekla je doc. dr. sc. Selma Šogorić.

U Labinu se održao tečaj "Škole demokracije - gradska Vijeća mladih" namijenjen učenicima i profesorima osnovnih i srednjih škola, a razgovaralo se o praksi i edukaciji za demokratsko građanstvo. "Na ovom tečaju govorilo se kako mladi, koji su kroz Vijeća mladih sastavni dio Gradskih poglavarstava, primjenjuju demokraciju. Predstavnici kroz Vijeća progovaraju o osnovnim potrebama mladih u sredini u kojoj žive, a čak mogu i upravljati dijelom gradskog proračuna koji onda usmjeravaju za projekte koje smatraju najvažnijima za mladu populaciju. To nije samo učenje demokracije, nego i vježbanje demokracije u praksi", objasnila je dr. sc. Selma Šogorić.

Paralelno s održavanjem ovog tečaja u Labinu krenulo je obilježavanje Mjeseca demokracije i odgovornog građanstva. Hrvatska mreža zdravih gradova ove godine slavi dvadesetu godišnjicu koju su odlučili proslaviti radno pokrećući kampanju "Povezani zdravljem". Kroz kampanju se svaki mjesec obrađuje druga javnozdravstvena tema od važnosti za zdravlje zajednice i privlači pažnju javnosti. Kako je objasnila doc. dr. sc. Selma Šogorić, Labin je glavni koordinatorski centar svih aktivnosti tijekom srpnja, mjeseca demokracije i odgovornog građanstva u kojem će se odvijati većina tematskih aktivnosti. "Edukacija tijekom srpnja u sklopu obilježavanja Mjeseca demokracije i odgovornog građanstva ne odnosi se samo na djecu i mlade, nego na sveukupno građanstvo. Održat će se



RADIONICE

Održan je tečaj o upotrebi kvalitativno analitičkog pristupa u analizi uzroka i posljedica ranog pijenja mladih, zatim je bilo govora o tome kako stvoriti zdrave radne organizacije te kako nadoknaditi manjak liječnika koji se danas pojavljuje u sustavu zdravstva u Hrvatskoj. Mladi ljudi sve su manje motivirani za upis Medicinskog fakulteta, a liječnici u posljednje vrijeme sve više odlaze raditi iz struke u, primjerice, farmaceutsku industriju. U sustavu zdravstva postoji nedostatak radne snage, i sestara i liječnika



čitav niz radionica na kojima će se, primjerice, gradski pročelnici educirati kako surađivati s nevladinim sektorom i građanskim inicijativama ili formirati gradska vijeća mladih. Cilj ovog mjeseca je na neki način osvijestiti gradske i županijske samouprave o ogromnoj prednosti koju dobivaju uvažavanjem mišljenja građanskih inicijativa, pokazati koje se bogatstvo krije u radu nevladinog sektora i koliko preko njega uprave mogu biti u kontaktu s potrebama vlastitog stanovništva", objasnila je dr. sc. Selma Šogorić. "U prvom redu želimo građane upoznati s tim kako funkcionira društvo i kako se koristiti sustavom koji postoji. Kroz radionice građani će saznati na koja vrata trebaju pokucati kada imaju određeni problem, a s druge strane gradske i županijske uprave ćemo približiti građanima kako bi i oni shvatili što građani trebaju i žele", rekla je dr. sc. Selma Šogorić.

Sadržaji koji će se obrađivati kroz radionice i aktivnosti Mjeseca demokracije i odgovornog građanstva namijenjene su i mladima kako bi ih se educiralo na koji način funkcioniraju institucije društva i kako uopće funkcionira demokracija u praksi te im se omogućilo da izrastu u građane koji će s punoljetnošću biti svjesni svoje građanske odgovornosti, zainteresirani za političko djelovanje i rad, te posjeduju znanje i vještine komunikacije s tim i takvim sustavom. Osim djeci i mladima, radionice su namijenjene i odraslima - djelatnicima nevladinih udruga, ljudima koji rade u mjesnim odborima. Osim u Labinu, aktivnosti se paralelno održavaju u svim velikim gradovima u Hrvatskoj, a informacije kojeg dana, gdje i u koliko sati se koja aktivnost održava građani mogu pronaći na internetskoj stranici www.zdravi-gradovi.com.



GRADONAČELNIK Milan Bandić otvorio je centar u Dotrščini s ministricom Jadrankom Kosor i Mirom Katalenić

nih metara. Prvi sektor Centra čine smještajni kapaciteti za pse, gdje istovremeno može biti smješteno četrdesetak pasa, te veterinarska ambulanta koju je s 59 tisuća eura financirala japanska vlada. Drugi sektor se sastoji od 12 soba za korisnike usluga, restorana i kuhinje, a treći sektor Centra čine uredski prostori. Centar će imati i perivoj koji će služiti za rehabilitaciju i odmor korisnika. Kako bi se korisnici Centra lakše snalazili, staze perivoja bit će reljefne i glatke.

Kako je rekla Mira Katalenić, predsjednica Hrvatske udruge za školovanje pasa vodiča i mobilitet, za potpunu opremu perivoja potrebno je još između 700 i 800 tisuća kuna. Centar Silver prvi je takav centar u ovom dijelu Europe, a čitava izgradnja stajala je nešto više od 15 milijuna kuna. Otvaranju su prisustvovali gradonačelnik grada Zagreba Milan Bandić, potpredsjednica Vlade Jadranka Kosor, potpredsjednica Federacije BiH Spomenka Mičić, državna tajnica za socijalnu skrb Dorica Nikolić, pročelnik Gradskog ureda za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje dr. Zvonimir Šostar te mnogi drugi koji su s nestrpljenjem iščekivali izgradnju ovakvog centra.



NOVI CENTAR

POMOĆ OSOBAMA S INVALIDITETOM

Nakon pune četiri godine gradnje i opremanja, 17. lipnja 2008. otvoren je Centar za rehabilitaciju Silver u Dotrščini, u kojem će se provoditi programi orijentacije i mobiliteta slijepih osoba (tehnika bijelog štapa, školovanje pasa vodiča) te dodjeljivati rehabilitacijski i terapijski psi osobama u invalidskim kolicima i djeci s teškoćama u razvoju.

Grad Zagreb je još 1998. dodijelio Hrvatskoj udruzi za školovanje pasa vodiča i mobilitet zemljište za izgradnju Centra na području Dotrščine, no gradnja je počela tek 2004., nakon potpisivanja Sporazuma o sufinanciranju izgradnje građevine Centra između Grada Zagreba,

tađasnijeg Ministarstva rada i socijalne skrbi te Hrvatske udruge za školovanje pasa vodiča i mobilitet, na temelju kojega u izgradnji Centra sve strane sudjeluju s po jednom trećinom od ukupnih sredstava.

Centar se nalazi na površini od oko 10 tisuća četvornih metara, a objekt, koji se sastoji od tri sektora, pokriva površinu od 1407 četvor-



SILVER

Provodit će se programi orijentacije i mobiliteta slijepih osoba te dodjeljivati rehabilitacijski psi osobama u invalidskim kolicima i terapijski psi djeci s teškoćama u razvoju.



OTVORENJU su prisustvovali i pročelnik Gradskog ureda za zdravstvo Zvonimir Šostar i članica upravnog odbora Udruge Dijana Pleština

IZGRADNJA centra stajala je nešto više od 14,6 milijuna kuna, a financirali su je s po 5 milijuna kuna Grad Zagreb, Ministarstvo zdravstva i Hrvatska udruga za školovanje pasa vodiča

EKOIZLOŽBA

UČENICI SLIKALI OKOLIŠ ZAGREBA



NA ZRINJEVCU su učenici zagrebačkih ekoškola oslikavali pješačke staze

Zagreba na aktivan i odgovoran odnos u zajedničkoj brizi za okoliš." Organizatore događanja Grad Zagreb, odnosno Odjel za zaštitu okoliša, komunalni otpad, vode i vodno gospodarstvo Grada Zagreba, ispred kojeg je na manifestaciji bila voditeljica Odjela Sandra Tucak-Zorić, pozdravili su tom prilikom i predstavnici nevladine udruge Lijepa naša, koja provodi i vrši koordinaciju aktivnosti ekoškola u Hrvatskoj.

Okupljeni učenici su se na Zrinjercu posvetili oslikavanju pješačkih staza, a imali su i priliku pogledati lutkarsku priredbu za djecu naziva "Crvenkapica u prometu" u izvedbi Zagrebačkog kazališta lutaka. Osim toga, djeci i školama je bio predstavljen i prigodni prvi broj ekološkog glasnika za mlade Ekolista, koji je sadržajem prilagođen školskom uzrastu te aktualno prati događanja iz područja zaštite okoliša i ekologije. Osim što su radili, učenici su se i zasladih zahvaljujući sponzorima Ledu i Krašu koji su

U MEDIJSKOJ kampanji 'Povezani zdravljem' koja se diljem Hrvatske provodi tijekom cijele godine lipanj je određen za Mjesec ekološke osviještenosti

Grad Zagreb u suradnji s Hrvatskom mrežom zdravih gradova tijekom ove godine sudjeluje u medijskoj kampanji "Povezani zdravljem", a kampanjom se želi obilježiti 20. obljetnica međunarodnog projekta "Zdravi grad". Kampanja se provodi tijekom cijele ove godine, a temelji se na tematskim mjesečnim aktivnostima kojima se želi upozoriti na probleme današnjeg društva i potaknuti javnost na aktivno sudjelovanje u životu grada.

Tako se tijekom lipnja, mjeseca ekološke osviještenosti, u organizaciji Gradskog ureda za prostorno uređenje, zaštitu okoliša, izgradnju grada, graditeljstvo, komunalne poslove i promet, te Odjela za zaštitu okoliša, gospodarjenje otpadom, vodom i vodnim gospodarstvom održavao niz događanja s ciljem poticanja ekološke osviještenosti i aktivnosti koje promiču društveno



LUTKARSKA PRIREDBA ZA DJECU

U izvedbi Zagrebačkog kazališta lutaka u sklopu događanja 'Slikam okoliš' održana je i priredba 'Crvenkapica u prometu'



OTVORENJE EKOLOŠKE MANIFESTACIJE

Zamjenica zagrebačkog gradonačelnika Ljiljana Kuhta Jelinčić sa suradnicama je svečano otvorila događanje

odgovorne projekte i programe temeljene na suvremenoj ekološkoj građanskoj svijesti i kulturi življenja.

Na Zrinjercu je 18. lipnja održana manifestacija "Slikam okoliš grada" koju je otvorila zamjenica gradonačelnika grada Zagreba Ljiljana Kuhta Jelinčić, a koja se tom prilikom obratila okupljenoj delegaciji učenika, učitelja i profesora većine od dvadeset i dvije zagrebačke ekoškole, rekavši: "U 21. stoljeću ne možemo govoriti o zdravlju a da ne govorimo o našem odnosu prema okolišu. Prenesite svoje znanje i drugima, svojim primjerom potaknite građane

im tom prilikom darovali slatkiše i sladoled. Osim manifestacije "Slikam okoliš grada", u sklopu kampanje "Lipanj - mjesec ekološke osviještenosti" postavljena je i izložba dječjih radova. Izložba naziva "Slikam okoliš grada" ukasila je aulu zgrade Poglavarstva uoči obilježavanja 5. lipnja, Svjetskog dana zaštite okoliša. Prezentirajući aktualne teme iz područja ekologije te stavljajući problematiku okoliša u kreativan i upečatljiv okvir, osnovnoškolci su pokazali domljivu razinu ekološke osviještenosti koja se, ovom i sličnim akcijama, nastoji pobuditi kod šire javnosti.

OBNOVljeni

ODJELI U BOLNICI 'SVETI IVAN'

Psihijatrijska bolnica "Sveti Ivan" na Jankomiru je nakon tri godine kontinuiranih radova završila s obnavljanjem pet svojih odjela, čija je adaptacija i obnova stajala oko 16 milijuna kuna.

Adaptaciju i obnovu odjela i objekata je, kako kaže ravnatelj bolnice doc. dr. sc. Mate Mihaljević, većim dijelom financirao Grad Zagreb, Gradski ured za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje, a dio novca je bolnica namaknula iz decentraliziranih sredstava.

U Psihijatrijskoj bolnici "Sveti Ivan" adaptirani su i obnovljeni akutni ženski i akutni muški odjel. Građevine oba odjela su u cijelosti obnovljene, s potpuno novim sanitarnim čvorovima. Oba odjela imaju podijeljeni otvoreni i zatvoreni dio, a umjesto dosadašnjih osmerokrevetnih napravljene su četverokrevetne sobe. Osim toga, premještena je bolnička ljekarna, a na tom mjestu uređen je komforni trosobni bolnički prostor za psihogerijatriju. Samostojeća građevina koja je unatrag dvadesetak godina bila van funkcije obnovljena je, a sada se u njoj nalazi medicinsko – biokemijski laboratorij i bolnička ljekarna, a obnovljen je i odjel za psihosocijalnu rehabilitaciju i liječenje u heteroobiteljima, koji se prostire na 70 četvornih metara. Uređena je i obnovljena zgrada u kojoj se nalazi predavaonica "Dr. Mirko D. Grmek", prostorija koja može primiti 120 mjesta, stručna knjižnica, prostorije za grupnu psihoterapiju te wellnes.

VRIJEDNOST investicije za modernizaciju i adaptaciju bolnice na Jankomiru iznosi 16 milijuna kuna



AKUTNI ŽENSKI ODJEL

Radi komfora pacijenata se sada umjesto osam u sobama nalaze četiri kreveta

Prilikom obilaska objekata okupljenima se obratio gradonačelnik Grada Zagreba Milan Bandić, rekavši: "Naš stalni imperativ je dizati zdravstveni standard našim sugrađanima, a i poboljšati uvjete pacijentima u bilo kojoj bolnici ili domu zdravlja u kojoj Grad Zagreb participira, suodlučuje ili potpuno odgovara. Sretan

sam i ponosan jer smo na dobrobit pacijenata oplemenili prostore da njima ovdje bude što ugodnije. Volio bih da je manje bolesnika, no suvremeni tempo života melje ljude i eto, silom prilika oni završe na ovakvim mjestima.

Tim ljudima želimo omogućiti da, kada se nađu u teškoj situaciji, mogu doći na takvo



NACIONALNI DAN

Hrvatska se na Svjetskoj izložbi Expo 2008., održanoj u Zaragozi, predstavila projektom 'Kap vode - zrno soli' na svoj Nacionalni dan

RH na Expo-u 2008. s projektom 'Kap

Na poziv državnog tajnika i predsjednika Nacionalnog odbora RH za Expo 2008. Željka Kuprešaka i nacionalnog povjerenika RH za Expo 2008. Ivice Maričića, zamjenica gradonačelnika Ljiljana Kuhta Jeličić od 29. lipnja do 1. srpnja boravila je u Zaragozi, u

Španjolskoj, gdje se održava Svjetska izložba Expo 2008. Tema Expo-a, koji traje 93 dana, je "Voda i održivi razvoj", a Republika Hrvatska je na svoj Nacionalni dan predstavila projekt "Kap vode - zrno soli". Zamjenica gradonačelnika je u sklopu svečanosti Nacionalnog dana RH prisustvovala večeri koju je u čast predsjednika RH Stjepana Mesića organizirao gradonačelnik Zaragoze, Juan Alberto Belloch, a u ponedjeljak, 30. lipnja, Ljiljana Kuhta Jeličić sastala se sa zamjen-

HRVATSKA

Projekt "Kap vode - zrno soli" temelji se na planu i metafori solane. Cilj je bio posjetiteljima bez lažnog sjaja prikazati sliku Hrvatske





NOVOOBNOVLJENI ODJELI

U objektu će se odvijati psihosocijalna rehabilitacija i liječenje u heteroobiteljima, na površini od 70 m²

mjesto i mogu proći rehabilitaciju, a da im pritom bude ugodno." Ravnatelj psihijatrijske bolnice, doc. dr. sc. Mate Mihanović, zahvalio se Gradu Zagrebu na pomoći, rekavši kako je vrlo zadovoljan novim prostorima. "U našoj bolnici imamo 551 bolesnika koji koriste i ove obnovljene prostore. Nadamo se da će se

SVEČANO OTVORENJE ODJELA

Odjele je uz ravnatelja Psihijatrijske bolnice, dr. Matu Mihanovića, obišao i gradonačelnik Milan Bandić

uskoro krenuti i s obnovom takozvanog VI. odjela za produženo liječenje muških bolesnika, izgrađenog 1912. i trenutno neprimjerenog boravku i liječenju bolesnika. Sljedeća želja nam je taj objekt srušiti i izgraditi novi pa bi naša bolnica bila kompletno uređena i funkcionalna cjelina. O tome kontaktiramo s Gradom posljednjih pet godina i nadamo se da će nam Grad u tome pomoći."

Psihijatrijska bolnica "Sveti Ivan" ove godine slavi 50. godišnjicu samostalnog rada, a riječ je o zdravstvenoj ustanovi za stacionarno akutno, produženo te ambulantno liječenje u dnevnoj bolnici, kao i za psihosocijalnu rehabilitaciju oboljelih od psihotičnih poremećaja, poremećaja raspoloženja, ličnosti, somatofornih poremećaja, ovisnosti o alkoholu i drogama te organskih i simptomatskih poremećaja.

Tribina za bolju komunikaciju



Prošli je mjesec Gradski ured za zdravstvo organizirao u suradnji sa Zdravstvenim veleučilištem Zagreb, Katedrom za zdravstvenu psihologiju, tribinu pod nazivom "Kako komunicirati s osobama starije životne dobi". Na tribini su govorile nastavnice s Katedre za zdravstvenu psihologiju Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu, prof. dr. sc. Jasminka Despot Lučanić, prof. psih., Melita Sarađen te mr.sc. Mima Kostović Srzentić. Cilj tribine bio je poboljšati komunikacijske vještine djelatnika u domovima za starije i nemoćne osobe. Na tribini je sudjelovalo 75 sudionika, uglavnom socijalnih i zdravstvenih djelatnika koji su sudjelovali u brojnim radionicama naziva: "Stavovi i predrasude o starijim osobama"- što mislimo i koliko znamo o starijima i starenju?" i "Vještine uspješne komunikacije u radu sa starijima - aktivno slušanje i prepreke u komunikaciji sa starijim osobama, komunikacija s teškim sugovornicima".

Sudionici tribine pokazali su veliki interes za rad u radionicama te predložili što više tribina organiziranih na sličan način. Tribina je bila vrednovana od strane Hrvatske komore medicinskih sestara, sukladno odredbama Pravilnika o sadržaju, rokovima i postupcima stručnog usavršavanja i provjere stručnosti medicinskih sestara, sa šest bodova za aktivno i četiri boda za pasivno sudjelovanje.

Ostali sudionici dobili su potvrde o sudjelovanju na tribini, što će ostati daljnja praksa Gradskog ureda za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje.



PREDAVAČICE NA TRIBINI

Nastavnice s Katedre za zdravstvenu psihologiju

o vode - zrno soli'

ikom gradonačelnika Zaragoze Fernandom Giménom Marinom. Projekt "Kap vode - zrno soli" temelji se na planu i metafori solane. Sol je sadržana u svakoj kapi morske vode, ali je i njezina suprotnost koja se dobiva isključivo napornim radom ljudi. Ne treba zaboraviti da je izvorno značenje riječi "kultura" - uzgoj. Na temelju ovako formuliranog koncepta oblikovan je prostor i sadržaji koji, bez nametljive spektakularnosti i lažnog sjaja, prenose sliku Hrvatske posjetiteljima.

IZASLANSTVO GRADA ZAGREBA

Zamjenica gradonačelnika Zagreba Ljiljana Kuhta - Jeličić od 29. lipnja do 1. srpnja bila je u Zaragozi





GRADSKI URED ZA ZDRAVSTVO, RAD, SOCIJALNU ZAŠTITU I BRANITELJE

POVEZANI
ZDRAVLJEM

DJELUJ SADA!



HRVATSKA MREŽA ZDRAVIH GRADOVA
www.zdravi-gradovi.com.hr



WHO Country Office in Croatia



Ljeto je i vjerojatno se veselite izlaganju tijela suncu. Prije nego što to učinite svakako se informirajte i prilagodite svoje ponašanje djelovanju štetnih ultravioletnih zraka. Preuzmite odgovornost za svoje zdravlje i za zdravlje svoje djece.

ZDRAVSTVENE POSLJEDICE



DJELUJ SADA!

Rak kože

Procjenjuje se da se svake godine diljem svijeta pojavi oko 132.000 slučajeva malignih melanoma i više od dva milijuna slučajeva drugih vrsta malignih oboljenja kože. Najveći broj malignih oboljenja kože pripisuje se prekomjernom izlaganju ultraljubičastom zračenju.

Podaci Svjetske zdravstvene organizacije (WHO) pokazuju da svake godine u svijetu zbog pretjeranog izlaganja suncu, umre oko 60.000 ljudi, a najveći broj smrtnih slučajeva, 48.000, je posljedica melanoma.



- boravite li u klimatiziranom prostoru, prije izlaska se pripremite za veću temperaturu koja vas očekuje;
- nakon izlaska iz mora presvucite se u suhi kupaći kostim.

Plivanje je u trudnoći itekako korisno. Ako imate urednu trudnoću i liječnik vam je dopustio boravak u vodi, nema nikakvih prepreka da ovo ljeto ne zaplivate.

Pazite samo da je voda ugodna (da nije prehladna ili, npr. u bazenu, pretopla), da lagano ulazite u vodu i privikavate se na njenu temperaturu. Na nogama je najbolje imati obuću za vodu da se ne biste poskliznuli i pali.

Plivajte lagano, stilom koji vam najviše odgovara, bez naglih pokreta i umaranja. Važno je da vam je plivanje ugodno i da vas osvježava. U vodi možete izvoditi i lagane vježbe rukama ili nogama. Vrlo važno je da je voda čista. Posebno budite oprezni u bazenu, rijekama i jezerima. Ako ste na bazenu, kupajte se kad je voda još čista i kad nema mnogo ljudi.



DJELUJ SADA!



KAKO DJECU ZAŠTITITI OD SUNCA?

Zlatna pravila zaštite od sunca:

- dojenčad mlađu od šest mjeseci držite uvijek u hladu, bez sredstava za zaštitu od sunca.
- izbjegavajte boravak s djecom na otvorenom u doba najjače insolacije, između 10 i 15 sati.



DJELUJ SADA!

oprezniji jer neke tkanine propuštaju sunčeve zrake.

- upotrebljavajte zaštitna sredstva s faktorom većim od 15 za cijelu djetetovu kožu.
- ponavljajte to svaka dva sata ili češće ako se vaše dijete kupi ili jako znoji.
- neki lijekovi izazivaju fototoksične/alergijske reakcije na koži. Ako vaše dijete uzima neki lijek konzultirajte liječnika o zaštiti od sunca.
- ne dopustite da vas zavaravaju oblaci. Kroz njih sunčeve zrake također prolaze.
- budite svjesni refleksnog zračenja. Vaše dijete nije zaštićeno ni u hladu jer se sunčeve zrake reflektiraju od pijeska, vode, betona.
- na velikim nadmorskim visinama sunce je osobito jako. Stoga upotrebljavajte zaštitna sredstva i u planinama.
- ako netko drugi brine o vašem djetetu pobrinite se da poštuje ova pravila!

Kako izabrati sredstvo sa zaštitnim faktorom (SPF, sun protection factor)?

Na tržištu postoje mnogi preparati za zaštitu od sunca i katkad je roditeljima teško izabrati pravi. Važno je znati da postoje sredstva koja samo reflektiraju sunčeve zrake (mehanička) te druga koja apsorbiraju sunčeve zrake i oslabljuju njihovo štetno djelovanje.



Opasnosti povezane s izlaganjem ultraljubičastim zrakama u djetinjstvu

Poznatu je da izlaganje ultraljubičastim zrakama u djetinjstvu i broj navrata prigodom kojih je dijete izgorjelo od sunca pridonosi riziku razvoja melanoma u kasnijim razdobljima života. Iz ovog je razloga potrebna posebna pažnja kako djeca ne bi dolazila u doticaj sa solarijem.

Neki tipovi kože nisu podesni za tmnjenje. Prema osjetljivosti na izlaganje suncu tipovi kože su klasificirani u šest različitih skupina, od I do VI.

Ljudi s kožom tipa I imaju najsvjetliju kožu i neće potamniti nakon solarija. Umjesto toga njihova će koža izgorjeti.

Nažalost, bez odgovarajuće obuke voditelja solarija ili osoblja koje nadzire rad solarija, sposobnost potrošača da prepozna svoj tip kože kao nepodesan za posjet solariju temelji se na vlastitoj procjeni ili, još gore, na osobnom iskustvu. Koža tipa II i viši tipovi kože mogu potamnjati, ali se zbog suviše izloženosti ultraljubičastim zrakama, isti tipovi kože oštećuju.

DJELUJ SADA!

Besplatnu brošuru potražite na stranici: www.zagreb.hr