

# Zdravlje za sve u lokalnoj zajednici



Razvojni put projekta Zdravi grad Poreč zasigurno zaslužuje pažnju jer predstavlja jedinstven, vrlo specifičan primjer lokalne organizacije ovog svjetskog projekta na razini Hrvatske mreže Zdravih gradova

Projekt Zdravi grad Poreč djeluje u Poreču od 1993. godine i predstavlja osnovu za inovativno djelovanje u promicanju zdravlja u zajednici. Prilikom iniciranja projekta Zdravi grad Poreč gradska vlast se opredijelila za osnivanje gradske institucije Fond Zdravi grad Poreč koja će poticati razvoj ovog svjetskog projekta za naš grad. Tako je Fond Zdravi grad Poreč osnovan odlukom Gradskog Vijeća od 23. studenoga 1993. godine.

Od tada, Zdravi grad Poreč inicira i realizira programe za unapređenje psihosocijalne komponente zdravlja građana i podizanje kvalitete života obitelji u zajednici. Pritom u najvećoj mjeri koristi vlastite resurse (prostor, stručne kadrove, opremu, financijska sredstva). Tako je projektni ured Zdravog grada operativno organiziran u zasebnim prostorima i predstavlja produženu ruku grada u zadovoljavanju vrlo specifičnih potreba građana u zajednici.

Naša lokalna zajednica prepoznala je projekt Zdravi grad kao novu, inspirativnu i kreativnu mogućnost za realizaciju odgovornog puta unapređenja zdravlja građana u zajednici te ga stoga kontinuirano podupi-

*»...Plovidba na bespuću  
neizvjesnosti i obećavajućih  
mogućnosti mogla je početi.*

*Ona traje i obećava.*

*Gradskoj vladi je dana Noina  
barka zdravlja za XXI. stoljeće.*

*Što će u nju ukrcati u Scilama i  
Haribdama*

*koje mora proći do kraja drugog  
tisućljeća ostaje da se vidi.«*

*Nino Basanić*

*(Zdravi grad - Città sana,  
Poreč, 1997.)*

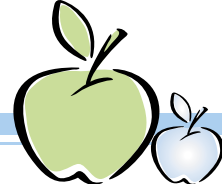
re. Ispitivanja potreba građana pokazala su da je građanima našega grada najpotrebnija psihosocijalna potpora. Građani Poreča žive i rade u okruženju male zajednice, ali značajnog turističkog i tranzitnog središta koje karakterizira neujednačena dinamika života i rada ljeti i zimi, intenzivna izloženost brojnih obitelji stresu te miješanje stanovništva i prijenos brojnih kako pozitivnih tako i nega-

tivnih europskih trendova (nasilje, agresija, osamljenost, ovisnosti...). Tako je vrijednost projekta Zdravi grad u našoj zajednici prepoznata u aspektu zadovoljavanja prioritarnih potreba građana, ali i u aspektu poticanja aktivnog uključivanja građana u inicijative i programe za podizanje kvalitete života u zajednici te kao mogućnost za kvalitetnu komunikaciju i suradnju sa drugima, ustanovama, nevladinim sektorom, građanskim inicijativama...

Projekt Zdravi grad Poreč inicirala je skupina lokalnih profesionalaca i građana koji su se kasnih 80-ih godina susreli s europskim ciljevima planetarne ideje zdravlja koju su sustavno prenosili i obrazlagali tadašnjem općinskom čelništvu. Tako su srce i glavna pokretačka snaga porečkog projekta Zdravi grad bili i ostali ljudi. Uz troje profesionalnih djelatnika, svi programi koji se kroz projekt realiziraju okupljaju desetak stalnih stručnih suradnika mjesečno, preko 50 mladih volontera te dvadesetak odraslih volontera odnosno aktivnih građana koji sudjeluju u realizaciji i razvoju projekta bazirajući se na postavkama SZO »misli globalno, djeluj lokalno« i »zdravlje za sve u lokalnoj zajednici«.

Projekt Zdravi grad Poreč kao i programe koji se u okviru projekta realiziraju u najvećoj mjeri financijski podupire Grad Poreč. Grad Poreč osigurava plaće stalnim djelatnicima, osigurava održavanje prostora u funkciji, financira edukacije i osigurava najveći dio honorara stručnih suradnika po planu i programu. U financiranje pojedinih programa (mladi, ovisnici, stari...) uključuje se i Istarska županija u skladu sa županijskim zdravstvenim prioritetima dok se državnim sredstvima zasad podupire samo rad Centra za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnika o opojnim drogama pri Zdravom gradu. Projekt podupiru neki okolni gradovi i općine u segmentima u kojima se pružaju usluge njihovim građanima. U najmanjem dijelu financiranje se osigurava dobrovoljnim priložima građana prikupljenim u prigodnim aktivnostima (kao npr. drvored zdravlja na gradskim trgovima, Porečka bajka, humanitarne akcije za oboljele... i sl.)





Grad Poreč i porečki projekt Zdravi grad usmjereni su dominantno unapređenju zdravlja obitelji. Tako su se u okviru projekta Zdravi grad razvili i afirmirali određeni programi za obitelj koje ne razvijaju postojeće institucije društva (zdravstvo, socijala, školstvo...). U ovom dijelu opisat ćemo samo neke od programa za očuvanje zdravlja obitelji koji se odvijaju na razini primarne i sekundarne prevencije. No, važno je ipak napomenuti da se na tercijarnoj razini, u okviru projekta, velika pažnja poklanja radu s ovisnicima o alkoholu i opojnim drogama te da je porečki projekt započeo svoju afirmaciju upravo suočavajući se sa pojavnosti i tretmanom ovisnosti u lokalnoj zajednici. Razvijajući programe prihvata i skrbi o ovisnicima kao i mehanizme epidemiološkog praćenja pojavnosti ovisnosti, Poreč je pokazao kako se u lokalnoj zajednici, vlastitim snagama može razviti kvalitetna razina skrbi i staviti pod kontrolu tako snažan javni zdravstveni problem kao što su ovisnosti.

NEKI OD AFIRMIRANIH PROGRAMA ZA ZDRAVLJE OBITELJI:

**GINEKOLOŠKO SAVJETOVALIŠTE ZA MLADE** kojim se potiče odgovornost u kontekstu spolnog sazrijevanja te zrelo planiranje obitelji. Djevojke, mladići, mladi parovi ili manje grupe javljaju se u terminima rada savjetovališta i informiraju o svemu što ih zanima vezano uz spolnost. U programu se planira i »izlet u ginekološku ambulantu« za djevojke koje se žele upoznati sa prostorom što ima za cilj umanjiti



strah od nepoznatog prije potrebe za prvim ginekološkim pregledom.

**PRIPREMA TRUDNICA (I BUDUĆIH OČEVA) ZA POROD** je program koji budućim roditeljima, trudnicama i očevima koji žele prisustvovati porodu, omogućava psihofizičku pripremu za porođaj i priprema ih za prihvaćanje novog člana obitelji. Realizira se u 5 radionica kojima se obrađuju medicinski i psihološki aspekti porođaja,

uče vježbe relaksacije i vježbe disanja za porod. Trudnice se pripremaju za aktivno sudjelovanje u porodu kako bi najviše pomogle sebi i djetetu koje dolazi na svijet. Edukacija na tečaju prilika je za rad sa mladim obiteljima (parovima) te služi jačanju partnerskih veza, pridonosi skladu odnosa i udruživanju partnera u pripremanja koje se tiču njihova zajedničkog života i brige za dijete. Parovima se pruža potpora da zajedno sazrijevaju u pripremanja za ulogu roditelja.

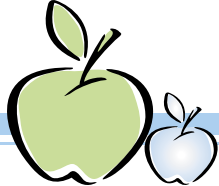
### Kako je nastao projekt »Zdravi grad«?

Projekt »Zdravi grad« pokrenuo je 1986. godine Regionalni ured za Europu Svjetske zdravstvene organizacije s ciljem da osnaži interes za pozitivni koncept zdravlja u gradovima diljem Europe. U prvoj fazi Europskog projekta »Zdravi grad« sudjelovalo je 35 gradova, uključujući i grad Zagreb. Težište prve faze (1987. – 1992.) bilo je ojačati učesće zajednice te, uklanjajući političke i institucionalne barijere promjeni, dovesti do partnerstva u stvaranju društvene politike zdravlja. Očekivani produkt prve faze bio je – izgraditi i staviti u funkciju »infrastrukturu« za provođenje projekta »Zdravi grad«. Strateški ciljevi druge faze (1993. – 1998.) uključivali su ubrzanje usvajanja društvene politike zdravlja na razini grada, jačanje sustava podrške (alijanse za zdravlje) i izgradnju strateških veza s drugim sektorima i organizacijama koje utječu na razvoj gradova. Očekivani produkti druge faze bili su – stvaranje, usvajanje i provođenje ključnih dokumenata »Zdravoga grada«: »Gradske slike zdravlja« i »Gradskog plana za zdravlje«. Ti dokumenti su poslužili kao temelj za određivanje prioriteta, strateško planiranje i brigu za zdravlje. Treća faza projekta (1998. – 2003.) imala je za cilj strategiju dokumenata »Zdravlje za sve za 21. stoljeće« i »Lokalni dnevni red za 21. stoljeće« prevesti na »jezik« lokalne razine izradom i implementacijom »Gradskog plana za održivi razvoj zdravlja«. U trećoj fazi Europskog projekta »Zdravi grad« sudjelovalo je pedesetak gradova, uključujući hrvatske gradove Rijeku i Zagreb.

**TEČAJ KVALITETNOG RODITELJSTVA** namijenjen je roditeljima koji žele postati uspješniji i lakše se nositi sa roditeljskom ulogom u zahtjevima današnjeg vremena. Zdrava obitelj definitivno utječe na formiranje zdrave ličnosti, koja se može nositi sa izazovima suvremenog svijeta. Stoga ovaj tromjesečni tečaj ima za cilj olakšati roditeljima njihovu roditeljsku ulogu kroz brojne teme koje se na tečaju obrađuju kroz predavanja, diskusije, analizu slučajeva.... Neke od tema tečaja su: Kakav roditelj želim biti?, Kako prepoznati i djelotvorno zadovoljiti svoje i djetetove potrebe?, Kako ostvariti dobru komunikaciju sa djetetom?... i mnoge druge.

**SAVJETOVALIŠTE ZA DJECU, MLADE, BRAK I OBITELJ** Građani se u savjetovalištu javljaju iz različitih razloga: bračni problemi, loša komunikacija u obitelji, nesklad odgojnih postupaka roditelja, fizička ili psihička agresija u obitelji, emocionalni poremećaji kod odraslih – najčešće depresije kod žena, sumnja na zlostavljanje kod djece, razvojne krize i strahovi kod djece, emocionalne teškoće, eksperimentiranje s alkoholom i drogom, djeca s





*Visoko na brijegu,  
U zelenom okruženju,  
Gdje vjetar uvijek tiho čarlija,  
Rodio se zdravi grad.*

*Čuje se tihi žamor,  
Neki već stižu,  
Drugi strpljivo čekaju.  
Vidim, iz doline dolaze.*

*Vesele me!  
U zdravom gradu,  
Zdravo srce kuca,  
Ma kako bolesno bilo.*

*I zidovi radost zrače,  
Sto` poruka nose!  
Sva tuga tu bar na tren prestaje.*

*I ja imam nekog,  
Nekog`ko me čeka.*

*Visoko na brijegu,  
U zdravom gradu,  
Zdravo srce kuca.*

*Rada Lalić  
(članica i volonterka Društva  
invalida Poreč)*



mogu biti od koristi (Dječji maskenbal, Porečka bajka, Poreč 24, sportske manifestacije – Triatlon, Porečki delfin, humanitarne akcije – prikupljanje pomoći za bolesne, Svjetski dan zdravlja, Mjesec borbe protiv ovisnosti, Drvored zdravlja i sl.). Godišnje se u ovom programu educira oko 50 mladih volontera.

#### **TERAPIJSKI I SUPORTIVNI RAD S OSOBAMA S INVALIDITETOM**

Zdravi grad Poreč već petu godinu koordinira i organizira terapijsku skrb o osobama

s invaliditetom. Tako psiholozi i defektolozi realiziraju individualne, obiteljske i grupne psihoterapije za invalidne osobe i članove njihovih obitelji, a zaživio je i grupni terapijski program.

Grupni terapijski rad ima zadatak ojačati psihičku komponentu funkcioniranja osobe s invaliditetom u vidu podizanja samopouzdanja i osjećaja osobne vrijednosti te jačanja snaga za uklapanje u obitelj, svakodnevicu i socijalno okruženje u skladu s objektivnim mogućnostima.

teškoćama u razvoju, invalidna djeca, odrasle invalidne osobe, bolest u obitelji, ovisnici – apstinenti u procesu resocijalizacije...

#### **»MLADI VOLONTERI ZDRAVOG GRADA« – PROJEKT »VRŠNJAK POMAGAČ«**

Projekt »Mladi volonteri zdravog grada« je osmišljen kao višegodišnji, kontinuirani rad s mladim, motiviranim osobama (porečki srednjoškolci). Program se realizira već 7. godinu. Kroz edukativni dio mladi usvajaju znanja o ljudskom ponašanju i vlastitom ponašanju kako bi bolje upoznali sebe i zakonitosti ljudskog ponašanja uopće. Slijedi rad na sebi kroz svladavanje procesa donošenja odluka i jačanja vrijednosti odgovornog ponašanja u odnosu na sebe i druge osobe u bližoj i široj okolini. Posljednja razvojna faza odnosi se na prenošenje stečenih znanja i pružanje pomoći drugim osobama u vlastitoj sredini (vršnjacima sa razvojnim teškoćama – »vršnjak pomagač«, invalidnim osobama, seniorima...) te razvijanje senzibiliteta i spremnosti za humanitarni rad i uključivanje u sve akcije na nivou Grada Poreča u kojima

#### **Što je projekt »Zdravi grad«?**

*Projekt »Zdravi grad« lokalnim djelovanjem na razini grada, u praksi pretače temeljna načela Europske strategije »Zdravlje za sve za 21. stoljeće« i »Lokalnog dnevnog reda za 21. stoljeće«.*

*Projekt »Zdravi grad« afirmira holističku prirodu zdravlja, ukazujući na međuzavisnost fizičke, duševne, socijalne i duhovne dimenzije zdravlja.*

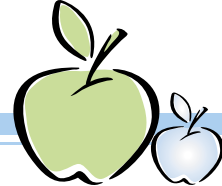
*Projekt polazi od pretpostavke da se bolje zdravlje može postići zajedničkim naporima pojedinaca i skupina koje žive u gradu.*

*Bitna je postavka ovog projekta spoznaja da pri donošenju političkih odluka na razini gradske vlade treba uvijek obratiti pozornost na njihov mogući utjecaj na zdravlje.*

*Na stanje zdravlja građana bitno utječu uvjeti stanovanja, stanje okoliša, obrazovanje, javne službe, socijalna zaštita i dr.*

*Upravo zbog takvog utjecaja, usmjerenost na zdravlje podrazumijeva uključivanje organizacija i pojedinaca koji djeluju izvan samog sektora zdravstva u aktivnosti na poboljšanje zdravlja građana.*

*Taj se proces zajedničkog djelovanja na poboljšanje zdravlja označava terminom »intersektorsko ili međuresorno djelovanje« i cilj mu je, u konačnici, poboljšati urbano okruženje u kojem ljudi žive, rade ili se školuju.*



### LIKOVNE RADIONICE ZA DJECU S INVALIDITETOM

U prostorima Zdravog grada vikendima se organiziraju okupacijske likovne radionice za djecu s invaliditetom i njihove prijatelje. Ovaj oblik grupnog rada ima za cilj uključiti u okupacijske sadržaje svu djecu s invaliditetom koja to žele. Neke djeci koja posjećuju radionice to je jedini organizirani oblik grupnog rada jer zbog svojih teškoća (najčešće kombinacije poremećaja) nisu uključena u neku odgojno-obrazovnu ustanovu. Kroz ovakav oblik rada invalidna djeca usvajaju socijalizacijske vještine, razvijaju pripadnost grupi i zajednici, komunikacijske vještine, koordinaciju pokreta, a pritom se dobro zabavljaju.

**Nataša Basanić-Čuš, prof.,**  
koordinatrica projekta  
Fond »Poreč – zdravi grad«  
fond-zdravi-grad@pu.htnet.hr



**P**uno se značajnih događaja dogodilo od 1993. g. otkad je osnovan Fond Zdravi grad Poreč, u našem neposrednom i širem okruženju, koji su izravno utjecali na kvalitetu života sviju nas. I možda, na samom početku nismo niti bili svjesni koliko je snažna poruka u samom nazivu Fonda, možda je i nismo doživljavali kao poruku, možda smo je izravno povezivali s akutnim i kroničnim zdravstvenim stanjima naših bolesti, tegoba i tegobica, možda? U trenutku osnivanja sigurno nismo bili svjesni koliko će upravo tranzicijska događanja u našoj zemlji minulog desetljeća izravno utjecati na kvalitetu života sviju nas. Ugroženi su socijalni, zdravstveni, egzistencijalni i etički standardi pojedinca, obitelji i društva. Jednom riječju, poremetili su se sustavi vrijednosti do te mjere da čovjek, kao nikada prije, ima potrebu zaštite zajednice,



**Josip Maras**  
Gradonačelnik Grada Poreča

religije, sustava i pravde. Rezultanta takvog stanja društva danas je stanje u kojem su najugroženije strukture društva mladi i starija populacija.

Fond Zdravi grad Poreč minulih se

godina uhvatio u koštac upravo s takvim problemima i izazovima te sa stručnim ljudima koji vode ili djeluju pri Fondu izradio niz sustavnih programa i rješenja za kvalitetniji i zdraviji život najugroženijih struktura građana Poreštine.

Brojni realizirani programi poslužili su kao uzor i primjer ostalim sredinama te je na stručnim i programskim razinama uspostavljena prijateljska i stručna suradnja s ostalim gradovima i ustanovama. U tom smislu, koristim priliku da se javno i bezrezervno zahvalim i pohvalim trud svih ljudi koji su vodili Fond ili s njime surađivali.

Duboko uvjeren u kvalitetu i korisnost programa Fonda za sve naše građane, želim se još više založiti za moralnu, materijalnu i financijsku potporu Grada Fondu Zdravi grad Poreč, te mu u tom smislu želim puno, puno uspjeha.