

Poreč je zdravi grad za sve svoje građane

Projekt Zdravi grad omogućio je Poreču da istinski postane grad za svoje građane. Ugrađivanje projekta Zdravi grad Svjetske zdravstvene organizacije u život grada, našem je gradu omogućilo rast i razvoj kroz povezivanje s građanima, oslušivanje njihovih potreba te stalna nastojanja za podizanje kvaliteta života u gradu za sve njegove građane. Potrebe građana, njihova sigurnost i socijalna kohezija postala su glavna obilježja naše zajednice. Socijalni i zdravstveni program Grada Poreča nezaobilazan su i jedan od najznačajnijih sadržaja godišnjih gradskih planova i programa, te sastavnica

razrađenih strategija za skrb o zdravlju u zajednici. Građani su u našem gradu prepoznati kao najveći resurs te im se u okviru istog opredjeljenja osigurava značajna podrška za uključivanje u društveni život grada, kao i podrška najranjivijim skupinama. Grad Poreč osigurava gradsko psihološko savjetovalište, podršku osobama s invaliditetom, preventivne programe za djecu i mlade, rast i razvoj djece kroz sport u više od trideset klubova i drugih slobodnih aktivnosti kroz udruge, osigurava institucionalnu i izvaninstitucionalnu podršku starijim i nemoćnim osobama, osnaživanje volontera i drugo. Osim socijalne mre-

že podrške u zajednici, vodi se računa o održivom razvoju okruženja, o uređenju javnih površina grada, zdravom urbanom planiranju, čuvanju priobalnog zelenog pojasa, ekološkim projektima održivog razvoja (pročišćavanje voda, alternativni izvori energije, čistoća tla, edukacija djece i odraslih iz oblasti ekologije i drugo). Ključna su gradska poduzeća senzibilizirana za različite aspekte skrbi o zdravlju građana i okoliša te za pomoć ranjivim skupinama. Voditelji ključnih porečkih poduzeća uvode povlastice za ranjive skupine građana (besplatno parkiranje za osobe s invaliditetom na glavnim parkirnim mjestima u gradu, popusti za korištenje gradskih parkirališta za starije od 65 godina, karte s popustom za porečko kino za iste skupine građana i slično). Njegujući svoj projekt Zdravi grad, Poreč u potpunosti odgovara na vodeće izazove pete faze ovog svjetskog projekta u kojoj su osnovni zahtjevi za zdrave gradove da **prije svega trebaju biti gradovi za sve svoje stanovnike, inkluzivni, suportivni, socijalno osjetljivi te sposobni odgovoriti na različite potrebe i očekivanja građana.**

Stoga s ponosom procjenjujemo da je projekt Poreč – zdravi grad, nakon dvadeset godina formalnoga djelovanja, omogućio našoj zajednici da postane bolja, uređenija i plemenitija, odnosno zajednica po mjeri vlastitih građana!

Nataša Basanić Čuš

koordinatorica projekta Poreč – zdravi grad
fond-zdravi-grad@pu.t-com.hr

Porečki preventivni projekt - Rasplesani razredi

Jedno od temeljnih opredjeljenja projekta *Poreč - zdravi grad* preventivno je djelovanje u zajednici u odnosu na djecu, mlade i odrasle u njihovu okruženju te stvaranje uvjeta i poticajnog okruženja za zdravi rast i razvoj djece i mladih u gradu. Ulaganje u mlade, njihovo osnaživanje u primjeni zdravih životnih izbora s ciljem prevencije rizika i jačanja zaštite temeljene na dječjoj osobnosti, populariziranju i poticanju vršnjačke pomoći te osiguravanje podrške zajednice kroz sveobuhvatne preventivne programe uopće, temelj su zaštitnih programa za djecu i mlade grada Poreča.

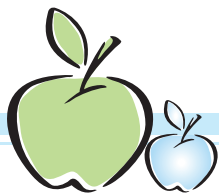
U cilju jačanja otpornosti mladih za izazove koje žive i događaje u njihovim životnim okruženjima, prepoznali smo da je potrebno kreirati programe i aktivnosti kojima mladi mogu ojačati svoju osobnost i socijalne

kompetencije, kako bi na društveno poželjan način zadovoljavali svoje potrebe i birali zdrava ponašanja. U tom smislu profesionalci grada Poreča realiziraju brojne programe/projekte koji imaju karakter preventivnih zaštitnih programa od kojih su neki autorski programi nastali u Poreču. Jedan od takvih, najnovijih programa je i autorski projekt *Oснаživanje djece kroz ples - Rasplesani razredi* kojeg je osmislio stručni tim porečkih osnovnih škola i Povjerenstvo *Zajedno protiv ovisnosti* Grada Poreča.

Ples je kao aktivnost bliska mladima, a kao usvojena životna vještina vrijedna za cjelokupni rast i razvoj pojedinca, pa podučavanje ovoj aktivnosti mlade dodatno osnažuje u cilju izbora društveno prihvatljivih oblika ponašanja. Ples je sredstvo koje potiče djecu da sruše socijalne zapreke, na-

uče se poštovanju i uvažavanju, lijepom ponašanju, kako se s pažnjom odnositi prema drugima, kako poboljšati samopouzdanje, komunikaciju i suradnju te kako prihvatiti druge. Ples se kao životna vještina i izbor za zdravlje pojavljuje u brojnim projektima Europske mreže Zdravih gradova, čak je glavni moto pojedinih gradskih projekata *plesom do zdravlja*. Slijedom navedenog, a temeljem proučavanja svjetskih spoznaja i iskustava, odlučili smo plesne aktivnosti realizirati kao vid sveobuhvatnog preventivnog programa u porečkim osnovnim i srednjim školama.

Ples je u porečkim školama odabran upravo kao takva, zabavna i opće prihvaćena aktivnost koja potiče socijalizaciju, suradnju i povezivanje s ciljem dokazivanja vrlo mjerljivih prosocijalnih i osobnih dobiti za djecu putem



usvajanja vještine za život. Da bi plesna aktivnost ostvarila dugoročni preventivni učinak realizira se generacijski sa svim 7. razredima porečkih osnovnih škola, kroz tematska događanja s učenicima 8. razreda i nastavlja se u srednjoj školi. Osim radionica plesa koje vode plesni instruktori, realiziraju se i radionice komunikacijskih vještina i one usmjerene stjecanju samopouzdanja koje vodi stručni tim škole, a sastavni su dio projekta *Rasplesani razredi*.

Ishodi projekta su značajno unapređenje socijalnih vještina učenika koji su pokazivali izrazitu povučenost i to socijalno izolirane djece, osjetljive, zatvorene (u projektu svatko pleše sa svakim i s razrednikom), jačanje razredne kohezije i stvaranje poticajnog i kooperativnog razrednog okruženja, bolja komunikacija u razredu, prosocijalna orijentacija, samodisciplina i lakše rješavanje tekućih razrednih problema, usvajanje vještina standardnih i latino-američkih plesova te izuzetna prihvaćenost projekta od učenika porečkih osnovnih i srednjih škola i njihovih roditelja kao i njihova želja da se projekt kontinuirano nastavlja.

Projekt se ostvaruje kroz 12 sati plesnih radionica za svaki razredni odjel. Tijekom radionica učenici prolaze program standar-



dnih i latino-američkih plesova, razgovore o temeljnim ljudskim vrijednostima koje dolaze do izražaja u usvajanju plesnog umijeća, poštovanju drugih, samopoštovanju, suradnji, odgovornosti, preuzimanju i prihvaćanju vodstva, pomoći i razumijevanju osobnih i tuđih potreba, usvajaju lijepog i pristojnog ponašanja, uče ostvarivati kontakt i prići osobi suprotnog spola. Radionice se održavaju po jedan sat tjedno, na satu razrednika za svaki razred, u suradnji s

plesnim instruktorima Udruge Plesni centar *Studio* iz Pule. Sa svakim razredom čitav sat pleše i njihov razrednik.

Prezentacija projekta realizira se tijekom godine u okviru *Rasplesanih odmora*, na prezentaciji za roditelje u okviru svakog razreda uključenog u projekt te nastupom svih učenika (preko 300 djece) povodom Dana zdravih gradova.

Nataša Basanić Čuš
koordinatorica projekta

Održivi razvoj, čuvanje okoliša, ekološki programi Poreča

Poreč je grad s tradicijom čuvanja okoliša i zelenog priobalnog pojasa. Grad s najvećim brojem uređenih gradskih dječjih igrališta u odnosu na broj stanovnika, uređenih prema propisanim standardima (64 igrališta s igračkama i 21 polivalentno igralište), grad s uređenim zelenim površinama, dobitnik brojnih nagrada za uređenost javnih površina, grad čija uređenost plijeni pažnju i divljenje brojnih posjetitelja... No, građani Poreča, ključni ljudi i stručnjaci uvijek nastoje ostvariti više i bolje. Navedena nastojanja usmjerena su neprestanom podizanju razine kvalitete života u gradu i očuvanju zdravlja, poštujući zahtjeve uređenja prostora i standarde zdravog urbanog planiranja. Posljednjih godina intenzivno se radi na prilagodavanju urbanog prostora osobama s invaliditetom, poštujući se potrebe ranjivih skupina građana u projektiranju prostora uopće, donose se lokalni akcijski planovi usmjereni alternativnim izvorima energije te kontroli/smanjenju emisija Co2, realiziraju se projekti kontrole tla, posebice dječjih pješčanika u odnosu na parazite iz izmeta pasa i mačaka, realizira se program sterilizacije mačaka lualica u gradu, provode se programi koji promiču kulturu čuvanja kućnih ljubimaca, osmišljavaju se ekološke edukacije za najmlađe Porečane usmjerene

čuvanju neposrednog okruženja i selektivnom odlaganju otpada, inicijative usmjerene podizanju svijesti o sadnji ne alergeni biljaka na javnim površinama, promišljaju se programi kontrole populacije galebova, pročišćavanja voda i drugi. Svim ovim nastojanjima Poreč slijedi put održivog razvoja i kompleksnog sveobuhvatnog pristupa unapređenja zdravlja svojih stanovnika!

Prateći spoznaje studija utjecaja na zdravlje znamo da je zdravlje stanovnika jedne zajednice uvjetovano različitim faktorima. Nemjerljiv je značaj pristupačnosti svih sadržaja i površina urbanog prostora za različite skupine građana, posebice one koje su trajno ili privremeno ranjivije. Pristupačnost prostora neophodna je za nesmetano sudjelovanje starijih i nemoćnih osoba u društvenom životu grada, male djece, majki s malom djecom u kolicima te najsnažnije za osobe s invaliditetom čije je kretanje otežano i uvelike ovisi o *zdravom urbanom planiranju* u svakom gradu. Zdravo urbano planiranje je ključ kojim je moguće unaprijediti društvenu zajednicu na više razina. Urbanisti utječu ne samo na pristupačnost prostora i sigurnost građevina, već i na zdravi stil života, planiranjem zelenih površina, rekreacionih zona, biciklističkih staza, utječu na



društvenu povezanost, kvalitetu stanovanja, zapošljavanje te zdrav okoliš u najširem smislu za život svake zajednice.

Odgovornost i svijest svakog građanina za brigu o okolišu, kućnim ljubimcima, čistoći javnih prostora uopće, čuvanje vlastitih okućnica, selektivnom zbrinjavanju otpada, osmišljavanje staza zdravlja čine drugi, nezaobilazan put ka zdravlju zajednice i okruženja u cijelosti!

Navedenim inicijativama i programima Poreč ostvaruje svoj cilj povezivanja struke, građana i ključnih ljudi sa željom kolektivnog podizanja svijesti o odgovornosti svih sudionika života grada za zdravlje zajednice u cjelini, za održivi razvoj Poreča!

Nataša Basnić Čuš
Kordinatorica Poreč – zdravi grad
fond-zdravi-grad@pu.t-com.hr