

# Petnaest godina članstva u Europskoj mreži zdravih gradova

Od kada je 1998. godine postao članom Europske mreže zdravih gradova do danas, projekt Rijeke – zdravi grad bilježi brojne aktivnosti i programe. U sklopu Interesnih grupa građana u proteklom razdoblju je u okviru Održivog razvitka otvorena *Forma Viva – Sv. Kuzam – Galerija na otvorenom*, kao vizija mladih u održivom razvitku grada te *Škola održivog razvitka*. U okviru Unapređenja zaštite okoliša održane su brojne ekološke edukacije kojima je cilj bio razvoj ekološke svijesti, upoznavanje biološkog lanca i očuvanje okoliša. Održani su programi *Selektivno odlaganje otpada* (lijekovi, papir, staklo, plastika, tetrapak ...), *Kretanjem do zdravlja te Riječke šetnice*. U okviru programa Djeca i mladi posebno su vrijedni *Gradsko vijeće i Kolegij učenika, Zdravo odrastanje – Glas mladih za zdravlje, Mladi – alkohol- ovisnost - Party bez alkohola i Tolerirajmo različitost*, a kod programa brige o osobama s invaliditetom projekti *Otklonimo barijere, Fest, Tolerirajmo različitost – Debatni klub, Riječke sportske igre za djecu s poteškoćama u razvoju, Razvoj civilnog društva*, poticanje osnivanja udruga (*Kretanjem do zdravlja*) i *Galerija kreativnosti*.

Briga o starijim osobama odvijala se kroz projekte *Poštujte naše godine, Most generacija -Međugeneracijska suradnja, Aktivno i zdravo starenje – Očuvanje fizičkog zdravlja/ vježbanje, ples - očuvanje mentalnog/emotivnog zdravlja – društvena angažiranost – humanitarni rad s istaknutom socijalnom komponentom te Kreativne radionice 50+*, susreti i kreativne aktivnosti. Objavljene su broje publikacije u domeni održivog razvoja kao što su leci *Održivi razvoj i Čemu služi mjesni odbor, Sjetveni kalendar 2001.*, katalog učeničkih radova na temu održivi razvoj *5. godina iskustva, Dlijetom i kistom (učenika) Sv. Kuzmu na dar* od 1999. do 2012. i katalog *Forma Viva – Sv. Kuzam*, deset godina iskustva. Provedene su i brojne akcije te organizirana predavanja u mjesnim odborima i anketiranja građana na temu održivog razvoja. Vrijedi zabilježiti i projekt *Forma Viva - Sv. Kuzam*, radionice kipara i učenika Škole za primijenjenu umjetnost Rijeke, čija je deseta godišnjica obilježena 2009. godine, zatim *Vizija mladih* u održivom razvoju grada i anketni interaktivni upitnik na web stranicama Grada Rijeke. Održani su i brojni projekti suradnje poput *Eko poljoprivreda, eko vrtovi*, ciklus preda-

vanja te obilježavanje *Dana eko hrane* (7. listopada) na riječkoj tržnici, u suradnji s Udrugom Eko Liburnija, pokretanje *Škole održivog razvitka za studente* (2009.-2012.), obilježavanje *Svjetskog dana zdravlja*, obilježavanje *Energetskog tjedna održive energije* i pokretanje projekta *Što je održivi razvoj ?!* na nivou HMZG.

U domeni unapređivanja zaštite okoliša tiskani su leci *Zeleni telefon, Naša Zemlja – naša budućnost – spasimo je!, Budi ozonu prijatelj, budi siguran od sunca, Sačuvajmo Zemljin suncobran, Dan planeta Zemlje* (i plakat), *Dan zaštite okoliša, Dan zaštite životinja –Sačuvajmo kornjaču čančaru, Europski riječki dan bez automobila* (i plakat), *Kako se nositi s nestašicom vode, Spasimo noć!* (povodom 22. travnja 2008.), *Sunce prijatelj ili neprijatelj?!, Ambrozija – Medicinski i poljoprivredni problem današnjice, Čuvaj Zemlju! Recikliraj!, Čuvaj Zemlju! Štedi vodu!, Čuvaj Zemlju! Štedi energiju!, Reci NE, NEĆU plastičnu vreću (vrećicu)!, Značaj i uloga VODE!*, eko knjižica *Zdravi okoliš - zdravi grad*, ekološko edukativna knjižica *Što ne smije u kantu za otpad*, edukativna knjižica *Što treba znati o kućnim ljubimcima?* (drugo izdanje), eko knjižica *Eko otok, džepni blok Papirići za odlaganje žvakaće gume*, pjesma *Rijeka – zdravi grad* i naljepnice s eko-porukama te "book markeri" s eko datumima.

Svake se godine obilježavaju eko datumi, od 14. ožujka, Međunarodnog dana rijeke, 21. ožujka, Svjetskog dana šuma, 22. ožujka, Svjetskog dana voda, 22. travnja, Dana planeta Zemlje, 25. travnja, Svjetskog dana drveta, preko 3. svibnja, Dana Sunca, 4. svibnja, Svjetskog dana vatrogasaca, 22. svibnja, Međunarodnog dana biološke raznolikosti, 24. svibnja, Europskog dana parkova, 5. lipnja, Svjetskog dana zaštite okoliša, 8. lipnja, Dana zaštite planinske prirode u Hrvatskoj i Svjetskog dana oceana (mora), do 16. rujna, Međunarodnog dana zaštite ozona, 21. rujna, Međunarodne noći šišmiša, 22. rujna, Europskog dana bez automobila, 26. rujna, Dana zaštite čistih planina, 4. listopada, Međunarodnog dana zaštite životinja, 15. listopada, Međunarodnog dana pješačenja i 20. listopada, Dana jabuka.

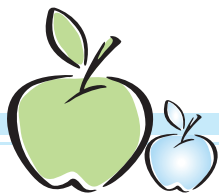
Posebno je bio zapažen projekt Dan biološke raznolikosti, s akcijama Zamijeni vreće, ne stvaraj smeće, izložbom poznatih likovnih umjetnika *Otpad na Korzu* za koju su korišteni predmeti nađeni na de-

poniju, za izradu skulptura pod nazivom *Naša zemlja – naša budućnost – spasimo je!*, performansom na Korzu *Slušajmo zemlje*, radionicom *Kako reciklirati stari papir* i akcijom *Zašto nema cvijeća na Vašim prozorima?!* u kojoj su stanarima centra grada dijeljene lončanice (a projekt nastavlja i preuzima Odjel gradske uprave za poduzetništvo i TZ Grada Rijeke). Uspješni su bili i projekti *Biomonitoring praćenja kakvoće vodotoka* u provedbi učenika osnovnih škola, *Obilježavanje stabala u riječkim parkovima, Zeleni telefon*, kvizovi znanja *Tko želi biti eko milijunaš?!*, tematske sjednice Gradskog vijeća i Poglavarstva učenika posvećene održavanju okoliša, sakupljanje starog papira i starih lijekova, *1+1 riba u Rječini*, projekt poribljavanja, *Kućni ljubimci i okoliš*, pošumljavanje parka Sv. Križ, sadnja stabala, čišćenje okoliša, uređivanje školskih dvorišta, *Riječke šetnice te Škola za male i velike planinare*. Među vrijednim su suradnim projektima suradnja Rijeke – zdravi grad i Makarska – zdravi grad, uljepšajmo i zaštitimo okoliš!, organizirani posjeti učenika riječkoj Zvezdarnici, predstavljanje Grada Rijeke na Sjevernojadranskom sajmu od 2000. do 2010. godine, sudjelovanje na Međunarodnom sajmu Bio Vital Rijeke te sudjelovanje na osječkom i vinkovačkom *Sajmu zdravlja*.

Organizirane su brojne edukativne izložbe za učenike, poput *Jestivo i samoniklo bilje, Otrovnost bilje – otrovne gljive, Zaštićeno bilje našeg kraja, Ukažimo na opasnost ambrozije* (s Udrugom Zdravi život), *Tjedan mobilnosti i Pas moj prijatelj* (s Veterinarskom stanicom Rijeke).

U okviru skrbi o djeci i mladima tiskani su leci *Prava djeteta, Upozorenja u borbi protiv ovisnosti pušenja, Aids, što je to?!*, serija letaka *Savjeti studentima: Strah od ispita, Moj odnos prema alkoholu, Odlazak od kuće, Opće preporuke za uspješnije polaganje pismenih ispita*, zatim plakat i letak *Dojenje*, letak *Zdrava prehrana – zdravo odrastanje, Anoreksija – Bulimija, Put u demokraciju i Debatni klub*, zatim *Dječji plan Grada Rijeke, Zašto je tata takav?!*, knjižica namijenjena djeci branitelja oboljelih od PTSP-a, *Raspored sati s porukama o zdravlju – protiv pušenja i droge*, knjižica *Statut Gradskog vijeća učenika* i plakat *Za čovjeka – Borci za ljudska prava*.

Provedene su akcije *Obilježavanje Dana djeteta, Promicanje dojenja* (okrugli stol, radio emisije), *Sigurnost u prometu –*



zdravlje u prometu te anketiranje srednjoškolaca – *Stres i mladi, Rizično ponašanje mladih* odnosno projekti *Pomoć pri učenju djeci poginulih hrvatskih branitelja, Osmišljavanje kvalitetnog slobodnog vremena učenika osnovne škole, Mladi za mlade s poteškoćama u razvoju, Mladi za mlade u promicanju zdravlja – borba protiv ovisnosti, Gradsko vijeće i Poglavarstvo učenika Rijeka - zdravi grad* (Kolegij učenika), *Biti i ostati nepušač*, radionice, predavanja, aktualni sat za mlade, *Glas mladih za zdravlje, Party bez alkohola – Ajmo trijezni u budućnost!* (2008., 2009. i 2011.) i *Mali volonteri u "zdravom gradu"*.

Među projektima suradnje valja istaknuti *Djeca i mladi s odstupajućim ponašanjem – osmišljavanje kvalitetnog slobodnog vremena* (Centar za socijalnu skrb, Dom mladih), *Škola informatike* u suradnji s Multimedijalnim centrom, snimanje CD-a s kompozicijom *Rijeka – zdravi grad* u suradnji s TZ Rijeka, suradnja Gradskog vijeća i Kolegija učenika s projektom *Gradovi/općine prijatelji djece*, s Europskim projektom *Cities for Children*, Europskim parlamentom mladih (Slavonski Brod), Školom demokracije (Labin), Zavodom za javno zdravstvo PGŽ i Obiteljskim centrom Rijeka, uspostavljanje koordinacije Školskih vijeća Grada Rijeka, suradnju Gradskog vijeća i Kolegija učenika s MO *Kvart je moj*, suradnja s projektom *Rijeka za znanje*, suradnja s Pravobraniteljicom za djecu – Savjet pravobraniteljice za djecu, suradnja sa Zakladom Friedrich Ebert Stiftung sa Savjetom mladih Rijeka, projekte *Hrvatska volontira - 21. rujna 2012., Hepatitis "Blže je nego što misliš!", Hrvatska volontira – Volontiraj za promjene – SMART! i Jednoroditeljske obitelji*, istraživanje HMZG. Briga o starijim osobama obogaćena je knjižicom *Zlatne godine – budimo sretni u jesen života*, kontrolnim kartonom *Zdravi grad za tlak, razina šećera u krvi ...*, priručnikom *Vodič za starije osobe*, lemicima *Tjelesna aktivnost – temelj zdravog života, Medicinsko -biokemijske laboratorijske pretrage, Vježbanjem poboljšavamo psihofizičko zdravlje, Zdrava prehrana – zdravo starenje, Plešite s nama, Omnia mecum porto, Moždani udar, Alzheimerova demencija* odnosno *Glavobolje*, publikacijama *Cjeloživotno učenje, Stari li se zdravo u Rijeci 50+, Kolači 50+, Glavno jelo 50+ i Predjela 50+, Svaku večer jedna priča ...Pišem ti priču, Sestrinska skrb u zajednici – Patronažna zdravstvena zaštita* te knjižicom *Kako prepoznati, što poduzeti i kada zatražiti liječničku pomoć?!*

Provedene su i brojne akcije mjerenja tlaka, šećera u krvi, zdravstvenih savjeta, predavanje *Sunce prijatelj ili neprijatelj*, koncerti, kino predstave, *Ljepota i ljubav ne znaju za godine* te obilježavanje Međunarodnog dana starijih osoba od-

nosno programi *Most generacija*, projekt međugeneracijske suradnje, *Poštujte naše godine*, projekt međugeneracijske komunikacije, *Kretanjem do zdravlja, Vježbanjem poboljšavamo psihofizičko zdravlje – održavamo kondiciju, zdravo starimo, Zdravlje i veselje kroz pokret i ples, ZUMBA 50+, Kvalitetno osmišljavanje slobodnog vremena osoba treće životne dobi – Kreativne radionice 50+ i Društvena komponenta života osoba treće životne dobi* te Likovna radionica, Modno- stilistička radionica, radionica za izradu tapiserija, Keramička radionica, Kreativna radionica PUPE, radionica za izradu nakita, radionica zdrave prehrane, radionica novih tehnika Decuopage, Foto radionica, *Pokaži što znaš, Liječnički savjeti nonama – bakama: "Doktorice, moja unuka neće jesti?"*, *Kako bolje komunicirati, kako se bolje razumjeti* kao i učenje engleskog jezika.

Kroz projekte suradnje radilo se na prilagođavanju cijena usluga umirovljenicima u suradnji s Gospodarskom komorom, provedbi Savjetovališta za umirovljenike s Udrugom umirovljenika Rijeka, znanstveno-istraživačkom projektu *Potrebe i zadovoljstvo životom starijih osoba* s Filozofskim fakultetom Rijeka, psihološkim radionicama u Klubovima starijih osoba, *Life-line* projektu Centra za društvenu brigu o starijim osobama, informatičkom obrazovanju 50+ sa Zavodom za informatiku i Gradom Rijeka, išlo se na gostovanja i prezentacije na sajmovima u Osijeku i Rijeci, obilježen je *Europski dan susjeda, Hrvatski dani zdravlja srca*, svibnja 2012. te *Hrvatska volontira+, Mali volonteri u "zdravom gradu"* i podrška djeci s teškoćama u razvoju, malim pacijentima, beskućnicima, udomljenoj djeci ... Podrška osobama s invaliditetom između ostaloga provedena je tiskanjem letaka i publikacija *Down sindrom – Procjena rizika, Down sindrom, Vodič kroz udruge* (1+1 drugo izdanje, a 2011. je online objavljeno treće izdanje), *Telefonski imenik HT 2001.1002. informacija za osobe s invaliditetom, Pristupačni objekti i lokacije za osobe s invaliditetom* (online), *Priručni vodič za osobe s invaliditetom, Multipla skleroza, 2003. Europska godina osoba s invaliditetom*, plakat i letak, *Miastenija gravis*, knjižica, *Epilepsija* (1+1 drugo prošireno izdanje), *Društvo tjelesnih invalida Rijeka – Naših 30 godina!*, *Plaža Kostanj*, letak (reprint), *Cerebralna paraliza, Pjesmarica, Hemofilija – vodič za roditelje, Moja prijateljica je bolesna, Centralni venski kateteri – vodič za roditelje, TIA –prevencija moždanog udara, TYRIA – bolesti štitnjače* te *Autizam*.

Provedene su i akcije obilježavanja Međunarodnog dana invalida, Svjetskog dana bolesnika, izložbe radova, posjete udrugama osoba s urođenim i stečenim

invaliditetom, anketiranje članova udruga vezano za prioritetne potrebe osoba s invaliditetom, aukcije slika za pomoć osobama oboljelim od AIDS-a, sudjelovanje na Sjevernojadranskom sajmu te na Sajmu zdravlja u Osijeku i Vinkovcima i predavanje *Sunce prijatelj ili neprijatelj*.

Ostvareni su i projekti *Rijeka - zdravi grad – Rijeka Grad zdravih, Otklonimo barijere –obilježavanje parkirnih mjesta u gradu*, postavljanje rukohvata, zvučna signalizacija semafora, prilagodba telefonskih govornica osobama u invalidskim kolicima, inicijativa gradnje sanitarnog čvora u sklopu Svetišta Majke Božje Trsatske, postavljanje upuštenih rubnjaka, postavljanje sprava (ljudjački) za djecu s poteškoćama u razvoju, otvaranje stomatološke ordinacije za djecu s poteškoćama u razvoju, radionice za djecu i roditelje *Stomatološka preventiva kod djece s poteškoćama u razvoju*, projekt tolerancije za predškolski uzrast *Moj prijatelj u invalidskim kolicima, Tolerirajmo različitosti* za učenike osnovnih i srednjih škola, *Otvorimo vrata udruge - Dobrodošli!, Obilježimo datume – Istaknimo potrebe – Prepoznajmo probleme*, susreti sa Saborskim zastupnicima – prijedlozi, dopune zakonskoj regulativi, tribine za roditelje djece s poteškoćama u razvoju, likovna terapija osoba s invaliditetom, *Kvalitetna organizacija slobodnog vremena djece s poteškoćama u razvoju, Festival stvaralaštva i dostignuća djece s poteškoćama u razvoju i osoba s invaliditetom, Debatni klub djece i mladih s poteškoćama u razvoju*, radio emisija povodom 2007. - *godine jednakih mogućnosti, Ljeto na plaži i Riječke sportske igre za djecu s poteškoćama u razvoju*.

Kroz niz projekata ostvarena je suradnja s patronažnom službom, održana zdravstvena predavanja unutar udruga koje okupljaju osobe s urođenim ili stečenim invaliditetom, provedeni programi *Ljudi, to nije šala!, Snjeguljica u srcu - Autizam ne znači biti sam!*, objavljen priručnik *Korisni savjeti za stanovanje osoba s invaliditetom*, pokrenuta *Ljetna škola: Mentalno zdravlje djece i osoba s intelektualnim teškoćama*, održana *Tema mjeseca: Povezani zdravljem – podrška osobama s invaliditetom* te akcija *U koš za koš!* (prikupljanje starog papira za potporu organizacije natjecanja djece s teškoćama u razvoju), obilježen *Europski dan susjeda!*, otvorena Galerija DMS, održavane glazbene večeri/koncerti suradnje, projekt *Svatko ima svoje ogledalo* odnosno *Ogledalo i škrinjica*, Sajam kreativnosti i program *Ples – ravnopravno sudjelovanje u promociji plesa za sve generacije!*

**mr. sc. Irena Deže Starčević, prof. voditeljica projekta**  
[irena.deze-starcevic@rijeka.hr](mailto:irena.deze-starcevic@rijeka.hr)