

Rijeka – zdravi grad 1998. – 2013.

Petnaest godina rada Interesnih grupa građana

Europska mreža zdravih gradova

30. XI .1998. - 30. XI. 2013.

Održivi razvitak

Tiskani materijal

- Letak - Održivi razvitak
- Letak -Čemu služi mjesni odbor ?!
- Sjetveni kalendar 2001.
- Katalog učeničkih radova s temom održivi razvitak – 5 godina iskustva
- Katalog -Dlijetom i kistom (učenika) Sv. Kuzmu na dar – od 1999. do 2012.
- Katalog - Forma Viva – Sv. Kuzam – 10 godina iskustva !

Akcije...predavanja ... radionice

- Organizirana predavanja u mjesnim odborima
- Anketiranje građana o temi održivog razvitka

Projekti

- Forma Viva – Sv. Kuzam, radionice kipara i učenika Škole za primijenjenu umjetnost Rijeka (10. godišnjica obilježena je 2009. godine)
- Vizija mladih u održivom razvitku grada, interaktivni anketni upitnik na web stranicama Grada Rijeke

Projekti suradnje

- Eko poljoprivreda - eko vrtovi, predavanja u suradnji s udrugom Eko Liburnia
- Obilježavanje Dana ekološke hrane (7. listopada) na riječkoj tržnici u suradnji s udrugom Eko Liburnia
- Pokretanje Škole održivog razvitka za studente (2009. – 2013.)
- Obilježavanje Svjetskog dana zdravlja
- Obilježavanje Energetskog tjedna – tjedna održive energije
- Projekt na nivou HMZG -Što je održivi razvitak?!

Unapređivanje zaštite okoliša

Tiskani materijal

- Letak - Zeleni telefon
- Letak -Naša Zemlja – naša budućnost – spasimo ju!
- Edukativna knjižica -Zdravi okoliš – zdravi grad
- Edukativna knjižica -Što ne smije u kantu za otpad ?
- Letak -Budi ozonu prijatelj, budi siguran od sunca !
- Letak - Sačuvajmo Zemljin suncobran !
- Letak -Dan planeta Zemlje
- Plakat – Dan planete Zemlje
- Letak -Dan zaštite okoliša
- Letak -Dan zaštite životinja – sačuvajmo kornjaču čančaru
- Edukativna knjižica -Što treba znati o kućnim ljubimcima? (dva izdanja)
- Letak -Europski riječki dan bez automobila
- Plakat – Europski riječki dan bez automobila
- Eko knjižica -Eko otok
- Džepni blok -Papirići za odlaganje žvakaće gume
- CD -Pjesma Rijeka – zdravi grad
- Letak -Kako se nositi s nestašicom vode?
- *Book markeri* s ekološkim datumima, naljepnice s ekološkim porukama
- Letak u povodu Dana planete Zemlje - Spasimo noć !
- Letak -Sunce, prijatelj ili neprijatelj ?!
- Letak -Ambrozija – medicinski i poljoprivredni problem današnjice

- Letak - Čuvaj Zemlju! Recikliraj!
- Letak - Čuvaj Zemlju! Štedi vodu!
- Letak - Čuvaj Zemlju! Štedi energiju!
- Letak - Reci NE, NEĆU plastičnu vrećicu!
- Edukativna knjižica -Značaj i uloga vode

Akcije ...predavanja ... radionice

- Obilježavanje ekoloških datuma
 - 14. 3. Međunarodni dan rijeka
 - 21. 3. Svjetski dan šuma
 - 22. 3. Svjetski dan voda
 - 22. 4. Dan planeta Zemlje
 - 25. 4. Svjetski dan drveta
 - 3. 5. Dan Sunca
 - 4. 5. Svjetski dan vatrogasaca
 - 22. 5. Međunarodni dan biološke raznolikosti
 - 24. 5. Europski dan parkova
 - 5. 6. Svjetski dan zaštite okoliša
 - 8. 6. Dan zaštite planinske prirode u Hrvatskoj i Svjetski dan oceana (mora)
 - 16. 9. Međunarodni dan zaštite ozona
 - 21. 9. Međunarodna noć šišmiša
 - 22. 6. Europski dan bez automobila
 - 26. 9. Zaštita čistih planina
 - 4. 10. Međunarodni dan zaštite životinja
 - 15. 10. Međunarodni dan pješačenja
 - 20. 10. Dan jabuka
- Zamijeni vreće, ne stvaraj smeće!
- Naša zemlja – naša budućnost – spasimo ju!
Izložba skulptura poznatih likovnih umjetnika na Korzu izrađenih od predmeta nađenih na deponiju
- Slušajmo Zemlju, performanse na Korzu
- Radionice -Kako reciklirati stari papir?
- Akcija dijeljenja lončanica stanarima centra Grada (projekt preuzima i nastavlja Odjel gradske uprave za poduzetništvo i TZ Grada Rijeke) -Zašto nema cvijeća na vašim prozorima ?!

Projekti

- Bio monitoring praćenja kakvoće vodotoka (provode učenici osnovnih škola)*
- Obilježavanje stabala u riječkim parkovima
- Zeleni telefon
- Kviz znanja -Tko želi biti eko milijunaš?!
- Tematske sjednice Gradskog vijeća , Poglavarstva - Kolegija učenika posvećene održavanju okoliša
- Sakupljanje starog papira i starih lijekova*
- 1+1 riba u Rječini, projekt poribljavanja
- Kućni ljubimci i okoliš
- Pas moj prijatelj
- Sadnja stabala -Pošumljavanje parka Sv. Križ
- Čišćenja okoliša, uređivanje školskih dvorišta
- Riječke šetnice
- Škola za male i velike planinare

Projekti suradnje

- Zdravi grad Rijeka Zdravom gradu Makarska... 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 Rijeka
- Sudjelovanju na osječkom i vinkovačkom Sajmu zdravlja
- Edukativne izložbe za učenike-Jestivo i samoniklo bilje, Otrovnno bilje – otrovne gljive, Zaštićeno bilje našega kraja
- Upozorimo na opasnost ambrozije, u suradnji s Udrugom Zdravi život
- Tjedan mobilnosti
- Pas moj prijatelj, u suradnji s Veterinarskom stanicom Rijeka
- Ne berite otrovno bilje, naučite prepoznavati otrovne gljive, štand upozorenja u suradnji s Udrugom Zdravi život u povodu 10 godina suradnje

Djeca i mladi

Tiskani materijal

- Letak -Prava djeteta
- Letak -Upozorenja u borbi protiv ovisnosti pušenja
- Letak -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
- Letak -Dojenje
- Plakat – Dojenje put koji je odabrala priroda
- Knjižica namijenjena djeci branitelja oboljelih od PTSP-a -Zašto je tata takav?!
- Raspored sati s porukama o zdravlju – protiv pušenja i droge
- Letak - Zdrava prehrana – zdravo odrastanje
- Knjižica -Statut Gradskog vijeća učenika
- Plakat - Za čovjeka – borci za ljudska prava
- Letak - Anoreksija i bulimija
- Letak -Put u demokraciju
- Letak -Debatni klub
- Dječji plan grada Rijeke
- Knjižica – Gradsko vijeće – Poglavarstvo – Kolegij učenika ... 15 godina rada

Akcije...predavanja ...radionice

- Obilježavanje Dana djeteta
- Okrugli stol -Promicanje dojenja
- Radio emisija – Promicanje dojenja
- Sigurnost u prometu – zdravlje u prometu
- Anketiranje srednjoškolaca- Stres i mladi
- Anketiranje srednjoškolaca - Rizično ponašanje mladih

Projekti

- Pomoć pri učenju djeci poginulih hrvatskih branitelja
- Osmišljavanje kvalitetnog slobodnog vremena učenika osnovnih škola
- Mladi za mlade s teškoćama u razvoju
- Mladi za mlade u promicanju zdravlja – borba protiv ovisnosti
- Gradsko vijeće i Poglavarstvo učenika Zdravi grad – Rijeka (Kolegij učenika)
- Biti i ostati nepušač
- Aktualni sat za mlade
- Glas mladih za zdravlje
- Party bez alkohola – 'Ajmo trijezni u budućnost! (2008., 2009., 2011., 2013.)
- Mali volonteri u Zdravom gradu

Projekti suradnje

- Djeca i mladi neprimjerenog ponašanja – osmišljavanje kvalitetnog slobodnog vremena u suradnji s Centrom za socijalnu skrb i Domom 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, Europskim projektom Cities for Children, Europskim parlamentom mladih (Slavonski Brod), Školom za Demokraciju (Labin) Zavodom za javno zdravstvo PGŽ i Obiteljskim centrom Rijeka
- Uspostavljanje koordinacije Školskih vijeća Grada Rijeke
- Kvar je moj, suradnja Gradskog vijeća i Kolegija učenika s mjesnim odborima
- Suradnja s projektom „Rijeka za znanje“
- Učešće u Savjeta pravobraniteljice za djecu!
- Suradnja sa Zakladom Fridrich Ebert Stiftung
- Suradnja sa Savjetom mladih Rijeka
- Hrvatska volontira - 2012.
- Bliže je nego što misliš!, edukacija, upozorenje o hepatitisu
- Hrvatska volontira – Volontiraj za promjene – SMART!
- Jedno roditeljske obitelji, istraživanje HMZG-a
- Udomiteljske obitelji, istraživanje Obiteljskog centra

Briga o starijim osobama

Tiskani materijal

- Knjižica -Zlatne godine – budimo sretni u jesen života (1998./99.)
- Kontrolni karton - Zdravi grad za tlak, razinu šećera u krvi...,
- Vodič -Vodič za starije osobe
- Letak -Tjelesna aktivnost – temelj zdravog života
- Knjižica - Sestrinska skrb u zajednici – patronažna zdravstvena zaštita
- Knjižica -Kako prepoznati, što poduzeti i kada zatražiti liječničku pomoć ?!
- Letak -Medicinsko-biokemijske laboratorijske pretrage
- Letak -Vježbanjem poboljšavamo psihofizičko zdravlje
- Letak -Zdrava prehrana – zdravo starenje
- Letak -Plešite s nama
- Letak -Omnia mea mecum porto
- Letak - Moždani udar
- Letak -Alzheimerova demencija
- Letak -Glavobolje
- Letak -Cijeloživotno učenje
- Knjižica - Stari li se zdravo u Rijeci 50+?
- Knjižica -Kolači 50 +
- Knjižica -Glavna jela 50+
- Knjižica -Predjela 50+
- Knjižica -Svako večer jedna priča... Pišem ti priču, zbirka pripovijetki
- Letak – Kreativne radionice 50 +

Akcije ... predavanja radionice

- Mjerenje tlaka, razine šećera u krvi, zdravstveni savjeti
- Sunce, prijatelj ili neprijatelj?
- Koncerti, kino predstave
- Ljepota i ljubav ne znaju za godine
- Obilježavanje Međunarodnog dana starijih osoba
- Modna revija 50 +

Projekti

- Most generacija, projekt međugeneracijske suradnje
- Poštujte naše godine, projekt međugeneracijske komunikacije
- Kretanjem do zdravlja
- Vježbanjem poboljšavamo psihofizičko zdravlje – održavamo kondiciju i zdravo starimo
- Zdravlje i veselje kroz pokret i ples
- Zumba 50 +
- Kreativne radionice 50 +, kvalitetno osmišljavanje slobodnog vremena osoba treće životne dobi (Likovna radionica, Modno-stilistička radionica, Radionica za izradu tapiserija, Keramička radionica, Kreativna radionica Pupe, Radionica za izradu nakita, Radionica zdrave prehrane (anketiranje), Radionica novih tehnika – decoupage, Foto radionica, Pokaži što znaš, Liječnički savjeti nonama – bakama, Kako bolje komunicirati – kako se bolje razumjeti, učenje engleskog jezika)
- Humanost na djelu

Projekti suradnje

- Prilagođene cijene usluga umirovljenicima u suradnji s Gospodarskom komorom
- Savjetovništvo za umirovljenike u suradnji s Udrugom umirovljenika Rijeka
- Potrebe i zadovoljstvo životom starijih osoba, znanstveno-istraživački projekt u suradnji s Filozofskim fakultetom Rijeka
- Psihološke radionice u Klubovima starijih osoba
- Life-line projekt u suradnji s Centrom za društvenu brigu o starijim osobama
- Informatičko obrazovanje 50 + u suradnji sa Zavodom za informatiku Grada Rijeke
- Gostovanje i prezentacija na sajmovima (Osijek, Vinkovci , Rijeka)
- Europski dan susjeda
- Hrvatski dani zdravlja srca Zagreb , svibanj 2012.

- Hrvatska volontira + Mali volonteri u Zdravom gradu, podrška djeci s teškoćama u razvoju, malim pacijentima, beskućnicima, udomljenoj djeci...

Podrška osobama s invaliditetom

Tiskani materijal

- Knjižica - Down sindrom – procjena rizika
- Letak -Down sindrom
- Vodič kroz udruge (prvo i drugo tiskano izdanje, treće e-izdanje)
- Telefonski imenik HT 2001./2002. – informacije za osobe s invaliditetom
- Pristupačni objekti i lokacije za osobe s invaliditetom, e-knjižica
- Priručni vodič za osobe s invaliditetom
- Letak -Multipla skleroza
- Letak i plakat 2003. - Europska godina osoba s invaliditetom
- Knjižica - Miastenia gravis
- Letak -Epilepsija (prvo i drugo, prošireno izdanje)
- Letak - Društvo tjelesnih invalida Rijeka – naših 30 godina !
- Letak - Plaža Kostanj,
- Festival stvaralaštva i dostignuća djece s teškoćama u razvoju te osoba s invaliditetom, plakati i priznanja
- Letak - Cerebralna paraliza
- Pjesmarica Barbare Vardić
- Vodič -Hemofilija,vodič za roditelje
- Letak -Moja prijateljica je bolesna
- Vodič -Centralni venski kateteri, vodič za roditelje
- Letak -Prevenција moždanog udara
- Letak -Bolesti štitnjače
- Knjižica -Autizam

Akcije.... predavanja radionice

- Obilježavanje Međunarodnog dana osoba s invaliditetom
- Obilježavanje Svjetskog dana bolesnika
- Izložba radova, posjeti udrugama osoba s urođenim i stečenim invaliditetom
- Anketiranje članova udruge vezano za prioritetne potrebe osoba s invaliditetom
- Aukcija slika (za pomoć osobama oboljelim od AIDS-a, djecu s teškoćama u razvoju ...)
- Sunce, prijatelj ili neprijatelj ?!
- Sudjelovanje na sajmovima (Sjevernojadranski sajam u Rijeci, Sajam zdravlja u Osijeku i Vinkovcima)

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 teškoćama u razvoju...
- Stomatološka preventiva u djece s teškoćama u razvoju, radionice s djecom i roditeljima-Otvoranje stomatološke ordinacije za djecu s teškoćama u razvoju
- Moj prijatelj u invalidskim kolicima, projekt tolerancije za predškolski uzrast
- Tolerirajmo različitosti, za učenike osnovnih i srednjih škola
- Otvorimo vrata udruge – Dobro došli!
- Obilježimo datume – istaknimo potrebe – prepoznamo probleme
- Susreti sa Saborskim zastupnicima – prijedlozi, dopune zakonskoj regulativi
- Tribine za roditelje djece s teškoćama u razvoju
- Likovna terapija osoba s invaliditetom
- Kvalitetna organizacija slobodnog vremena djece s teškoćama u razvoju
- Festival stvaralaštva i dostignuća djece s teškoćama u razvoju i osoba s invaliditetom
- Debatni klub djece i mladih s teškoćama u razvoju
- Radioemisija u povodu 2007. – godine jednakih mogućnosti
- Ljeto na plaži
- Riječke športske igre za djecu s teškoćama u razvoju

Projekti suradnje

- Suradnja s patronažnom službom
- Zdravstvena predavanja unutar udruga koje okupljaju osobe s urođenim ili stečenim invaliditetom
- Ljudi, to nije šala!
- Snjeguljica u srcu – autizam ne znači biti sam!
- Priručnik -Korisni savjeti za stanovanje osoba s invaliditetom
- Ljetna škola -Mentalno zdravlje djece i osoba s intelektualnim teškoćama,
- Tema mjeseca: Povezani zdravljem – podrška osobama s invaliditetom
- Prikupljanje starog papira za potporu organizacije natjecanja djece s teškoćama u razvoju- U koš za koš!,
- Europski dan susjeda
- Galerija DMS
- Glazbene večeri/koncerti suradnje
- Svatko ima svoje ogledalo
- Ogledalo i škrinjica
- Sajam kreativnosti
- Ples – ravnopravno učešće u promociji plesa za sve naraštaje!
- Utjecaj učešća u Projektu zdravi grad – širenje socijalnih mreža (2003., 2011.)
- Letak u povodu Dana zdravih gradova i Godine volontera- Zašto volontiram u Zdravom gradu
- Tjedan posvećen osobama s invaliditetom
- Edukacija članova Udruge za sindrom Down – Rijeka 21 u Ugostiteljskoj školi Opatija (pilot projekt)

Kako smo postali jedan od najzdravijih gradova?

U posljednjih petnaest godina građani prepoznaju Projekt " zdravog grada " , sudjeluju u njemu i pokušavaju živjeti „zdravo“.

Grad je zeleniji, čišći, odmalena učimo djecu kako selektivno zbrinjavati otpad, kamo sa starim papirom, staklenkama, korama krumpira... U kupovinu idemo s platnenim vrećicama, ističemo ekološke datume, čuvamo biološki lanac, znamo izabrati kućnog ljubimca i zaštititi životinje?!

Osobama s invaliditetom sustavno omogućavamo lakše kretanje izgradnjom spuštenih rubnjaka, zvučnih semafora, taktilnih traka... Broj parkirnih mjesta za osobe s invaliditetom iznosi više od 5% od ukupnog broja parkirnih mjesta u gradu što je u skladu s visokim europskim standardima... ističemo značaj skrbi za djecu s teškoćama u razvoju, potrebu za njihovom integracijom. Nizom manifestacija u suradnji s redovnom populacijom i već punih jedanaest godina (2003.-2013.,) predstavlja se njihov rad na Festivalu postignuća i stvaralaštva , a svoje sportske uspjehe s radošću ističu na Riječkim sportskim igrama za djecu s teškoćama u razvoju koja 2013. bilježi svoju petu obljetnicu !

Ostvarujemo projekte međugeneracijske suradnje Građanima treće životne dobi nudimo programe očuvanja fizičkog i mentalnog zdravlja, kreativne radionice, besplatne edukacije , unapređujemo kvalitetu života starijih sugrađana.

Projekt Gradskog vijeća i Kolegija (Poglavarstva) učenika koji 2013. bilježi punih petnaest godina rada – ulaskom Republike Hrvatske u Europsku uniju prerasta u projekt Mladi i EUropa !

Sjednice se održavamo dva puta mjesečno i vjerujemo da će poput Gradskog vijeća učenika "zdravi grad"-Rijeka i ovim projektom - polučiti značajne rezultate u svom radu s mladima.

Rijeka je jedan od najzdravijih gradova Hrvatske, što potvrđuju i njezini rezultati koji su prepoznati unutar Europske mreže zdravih gradova čija je Rijeka članica od 1998. godine.

Voditeljica - mr. sc. Irena Deže Starčević, prof.