



PROGRAM

CENTRA ZA PRUŽANJE USLUGA U
ZAJEDNICI ZDRAVI GRAD POREČ-PARENZO

ZA
2021. GODINU

Poreč, prosinac 2020.

CENTAR ZA PRUŽANJE USLUGA U ZAJEDNICI ZDRAVI GRAD POREČ-PARENZO

DJELOKRUG RADA USTANOVE

Centar za pružanje usluga u zajednici Zdravi grad Poreč-Parenzo je ustanova socijalne skrbi kojoj je osnivač Grad Poreč. Osnovna djelatnost za koju je ustanova registrirana je pružanje usluga savjetovanja i pomaganja te psihosocijalne podrške.

Ustanova obavlja stručne poslove pružanja usluga savjetovanja, psihoterapije, psiho edukacije, psihološke podrške pojedincima, obiteljima i grupama, realizira aktivnosti, kampanje, socijalne akcije u cilju promocije zdravih životnih stilova i navika, programe vezane uz unapređenje zdravlja i kvalitete života u zajednici u svim sferama života, rada i uređenja urbanog prostora zajednice te druge poslove i zadaće usmjerene unapređenju mentalnog i fizičkog zdravlja, psihosocijalne stabilnosti, razvoju ljudskog resursa zajednice te unapređenju zdravlja ljudi u zajednici uopće.

U Centru se obavljaju i opći poslovi vezani uz planiranje, rukovođenje i upravljanje za zdravlje od posebnog interesa za grad Poreč i njegove stanovnike (osmišljavanje strateških dokumenata za zdravlje u zajednici, planiranje i realizacija istraživanja, lokalnih zaštitnih intervencija i dr.). Obavljanje poslova u ustanovi i realizacija osnovne djelatnosti ustrojava se u dvije programske cjeline: 1. stručni psihosocijalni programi i programi unapređenja zdravlja uopće (programske aktivnosti), 2. administrativno tehnički poslovi.

U okviru programske cjeline *stručni psihosocijalni programi i programi unapređenja zdravlja* koordiniraju se i obavljaju svi stručni poslovi i zadaci ustanove. Djelatnost se realizira putem osmišljenih lokalnih programa/projekata za podršku rastu i razvoju ljudskog potencijala zajednice, pružanjem psihosocijalne podrške stanovnicima grada, osiguravanjem dostupnosti i sigurnosti u zajednici, jačanjem socijalnih mreža i socijalnog kapitala zajednice, podizanjem razine znanja i svijesti o značaju zdravih životnih izbora i navika za zdrav život, jačanjem i promocijom zaštitnih ekološko zdravstvenih čimbenika u zajednici te kontinuiranim praćenjem prioritetnih zdravstvenih potreba u lokalnoj zajednici. Programi ustanove osiguravaju lokalni nad standard zaštite zdravlja u zajednici u najširem smislu te omogućavaju da se u Poreču kontinuirano utječe na stvaranje zdravijeg i kvalitetnijeg okruženja za život svih stanovnika.

U okviru cjeline *administrativno tehnički poslovi* organiziraju se i obavljaju opći, pravni i kadrovski poslovi, poslovi vezani uz ostvarivanja prava radnika i korisnika, računovodstveni i knjigovodstveni poslovi, poslovi održavanja prostora u funkciji i drugi poslovi administrativno tehničke prirode značajni za rad Centra.

Sve poslove obavljaju i obavljat će visolko kvalificirani stručni kadrovi. Tijekom 2021. rad će se odvijati u uvjetima pandemije te će isti uvjeti kao i reducirana sredstva Osnivača diktirati način rada i obuhvat realizacije osnovne djelatnosti.

ZAKONSKA OSNOVA:

- Zakon o lokalnoj i područnoj (regionalnoj) samoupravi („Narodne novine“ broj 33/01,60/01,129/05,109/07,125/08,36/09,150/11,144/12,19/13,137/15,123/17, 98/19),
- Zakon o ustanovama („Narodne novine“ broj 76/93,29/97,47/99,35/08),
- Zakon o socijalnoj skrbi („Narodne novine“ broj 157/13,152/14,99/15,52/16,16/17,130/17, 98/19)
- Propisi strukovnih komora RH (Hrvatska psihološka komora, Hrvatska liječnička komora i dr).

CILJEVI PROGRAMA:

- osnaživanje ljudskog resursa zajednice (edukacije usmjerene podizanju zdravstvene pismenosti, medijska obrada stručnih tema; prihvata korisnika sa prolaznim razvojno-egzistencijalnim teškoćama na ranoj razini rizika za zdravlje, preventivni programi za sve populacione skupine građana u zajednici);
- psihosocijalna podrška ranjivim skupinama građana (siromašni, bolesni, stariji, osobe s invaliditetom, osobe s poremećajima ponašanja, samohrani roditelji, ovisnici ..i dr.);
- usmjerena/selektivna prevencija društveno neprihvatljivih i rizičnih ponašanja (nasilje, ovisnosti.. i dr.);
- osiguravanje psiholoških kriznih intervencija u zajednici;
- unapređenje psihosocijalnih, ekoloških i drugih čimbenika zaštite zdravlja u zajednici;
- promocija zdravlja, zdravih životnih izbora i navika;
- umrežavanje u zajednici, poticanje socijalne kohezije, stvaranje socijalne mreže podrške.

POKAZATELJI USPJEŠNOSTI:

- održivost lokalnih programa koji osiguravaju nad standarde iz oblasti psihosocijalne zaštite i zaštite zdravlja uopće,
- osnaživanje i kontinuirano ekipiranje stručnog tima ustanove za potrebe realizacije djelatnosti i specifičnih zaštitnih programa u zajednici,
- strateško planiranje za zdravlje u zajednici,
- realizacija i implementacija programa koji dokazuju svoju učinkovitost u zaštiti zdravlja,
- funkcionalnost stručnog tima u osiguravanju krizne zaštite u krizama, uključujući i pandemiju COVID 19;
- ekonomičnost i dostupnost programa u neposrednom okruženju za građane Poreča,
- postojan i/ili povećan broj korisnika programa i usluga te njihov prihvata,
- kapacitet ustanove za razvoj novih zaštitnih preventivnih programa u skladu s procjenom specifičnih potreba u zajednici,
- kapacitet ustanove za vertikalno i horizontalno povezivanje i suradnju (u zajednici, županiji, RH i šire) te za formiranje i razvoj šireg lokalnog stručnog tima za zdravlje,
- pozitivni pokazatelji iz procesnih evaluacija i evaluacija pojedinačnih ishoda u radu s korisnicima (pokazatelji o funkcionalnim pomacima pojedinca i obitelji);
- pozitivni pokazatelji evaluacija preventivnih programa koji osiguravaju generacijski obuhvat djece, mladih i važnih odraslih u njihovu okruženju,
- procesne promjene životnih navika građana Poreča praćene kroz godine (porast broja građana koji prepoznaju i usvajaju zdrave životne navike -hodanje, trčanje, vožnja bicikle, zdrave navike hranjenja, porast broja građana koji se uključuju u akcije za zdravlje, porast broja korisnika koji su stekli i /ili stječu kulturu i praksu korištenja savjetovanih usluga praćenje broja relevantnih suradničkih organizacija ustanove, povećanje razine zdravstvene pismenosti, sustavno i kontinuirano strateško planiranje za zdravlje i dr.).

SURADNIČKE ORGANIZACIJE

HMZG-HRVATSKA MREŽA ZDRAVIH GRADOVA,
SZO- SVJETSKA ZDRAVSTVENA ORGANIZACIJA,
MEDICINSKI FAKULTET SVEUČILIŠTA U ZAGREBU,
ŠKOLA NARODNOG ZDRAVLJA ANDRIJA ŠTAMPAR -ZAGREB,
ERF - EDUKACIJSKO REHABILITACIJSKI FAKULTET ZAGREB,
IDZ - ISTARSKI DOMOVI ZDRAVLJA,
HZJZ-HRVATSKI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO,
ZZJZ IŽ - ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO IŽ,
ZZJZ IŽ - ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO IŽ / Služba za mentalno zdravlje,
ZHMIŽ – NASTAVNI ZAVOD HITNE MEDICINE ISTARSKOŽUPANIJE,

OBP- OPĆA BOLNICA PULA,
 OCIZ – OBITELJSKI CENTAR IŽ,
 IŽ - ISTARSKA ŽUPANIJA,
 PP-POLICIJSKA POSTAJA POREČ
 POLICIJSKA POSTAJA ISTARSKA
 ODO - OPĆINSKO DRŽAVNO ODVJETNIŠTVO,
 ŽUPANIJSKI SUD U PULI,
 PREKRŠAJNI SUD U PULI,
 DOM ZA STARIJE I NEMOĆNE POREČ,
 CZSS – CENTAR ZA SOCIJALNU SKRB POREČ,
 DNEVNI CENTAR ZA REHABILITACIJU VERUDA PULA – ISPOSTAVA POREČ,
 SVI POREČKI VRTIĆI I ŠKOLE (OŠ Poreč, OŠ Finida, OŠ B. Parentin, SŠ M. Balota, SŠ A. Štifanić,
 DV I JASLICE Radost, DV Paperino, DV Crvenkapica, DV „101 Dalmatinac“),
 OŠ-e OPĆINA POREŠTINE (Vrsar, Tar-Vabriga, Višnjan, Sv. Lovreč Pazinatički) te DV Tići -Vrsar,
 GDCK – GRADSKO DRUŠTVO CRVENOG KRIŽA POREČ,
 POUP - PUČKO OTVORENO UČILIŠTE POREČ,
 SZGP - SPORTSKA ZAJEDNICA GRADA POREČA-PARENZO,
 CGI - CENTAR ZA GRAĐANSKE INICIJATIVE,
 DIP - DRUŠTVO INVALIDA POREČ,
 KLUB UMIROVLJENIKA GALIJA POREČ,
 DPI - DRUŠTVO PSIHOLOGA ISTRE,
 HPK- HRVATSKA PSIHOLOŠKA KOMORA,
 VETERINARSKA BOLNICA POREČ,
 VETERINARSKI FAKULTET SVEUČILIŠTA U ZAGREBU,
 INSTITUT ZA POLJOPRIVREDU I TURIZAM POREČ I CENTAR ZA INVAZIVNE VRSTE
 POREČ (CIP),
 TURISTIČKA ZAJEDNICA POREČ I TZ-e OPĆINA POREŠTINE i brojne druge.

STRUČNI KADAR USTANOVE

Stručni tim ustanove čine zaposlenici koji su po zvanju psiholozi te administrativno računovodstveni radnici s brojnim dodatnim specijalističkim i/ili poslijediplomskim edukacijama za relevantan rad po osnovnoj psihosocijalnoj djelatnosti ustanove. Kadrovi koji čine kompetentan stručni tim su i suradnici različitih zvanja, a sukladno potrebama programa i to: psiholozi, psiholozi-savjetovatelji ili psihoterapeuti, logopedi, liječnici različitih specijalnosti, nutricionisti, socijalni radnici, sociolozi, soc. pedagozi, edukacijski rehabilitatori, kineziolozi, primalje i dr.

FINANCIJSKI PLAN ZA 2021. – 2023. GODINU:

Za ostvarenje programa Centra u razdoblju od 2021. do 2023. godini planirano je:

Naziv programa	Proračun 2021.	Projekcija 2022.	Projekcija 2023.
Javne potrebe u socijalnoj skrbi	1.885.000,00	1.885.000,00	1.885.000,00

Program se realizira kroz sljedeće aktivnosti:

Naziv aktivnosti	Proračun 2021.	Projekcija 2022.	Projekcija 2023.
Projektni ured – stručno, administrativno i tehničko osoblje	1.370.000,00	1.370.000,00	1.370.000,00
Programske aktivnosti Centra Zdravi grad	515.000,00	515.000,00	515.000,00

OPIS PROGRAMA

Projektni ured – stručno, administrativno i tehničko osoblje

U okviru ove programske cjeline planirana sredstva namijenjena su za isplatu plaća i doprinosa na plaće zaposlenika, za novog zaposlenika- administratora, podmirivanje troškova materijalnih prava zaposlenih (službena putovanja, stručna usavršavanja, stručne suradnje, naknade za prijevoz), kao i za podmirivanje rashoda za materijal (uredski materijal) i ostale usluge (telefona, promidžbe i informiranja, intelektualne usluge, pravne poslove, naknade za rad Upravnog vijeća, računalne usluge, članarine, pristojbe, reprezentacija, te ostale usluge i rashodi poslovanja).

U projektnom uredu se planiraju i sredstva za realizaciju specifičnih programa: Motovunska ljetna škola zdravlja, suradnja s Hrvatskom mrežom zdravih gradova, Istarskom županijom i drugim regionalnim partnerima te za koordinaciju i vođenje gradskih programa iz oblasti Ekologija i zdravlje.

U projektnom uredu prikazuju se, vode i koordiniraju svi poslovi ustanove (administrativno tehničko upravljački poslovi te programske aktivnosti). Isto uključuje poslove i zadatke stručnih djelatnika iz oblasti psihosocijalne zaštite, ekologije, upravljanja, rukovođenja, administrativne, računovodstvene i druge tehničke poslove. Projektni ured, u kojemu rade i djeluju svi zaposlenici ustanove, stvara uvjete za realizaciju svih specifičnih programskih aktivnosti ustanove, za suradnju sa brojnim partnerskim organizacijama i vanjskim sdružnim suradnicima u cilju formiranja visoko stručnih multi disciplinarnih timova za potrebe realizacije specifičnih zaštitnih programa u zajednici.

Rad projektnog ureda tijekom 2021. godine bit će specifičan i obilježen pandemijom COVID 19 te specifičnim uvjetima rada u zaštiti višestruko naraslih problema mentalnog zdravlja, a posebice depresije. Financijski plan ustanove za 2021. godinu prikazan u ovom obrazloženju razlikuje se od projekcije plana za 2021. godinu koji je prikazan prilikom obrazloženja Proračuna ustanove za 2020. godinu s projekcijom do 2022. Isto zbog uputa Osnivača o restriktivnom Proračunu. Istovremeno poteškoće mentalnog zdravlja su uslijed pandemije višestruko narasle o čemu obavještava SZO ali i stručna zajednica u RH.

Svi stručni i administrativni zaposlenici ustanove u 2021. će nastojati preuzeti i dio poslova reduciranih vanjskih suradnika sukladno mogućnostima.

S obzirom na krizu mentalnog zdravlja izazvanu pandemijom te značajno većim potrebama prihvata stanovnika Poreča u Projektnom uredu će se osiguravati zamjene za sve stručne zaposlenike koji iz opravdanih razloga budu izostali. Po potrebi će se tražiti i dodatne stručne resurse za prevladavanje krize u zajednici.

Projektni ured realizirati će zadatke:

- informativnog punkta za građane koji nastoje zadovoljiti svoje potrebe (za pomoći i podrškom, psihosocijalnom rehabilitacijom, za volonterskim uključivanjem, usmjeravanjem i osiguravanjem najbržeg puta kojim će dobiti odgovore na razna pitanja u svezi svojih teškoća/problema),
- „inkubatora ideja“ u vidu otvorenosti za iniciranje i razvijanje novih područja zaštitnih djelovanja te za podršku novim kreativnim putovima unapređenja zdravlja u zajednici,
- istraživački centar iz kojeg se osmišljavaju ispitivanja potreba građana, te temeljem istih utvrđuju generalni pravci djelovanja i prioriteti za zdravlje u zajednici za višegodišnja razvojna razdoblja,
- centra horizontalne koordinacije, povezivanja i suradnje na razini zajednice te vertikalnog povezivanja sa Istarskom županijom, Hrvatskom mrežom zdravih gradova (HMZG), Europskom mrežom zdravih gradova, resornim ministarstvima i drugim partnerima u zemlji i inozemstvu,

- stručnog koordinacijskog centra iz kojeg se upravlja za zdravlje u zajednici (kreiranje strateških dokumenata za zdravlje Grada Poreča-Parenzo) te zagovara odgovorna lokalna skrb za zdravlje građana, socijalni razvoj zajednice kao trajnu vrijednost i opredjeljenje Grada Poreča-Parenzo u odnosu na vlastite stanovnike,
 - centra međusektorske suradnje i umrežavanja postojećih državnih sustava RH i civilnog sektora u cilju stvaranja socijalne mreže podrške u zajednici i kreiranju lokalne politike zdravlja i socijalne stabilnosti,
 - centra za lokalnu zaštitu i psihološke krizne intervencije u smjeru zaštite mentalnog zdravlja stanovnika Poreča svih dobnih skupina uslijed COVID 19.
- Projektni ured ustanove sa svim zaposlenicima osigurava realizaciju osnovne psihosocijalne djelatnosti te infrastrukturu za operacionalizaciju i realizaciju lokalnog projekta Zdravi grad, Svjetske zdravstvene organizacije (SZO).

Specifične aktivnosti i programi u okviru rada *Projektnog ureda*:

- U projektnom uredu će se osiguravati svi uvjeti za realizaciju programa za zdravlje sa suradničkim i partnerskim organizacijama (Istarskim domovima zdravlja, Istarskom županijom, Zavodom za javno zdravstvo Istarske županije, HMZG, zajednicom gradova i županija, međunarodnim partnerima i drugima),
- suorganizacija Motovunske ljetne škole zdravlja (nositelj Hrvatska mreža zdravih gradova i Istarska županija),
 - osigurava suradnju i realizaciju projekta sa Hrvatskom mrežom zdravih gradova (istraživanja, izrada strategija i sl.),
 - vođenje i realizacija projekta Istarske županije *Unapređenja rada savjetovališta Istre*,
 - koordinacija programa iz oblasti Ekologija i zdravlje za Grad Poreč.

Za vođenje svih programa ustanove, unapređenja komunikacije i dostupnosti zbog povećanja obima posla u zaštiti mentalnog zdravlja uslijed pandemije COVID 19, zbog novih zakonskih obveza za ustanove i posebno ustanove socijalne skrbi, promjena zakonske regulative koja se odnosi na ustanove te praćenja svih administrativno tehničkih, upravljačkih i računovodstveno knjigovodstvenih poslova u 2021. se planira zapošljavanje administrativno računovodstvenog radnika na neodređeno puno radno vrijeme te zapošljavanje psihologa na mjesto psihologa koji je bio zaposlen na neodređeno vrijeme te je zbog opreseljenje sklopio sporazumni otkaz o radu. Isto tako, slijedom potreba ustanove te promjena akata Osnivača ali i promjena državnih propisa u svezi ustanova tijekom 2021. bit će doneseni novi akti ustanove te usklađeni postojeći akti ustanove koji uređuju unutrašnje ustrojstvo i sistematizaciju radnih mjesta te plaće i naknade radnicima.

Specifične aktivnosti ustanove: ***Motovunska škola zdravlja, Unapređenje rada savjetovališta Istre u suradnji sa IŽ, Program – ekologija i zdravlje (alergeno bilje, životinje, zdravlje i dr.)***, čiji opis slijedi, realizirati će se u 2021. sukladno epidemiološkoj situaciji te procjenama nacionalnog i regionalnog stožera civilne zaštite. Specifične aktivnosti su sve planirane, u reduciranom obuhvatu, a zbog reduciranja sredstava ustanovi za 2021. temeljem uputa Osnivača.

Medijiski program ustanove

Svi stručni zaposlenici ustanove uključuju se u medijski program i razradu stručnih tema i emisija radi podizanja razine zdravstvene pismenosti te educiranja stanovnika o raznim temama vezanim uz unapređenje i čuvanje kako mentalnog tako i tjelesnog zdravlja. Medijski program ustanove je veoma zastupljen i čini važan sastavni dio rada svih stručnih djelatnika. Tijekom 2021. godine medijski program i njegova razrada te predstavljanje raznih stručnih tema putem svih dostupnih medijskih kanala bit će još zastupljenije kako bi uslijed zabrane

okupljanja i pandemije zaštitni programi i teme bili što dostupniji građanima. Stoga će stručni tim ustanove uložiti zanačajan napor u još intenzivnije javno medijsko nastupanje.

Motovunska škola zdravlja

Motovunska ljetna škola zdravlja planira se u Istri 27. godinu za redom kao projekt Hrvatske mreže zdravih gradova (HMZG), Istarske županije i najistaknutijih istarskih zdravih gradova. Realizaciju projekta svih ovih godina podupire najuspješniji zdravi grad Istre-Zdravi grad Poreč. Posljednjih godina se ova ljetna škola ne održava isključivo u Motovunu te sve više poprima karakter Istarske škole zdravlja čemu značajno doprinosi realizacija projekata i tematskih cjelina škole u vrlo istaknutim zdravim gradovima kao što je to Poreč. Realizaciju dijela Motovunske škole zdravlja uz HMZG i IŽ preuzima Zdravi grad Poreč. Tečaj koji će se realizirati u Poreču već 11. godinu je tečaj *Zdravo urbano planiranje*. Navedeni projekt ima podršku Svjetske zdravstvene organizacije (SZO) temeljem brojnih znanstvenih dokaza SZO o značajnom utjecaju uređenosti urbanog prostora na zdravlje ljudi u istom urbanom prostoru. Škola okuplja multidisciplinarnе timove u Poreču te ukazuje na značajnu ulogu i utjecaj ne medicinskih struka na zdravlje ljudi, prvenstveno na značajnu ulogu urbanista i tehničku struku uopće u planiranju prostora, kvaliteti prostora za rad i stanovanje, uređivanje otvorenih javnih prostora kako bi isti bili u funkciji zdravlja i zdravih životnih izbora svih stanovnika prostora. Prema najavama HMZG Poreč bi mogao biti nositeljem teme zaštite mentalnog zdravlja u Motovunskoj školi 2021.

Suradnja s HMZG

Hrvatska mreža zdravih gradova (HMZG) je krovna nacionalna organizacija koja okuplja hrvatske zdrave gradove. Hrvatski zdravi gradovi, pa tako i Poreč, su članovi HMZG te dio vlastitih godišnjih aktivnosti usmjeravaju povezivanju i suradnji sa HMZG.

HMZG prenosi temeljne postavke, principe i faze rada SZO na nacionalnu razinu u cilju razvoja projekta zdravi grad SZO na području RH. Tako HMZG osmišljava i realizira istraživanja kojima se ispituju potrebe ranjivih skupina, potiče nastajanje nacionalnih zaštitnih strategija za zdravlje te lokalnih planova za zdravlje u zdravim gradovima RH u cilju unapređenja zdravlja svih stanovnika RH. SZO posljednjih 20-tak godina sve intenzivnije razvija znanstveni pravac naziva *Salutogeneza* (suprotno patogenezi), a koji izučava čimbenike zdravlja, metode i tehnologiju kojima se postižu bolji ishodi zdravlja stanovnika i prevenira razvoj bolesti. Tijekom 2021. godine HMZG će davati smjernice rada prema kojima će se usmjeravati hrvatski zdravi gradovi. Tijekom 2021. Zdravi grad Poreč će se sa HMZG nastaviti uključivati u izradu platforme Nacionalne strategije za poticanje ranog razvoja te na prioritetu zaštite mentalnog zdravlja populacije. Izjednačavanje djeci mogućnosti za zdrav i uravnotežen rast i razvoj osigurava veće mogućnosti i pravo na zdravlje kao temeljno pravo. Zagovaranje izrade Nacionalne strategije podrške ranom razvoju za izjednačavanje mogućnosti odvija se pod motom *Svako hrvatsko dijete je važno!*

U 2021. Zdravi grad Poreč i njegova predstavnica, koordinatorica porečkog projekta Nataša Basanić Čuš, nastavit će obnašati ulogu nacionalne koordinatorice HMZG na koju je izabrana 2018. godine, a Zdravi grad Poreč će nastaviti obnašati i ulogu u predsjedništvu i drugim stručnim radnim timovima HMZG. Jednako tako u 2021. ustanova će ponijeti važnu ulogu u osmišljavanju zaštite mentalnog zdravlja na lokalitetima za HMZG. Sukladno epidemiološkim procjenama u svezi pandemije suradnja sa HMZG će se tijekom 2021. odvijati direktnim i/ili indirektnim (on line) putem.

Unapređenje rada savjetovališta Istre u suradnji sa IŽ

Zdravi grad Poreč svojim programima za zaštitu zdravlja, posebice mentalnog zdravlja, prerastao je u ekspertni centar za psihosocijalno zdravlje obitelji Hrvatske mreže zdravih

gradova, a 2016./2017. stekao je status ekspertnog centra Istarske županije (IŽ) za edukacije i vođenje županijskog projekta *Unapređenje rada savjetovališta Istre* u okviru županijskog prioriteta za zdravlje – zaštita mentalnog zdravlja djece, mladih i obitelji. Zdravi grad Poreč je, temeljem 27 godina iskustva u razvoju lokalnog savjetovališta kao snažnog psihosocijalnog nad standarda Poreča i specifičnog centra za zaštitu mentalnog zdravlja RH uvjete, dobio vrlo zahtjevnu ulogu vođenja projekta razvoja savjetovališta Istre. Ujedno to je prvi takav pilot projekt regionalne zaštite mentalnog zdravlja u RH. Cilj je projekta osnažiti i standardizirati rad funkcionalnih psiholoških savjetovališta Istre po uzoru na porečko te učiniti uslugu psihološke pomoći i podrške dostupnijom svim stanovnicima Istre u najvećem izazovu za zdravlje 21. stoljeća – zaštiti mentalnog zdravlja stanovnika. Projektom je osigurana i edukacija istarskog kadra za psihološke krizne intervencije što se pokazalo vrlo važnim u pandemiji. Nositelji projekta su stručnjaci Zdravog grada koji za realizaciju projekta odrađuju posebne zahtjeve i aktivnosti povrh svojeg redovnog posla, a temeljem svojih specifično stečenih znanja i iskustava. Projekt će se nastaviti s tim što će plan grupnih edukacija stručnjaka diktirati epidemiološki uvjeti i upute. Koristit će se svi dostupni načini realizacije programa tijekom 2021. godine.

Program – ekologija i zdravlje (alergeno bilje, životinje, zdravlje i dr.)

Prateći spoznaje europskih i svjetskih studija utjecaja na zdravlje danas znamo da je zdravlje stanovnika jedne zajednice, u najširem smislu, uvjetovano različitim čimbenicima. Među ostalim je dokazano da zdravlje ljudi ovisi o ukupnoj uređenosti urbanog prostora za život i o brojnim čimbenicima okruženja koji utječu na zdravlje (suživot ljudi i životinja, zaštita divljih i domaćih životinja koje dolaze u kontakt sa ljudima, suživot sa prirodom, kontrola alergena i invazivnih biljaka u lokalnom okruženju i sl.). Uređenost prostora značajno može doprinijeti većoj kvaliteti života i zdravlju svih građana u zajednici na razne načine, od univerzalnog dizajna uređenje prostora koji stvara mogućnosti za nesmetano kretanje i rekreaciju u urbanom prostoru, do kontrole zoonoza (bolesti životinja koje mogu preći na čovjeka), uvođenja selektivnog prikupljanja otpada, sadnje nealergenog bilja na javnim površinama, kontrole invazivnih alergena biljaka u urbanom prostoru, do zdravog urbanog planiranja prostora i prilagođavanja prostora ranjivim skupinama (starijima, maloj djeci, osobama s invaliditetom). Odgovornost ključnih ljudi u zajednici i svijest svakog građanina za brigu o okolišu, vlastitim kućnim ljubimcima, čistoći javnih prostora uopće (otpad, izmet pasa i mačaka...), za čuvanje vlastitih okućnica, selektivno zbrinjavanje otpada na „zelenim otocima“, osmišljavanje staza zdravlja i drugih rekreativnih sadržaja, čine put ka zdravlju zajednice i okruženja u cijelosti. Programima i projektima iz sfere ekologija i zdravlje, Zdravi grad ostvaruje svoj cilj povezivanja struke, građana i ključnih ljudi zajednice u cilju edukacije, senzibilizacije građana i kolektivnog podizanja svijesti o međuovisnosti prostora i zdravlja ljudi, o međuovisnosti skrbi za životinje u prostoru i zdravlja ljudi, o vezi zdravlja i održivih izvora energije, te o odgovornosti svih sudionika života grada za zdravlje okoliša i zajednice u cjelini. U ovom programskom segmentu uloga Zdravog grada Poreč-Parzeno je koordinacija programa od posebnog interesa Grada Poreča-Parzeno iz oblasti ekologije i zdravlja. Na taj način se osigurava optimalno korištenje lokalnih profesionalnih resursa, kontinuirano i stručno praćenje programa, supervizija, povezivanje i modifikacije, implementacije te evaluacije programa u zahtjevnom segmentu lokalne brige za zdravlje građana u najširem smislu.

Programi iz ove oblasti su:

Zdravo urbano planiranje

Zdravo urbano planiranje te uključivanje teme zdravlja u rad i komunikaciju s predstavnicima tehničkih struka (projektantima, inženjerima građevine i dr.) su top tema Europske mreže zdravih gradova i važno područje rada Hrvatske mreže zdravih gradova (HMZG). Zdravi grad Poreč će 11. godinu realizirati tečaj zdravog urbanog planiranja u suradnji sa Zdravim gradom Vinkovci i HMZG u okviru Motovunske škole zdravlja i to u Poreču. Na taj način se radi na

podizanju spremnosti i senzibiliteta za zdravo urbano planiranje, a posebno za prilagođavanje urbanog prostora zajednice osobama s invaliditetom i ostalim ranjivim skupinama. Tečaj je prilika za povezivanje i suradnju stručnjaka koji mogu doprinijeti planiranju prostora sa značajnim pozitivnim utjecajem na zdravlje u vidu projektiranja rekreativnih zona, čuvanja zelenog prostora, kontrolu alergena bilja u urbanom prostoru, projektiranje „pametnih kuća“, sanaciju kapilarne vlage u radnim i kućnim uvjetima, promociju energetske održivosti i sl. Istim projektom podiže se svijest o povezanosti prostora i zdravlja predstavnika različitih struka prvenstveno tehničke struke, građana i ključnih ljudi u zajednici koji donose važne odluke. Rezultat svakog tečaja nove su spoznaje o značaju i mogućnostima prilagođavanja prostora našeg grada svim skupinama građana, konkretne prilagodbe prostora te svijest lokalnih urbanista o njihovu velikom i nezaobilaznom utjecaju na zdravlje ljudi kroz uređenje urbanog prostora u najširem smislu. Zdravi grad će i nadalje voditi projekt Zdravog urbanog planiranja u suradnji sa Gradom Porečom-Parenzo, HMZG, Zdravim gradom Vinkovci i drugim projektnim partnerima.

Zdrav suživot ljudi i životinja

Program je usmjeren odraslima i djeci, a realizira se putem edukativno informativnih letaka, stručnih članaka, poticanja lokalne skrbi o napuštenim životinjama, kontroli populacije divljih životinja (galeb), radio emisija u kojima se potiče odgovorno ponašanje vlasnika, ljudi uopće i gradske vlasti prema životinjama te promovira zdrav suživot ljudi i životinja za opće zdravlje u zajednici. Dokazano je da o zdravlju životinja uvelike ovisi zdravlje ljudi na nekom prostoru naročito kada su životinje i ljudi u neposrednom kontaktu. Danas ljudi imaju sve više kućnih ljubimaca koji postaju članovi obitelji. Stoga Zdravi grad Poreč-Parenzo i Grad Poreč-Parenzo s projektnim partnerima (Veterinarska bolnica Poreč, Veterinarski fakultet Zagreb, veterinarska inspekcija i dr.) razvijaju edukativni program *Ja i moj kućni ljubimac* baziran na podizanju svijesti građana o značaju podizanja razine kulture skrbi o kućnim ljubimcima. S druge strane dokazano se mijenja suživot ljudi i divljih životinja, mijenjaju se izvori hrane i drugi uvjeti za opstanak životinjskih vrsta, što uvjetuje da dio divljih životinja poprima karakteristike urbanih životinja te počinju ugrožavati ljude (npr. galebovi). Slijedom navedenog iz projektnog ureda Zdravog grada Poreč osigurava se za Grad Poreč stručna podrška i koordinacija slijedećih programa:

- Psi kao rezervoari opasnih zoonoza (kontrola kontaminiranosti javnih površina i dječjih pješčanika izmetom mačaka i pasa),
- Monitoring i kontrola galeba klaukavca i suzbijanje rizika za zdravlje ljudi,
- Edukacija djece i mladih iz oblasti selektivnog prikupljanja otpada te čuvanja prirode i životinjskih vrsta,
- Edukacija djece i mladih iz oblasti zaštite i kulture čuvanja kućnih ljubimaca i prostora na kojemu borave s ljudima u cilju suzbijanja zoonoza,
- Podrška osmišljavanju ideja i uređivanju eko šuma, edukativnih eko staza, rekreativnih staza zdravlja na području Poreča.

Program kontrole i suzbijanja ambrozije ustanova je prepustila Centru za invazivne vrste u suradnji s Osnivačem od 1.1.2019. Zbog iznimnog interesa građana i isticanja značajne zastupljenosti alergenijskih reakcija usred ljeta 2020. ustanova će tijekom 2021. potaknuti intenzivniju koordinaciju sa Gradom Porečom i CIV-om u cilju rasprave o mogućim načinima izvještavanja javnosti o lokacijama, načinima suzbijanja biljke, poduzetim mjerama te načinima osobne zaštite.

Programske aktivnosti Centra Zdravi grad

Projektini ured i svi njegovi djelatnici osiguravaju razvoj specifičnih zaštitnih programskih aktivnosti prema procjeni prioriteta za zdravlje u zajednici, prateći prioritete za zdravlje Istarske županije, Nacionalne strategije RH, europske i svjetske trendove i spoznaje, te smjernice upravljanja za zdravlje Svjetske zdravstvene organizacije (SZO). Zdravlje je danas najčešće razmatrana društveno humanistička ali i ekonomska kategorija o kojoj raspravljaju ekonomski stručnjaci jer je svako liječenje skupo i neizvjesno, a prevencija bolesti najisplativiji i najbolji put za svakog čovjeka/zajednicu/državu. U konačnici, samo zdravi i radno sposobni ljudi mogu osiguravati gospodarski razvoj zajednice. U realizaciji programskih aktivnosti stručni tim ustanove realizira suradnju s vanjskim edukatorima, supervizorima i vanjskim stručnim suradnicima na projektima/programima, u cilju podizanja kvalitete rada (slijedeći zakonsku regulativu relevantnu za rad ustanove te propise strukovnih komora), poštivanja principa cjeloživotnog učenja u pomagачkim strukama te formiranja stručnih educiranih multidisciplinarnih timova.

Usljed redukcije sredstava od strane Grada Poreča programske aktivnosti će biti značajno reducirane tijekom 2021. godine. S druge strane kriza tipa pandemije već rezultira u većoj učestalosti evidentiranih poremećaja ponašanja, emocionalnih poremećaja na čelu s depresijom, u RH se evidentira 40% više kaznenih djela nasilja u obitelji, a pandemija će posljedično utjecati na povećanje pojavnosti ovisnosti i drugih rizičnih ponašanja. Reducirana sredstva Osnivača ustanovi u realizaciji programa usmjerenih ranjivim skupinama utjecat će na mogućnost prihvata rizičnih korisnika iz zajednice od strane stručnog tima ustanove kao i na moguće izraženije socijalne poremećaje i poremećaje u ponašanju svih ranjivih skupina.

Ustanova realizira slijedeće programske aktivnosti:

Program - Savjetovalište i psiho-socijalno zdravstvena skrb

Savjetovalište za djecu, mlade i obitelj

Programom psihološkog savjetovališta za djecu, mlade i čitave obitelji osigurava pomaganje savjetovanjem, psihoterapijom te pružanjem psihosocijalne podrške u okviru gradskog psihološkog Savjetovališta za djecu, mlade i obitelj. Lokalno savjetovalište ima karakter centra univerzalne (opće) prevencije usmjerene osnaživanju ljudskog resursa u zajednici uopće, ali i centra selektivne prevencije usmjerene prihvaćanje ranjivih skupina građana (osobe u riziku za osobne i/ili obiteljske teškoće, bolesne, starije ... i sl.). Porečko savjetovalište je prvo takvo lokalno gradsko savjetovalište u RH usmjereno prihvatu svih stanovnika sa različitom etiologijom (uzrokom) problema. Godinama se profilira u respektabilan centar mentalnog zdravlja za Poreč, Poreštinu i Istru. Temeljem razvojnog puta porečkog savjetovališta u periodu od 27 godina tijekom 2016./2017. porečko se savjetovalište profiliralo kao koordinacijski centar podrške za IŽ u cilju unapređenja zaštite mentalnog zdravlja i unapređenja rada savjetovališta Istre. Ustanova nastavlja koordinirati program IŽ Unapređenje rada savjetovališta Istre i tijekom 2021. godine. Mentalno zdravlje (i bolesti) predstavljaju najveći izazov 21. stoljeća prema pokazateljima SZO, a isti su pokazatelji i za RH. Depresija će biti najučestalija dijagnoza 21. stoljeća, te će do 2030., prema procjenama SZO, preteći i kardiovaskularne bolesti. Već danas Hrvatski zavod za javno zdravstvo evidentira da su najviše propisivani lijekovi u RH antidepresivi te da 25% ukupnog bolničkog pobola otpada na oboljele od mentalnih bolesti. Tijekom pandemije broj depresija višestruko se povećava uslijed krize. Cilj razvoja dostupnih savjetovališnih usluga je pružanje psihosocijalne podrške ljudima u zajednici i njihovo osnaživanje u svim životnim situacijama u neposrednom okruženju. Savjetovališta odgovaraju na suvremene zahtjeve života i rada ljudi, na nove rizične čimbenike te tako osiguravaju zaštitu pojedinaca, obitelji i zajednice u cijelosti. Programski segmenti porečkog savjetovališta su: savjetovalište za djecu, mlade, odrasle, strije i obitelji; programi osnaživanja mladih parova u pripremi za roditeljstvo, pružanje podrške roditeljima u svladavanju odgojnih strategija, rad s

rizičnim skupinama mladih i odraslih, pružanje podrške bolesnim osobama i/ili članovima obitelji, osobama s invaliditetom, osiguravanje podrške kod gubitaka tijekom procesa žalovanja te provođenje kriznih intervencija u zajednici (nagle smrti, oružane pljačke i dr.). U savjetovalištim se savjetovanjem i/ili psihoterapijom osigurava podrška svim pojedincima i obiteljima u poteškoćama i raznim razvojnim krizama. Poznato je da i veoma zdrave, inače dobro prilagođene osobe, u stresnoj situaciji mogu postati neuspješne i zatrebati pomoć i podršku. Bolesti, tragedije, psihološke traume, invaliditet, loša socio ekonomska situacija, gubitak ili promjena posla, teški razvodi braka i mnogi drugi čimbenici mogu pojedinca i čitavu obitelj učiniti potpuno nefunkcionalnom. Mogućnost da se u okviru lokalne zajednice osiguraju uvjeti za direktni kontakt s građanima radi unapređenja njihova osjećaja osobne kompetentnosti te radne i životne funkcionalnosti predstavlja nad standard brige za zdravlje i dugoročni ulog u razvoj i napredak zajednice. Praćenje pokazatelja SZO ukazuje na to da mentalne teškoće najčešće imaju osobe dobi 20 do 59 godina, dakle radno aktivno stanovništvo. Pomoć u porečkom Savjetovalištu pruža se svim dobnim skupinama, a najučestalije stanovnicima odrasle dobi (27-50 godina) što prati pokazatelje SZO. Navedeno nameće obvezu osiguravanja podrške ljudskom potencijalu zajednice u cilju olakšavanja osobnog funkcioniranja, brige za obitelj, spremnosti za rad te radi podizanja razine psihofizičkog zdravlja svakog stanovnika/obitelji naše lokalne zajednice. Tijekom 2021. koristit će se metodologija dostupnih direktnih i indirektnih načina pružanja pomoći i podrške stanovnicima Poreča, Poreštine i Istre.

Logopedске usluge u savjetovalištu

U programu savjetovališta realizirat će se usluge logopeda za djecu koja imaju uredan psihomotorni razvoj uz utvrđene govorno-jezične teškoće. Logopedi će raditi kontinuirano tjedno prema rasporedu sačinjenom u ustanovi. Prednost imaju djeca predškolskog uzrasta jer predškolske ustanove Poreča nemaju logopeda, odnosno ranog osnovnoškolskog uzrasta za škole bez logopeda. Cilj je korigiranjem govornih teškoća pomoći djeci da se prevenira rani školski neuspjeh te potiče govor i govorno jezično izražavanje. Ostvarena je suradnja s logopedima suradničke ustanove Centar za rehabilitaciju Veruda iz Pule s ispostavom ustanove u Poreču zbog brojnih edukacija koje zaposlenici ustanove prolaze te zbog neposredne blizine suradnika koji rade u prostorima porečke ispostave Istarskih domova zdravlja. Usluga obuhvaća tretmane s djecom te savjetovanje roditelja, inicirana je 2016. godine i kontinuirano će se nastaviti realizirati i tijekom 2021., osim ako je ne onemoguću epidemiološka procjena i upute. Zbog vrlo učestale potrebe za logopedskim uslugama i porasta broja djece u zajednici s govorno-jezičnim teškoćama evidentira se potreba za punim radnim vremenom logopeda za potrebe stanovnika/obitelji Poreča. Puno radno vrijeme omogućilo bi podršku u zajednici i drugim skupinama sa govornim teškoćama (starijoj djeci u obrazovnom sustavu iz škola koje nemaju logopede, starijim osobama i odraslima tijekom rehabilitacije od moždanih udara i sl.). Zbog uputa o ograničavanju Proračuna ustanove prema uputama osnivača nije planirano puno radno vrijeme logopeda nego minimalan honorarni rad koji ne zadovoljava niti potrebe sve djece Poreča za 2021. godinu te će se morati nastaviti trend pružanja usluga djeci predškolske dobi u pripremi za školu.

Krizne intervencije

Psihološke krizne intervencije predstavljaju poseban vid intervencije stručnjaka u slučajevima iznenadnih nesreća u zajednici i/ili na širem teritorijalnom području. To su intervencije koje slijede nakon događanja u kojima se dogodila prijetnja po život bilo sa ili bez žrtvi u smislu smrtnih ishoda (npr. oružane pljačke, teroristički napadi, prirodne katastrofe, bolesti po tipu epidemija ili pandemija i sl.). Radi se o događajima koji traumatiziraju pojedince, ali i stručnjake u službama za pomaganje (zdravstveni kadar, policija, vatrogasci). Vođenje psiholoških kriznih intervencija zahtijeva i kontinuirano educiranje kadra. Stručni tim Zdravog grada osposobljava i osnažuje vlastiti stručni tim za provođenje psiholoških kriznih intervencija. Isto tako, tim Zdravog grada Poreč osnažuje druge krizne timove npr. Stožer

zaštite i spašavanja Poreštine. U 2021. se planira i rad sa stručnim timom Zavoda za hitnu medicinu IŽ i drugim pomagačima koji su u svom radu i kriznim uvjetim akao što je pandemija izloženi iznimnom stresu na radu .

Programi prevencije

Program „Zajedno protiv ovisnosti“

Sveobuhvatni program prevencije ovisnosti i rizičnih ponašanja djece i mladih za Grad Poreč-Parenzo naziva "Zajedno protiv ovisnosti" specifičan je na razini čitave države. Ovim programom porečki stručnjaci i Grad Poreč su partnerski intenzivirali sustavnu skrb za djecu i mlade u području suzbijanja rizika za njihov nesmetan rast i razvoj. Cilj rada Povjerenstva i realizacije preventivnih programa u zajednici je djelovanje na rizike rasta i razvoja mladih te osnaživanje zaštite zajednice u odnosu na mlade naraštaje. U Povjerenstvu su okupljeni predstavnici svih relevantnih institucija Grada Poreča koje skrbe o djeci i mladima na različite načine (vrtići, škole, Zdravi grad, Centar za socijalnu skrb Poreč, Istarski domovi zdravlja–Ispostava Poreč, policija, civilni sektor i dr.). Osnovna zadaća u okviru ovog programa je utvrđivanje smjernica za izradu i operacionalizaciju lokalnog Programa "Zajedno protiv ovisnosti" te njegova realizacija na razini lokalne zajednice. Program se u praksi provodi kroz odgojno obrazovne institucije, aktivnosti i programe Zdravog grada i zajednicu, gradeći socijalnu mrežu podrške koju čine gradske udruge, institucije i društva, a osigurava zaštitne čimbenike zajednice za rast i razvoj djece i mladih Poreča.

Program je za 2021. značajno reduciran zbog neizvjesnosti održavanja grupnih programa (predavanja, radionice, ples...) uslijed pandemije te zbog reduciranih sredstava za preventivne programe od strane Osnivača. Očekujemo da će redukcija preventivnih zaštitnih programa u kombinaciji s rizicima pandemije (rizik od porasta broja poremećaja u ponašanju, depresije već kod djece i mladih, porast ovisničkog ponašanja) imati moguće loš odjek u životu i razvoju zajednice.

Program se sastoji od sljedećih segmenata koji će po potrebi biti reducirani i/ili ne realizirani iako su inicijalno za 2021. planirani, mada u reduciranom opsegu:

- edukacija djece i mladih usmjerena njihovu zdravom rastu i razvoju,
- poučavanje važnih odraslih u okruženju djece i mladih (roditelja, odgajatelja, učitelja, voditelja udruge, trenera) koji pružaju podršku njihovu rastu putem generacijskog obuhvata (edukacije i radionice u školi), edukacije za roditelje, odgajatelje i nastavnike i dr.,
- educiranje gradskih stručnjaka koji u zajednici realiziraju psiho socijalne programe te stvaranje lokalnog resursa profesionalaca u cilju učinkovitosti, ekonomičnosti i održivosti lokalnih programa za zdravlje,
- podrška programima za kvalitetno organizirano slobodno vrijeme djece i mladih, ali i svih stanovnika Poreča (tiskanje vodiča za djecu i roditelje u cilju upućivanja na važnost pravilnog organiziranje slobodnog vremena, promocija radionica za mlade tijekom ljeta, ljetni kamp, podrška mladim voditeljima, educiranje djece u sportskim klubovima, Klub umirovljenika, rekreacija za odrasle...i dr.),
- provođenje preventivnih i socijalnih akcija (univerzalna prevencija), savjetovališna podrška i programi za djecu u riziku (selektivna intervencija) i druge preventivne i humanitarne aktivnosti u zajednici,
- provođenje istraživanja potreba i rizičnih čimbenika za rast i razvoj djece i mladih.

Program sadrži niz konkretnih aktivnosti usmjerenih unapređenju zdravlja krajnjih korisnika (djeca, mladi, roditelji, učitelji, odgajatelji) koje su detaljno opisane i u posjedu ustanove. Ovdje ističemo samo najveće generecaijske programe usmjerene djeci i mladima:

Programi socioemocionalnog učenja za predškolce i osnovnoškolce usmjereni usvajanju socijalnih i komunikacijskih vještina za kontrolu i usmjeravanje emocija, izbor komunikacije koja doprinosi nenasilnom rješavanju sukoba;

Rasplesani razredi – osnaživanje djece kroz ples (porečki autorski preventivni projekt, generacijski obuhvat i edukacija 7. i 8. u plesnim vještinama kao zdravog izbora za život i neformalnog načina učenja za prevladavanje socijalnih barijera, unapređenje komunikacijskih i socijalnih vještina, jačanje samopouzdanja i dr.);

Muzikoterapija – kanaliziranje emocija i ponašanja za „teške“ razrede osnovnih i srednjih škola, grupna povezanost, pozitivna afirmacija;

Ja u ogledalu- radionice usmjerene prevenciji poremećaja hranjenja za srednjoškolce;

Naš izbor je zdrav život (prevencija ovisnosti o drogama, alkoholu, kocki, elektroničke ovisnosti, prevencija nasilja u maloljetničkim vezama te program Mjeseca borbe protiv ovisnosti, Edukacije za važne odrasle – roditelje, odgajatelje, učitelje; Hoditi i zdravi biti za djecu/mlade/odrasle).

Program Mladi – Vršnjak pomagač

Program koji obuhvaća univerzalnu (opću) i selektivnu (specifičnu) prevenciju-Volonteri Zdravog grada Poreč „Vršnjak pomagač“, zamišljen je kao višegodišnji kontinuirani rad s motiviranim srednjoškolcima te njihovo educiranje za volonterski rad i pripremanje za ulogu vršnjaka pomagača. Godišnje se u programu educira 40–tak mladih. Cilj programa je djelovati na osobni rast i razvoj, osnaživanje mladih osoba u periodu adolescencije, te njihovo jačanje za ulogu pomagača i nosioca socijalnih i preventivnih akcija u lokalnom okruženju. Posljednjih godina program je u skladu s interesom mladih jače usmjeren na realizaciju različitih novih, samostalnih, mini projekata mladih u zajednici kojih su mladi samostalni nosioci te direktni sudionici, ali i kreatori društvenog života grada (kreativne radionice, okrugli stolovi, kvizevi znanja, volontiranje u ustanovama Poreča i dr.). Evaluacije programa pokazuju da isti ima zaštitni učinak za mlade koji su uključeni u program.

Evaluacijom programa višekratno su identificirani pozitivni učinci projekta Mladi volonteri na osobni rast i razvoj mladih u vidu :

- ostvarivanja individualnih ciljeva i napretka (sudjelovanje u programu mladim volonterima značajno pomaže u razvijanju socijalnih vještina te ostvarivanju individualnih ciljeva i napretka kao npr. bolje razumijevanje sebe i drugih, bolje vještine komuniciranja, spremnost za traženje pomoći, pozitivno razmišljanje o sebi i drugima, veće samopoštovanje, nalaženje pozitivnog u drugima, spremnost za rješavanje sukoba),

- volonteri su češće birani kao osobe kojima bi se vršnjaci obratili s punim povjerenjem u situacijama kada bi im pomoć bila potrebna,

- neki od dugoročnih pozitivnih ishoda programa su: osobna dobit, zdrava i sigurna ponašanja, viša akademska postignuća, bolje socijalno-emocionalno funkcioniranje, veća spremnost za pomaganje, bolje razumijevanje i prihvaćanje drugih, pozitivan stav prema suradnji, veće samopoštovanje, stalna želja za oplemenjivanjem života.

Program se neće moći odvijati u velikim grupama do 20 mladih jer su mladi u njima, po prirodi ovog programa, skupljeni iz različitih razrednih odjela što u mjerama zaštite od COVID 19 nije dozvoljeno. Stručni tim će nastojati tijekom 2021. iznaći moguće modifikacije rada u vrlo malim grupama 3-5 ili na individualnoj razini prireme s izrazito motiviranim pojedincima za volonterski rad.

Programi vanbolničkog liječenja ovisnosti

Program vanbolničkog liječenja ovisnosti o drogama

U programu vanbolničkog liječenja ovisnosti Grada Poreča realizira se program usmjeren suzbijanju (prevenciji) bolesti ovisnosti i liječenju ovisnika o drogama u izvanbolničkom tretmanu u lokalnoj zajednici za područje Poreča, poreštine i sjeverozapadne Istre. Program se organizacijski realizira kroz savjetovalište Zdravog grada, a operativno u suradnji savjetovališta Zdravog grada (selektivna intervencija) i projektnih partnera (Istarski domovi zdravlja-

Ispostava Poreč, Zavod za javno zdravstvo Istarske županije–Služba za mentalno zdravlje, Centri u RH i dr.). Cilj rada s ovisnicima je prihvata i rehabilitacija te destigmatizacija problema ovisnosti radi zaštite mladih u okruženju. U procesu liječenja ovisnika koristi se pristup Nacionalne strategije te kombinira medicinski pristup i psihoterapijski tretman ovisnika i članova obitelji. Program osigurava dostupnost iznimno ranjivoj skupini (ovisnici o drogama i eksperimentatori), što je temeljni princip humanosti u radu s ovom populacijom bolesnika i prvi uvjet za kontrolu i suzbijanje ovisnosti u okruženju zajednice. Učinkovitost rada se procjenjuje individualno (psihološkim instrumentarijem, zdravstvenim pokazateljima, procjenom smanjenja rizika u odnosu na zaštitu po svim segmentima života svakog korisnika) te epidemiološkim praćenjem pokazatelja za ovisnike u tretmanu na razini grada i šire. Program je lokalno mjesto pomoći i podrške kojim se prihvaćaju ovisnici, eksperimentatori i članovi njihovih obitelji. Promjene zakonodavstva RH, točnije Zakona o zdravstvenoj zaštiti, posljednjih godina na različite načine otežavaju organizaciju rada s ovisnicima u neposrednom okruženju zajednice. No usprkos navedenom porečki program nastavlja sa radom te osigurava prihvata, liječenje, podršku i resocijalizaciju ovisnika u neposrednom okruženju zajednice već gotovo 30 godina, što je najviši standard zaštite kojeg zajednica i profesionalci ovoj ranjivoj skupini mogu osigurati. U okviru programa će se i nadalje osiguravati podrška ovisnicima u neposrednom okruženju kako bi bila dostupna i učinkovita jer se radi o jednoj od najranjivijih skupina pojedinaca/obitelji te dalekosežnim posljedicama za zajednicu u uvjetima kada ovisnosti izmiču kontroli. Moguće zaštita neće moći biti osigurana u 2021. godini u onom obuhvatu koji je inače osiguravan zbog reduciranja programa te zbog reduciranih sredstava Osnivača za isti program.

Terapijska zajednica za liječenje ovisnika o alkoholu

Alkoholizam je najčešća ovisnost u svijetu i jedan je od najvećih javno zdravstvenih problema današnjice, posebno u zapadnom svijetu. Ovisnost o alkoholu je prema definiciji SZO bolest. Potrebno ju je liječiti kao i svaku drugu kroničnu bolest. Liječenje ove bolesti ovisnosti izrazito je teško i kompleksno jer bolest pogađa čitavu obitelj. Porečki program liječenja u vanbolničkim uvjetima baziran je na individualnoj, obiteljskoj i grupnoj psihoterapiji u okviru Terapijske zajednice za liječenje ovisnika o alkoholu pri Zdravom gradu. Cilj je što veći obuhvat ovisnika o alkoholu te njihova resocijalizacija kao i podrška čitavoj obitelji ovisnika, posebice djeci. Glavna karakteristika liječenja u Terapijskoj zajednici je grupni oblik rada sa stručnim voditeljima u kojima se ovisnici i članovi obitelji educiraju i osnažuju za odgovorne i zdravije životne izbore te apstinenciju. Terapijska zajednica, kao metoda izvanbolničkog, grupnog oblika rada maksimalno koristi terapijski potencijal bolesnika i podršku obitelji. Aktivna uloga u programu svakom korisniku programa tj. ovisniku u procesu liječenja iznimno koristi u promjeni ponašanja i doprinosi funkcionalnosti obitelji. Ovaj program je jedan od jedinstvenih lokalnih programa u RH, te ga je izuzetno važno dalje razvijati kao rijedak pozitivan primjer sustavnog i kontinuiranog liječenja ovisnika o alkoholu u lokalnoj zajednici u vanbolničkom tretmanu. U 2021. nastojat će se osigurati zaštita ovoj vrlo osjetljivoj i vrlo zastupljenoj skupini u populaciji. Realizacija i prihvata će se odvijati kroz rad u manjim grupama. Zbog epidemiološke situacije koja nameće što manje grupe te reduciranih sredstava koja onemogućavaju uključivanje potrebnih stručnjaka može se očekivati pogoršanje u zajednici te nemogućnost ustanove da osigura vanbolničko liječenje svim osobama koje se jave u tretmanu.

Program Prevencija i tretmani poremećaja vezanih uz prehranu

Poremećaji prehrane kompleksni su i utječu na čitav niz rizika za organske bolesti. Danas se u stručnim krugovima govori o epidemiji debljine. Hrvati posljednjih godina u epidemiji debljine sustižu najdeblje nacije što je iznimno loš pokazatelj ukupnog zdravlja. Sve je više pretile djece.

Danas se zna da je čak 75% prekomjernog jedenja izazvano neugodnim emocijama i drugim emocionalnim stanjima, te da hrana često biva način suočavanja s problemima. Stoga se među mladima identificiraju i drugi poremećaji hranjenja (anoreksija, bulimija..). Pretilost je iznimno značajan rizik za zdravlje i vezuje uz sebe niz psiholoških i zdravstvenih teškoća. Poremećaji prehrane se također mogu intenzivirati te biti učestaliji u populaciji uslijed raznih stresova. Uslijed pandemije COVID 19 značajno je poraslo emocionalno jedenje. Prekomjerno jedenje dovodi do prekomjerne tjelesne težine, prekomjerne uhranjenosti ili pretilosti što je jedan od ozbiljnih rizika za kardiovaskularne bolesti i incidente, ali i bolesti lokomotornog sustava. Osobe s prekomjernom težinom imaju loše prehrambene navike i sjedilački način života. Stoga je cilj stručno vođenih radionica u ovom programu redukcije tjelesne težine da polaznici mijenjaju svoje ponašanje i prehrambene navike, da prepoznaju i razumiju „emocionalno jedenje“ te da uvedu redovitu fizičku aktivnost. Program u centar pažnje stavlja emocionalno prejedanje i modifikaciju ponašanja čitavih obitelji vezanu uz hranjenje. Program je specifičan jer ne zagovara isključivo medicinski model redukcije tjelesne težine nego se radi o psihološko medicinskom pristupu korisnicima koji je usmjeren suzbijanju emocionalnog jedenja i modifikaciji loših životnih navika hranjenja. Osnovni program se realizira u grupnom radu, putem 20 radionica i naknadnom podrškom putem grupe za samoodržavanje. Grupa za samoodržavanje prerasta u vid psihoterapijske grupne podrške, nastoji dugoročno prekinuti krug emocionalnog prejedanja te djelovati na dugoročnu promjenu ponašanja i životnih navika osoba s prekomjernom tjelesnom težinom. Posljedično, programom se djeluje na promjenu ponašanja i životnog stila osobe s prekomjernom tjelesnom težinom i čitavih obitelji. Posebnu vrijednost predstavlja činjenica što obitelj utječe zdravim načinom hranjenja na formiranje zdravih navika kod djece koja su u obitelji s problemom pretilosti također izložena prekomjernoj tjelesnoj težini i pretilosti. Ovaj program specifičan je na području Istre i RH, jer se realizira u multidisciplinarnom timu stručnjaka (psiholog, liječnik, nutricionist, kineziolog), te sagledava problem prekomjerne težine kompleksno vodeći računa o različitim čimbenicima koji su u osnovi prekomjerne tjelesne težine. Program je posebno razrađen u segmentu za djecu, odrasle i za starije korisnike, jer razvojni procesi i metabolički procesi u raznim dobnim periodima determiniraju drugačiji pristup skidanju prekomjernih kilograma. Grupni rad s osobama prekomjerne težine pokazuje se izrazito efikasnim zbog grupne dinamike i grupne podrške, no po potrebi i procjeni stručnjaka provodi se i individualni rad s korisnicima. Ovaj program profilirao je savjetovništvo Zdravog grada u centar za poremećaje hranjenja jer se u okviru istog radi i s osobama sa drugim poteškoćama hranjenja (anoreksija, bulimija ..). Opisani program se realizira u skladu s Nacionalnom strategijom, županijskim prioritetima te lokalnim i IŽ Planom za zdravlje u segmentu zaštite mentalnog zdravlja usmjerenom prevenciji i tretmanima poremećaja prehrane .

Sredstva planirana u ovom dijelu za sve programske aktivnosti namijenjena su programskim troškovima realizacije svakog pojedinog programa ustanove (izdaci za vanjske suradnike, materijalni za realizaciju programa, usluge tiskanja, materijali za informiranje i promidžbu, edukacije djelatnika i suradnika te ostali programski troškovi). Program je za 2021. sveden na minimum što nije u skladu s potrebom i stresom koji će uslijed pandemije COVID 19 rasti u zimskim mjesecima u stanovništvu. Očekujemo da će isto imati također negativne posljedice za zdravlje i zdravstvene rizike povezane s poremećajima hranjenja, emocionalnim jedenjem, porastom pretilosti i sl.

PROGRAM GODIŠNJIH DOGAĐANJA

Redovna godišnja događanja kojim aje ustabnova nositelj, suvoditelj ili u istima aktivno učestvuje odvijaju se svake godine u određeno vrijeme i predstavljaju opsežnu dopunu osnovnoj pomagačkoj aktivnosti ustanove. Ova događanja zahtjevaju značajan angažman svih djelatnika ustanove u vidu strateškog planiranja, vođenja projekata, osmišljavanja edukacija, kampanja, medijskih nastupa i/ili stručnih izlaganja. Ista događanja odvijaju se godinama i kontinuirano, a izostaju samo i isključivo u iznimnim uvjetima kao što je bila pandemija 2020. No, i tada se većina događanja odvijala indirektnim online putem (zoom konferencije, medijski nastupi i sl.). Događanja, koja su sastavni dio godišnjeg kalendara rada i aktivnosti, uz osnovne pomagačke usluge/djelatnost se planiraju i za 2021. iako postoji mogućnost da se neka od njih ne dogode u direktnoj organizaciji nego online putem, a ovisno o epidemiološkoj situaciji i mjerama relevantnih stožera koje će se donositi tijekom 2021. godine (prikaz događanja u tbl. 1. dolje).

Tabela 1.

Pregled osnovnih godišnjih događanja u organizaciji ustanove i/ili sudjelovanja na konferencijama, poslovnim sastancima, stručnim timovima i edukacijama u RH, vođenje projekata te medijski nastupi

Događanje/vrijeme	Sudionici	Tema	Voditelji/izvoditelji
Tjedan psihologije, veljača 2021.	Stanovnici Poreča/Istre	Mentalno zdravlje u pandemiji	Psiholozi Poreča, koordinacija Zdravi grad
Izveštajna skupština HMZG, veljača 2021.	Zdravi grad Poreč/tim	Pregled godišnjeg rada u 2020. i program za 2021.	HMZG
Svjetski dan zdravlja, 7.4.2021	Stanovnici Poreča/Istre	Hoditi i zdravi biti, Predavanja i prezentacije Konferencija o zdravlju	Zdravi grad Poreč, suradničke organizacije u zajednici, ZZJŽ, IŽ
Sajam zdravlja u Vinkovcima, travanj 2021.	Zdravi grad Poreč i HMZG	Vizije gradova i prostora	Zdravi grad Poreč i HMZG
Nacionalni dan zdravih gradova, 20.5.2017.	Zdravi grad Porečke škole suradnici i građani	Nastup mladih na Trgu Rasplesani razredi – rasplesani grad; Medijski nastupi, radionice, predavanja	Zdravi grad Poreč Škole, umirovljenici, vrtići, suradničke organizacije
Motovunska ljetna škola zdravlja, svibanj/lipanj 2021.	Zdravi grad Poreč, IŽ i HMZG, stručnjaci RH	Mentalno zdravlje i zaštita mentalnog zdravlja u RH	Zdravi grad Poreč, IŽ i HMZG
Jesenski poslovni sastanak HMZG, rujan 2021.	HMZG i stručnjaci RH	Zaštita stanovnika u vrijeme pandemije, spremnost RH gradova!	HMZG
Međunarodni dan mentalnog zdravlja, 10.10.2021.	Stanovnici Poreča/Istre	Medijski nastupi, predavanja, radionice na temu očuvanja mentalnog zdravlja	Zdravi grad Poreč
Mjesec borbe protiv ovisnosti 15.11. do 15.12.2021.	Stanovnici Poreča/Istre, djeca, mladi, stručnjaci i obitelji	Kampanja usmjerena suzbijanju ovisnosti kod djece i malih	Zdravi grad Poreč i suradničke organizacije u zajednici, IŽ i RH

Unapređenje rada savjetovališta istre, projekt IŽ /2017.-2021.	Stanovnici Poreča/Istre, Stručnjaci pomagačkih struka Istre	Unapređenje rada lokalnih savjetovališta Istre radi izjednačavanje mogućnosti na zaštitu mentalnog zdravlja u Istri	Zdravi grad Poreč, izabrani voditelj projekta za IŽ
30 stručnih tema tijekom 2021. predstavljenih u medijima	Stanovnici Poreča i šire	Različite teme usmjerene unapređenju mentalnog i tjelesnog zdravlja - edukacija stanovništva	Zdravi grad Poreč i suradnici

Ravnateljica ustanove
Nataša Basanić Čuš
 psihologinja-psihoterapeutkinja
 mag. javnog zdravstva