

ISSN 1333-283X



REVIJA ZA PROMOCIJU ZDRAVOG ŽIVOTA

ZAGREB

zdravi grad

Broj 7 • rujan – listopad 2002.



UDRUGE • SOCIJALNI ŽIVOT • ZDRAVLJE • EKOLOGIJA • INICIJATIVE

Planinarska staza za invalide

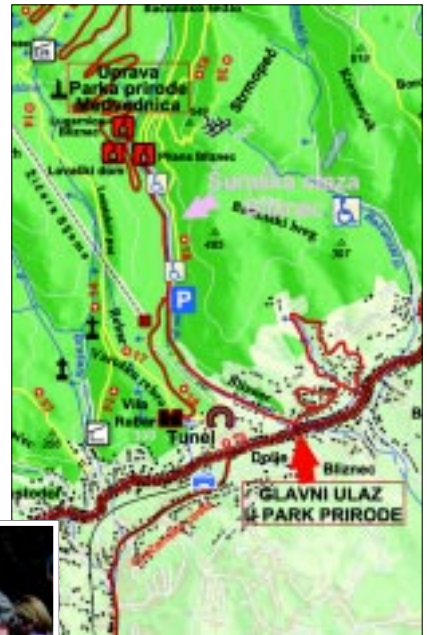
Šumska staza Bliznec u podnožju Zagrebačke gore jedinstven je projekt u Hrvatskoj kojim se po prvi put osobama s invaliditetom omogućuje olakšan pristup jednom od zaštićenih parkova prirode – Parku prirode Medvednica

Staza je dugačka 800 metara i prostire se duž i preko potoka Bliznec, od podnožja žičare do pilane Bliznec. Staza je u cijelosti projektirana u suradnji sa Savezom organizacija invalida Hrvatske kako bi je mogle podjednako koristiti osobe s poteškoćama u kretanju, slijepe i gluhe osobe te osobe s mentalnom retardacijom. Dovoljno je široka za dvosmjerni prolaz osoba u kolicima, a budući da ima nagib koji ne prelazi pet posto, osobe u kolicima mogu ga samostalno svladati. Osim toga, duž cijele staze postavljene su i informativne ploče na običnom i Braillevu pismu.

Ministarstvo zaštite okoliša i prostornog uređenja prepoznalo je vrijednost ovog projekta tako što je Parku prirode Medvednica dodijelio priznanje za zaštitu okoliša u parkovima prirode za 2002. godinu, koju je Generalna skupština UN proglasila Međunarodnom godinom planina.

Park prirode Medvednica, Ministarstvo zaštite okoliša i prostornog uređenja i Savez organizacija invalida Hrvatske, zajedno sa svojim partnerima i donatorima VIP-netom i Hrvatskim šumama – Šumarijom Zagreb, nositelji su projekta čija je temeljna ideja dokazati da različitost nije i ne smije biti prepreka za slobodu kretanja. A šetnja Šumskom stazom Bliznec dokazuje upravo to – brigu našeg društva za osobe s invaliditetom.

Stazu je 1. listopada 2002. godine na korištenje invalidnim osobama predao Ministar zaštite okoliša i prostornog uređenja, g. Božo Kovačević. Otvorenju su prisustvovali izaslanik Predsjednika Republike, g. Esad Prohić, izaslanik Zagrebačkog nadbiskupa mons. Josipa Bozanića, mons. Vladimir Stanković, dogradonačelnik grada Zagreba, g. Milan Bandić, direktor



»Hrvatskih šuma«, g. Željko Ledinski, predsjednik tvrtke VIP-net g. Josef Vinatzer, predsjednik Saveza organizacija invalida Hrvatske, g. Zorislav Bobuš, te predstavnici svih invalidskih organizacija, ravnatelji parkova prirode i nacionalnih parkova, te ostali uzvanici. U ime nositelja projekta uzvanike je pozdravila ravnateljica Javne ustanove »Park prirode Medvednica« gđa. Nives Farkaš-Topolnik. ■

Brojni gosti i uzvanici prisustvovali su 1. listopada otvorenju planinarske staze za invalide u Parku prirode Medvednica

2



■ s a d r Ź a j

■ inicijative

Planinarska staza
za invalide 2

■ vijesti

Sastanak europske
i hrvatske mreže
Zdravih gradova 5

■ top tema

Demograf dr. Anđelko Akrap:
Kako pomladiti
Zagreb i Hrvatsku? 6

■ branitelji

Prava hrvatskih
branitelja 8

■ volonteri na djelu

Hrabri telefon za
sretnije djetinjstvo 9

■ udruge

Roditelji u akciji 10

■ ustanove

Različiti po
sposobnostima –
jednaki po pravima 11

■ prevencija

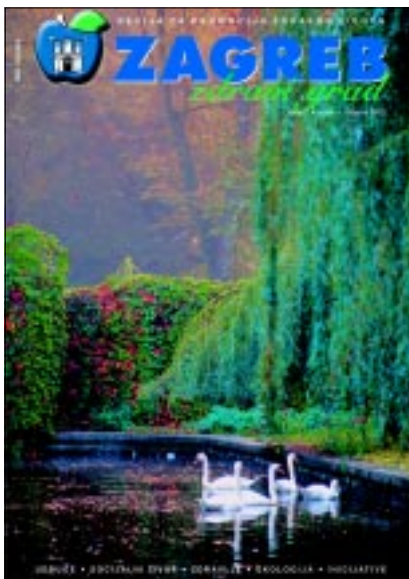
Edukacijom protiv
raka dojke 12

■ zaštita okoliša

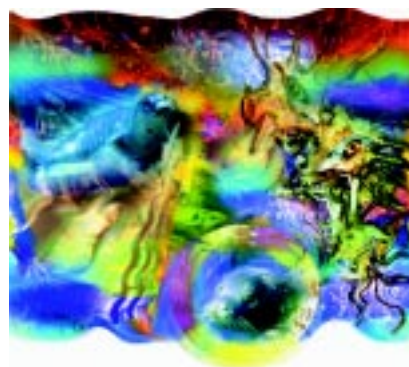
Bicikl – vozilo urba
ne sadašnjosti 13

■ akcije

Poštujmo i prava
životinja 15



Jesen u Maksimiru. Foto: Ivo Pervan



Moj Zagreb

Zvonimir Milčec

kniževnik i kroničar Zagreba

Sljemenski potok Bliznec ne žubori samo središtem mog intimnog toponima, nego i mojeg poimanja i viđenja Zagreba kao zdravog grada. Naravno, govorimo o nekadašnjem potoku, onom iz mog djetinjstva i mladosti, dok još nije bio uneređen i zagađen kao danas. Povezujući dva najpoznatija gradska sinonima i simbola zdravog življenja u ovom gradu, Sljeme i Maksimir, potok mog djetinjstva, onako čist i plavičast, lijesko se u svom pitomom podsljemenskom krajobrazu, noseći sa sobom grgeče i pastrve, ispirući bose noge seoskim praljama i vrtlarima s usputnih vrtova i, naravno, gole guze nas razigrane bukovačke dječurlije, željne igre s vodom i na vodi, prvih plivačkih iskustava. Nekad se na Bliznecu zbija moglo i plivati, jer bi vlasnici okolnih vrtova ispred svojih vrtova zagrađivali potok, skrećući vodu na svoje gradice s paradajzom, paprikom i krastavcima, a svaka takva kamena ograda predstavljala bi bajer.

S potokom Bliznec rastajali bismo se u Maksimiru i skretali prema gradu, i to pješice ili tramvajem broj »1« koji je ispred ulaza u Maksimir imao svoje okretište. S nama, đacima, svakog jutra u grad su odlazili i zaposlenici, koji su se žurili u svoje urede, obrtničke radionice i tvorničke hale, a pridruživale bi nam se i naše susjede i rođakinje s culima ili košarama svježih zdravih plodina sa svojih vrtova i obvezatno s kondukerima zapodijevale prepirke hoće li za svoju prtljagu platiti ili ne. One su uvijek imale »malo«, a kondukeri bi uvijek tvrdili da imaju »puno«. A pravo stanje stvari najbolje će se vidjeti kasnije na klupama tržnice na Kvaternikovu trgu, koje su stariji ljudi još zvali starim imenom Međašnji plac.

Kvatric je do dana današnjeg ostao moj najdraži predio grada, središte i sinonim mojeg načina gradskog načina života, sa svim njegovim manama i vrlinama. ■

3

REVIJA ZA PROMOCIJU ZDRAVOG ŽIVOTA



Nakladnik: Grad Zagreb; Adresa uredništva: Trg Stjepana Radića 1, 10000 Zagreb;
Tel: 01 / 610 1241; Fax: 01 / 610 15 02; e-mail: zdravstvo@zagreb.hr; www.zagreb.hr

Glavni urednik: Tihomir Majić

Izvršni urednik: Nenad Goll

Uredništvo: Željka Barić, Romana Galić, Sonja Jasić, Nenad Lamer, Sanja Ožić

Revija ZAGREB ZDRAVI GRAD izlazi dvomjesečno i dijeli se besplatno

Naklada: 250.000 Tisak: Vjesnik d. d. Priprema: Priprema tiskovne forme, Grafička redakcija,

Vjesnik d.d. Objavljeni članci autorski su radovi i nužno ne odražavaju službena stajališta

Gradskog poglavarstva

Grada Zagreba

»Maraton nade« na Jarunu

Pod pokroviteljstvom zagrebačke gradonačelnice Vlaste Pavić, Kanadsko veleposlanstvo je u suradnji s Hrvatskom ligom protiv raka organiziralo sredinom rujna na Jarunu tradicionalnu svjetsku humanitarnu akciju pod nazivom »Maraton nade«. Nije riječ o natjecanju nego o svojevrsnom okupljanju, tijekom kojeg sudionici prelaze šest kilometara dugu stazu hodajući, trčeći, u vožnji rolama ili biciklom. Takve se »utrke« tradicionalno održavaju jedanput godišnje u mjesecu rujnu u Kanadi i u preko 67 zemalja diljem svijeta, s ciljem prikupljanja što više sredstava za borbu protiv raka.

Ova je utrka poznata i kao »Terry Fox run«, a nazvana je imenom 18-godišnjaka koji je zbog raka izgubio nogu, ali nastavio trčati po Kanadi prikupljajući tako sredstva za borbu protiv te opake bolesti, koju je nažalost izgubio u 22. godini.

Za donaciju od 50 kuna sudionici »Maratona nade« na Jarunu dobili su majicu s likom hrabrog kanadskog mladića, a kanadske palačinke s javorovim sirupom mogli su kušati za 10 kuna. Pekle su ih dobrovoljno domaćice i umirovljenice, kojima su pomagale prva dama Hrvatske gospođa Milka Mesić i gradonačelnica gđa Vlasta Pavić.

Nakon nastupa estradnih umjetnika, ovo humanitarno »natjecanje« otvorio je ministar zdravstva dr. Andro Vlahušić. ■



Dani scenske igre

U Domu za starije i nemoćne osobe Medveščak, od 21. do 24. listopada 2002. g. održani su treći *Dani scenske igre*, tradicionalno natjecanje dramskih skupina Domova za starije i nemoćne osobe Grada Zagreba.

Na *Danima scenske igre* sudjelovalo je 11 zagrebačkih domova koji su scenskom igrom i radom u radionicama na najbolji mogući način pokazali da kreativnost ne poznaje ni dobne, a ni bilo koje druge granice. Vrijedne ruke korisnika domova i štićenika Centra za rehabilitaciju Zagreb Orlovac, pokazivale su nastajanje slika u svili, keramičkih posuda, cvijeće od papira, vezova, makramea, tapiserija i slično.

Skeč *Pepa i Bara* Doma Sveta Ana i skeč *Penzići idu na more* Doma Medveščak podijelili su I. mjesto kao

najbolja duo drama i najbolja drama u tri čina.

Podijeljene su i druge nagrade te je tako nagradu kao najglumica dobila Štefica Aćimac iz Doma Sv. Ana, a nagradu kao najglumac Branko Davosir iz Doma Dubrava. Podijeljene su i nagrade za koreografiju, scenografiju, šarmantnost i slično, a žiri u sastavu profesionalnih glumaca: Kostadinke Velkovske, Borisa Miholjevića, Adama Končića, Anite Matković i korisnice Paule Okrugić, bio je oduševljen izvedbama scenske igre kao i svi drugi sudionici i gledatelji.

Za *Dane scenske igre* u Domu Medveščak gostovalo je Kazalište Gavela s predstavom *Kako nastaje predstava* i Kazalište Komedija s mjuziklom *Tko pjeva zlo ne misli*. Nastupe su imali i Dramski studio slijepih i slabovidnih, Škola suvremenog plesa Ane Maletić i Škola za klasični balet, Muzička akademija, šansonjerka Višnja Korbar i pijanist Vanja Lisak, a Davor Dretić Drele i Zrinka Jeričević, korisnica Doma Centar, do suza su nasmijali publiku skečom *Tko želi biti milijunaš*.

Za sve sladokusce članice Ženskog pjevačkog zbora Medveščak upriličile su i degustaciju kolača.

Nastupi ovih umjetnika i gostiju dali su *Danima scenske igre* značaj kulturno umjetničkog događaja na razini Grada Zagreba, a cjelokupno događanje zasigurno je obogatilo društveni život starijih osoba.

Uz pozdrav i zahvalu svi sudionici su na odlasku poručili: »Vidimo se i slijedeće godine«. ■



Sastanak europske i hrvatske mreže Zdravih gradova

U Rijeci se od 25. do 28. rujna 2002. održavao sastanak Europske mreže Zdravih gradova. Sastanku je prisustvovalo oko stotinu predstavnika 46 europskih Zdravih gradova, dvadesetak predstavnika nacionalnih europskih mreža Zdravih gradova, predstavnici gradova koji apliciraju za ulazak u mrežu, te gosti i suradnici iz Svjetske zdravstvene organizacije.

Grad Zagreb se predstavio kroz publikacije, plakate, promidžbene materijale i niz intervjua obavljenih s djelatnicima Svjetske zdravstvene organizacije na teme: partnerstva za razvoj zdravlja, sudjelovanje zajednice u odlučivanju, jednakost pružanja zdravstvene zaštite, gradski plan za zdravlje, građanske inicijative i mjerenje učinkovitosti provedenih programa. Članica zagrebačkog tima Zdravog grada, dr. Diana Petan, održala je predavanje na temu »Sudjelovanje zajednice u izradi Gradskog plana za zdravlje«. Cilj prisustvovanja sastanku u Rijeci nije bio samo izmjena iskustva s drugim europskim gradovima, već i približavanje Europskoj Uniji kroz projekte koje ona provodi i njihova

primjedba i primjena u našem gradu. Kao predradnja sastanku u Rijeci, u Opatiji je od 22. do 25. rujna 2002. organiziran Poslovni sastanak Hrvatske mreže Zdravih gradova. Još jedan u nizu redovitih sastanaka u sklopu Projekta Zdravih gradova koji u našoj zemlji djeluje od 1987. godine. Grad Zagreb je od samog početka, pristupio projektu Svjetske zdravstvene organizacije i trenutno je punopravni član III. faze. Osim Zagreba, 40-tak gradova i županija povezano je u hrvatsku nacionalnu mrežu Zdravih gradova. Gradovi učlanjeni u mrežu razvili su niz programa, uključujući profile zdravlja i zdravstvene strategije, koji se bave poticanjem zdravog načina života, očuvanjem okoliša, potrebama »ranjivih skupina« i drugim projektima zasnovanim na principima i ciljevima strategija »Zdravlje za sve u 21. stoljeću« i »Lokalnog plana za 21. stoljeće«.

Na sastanku u Opatiji gostovali su i inozemni predavači iz Belfasta, Newcastla (Velika Britanija), Dublina (Irska), Horsensa (Danska) i Izraela. ■



Info stup na dodir

U Domu zdravlja Zagreb Istok, na lokaciji Ivanićgradska 38, postavljen je info stup na dodir. Info stup na dodir predstavlja suvremeno sredstvo za interaktivno provođenje zdravstvene skrbi, čiji su sadržaj, između ostalih osmišljavali vrhunski medicinski stručnjaci.

Radi se u stvari o PC računalu koje je postavljeno na postolje, s posebno prilagođenim monitorom (*touch screen tehnologija*) pomoću kojeg se dođom na ekran mogu pretraživati podaci. Info stup sadrži savjete o očuvanju zdravlja i prevenciji bolesti primjenom različitih nefarmakoloških postupaka, razne testove kontrole zdravlja i provjere rizika oboljevanja od pojedinih bolesti, informacije o proizvodima za blage i umjerene zdravstvene tegobe (dijetetski pripravci, čajevi, kozmetika, medicinski proizvodi), te daje pregled članaka iz časopisa o zdravlju. Također pojed-

nostavljuje snalaženje po Domu zdravlja i omogućava pretraživanje korisnih informacija vezanih za rad djelatnika Doma zdravlja.

Sadržaji CD-a uvijek su aktualni, jer se obnavljaju svaki mjesec. Za očekivati je da će u trenutku kada stalna veza s Internetom postane financijski održiva za Dom zdravlja, info stup postati pravi *on-line* Internet kiosk s nebrojenim mogućnostima koje se tada otvaraju.

Projekt postavljanja info stupova započeo je u ožujku ove godine i do sada ih je postavljeno 60-ak, u ljekarnama u Zagrebu, Rijeci, Poreču i Ro-



vinju. Dosadašnja iskustva su vrlo pozitivna i govore o sve većem prihvaćanju modernog vida informiranja od strane mlađih i starijih ljudi. Stoga se u skoroj budućnosti predviđa postavljanje info stupova na dodir u sve Domove zdravlja Grada Zagreba. ■

Razgovor s demografom dr. Anđelkom Akrapom o negdašnjoj, sadašnjoj i budućoj demografskoj slici Zagreba i Hrvatske

Kako pomladiti Zagreb i Hrvatsku?

Zvezdana Stančić

U posljednjem desetljeću Zagreb se povećao samo za 2.485 stanovnika, a s obzirom da je prosječna dob Zagrepčana 40 godina, stručnjaci upozoravaju kako je u Zagrebu, ali i u cijeloj Hrvatskoj, nastupilo izrazito demografsko starenje

Problemi demografskog razvoja Hrvatske izrazito su složeni i ni u kojem slučaju zasebni. Njihovo rješavanje iziskuje sagledavanje i uključivanje brojnih čimbenika, poput: gospodarskih, tehnoloških, socijalnih, političkih, ekoloških... U sveukupnu demografsku sliku Hrvatske uklapa se i grad Zagreb u kojemu, s bližom okolicom, danas živi četvrtina čitavog njenog stanovništva, s prosječnom starošću od 39,7 godina.

Oko demografske problematike vode se brojne rasprave, čuju se različita gledišta, od onih koja upućuju na upravo katastrofalnu opasnost od smanjenja broja stanovnika, do takvih koja u drastičnom padu nataliteta ne vide ništa loše, dapače smatraju kako će upravo takva situacija otvoriti vrata i nekim pozitivnim, migracijskim procesima.

O negdašnjoj, sadašnjoj, ali i budućoj demografskoj slici Zagreba i Hrvatske, uzrocima i posljedicama malobrojnosti našega pučanstva, te o nalaženju izlaza iz takvog stanja, razgovaramo s prof. dr. sci. Anđelkom Akrapom, demografom sa zagrebačkog Ekonomskog fakulteta.

Profesore Akrap, da bismo o zbiljskoj demografskoj situaciji u Hrvatskoj mogli istinski egzaktno razgovarati, molim Vas navedite našim čitateljima točne brojčane podatke o rastu njenog stanovništva od početka dvadesetoga stoljeća do danas.

• Hrvatska je u 20. st. ušla bujna i mlada s golemim biološki obnoviteljskim potencijalom, a u 21. st. je ušla u duboku demografsku starost. Naime, 1900. g. u Hrvatskoj je udio mladih (0 - 14 godina) u ukupnom stanovništvu iznosi 36,3%. Prema popisu 2001. g. taj udio iznosi svega

18%. Godine 1900. stanovništvo u Hrvatskoj je imalo u prosjeku ispod 24 godine, a danas 39,7 godina. Udio starijih od 65 godina u ukupnom stanovništvu 1900. g. bio je svega 4,6%, a 2001. g. je iznad 15%. Prema popisu iz 1900. godine imala je 3.161.456 stanovnika, 1953. godine 3.936.000 dok popis iz 2001. godine govori o 4.437.460 osoba. Međutim, moram reći, kako su i pri posljednjem popisu uključene i osobe na privremenom radu u inozemstvu koje u njemu rade duže od godinu dana. Uzimajući u obzir taj čimbenik, Hrvatska ima u zemlji 4.200.214 stanovnika.

Kada je prestao trend rasta njenoga pučanstva, odnosno koje su to bile godine u kojima se Hrvatska uopće mogla dičiti svojim visokim natalitetom?

• Trend rasta hrvatskog stanovništva postojao je sve do popisa 1991. godine. Tadašnja selo davalo je vitalnost. Međutim, krajem 19. stoljeća uslijedile su silne emigracije prema prekomorskim zemljama, pa prema podacima iz američke enciklopedije, danas u toj zemlji živi 547.000 onih koji se izjašnjavaju Hrvatima. Naravno, mi znamo kako je taj broj daleko veći, jer uzimajući u obzir sve naraštaje onih koji su tamo rođeni, on sigurno iznosi do dva milijuna.

Između 1991. i 2001. godine u Hrvatsku je doseljeno stanovništvo iz Bosne i Hercegovine (189.039), tako da danas ovdje živi 381.764 osoba rođenih u BiH. Upravo je to stanovništvo donekle kompenziralo posljedice konstantnog iseljavanja hrvatskog življa, no ti su "rezervoari" presušili i današnja nam situacija ukazuje kako od 1991.- 2001. godine imamo 60.623 više umrlih nego rođenih. To je golemi broj, izumro

nam je čitav jedan grad, primjerice, veći od Varaždina. Jasno mi je da vam iznosim vrlo pesimističku sliku, ali drugačijeg odgovora jednostavno nemam.

Ako je već sveukupna slika Hrvatske takva kakvu ste je opisali, možemo li je, iole nešto svjetliju, prepoznati u samom gradu Zagrebu? Kako je on u demografskom smislu izgledao kroz isto razdoblje i kakva je njegova demografska slika danas?

• Prema popisu iz 1857. godine (svedeno na negdašnji teritorijalni ustroj) Zagreb je imao 48.000 stanovnika. Njegov najveći relativni porast bio je između popisa iz 1921 i 1931. godine kada je u samo deset godina porastao za 53,8%. Iza Drugoga svjetskog rata najveći porast njegova stanovništva bio je između 1961 i 1971. godine, a nakon tog razdoblja Zagreb sve više gubi svoju populacijsku dinamiku i prenosi je na svoje gradove "satelite": Veliku Goricu, Samobor, Zaprešić... U odnosu na ukupan broj stanovnika Hrvatske, naravno da Zagreb predstavlja izuzetno veliki grad. Praktički, u njemu živi četvrtina cijele Hrvatske. Međutim, nemojte zaboraviti da je današnji Zagreb grad starih ljudi i da će s vremenom postati sve stariji. Još su krajem 1980. godine demografi upozoravali kako je taj grad dostigao svoj maksimum.

Što nam govori popis stanovništva iz 1991. i 2001. godine? Često puta ljudi ne razumiju u čemu je problem, površno iščitavajući tek samo broj njegovih stanovnika, ne razumiju cjelokupnu demografsku problematiku? Pitaju se, čemu takav "alarm" zbog tolikog broja starije populacije?

• Godine 1971. hrvatsko se stanovništvo rascijepilo na dvoje, pa tako



Ivana Vuković

ukupnost čini ono u zemlji kao i ono popisano na radu u inozemstvu. Zagreb je 1991. godine imao 777.826 stanovnika, međutim, u stvarnosti bilo ih je 739.000, a prema popisu iz 2001. godine, uzimajući u obzir nešto drugačiju metodologiju, broji 779.145 osoba. To je službeni broj i u njega ulazi 37.249 osoba na radu u inozemstvu, što znači kako u stvarnosti grad Zagreb ima 741.896 stanovnika. Između 1991. i 2001. godine u njega je doseljeno 67.706 stanovnika, ali isto tako veliki broj je i iselio. Od 1992. godine grad ima prekinuto prirodno smanjenje, minus 2.411 osoba. Između 1991. i 2001. godine njegov se broj stanovnika povećao za samo 2.485 osoba. S ranije opisanom dobnom strukturom i nadalje će imati prirodno smanjenje i moram reći kako je u Zagrebu nastupilo izrazito demografsko starenje.

To nam govori i službena statistika. Najveći broj živorođenih grad je imao 1980. godine (11.475). Zadnji podaci govore da je 2001. godine u Zagrebu rođeno 7.013 osoba a 8040 umrlih, što znači da je prirodno smanjenje minus 1.027. Prema popisnim podacima prosječna dob stanovnika Zagreba je 39,7 godina, što praktički znači 40 godina, a to je uistinu zabrinjavajuće jer se kritičnom razinom smatra dob od 30 godina. Uzimajući podatke prema gradskim četvrtima, dolazimo do još alarmantnije situacije, jer je u njima prosječna starost čak 44 godine. Nadalje, u Zagrebu u dobi iznad 80 godina imamo jedan čitav grad (18.270 osoba). Demografija govori jezikom brojeva, koristi egzaktno pokazatelje, stoga su naši zaključci neupitni. Kada stanovništvo dođe u pro-

sjeku do 30 godina, natalitet opada i ako se glede toga ne poduzmu odgovarajuće mjere Hrvatska može očekivati pad u pravu demografsku provalu.

Koliko u svemu opisanom vidite odgovornost hrvatske države, koliko Zagreba kao njene metropole?

• Razlozi su dosta složeni. Hrvatska se nije razvijala u prostoru, seljak je napuštao svoja ognjišta, ekonomskom i političkom prinudom, od poljoprivrede nije mogao živjeti. Pogledamo li kartu Europe, odnosno kartu njenih prometnica, vidljivo je koliko samo u tom segmentu kasnimo. Tek sada smo počeli i ponešto oko toga rješavati. U našim je uvjetima nemoguće stanovati sto, ili čak ni pedesetak kilometara udaljenosti od mjesta stanovanja do mjesta rada. Nadalje, Hrvatska nema razvijen sustav gradova, pa nam i iz tog razloga četvrtina Hrvatske živi u Zagrebu. Bez obzira što netko mislio i govorio, ali ta se problematika direktno tiče države. Nijedna država ne može očekivati da će bilo tko svoj privatni kapital ulagati u njenu temeljnu infrastrukturu. Hrvatska država mora ulagati u ceste, zdravstvo, školstvo, elektrifikaciju, njena je uloga u tom segmentu apsolutno nezamjenjiva. Ne učini li to, ostanemo li živjeti u ovakvim uvjetima, sigurno je jedno: za pedeset godina imat ćemo i milijun stanovnika manje nego što imamo danas. Štoviše, nastave li se ovakvi trendovi postoji opasnost da se do 2.050 godine broj stanovnika prepolovi.

Što je s imigracijskim procesima? Ne može li to nadomjestiti taj negativni trend?

• Uvijek slušamo priče o tome kako će migracije nadoknaditi tu prepoznatu prazninu. Međutim, zaboravljamo da migracije nose i brojne negativne posljedice. Upravo zbog njihovih poznatih negativnosti europske zemlje veliku pažnju posvećuju svojoj migracijskoj politici. Sada je iz ove naše hrvatske zbilje uopće teško i govoriti o nekakvoj nestašici radne snage, ali nemojmo zaboraviti, kad bi se Hrvatska zaista razvijala i kad ne bi bila u gospodarskoj krizi, ona bi već danas osjetila zamjetnu nestašicu radne snage. S jakim migracijama nažalost idu i jaki problemi. Hrvatska ne može očekivati kako će iz susjednih zemalja u nju stizati visoko obrazovani kadar. Takvi obrazovani, stručni ljudi odlaze u bogatije zemlje koje ih mogu daleko bolje platiti. Zato Hrvatska mora kontrolirati useljavanje kako ono ne bi došlo u raskorak s njenim državnim interesima. S jakim migracijama nažalost rastu i sigurnosni problemi, i o tome bi Hrvatska također morala i te koliko voditi računa. Te

sve činjenice, ma koliko nam se u ovom trenutku činile dalekima, vrlo brzo će se nametnuti kao i te koliko golemi problemi.

Činjenica je da se sve veći broj obitelji odlučuje na rađanje samo jednog djeteta? Kako u ovakvim uvjetima pomoći mladoj obitelji?

• Hrvatska nema nikakvu populacijsku politiku, a k tome svaka vlast "formira" nekakvu svoju, specifičnu. U cijeloj Hrvatskoj prošle je godine rođeno 43.746 djece, što je najmanji broj živorođenih otkad se vodi statistika rađanja. Poremećena je i dobno-polna struktura stanovništva, odnosno smanjio se udio mladih u ukupnoj populaciji. I županije koje sada imaju prirodni prirast uskoro će također imati prirodno smanjenje i s vremenom će ući u demografski minus. Konačno, mora se početi respektirati značaj populacijske politike, sustavno je provoditi i shvatiti kako je ona u potpunosti nadstranačka. Unutar populacijske politike važno je uključiti i stambenu, kreditnu, zdravstvenu, socijalnu, te politiku zapošljavanja. Mladima moramo pružiti perspektivu, sigurnost. Nije dobro smanjenje obiteljskih naknada, porodiljnjih bolovanja...Bez takve pomoći sve teže ćemo uspjeti zadržati našu mladež i očekivati od nje brojnije povećanje obitelji.

Jasno je kako suvremeni život nameće određene zakonitosti kojih se moderan mladi čovjek ne može odreći. Pod pretpostavkom da se u skorije vrijeme i učine značajniji pomaci, hoće li oni popuniti naša sela, opustošenu Liku, koliko u tome mogu pomoći moderne tehnologije, pa i mediji?

• Kao što sam već naglasio, naše je selo potpuno opustošeno. Mladoj obitelji moramo pružiti socio-ekonomsko ozračje koje iskri sigurnošću: vrtiće, škole, edukaciju, dostupnost informacijama. Treba je ohrabriti u donošenju njenih važnih životnih odluka, a u cilju ostvarenja tih zadaća država mora uključiti sve raspoložive resurse. Današnji svijet je svijet informacijskog sustava i samim time mediji igraju važnu ulogu. Kod nas je još uvijek snažno prisutan određeni malograđanski sindrom, stanovništvo sela hrli u gradove ne podržavajući negdašnji trend višečlane obitelji koju i sami mediji nerijetko prikazuju kao sinonim za siromaštvo. Pri tome, prečesto zaboravljaju na one brojne koje čak i s jednim djetetom žive u daleko većoj neimaštini. Važni preduvjeti za zadržavanje i naseljavanje stanovništva u široj regionalnoj cjelini je i dobra mreža regionalnih i lokalnih komunikacija s gradovima u

kojima se mogu zadovoljiti sve potrebe navedene u prethodnom odgovoru. Ne smije se nešto obećati pa onda to ne provoditi. Tada je to daleko gore nego da takvih mjera uopće i nije bilo. Nažalost, najveći je dio hrvatskog prostora bez osnovnih gospodarskih i društvenih uvjeta za zaustavljanje depopulacije, a kamoli za bilo kakvu demografsku revitalizaciju. Demografska slika zaista se ne može popraviti bez podržavanja obitelji.

Dopustite da se još jednom osvrnemo Zagrebu, ovoga puta kao sveučilišnom gradu u kojemu živi najveći dio studenata. Radite na Sveučilištu, razgovarate s mladima, kakve su njihove poruke? Uočava li naša mladež ipak neke prednosti života u svojoj Hrvatskoj?

• Najprije moram reći kako smo predugo misli kako imamo veliki broj studenata. Prema dostupnim podacima svega 35% naše mladeži, dobi između 18 do 23 godine studira. Ako se uspoređujemo sa zapadom, a to tako rado činimo, tada možemo saznati kako u Europskoj uniji taj broj dostiže čak 52%. Dakle, i u tom dijelu smo podržavali potpuno iskrivljenu sliku. Hrvatska ima svega 7% visoko obrazovanog stanovništva, što je između ostalih brojnih uzroka i rezultat posljednjih iseljavanja i to upravo stručnog kadra.

Studente najviše brine zapošljavanje. Mladi obrazovan čovjek teži tome da se što ranije osamostali. Teško ga je gledati znajući kako se nakon mukotrnih godina studiranja sprema otići. Najčešće i zauvijek. Većina mladih koji se obrazuje za inženjere odlazi. Na sreću, obrazovni sustav je prilagodljiv i s njime će biti najmanje problema.

Ono što Hrvatskoj može koristiti i što predstavlja uistinu golemu prednost, to je njen nezagađen prostor. Hrvatska ima brojna područja izrazito bogata vodom, prelijepe nacionalne parkove, zdrave šume. Čisto more. Poznati su problemi današnjice vezani uz pitku vodu. Iz tih razloga potrebno se orijentirati na one tehnologije pri kojima dominira prednost zdravoga okoliša, educirati mladost za te resurse, zadržati je.

8 Dakle, perspektiva nije beznačajna, ali ne možemo uljepšavati stvarne činjenice. Demografski procesi su se u Hrvatskoj predugo odvijali spontano. Sve zemlje u svijetu imaju svoju populacijsku politiku, troše na nju ogromna sredstva, dok se kod nas ona jednostavno ne provodi. Dok to ne shvatimo, dok to ne uđe u našu svijest i ne bude sveobuhvatno prihvaćeno, situacija po Hrvatsku može biti samo još daleko poraznija. ■

■ branitelji

Prava hrvatskih branitelja

Hrvatski branitelji i članovi njihovih obitelji ostvaruju prava sukladno Zakonu o pravima hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata i članova njihovih obitelji. Zakon je stupio na snagu 7. studenoga 2001. godine, a objavljen je u »Narodnim novinama« br. 94/01. Tim Zakonom uređena su prava hrvatskih branitelja Domovinskog rata i članova njihovih obitelji, na način da se propisanim pravima osigurava posebna zaštita članova obitelji poginuloga, zatočenoga ili nestaloga hrvatskog branitelja, članova obitelji umrlih hrvatskih ratnih vojnih invalida iz Domovinskog rata od I.– IV. skupine hrvatskih ratnih vojnih invalida iz Domovinskog rata, hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata i članova njihovih obitelji, te uvjeti i postupak za ostvarivanje tih prava.

Navedena se prava iz Zakona dijele s obzirom na definirane skupine korisnika, i to na:

Prava članova obitelji poginuloga hrvatskog branitelja iz Domovinskog rata

• obiteljska invalidnina, povećana i uvećana obiteljska invalidnina, obiteljska mirovina, prednost pri zapošljavanju, prvenstveno pravo na zakup poslovnog prostora, novčana naknada za vrijeme nezaposlenosti, carinske i porezne olakšice i druga prava utvrđena Zakonom.

Prava hrvatskih ratnih vojnih invalida iz Domovinskog rata

• osobna invalidnina, doplatak za njegu i pomoć druge osobe, ortopedski doplatak, posebni doplatak, usluge osobe za pružanje njege i pomoći, medicinska tj. fizikalna rehabilitacija, profesionalna rehabilitacija, prilagodba prilaza do zgrade, troškovi pogreba uz odavanje vojne počasti, novčana naknada za vrijeme nezaposlenosti, prednost pri zapošljavanju, prvenstveno pravo na zakup poslovnih prostora i druga prava utvrđena Zakonom.

Prava hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata

• ocjena radne sposobnosti, staž u dvostrukom trajanju, prava iz zdravstvene zaštite, prednost pri zapoš-

Za ostvarivanje svojih prava i detaljne informacije o uvjetima za ostvarivanje prava kao i podnošenje zahtjeva za njihovo ostvarivanje zainteresirani se mogu obratiti nadležnim tijelima državne uprave prema mjestu prebivališta.

Za Grad Zagreb na adresi Odjela za branitelje i udruge branitelja iz Domovinskog rata Gradskog ureda za zdravstvo, rad i socijalnu skrb: Trg Francuske Republike 15., kao i Ministarstvu hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata na adresi: Park Stara Trešnjevka 4, Zagreb.

ljavanju, prvenstveno pravo na zakup poslovnog prostora i druga prava utvrđena Zakonom.

Od ostalih prava koja se navode u citiranom Zakonu ističemo: pravo na novčanu naknadu članovima obitelji nestaloga i zatočenog hrvatskog branitelja iz Domovinskog rata, pravo na obiteljsku invalidninu iza smrti HRVI iz Domovinskog rata, te pravo na posebnu skrb za HRVI iz Domovinskog rata koji su oboljeli od bolesti PTSP. Od stupanja na snagu tog Zakona objavljene su dvije izmjene, i to:

• Zakonom o dopuni Zakona o pravima hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata i članova njihovih obitelji od 11. listopada 2002. gdje se članku 148. dodaje stavak 2., kojim se propisuje da se prestaju primjenjivati odredbe članka 39. Zakona o pravima hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata i članova njihovih obitelji (NN, br. 108/96. i 23/01.) o naknadnoj naplati carine i poreza na promet za osobne automobile, koje su hrvatski branitelji i drugi korisnici carinske i porezne povlastice uvezli bez plaćanja carine i poreza.

• Druga se izmjena odnosi na objavu Zakona o izmjeni Zakona o pravima hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata i članova njihovih obitelji od 11. listopada 2002.

Naime, po navedenoj izmjeni brisani su stavci koji su se odnosili na alternativno pravo korištenja jednog od navedenih prava: doplatak na njegu i pomoć druge osobe, te pravo na njegovatelja za 100% HRVI I. skupine. Izmjenama svi HRVI I. skupine imaju pravo na doplatak za njegu i pomoć i istovremeno pravo na njegovatelja za pružanje njege i pomoći. Također je izmjenama omogućena prodaja i drugi pravni poslovi u svezi osobnog automobila prije isteka roka od 5 godina bez naknadnog plaćanja carine i poreza na promet na osobne automobile koji su korišteni kao carinske i porezne olakšice. ■

Hrabri telefon za sretnije djetinjstvo

Ana Karlović



Istraživanja nažalost ukazuju kako su batine još uvijek uobičajena metoda odgoja djece, kao i to da su mnoge djevojčice i dječaci doživjeli neki oblik seksualnog zlostavljanja. Njima će pružiti pomoć Hrabri telefon – telefon za zlostavljani i zanemarenu djecu, koji je za svoju hrabrost nagrađen i prigodnom markicom Hrvatske pošte.

Utorak 15. listopada 2002. u *Dječjoj kući Borovje* (na adresi Bože i Nikole Bionde 32 u naselju Borovje) okupila su se djeca iz lokalne zajednice (OŠ Lovro pl. Matačić), djeca iz Centra za kreativni rad (popularni «Sineki»), predstavnici Hrvatske pošte, Gradskog poglavarstva (Ureda za zdravstvo, rad i socijalnu skrb) te volonterke Hrabrog telefona – telefona za zlostavljani i zanemarenu djecu. Povod je bilo izdavanje prigodne poštanske markice Hrabrog telefona – telefona za zlostavljani i zanemarenu djecu.

Hrabri telefon započeo je s radom u listopadu 1997. godine u okviru Psihotrauma centra Klinike za dječje bolesti Zagreb. Osnovni cilj Hrabrog telefona je zaštita djece od zlostavljanja i zanemarivanja, pružanje pomoći zlostavljanoj i zanemarenoj djeci i njihovim obiteljima te senzibiliziranje javnosti i stručnjaka za ovu problematiku.

Budući da je zlostavljanje problem o kojem žrtve teško progovaraju, telefonska savjetodavna služba (01 4826 051, svakim radnim danom od 9 do 18h) predstavlja dobro zaštićen anonimni medij putem kojeg je i samim žrtvama, naročito djeci, lakše tražiti profesionalnu pomoć i mjerodavne informacije.

Zlostavljanje predstavlja izuzetno veliku traumu za dijete te ostavlja trajne negativne posljedice na fizički, psihički i socijalni razvoj djeteta. Usprkos šutnji kojom je obavljen problem zlostavljanja, najnovija istraživanja Hrabrog telefona ukazuju na to kako su batine još uvijek uobičajena metoda odgoja djece te da su svaka četvrta djevojčica i svaki šesti dječak

doživjeli neki oblik seksualnog zlostavljanja.

Jedan aspekt aktivnosti Hrabrog telefona od samog je početka usmjeren na *podizanje javne svijesti* o problemu zlostavljanja te na *edukaciju stručnjaka koji rade s djecom* (to se prije svega odnosi na nastavnike u školama, odgajatelje, psihologe, liječnike, stručnjake iz centara za socijalnu skrb, suce, državne odvjetnike i policajce). Kroz informiranje javnosti i edukaciju stručnjaka i široke populacije povećava se osjetljivost za problem zlostavljanja i zanemarivanja što, za uzvrat, vodi do povećanog broja ranih razotkrivanja, s ciljem bržeg uključivanja u terapijski tretman i efikasnije prevencije.

U rujnu prošle godine Gradsko poglavarstvo Grada Zagreba dodijelilo je Hrabrom telefonu na korištenje prostor u Borovju te je tako omogućeno širenje aktivnosti udruge. U ovom prostoru – *Dječjoj kući Borovje* - pokrenute su kreativne radionice i pomoć u učenju za djecu iz lokalne zajednice te grupni rad s djecom u tretmanu centara socijalne skrbi, sve s ciljem prevencije neprihvatljivog ponašanja djece i mladih te razvoja socijalnih i komunikacijskih vještina, kao i vještina uspješnijeg učenja. Trenutno se tjedno održava desetak grupnih radionica što ih vode iskusne i educirane volonterke, pa pozivamo zainteresiranu djecu i roditelje da se



jave na broj 01 6112 758, svakim radnim radnom od 17h do 20h i saznaju više o tome kako se mogu uključiti u radionice.

Izdavanje poštanske marke Hrabrog telefona je bitan korak u procesu podizanja javne svijesti. Ovim činom priznaje se postojanje problema zlostavljanja i zanemarivanja u našem društvu. Također, broj Hrabrog telefona postaje dostupniji djeci, njihovim obiteljima i skrbnicima te stručnjacima koji rade s djecom.

Hrvatska pošta iskazala je ovim činom izniman senzibilitet za problem zlostavljanja i zanemarivanja djece, a promociji markice pridružila se gđa Stela Prisljan Fujs, voditeljica odjela za odnose s javnošću, te je nazočnima izložila svrhu izdavanja prigodnih markica općenito, naglasivši zadovoljstvo Hrvatske pošte zbog izdavanja ove markice, jedne od rijetkih namijenjenih zaštiti dječjih prava. ■

Roditelji u akciji

Vedrana Valčić

Udruga RODA (Roditelji u akciji) zauzima se za dostojanstvenu trudnoću, roditeljstvo i djetinjstvo. Promicanje dojenja također je jedan od njenih prioriteta ciljeva.

Udruga RODA osnovana je u rujnu 2001. godine s ciljem zaštite i promicanja prava trudnica, roditelja i roditelja poboljšanjem sustava roditeljskih dopusta i roditeljskih naknada, poboljšanja uvjeta u rodilištima, edukacije i suradnje u edukaciji trudnica, dojilja i roditelja te postizanja optimalnih uvjeta za boravak djece u predškolskim ustanovama i bolnicama. Cilj udruge je i promicanje dojenja, s obzirom da ono ima blagotvoran utjecaj na zdravlje djeteta i majke. Udruga je u suradnji s Državnim zavodom za obitelj, materinstvo i mladež krajem 2001. godine izdala brošuru *Što budući roditelji trebaju znati* koja se dijeli u ginekološkim ordinacijama širom Hrvatske, a može se dobiti i u udruzi. U brošuri se govori o pregledima, bolovanju, vježbanju u trudnoći itd. Osim toga, u brošuri je značajan dio posvećen dojenju.

Još u trudnoći tijelo majke počinje se pripremati za ono što bi prirodno trebalo uslijediti nakon poroda: za dojenje. Preporuka je pedijataru da se djeca do navršenog šestog mjeseca života isključivo doje, bez dodavanja druge hrane i tekućine. Dojenjem bi trebalo nastaviti uz dohranu i nakon šestog mjeseca, barem do djetetove prve godine pa ako je moguće i dalje, sve dok dijete i majka to žele. Majčino je mlijeko po svom sastavu kvalitetnije od bilo kojeg adaptiranog mlijeka na tržištu. Između dvije stotine danas poznatih sastojaka, u majčinom se mlijeku nalaze i razne žive stanice, enzimi, hormoni, antitijela, koje je kemijski apsolutno nemoguće kopirati. Djeca koja su isključivo dojena četiri do šest mjeseci, imaju 50% manje izgleda da dobiju in-



fekciju uha. Dojenjem se smanjuje rizik nastanka alergija na hranu, dišnih alergija i alergijskih stanja kože. Majčino mlijeko usporava širenje i rast crijevnih bakterija, te pojačava otpor dišnim infekcijama i rastu bakterija u plućima, ustima i nosu. Prema novim istraživanjima, dojenjem žena može značajno utjecati i na smanjenje rizika obolijevanja od raka dojke.

Iako je dojenje prirodno, valja naučiti uspješno dojiti. Majka treba dati sebi i djetetu za to vremena, najmanje četiri do šest tjedana nakon poroda. Ako se, posebno u počecima, pojave problemi, znajte da su oni česti, kratkotrajni i prolazni te da vam u većini slučajeva treba samo razgovor s kvalificiranom osobom, prava informacija i podrška, osobito obitelji.

Informiranje i edukacija o dojenju još u trudnoći najbolja su priprema za kasnije uspješno dojenje. Stoga, odlučite li dojiti svoje dijete, savjete potražite kod svoga ginekologa, medicinske i patronažne sestre, u Hrvatskoj udruzi grupa za potporu dojenja pri Klinici za dječje bolesti Zagreb, Klaićeva 16 (tel. 01/ 4600 155; www.breast-feeding.hr), Klubu trudnica Opće bolnice Sveti Duh (tel. 01/ 3745 526; 091/5147500; www.klubtrudnica.net) ili u našoj udruzi (www.roda.hr ili roditeljirode@net.hr).

S obzirom da se udruga RODA zauzima za dostojanstvenu trudnoću, roditeljstvo i djetinjstvo u Hrvatskoj, pokrenula je niz projekata:

- kontaktiraju se rodilišta diljem Hrvatske radi poboljšanja uvjeta rađanja i boravka u njima;
- organizirana je humanitarna akcija »RODA za rodilišta«, prihod koje je namijenjen pomoći rodilištima u

obliku donacija; akciju planiramo ponoviti u studenom ove godine

- izradili smo primjedbe na prijedlog kliničkih smjernica za vođenje trudnoće i porođaja, koje su izrađene u Ministarstvu zdravstva, kako bi se približili zapadnim standardima;
 - u izradi je brošura namijenjena roditeljima nedonešene djece;
 - 24 sata na dan otvoreni smo za davanje savjeta o dojenju putem e-maila, foruma na internetu i telefona, a uskoro otvaramo i posebnu telefonsku liniju za dojenje, na kojoj će naše osposobljene volonterke odgovarati na pitanja vezana uz dojenje;
 - 28. rujna 2002. u Zagrebu, Splitu, Puli, Pakracu i Čakovcu organizirali smo potpisivanje peticije pod nazivom »Moj porod - moje tijelo - moj izbor«, čiji je cilj omogućiti roditeljima veća prava izbora na porođaju (pravo na prisutnost bliske osobe, ukidanje rutinske primjene klistira i brijanja) te izrada Smjernica za vođenje normalnog poroda prema preporukama Svjetske zdravstvene organizacije;
 - izradit ćemo božićne čestitke i ukrase, a prihod od prodaje darovati u humanitarne svrhe;
 - izrađuje se i novi web portal udruge, na kojem bismo pružali sveobuhvatne informacije i savjete trudnicama i roditeljima;
 - u povodu blagdana Svetoga Nikole dijelit ćemo šibe ministrima u Vladi - to je akcija kojom još jednom žele podsjetiti na problem roditeljskih naknada uoči utvrđivanja proračuna za 2003. godinu;
 - vršimo stalni pritisak na Vladu i Sabor kako bi se roditeljske naknade vratile na razinu iz 2000. godine ili povećale te ostvarili preduvjeti za povratak majki na posao nakon što dijete navrší šest mjeseci;
- Udrugu RODA može se kontaktirati na 091/5863717 roditeljirode@net.hr ili na www.roda.hr te se pridružiti našim akcijama. ■

Različiti po sposobnostima – jednaki po pravima

Vesna Muraja

Živimo u velikome gradu gdje je sve više djece, mladeži i odraslih osoba s umjerenom ili težom retardacijom. Pomoć u nevolji pruža im Centar za rehabilitaciju »Zagreb«, ustanova s dugom tradicijom i brojnim programima.

Centar za rehabilitaciju »Zagreb« ustanova je u nadležnosti Ministarstva rada i socijalne skrbi, osnovana još 1947. godine. Djelatnost Centra je svestrana rehabilitacija djece, mladeži i odraslih osoba s umjerenom i težom mentalnom retardacijom, a ostvaruje se provedbom ovih programa:

- program njege i zdravstvene zaštite,
- program predškolskog odgoja i obrazovanja,
- program osnovnoškolskog odgoja i obrazovanja,
- program rada u obitelji, savjetovalište za roditelje,
- program radne i socijalne rehabilitacije,
- program socijalnog rada,
- program kulturnih i javnih djelatnosti.

Prema dobi korisnika radimo na više lokacija u Gradu Zagrebu i to:

podružnica Sloboština provodi predškolski i dio školskog programa za ovu djecu do njihove 12-te godine života;

podružnica Paunovac provodi osnovnoškolski program do 21 godine života, kako je zakonom određeno za djecu s umjerenom i težom mentalnom retardacijom;

podružnica Orlovac ima program radne i socijalne rehabilitacije za odrasle korisnike od njihove 21 godine pa do kraja života; **za odrasle osobe** s umjerenom i težom mentalnom retardacijom, na području grada je i osam radionica na različitim lokacijama gdje korisnici dolaze od kuće u dnevne programe i



Davor Eterović

Premijer Ivica Račan i gradonačelnica Vlasta Pavić simbolično su označili početak radova na dogradnji Centra za smještaj osoba s posebnim potrebama u Sloboštini

borave do 14 ili 17 sati (Ilica 16, Ilica 83, Ilica 223, Susjedgrad, Novi Zagreb, Dubrava, Zaprešić i Orlovac). Program ostvaruje 197 djelatnika zaposlenih u pedagoškoj, socijalnoj, zdravstvenoj, tehničkoj i administrativnoj službi. Živimo u velikome gradu gdje je trenutna situacija takva da je sve veći broj osoba s težom i teškom mentalnom retardacijom kojima je potrebna pomoć kroz sve gore navedene usluge. Kako bismo mogli kvalitetno zadovoljiti korisnike, gradimo novi mali dom! Sredstva za izgradnju osiguralo je Ministarstvo rada i socijalne skrbi i Poglavarstvo grada Zagreba.

Dana 2. listopada 2002. u koncertnoj dvorani »Vatroslav Lisinski« organiziran je humanitarni koncert pod nazivom »Krug ljubavi«, s ciljem prikupljanja sredstva za nabavku pomagala i opremanje prostora za provođenje raznih terapija primjerenih odraslim osobama s težom i teškom mentalnom retardacijom za koje se grade novi smještajni prostori u Centru za rehabilitaciju »Zagreb«. Na koncertu je nastupio niz estradnih umjetnika koji su na taj način dali svoj doprinos ovoj hvale vrijednoj humanitarnoj akciji. Vjerujemo da će izgradnja novih smještajnih kapaciteta za područje Grada Zagreba pokriti potrebe svih kategorija korisnika, uz stalno praćenje i prema potrebama proširivanje radionica kako bi naši korisnici što duže ostajali u svojim obiteljima. ■



Edukacijom protiv raka dojke

Sonja Babić

Zahvaljujući velikogoričkoj udruzi Edukacijom protiv raka dojke, više od tisuću žena s područja Velike Gorice i Dugog Sela prošlo je program osposobljavanja kako bi same mogle otkriti benigne ili maligne promjene na grudima

Udruga Edukacijom protiv raka dojke Zagrebačke županije registrirana je 22. svibnja 2001. i upisana u registar udruga Županije. Udruga je ne-profitna i nestranačka organizacija i u njoj rade isključivo volonteri. Trenutno okuplja više od 400 članova s područja cijele Županije.

Članica je Foruma Europa Donna, Lige protiv raka Hrvatske, Hrvatskog senološkog društva te Hrvatskog crvenog križa.

Zadatak je udruge osposobljavanje žena za samopregled dojki kao preventivne metode ranog otkrivanja benignih i malignih promjena na dojkama, što je preduvjet pravovremenog liječenja. Kao pomagalo u edukaciji koristi se lutka - model poprsja s ugrađenim imitacijama promjena na koži, prsnim bradavicama i limfnim čvorovima, a poduku provodi obučeni tim volontera.

Udruga je nastala kao gradska udruga u Velikoj Gorici te je tijekom svoga djelovanja prerasla okvire grada i sada djeluje kao županijska udruga. Dosad je program edukacije prošao više od tisuću žena s područja Velike Gorice i okolice te Dugog Sela. U pripremi su tečajevi za šire područje Dugog Sela, Samobora, Jastrebarskog, Zaprešića i Zeline, a do kraja ove godine namjeravamo održati tečaj i u preostalim gradovima u Županiji. Svi tečajevi su besplatni, a neobično su dobro primljeni od žena kako u gradu tako i po selima. Uz edukaciju dijele se i edukacijski materijali kojima se upućuju žene na redovite preglede dojki kao i na ginekološke preglede.

Za rano otkrivanje promjena na dojkama, osim edukacije o samopregledu neophodno je i mamografsko snimanje žena. Kako je problem ranog otkrivanja raka dojke više naglašen u ruralnom dijelu Županije, iz razloga što žene iz tih područja rjeđe posjećuju liječnike a naročito specijaliste, udruga je u suradnji sa Hrvatskim senološkim društvom organizirala dolazak mobilnog mamografa na područje Velike Mlake, Lomnice, Buševca i drugih mjesta u okolici Velike Gorice. Tom je prigodom pregledano 200 žena, a troškove najma mobilnog mamografa u iznosu od 10.000,00 kuna pokrila je udruga iz sredstava donacija. Udruga planira ponoviti snimanje žena na drugom području Županije, a da bi to mogla ostvariti opet joj je potrebno



10.000,00 kuna za troškove najma mobilnog mamografa.

Zagrebačka županija je rad udruge u 2002. godini financijski pomogla s 10.000,00 kuna. To međutim nije dostatno za ostvarenje planiranog programa u 2002. godini, pa je udruga uputila zahtjev za dodatno sufinanciranje rada. S obzirom na naše predviđene aktivnosti, očekujemo da će Zagrebačka županija nakon rebalansa proračuna za 2002. godinu iznaći financijska sredstva za dotaciju udruge, kako bi se humani program edukacije i mamografskog snimanja žena nastavio.

Provodeći javno nadmetanje za nabavku medicinske opreme za sve Domete zdravlja na svom području, Zagrebačka je županija uspjela "uštedjeti" određeni iznos novčanih sredstava koji za tu namjenu dobiva od Ministarstva zdravstva. Uvidjevši potrebu nabavke mobilnog mamografa i njegove prednosti u odnosu na statički, Županija je odlučila nabaviti mobilni mamograf. Valja napomenuti da u Domovima zdravlja u Županiji nema nijednog mamografa, a trenutno se čeka isporuka mamografa za Dom zdravlja u Samoboru, koji je nabavljen uz veliku pomoć grada Samobora, te za Dom zdravlja u Velikoj Gorici koji je nabavljen javnim nadmetanjem što ga je provela Županija.

U Zagrebačkoj županiji živi preko 310.000 stanovnika, a više od polovine tog broja su žene. Nabavkom mobilnog

mamografa njihov bi zdravstveni standard znatno porastao. I broj pregledanih žena bio bi svakako znatno veći nego dosad, a time bi rano otkrivanje raka dojke i samo liječenje bilo znatno učinkovitije.

Mobilni mamograf koristio bi se na području gradova u Županiji i općina koje gravitiraju pojedinim gradovima šest tjedana godišnje (osam gradova), te bi dolazio na određeno područje nakon što udruga obavi edukaciju. Time bi se postigli znatni rezultati u ranom otkrivanju promjena na dojkama, a samim tim i liječenje u ranijoj fazi bolesti dalo bi veće učinke. ■

Kako je problem rada svake udruge novac, udruga Edukacijom protiv raka dojke Zagrebačke županije poziva sve ljude dobre volje, sve tvrtke i ustanove iz Županije da svojim novčanim priložima pomognu radu udruge. Prilozi se mogu uplatiti na račun udruge Edukacijom protiv raka dojke Zagrebačke županije broj 2360000-11011434714, a sve obavijesti o radu udruge kao i dogovor za edukaciju može se dobiti na adresi udruge: Velika Gorica, Vinkovačka 2, telefon 62 23 439.

Svaki Vaš novčani prilog bit će utrošen za edukaciju ili preventivno snimanje, kako bi se zloćudna bolest raka dojke što ranije otkrila a bolesnice uputile na daljnje liječenje – sve s ciljem očuvanja zdravlja žena.

Bicikl – vozilo urbane sadašnjosti

Stipan Matoš i Alen Ordulj

U Zagrebu su učinjeni prvi koraci za uvođenje bicikla u javni promet, a Gradsko poglavarstvo i dalje će poticati korištenje bicikla kao alternativnog prijevoznog sredstva koje poboljšava zdravlje i znatno pridonosi očuvanju okoliša i energije

U okviru prostorno-prometnog planiranja i zaštite okoliša uvijek je bio vrlo važan problem kretanja ljudi i roba. Taj je problem zadnjih godina posebno dramatičan, zbog vrlo teških posljedica za kvalitetu života, ne samo u gradskim područjima nego i na velikim dijelovima ostalog teritorija zemlje. Problem se očituje u onečišćenju zraka, povećanoj buci, oštećenju kulturne baštine i drugog. Zbog takve situacije potrebno je krajnjom hitnošću poduzeti izvanredne mjere da bi se djelotvorno spriječio daljnje povećanje motoriziranog cestovnog prijevoza ljudi i roba i potaknulo razne oblike alternativnog prometa.

Jedno od alternativnih prijevoznih sredstava u gradovima, koje nažalost ima sekundarnu ulogu, jeste bicikl. Danas se koristi uglavnom u rekreativne i turističke svrhe, ali u okviru nove, drugačije organizacije prometa, znatnije korištenje bicikla moglo bi dovesti do osjetnog poboljšanja stanja okoliša. Preduvjet za to je uvrštavanje realizacije koncepta biciklističkog prometa u prioritetne zadatke Gradskog poglavarstva.

Biciklizam u Zagrebu ima dugu tradiciju, a njegovi počeci javljaju se oko 1885. godine, kada je osnovan i prvi biciklistički klub. U to je vrijeme bicikl bio dostupan samo bogatijim građanima, ali je s vremenom postao osnovno pučko prijevozno sredstvo. Još oko 1960. godine na biciklistički je promet otpadalo 45% ukupnog prometa na području Grada Zagreba, dok je na prilaznim pravcima gradu taj postotak varirao od 18% do 74%. Nakon šezdesetih godina, naglim porastom motorizacije biciklistički je promet gotovo iščezao s prometnica grada. I zakonski propisi gradske uprave pridonosili su slabijem kori-

štenju bicikla, zbog zabrane dolaska u središte grada. Naredbom o mjerama za reguliranje prometa u središnjem dijelu Grada Zagreba, donijetom 1987. godine, zabranjen je promet biciklima radi sigurnosti prometa. Naredba se odnosila na središnje područje Grada omeđeno Kvatrenikovim trgom i Heinzelovom ulicom na istoku, Zvonimirovom, Branimirovom i Savskom do Vukovarske na jugu te Trešnjevčkim trgom na zapadu. Prema sjeveru granica je bila Ilica, Mesnička i preko Gornjeg grada do Gupčeve zvijezde. Ta je naredba ukinuta 1995. godine kada se u Gradskom poglavarstvu ponovno počinje intenzivnije razmišljati o mjerama za povećano korištenje bicikla.

Bicikli kao način prijevoza danas se u Zagrebu malo koriste. Prema anketiranju domaćinstava 1999. godine, samo se 0,7% putovanja obavlja biciklom. Istodobno, 51% domaćinstava naznačilo je da posjeduju barem jedan bicikl, pa stoga postoji potencijal za veće korištenje bicikla kao prijevoznog sredstva. Glavni razlog nedovoljnog korištenja je nedostatak objekata za bicikliste u gradu, pogotovo biciklističkih staza, odlagališta za bicikle, postojanje arhitektonskih ba-

rijera ali i pomanjkanje navika za korištenje bicikla proizišlog iz tradicije i navedenih ograničavajućih čimbenika.

U Gradu Zagrebu su u pogledu uvođenja biciklizma učinjeni prvi koraci. Na mnogim mjestima u gradu gdje je za to postojala mogućnost iscrtnane su biciklističke staze, postavljena potrebna horizontalna i vertikalna signalizacija, uređena odlagališta za bicikle na ulazima u pješačku zonu i na ostalim mjestima gdje se očekuje veći broj biciklista, pri svakoj rekonstrukciji ili gradnji novih raskrižja ili prometnica vodi se računa o biciklističkom prometu te se izvode spuštene rubnjaci s rampama radi lakšeg kretanja biciklista.

S očekivanim povećanjem prometne gužve, koja se očekuje u budućnosti u Gradu Zagrebu, veći broj putnika koristiti će alternativna prijevozna sredstva. Korištenje bicikla će biti potaknuto od strane Gradskog poglavarstva kao sredstva smanjenja ovisnosti o privatnom automobilu i istodobno promoviranje prijevoznog sredstva koje poboljšava zdravlje i kondiciju sa snažnim karakteristikama očuvanja okoliša i energije. Broj stanovnika koji će koristiti bicikl biti će u uskoj



vezi sa sigurnim i pogodnim biciklističkim stazama. Europska iskustva pokazuju da odvajanje biciklista i ostalih korisnika cesta minimaliziraju potencijalne nezgode i povećavaju privlačnost biciklizma.

Korištenje bicikla imati će značajnu ulogu u ukupnoj prometnoj strukturi grada, a za to će se provesti niz mjera. Prva mjera je da mreža biciklističkih staza bude namijenjena za putovanje na posao ili u neku od obrazovnih ustanova, školu, fakultet... Istodobno, prednost će se dati relativno jeftinijim

Biciklizam u Zagrebu ima dugu tradiciju, a njegovi počeci javljaju se oko 1885. godine kada je osnovan i prvi biciklistički klub

mjerama koje će iskoristiti postojeću infrastrukturu s manjim izmjenama.

Na većini glavnih pravaca prema središtu i kroz središte grada postoje široki nogostupi koje jednostavno mogu dijeliti pješaci i biciklisti. Međutim, u mnogo slučajeva, dio nogostupa sada koriste nedopušteno parkirani automobili, pa će sa uvođenjem biciklističkih staza biti potrebno pojačano provođenje kontrole parkiranja da se parkirana vozila uklone s nogostupa. Istodobno, osigurat će se i druge mjere da se omogućiti sigurno korištenje biciklističkih staza:

- smanjenje visine rubnjaka na svakom raskrižju na 3 cm da se omogućiti pristup biciklistima;
- popravak površine nogostupa da bude pogodna za korištenje biciklistima;
- znakovi na pravilnim razmacima duž nogostupa, da podsjetite i pješake i bicikliste da ga zajednički koriste;
- znakove koji bi pokazivali pravce za određena odredišta;
- jasne oznake duž nogostupa, simbol bicikla na pravilnim intervalima ili neprekidne obojene površine da se naglasi da je ta površina namijenjena za korištenje bicikla;
- dobro osvijetljenje;
- redovito održavanje i čišćenje nogostupa i biciklističkih staza;
- sve prepreke na biciklističkoj stazi biti će jasno označene oznakama na površini nogostupa.

Za postojeće nogostupe i raskrižja, gore opisane mjere će se uvesti kao dio posebnih mjera, a gdje se izgrađuju nove dionice ili raskrižja, ove mjere će se uključiti u početno planiranje.

Osiguranje mreže biciklističkih staza, samo po sebi, neće osigurati dovoljnu razinu korištenja bicikla, te će se pro-

vesti i druge mjere paralelno s uvođenjem biciklističkih staza:

- dobre objekte za spremanje bicikla u stambenim blokovima, na radnim mjestima, ustanovama kao što su sveučilište, fakulteti, škole, željezničke stanice, tramvajski terminali i sl.
- reklamiranje koristi od korištenja bicikla s informacijama o lokaciji biciklističkih staza;
- obrazovanje, posebno u školama, o sigurnom korištenju bicikla u prometnim gradskim područjima, uključujući korištenje biciklističkih kaciga;

- priprema letaka koji bi ukazivali na biciklističke pravce koji se preporučuju za dolazak do ključnih loka-

cija;

- provođenje programa registracije bicikla da se smanji razina krađe;
- organizacija posebnih događaja, biciklom do radnog mjesta i dr.

Grad Zagreb za smanjenje onečišćenja okoliša poduzima i poduzimat će u budućnosti sve mjere u okvirima svojih mogućnosti za promoviranje zdravog načina života i zaštite okoliša: korištenje bicikla, pješačenje, davanje prednosti korištenju vozila javnog gradskog prijevoza, izvođenje zahvata na cestovnoj mreži kako bi se manje vremena čekalo na križanjima, poboljšanje protoka vozila te izbjegavanje prometa teretnih vozila u središtu grada.

Povećanjem životnog standarda, mogućnošću lakše nabave osobnih vozila na kredit te kulturom življenja koja u našim prostorima nalaže posjedovanje barem jednog osobnog automobila, na gradskim prometnicama je za očekivati ogroman broj vozila koji jednostavno nije moguće nikakvim novim zahvatima ili regulacijama u prometu opslužiti i zadovoljiti. Sam problem nalaže uspostavu kvalitetnijeg, bržeg, dostupnijeg i pouzdanijeg javnog gradskog prometa. Zbog velikih zastoja u prometu i otežanog parkiranja, posebice u centru grada, veliki broj građana orijentirat će se na korištenje usluga javnog gradskog prijevoza, dok će jedan dio odabrati pješačenje ili bicikl kao način putovanja. Da bi se povećao broj putovanja biciklom, potrebno je osigurati sve prije navedene mjere uspostave mreže biciklističkih staza i traka. Smanjenjem upotrebe automobila u gradu doći će i do opadanja emisije onečišćujućih tvari iz cestovnog prometa i s tim u vezi zdravijeg okoliša. ■

Eko-aforizmi

Zvonimir Drvar

Prosto ptica zrakom leti, na nju puca tko god se sjeti; prosto potočićima, rijekama, jezerima, morima i oceanima riba pliva, ako je još, naime, od zagađenja živa; prosto divljač zemljom skače, ukoliko ne leži pregažena na nekoj autocesti ili čuči u kutu nekog zoološkog vrta, njiše do iznemoglosti glavom i gorko plače.

Na kraju, sirotoj će Prirodi jedino preostati da tužno konstatira: "Primitivci, kapitalisti, komunisti, demokrati, globalisti, epigoni i mediokriteti - pomirite svoje rezultate!"

Preludij po kontejneru u D-duru (vivace)

Čim zinu zagađe okolinu.

Ribe izranjaju iz potoka, bara, jezera, rijeka, mora i oceana, i - psuju.

Aleja divljih kestenova, Aleja plastičnih vrećica,...

Ruže više ne mirišu. Doduše, znaju biti velike kao kupus (ili kelj, teško je razaznati), ali između njih i kupusa, odnosno kelja, gotovo da i nema razlike, osim što nisu jestive, smrde i uzrokuju bolesti.

Recimo, jedemo takve jabuke u koje ni gladan crv neće!

U teško zagađenoj budućnosti ljudi će, dodatno, morati stalno nositi teške naprtnjače pune lijekova.

Povijest čovječanstva? Primitivci, robovlasnici, feudalci, kapitalisti, komunisti, demokrati, globalisti, mediokriteti – mirno jedu Zemaljsku kuglu. Mljaskaju Planet. Svi ruju po Majčici Zemljici kao krmače i krmci po bundevi ili masnoj torbi.

Ne čuju se bolni krikovi korijenja neprestano griženoga, ujedanoga od kemikalija, ne čuje se teško disanje lišća, a još manje tiho jecanje očajnih plodova...

U svakom slučaju, majmuni čine manje štete.

Pješaci se teškom mukom probijaju kroz zagađeni zrak.

Poštujemo i prava životinja

Zvezdana Stančić

Grad Zagreb pridružio se brojnim gradovima širom svijeta te zanimljivim događanjima obilježio 4. listopada, Svjetski dan životinja

Poimanje radosti našega življenja, nikada i ni u kojem slučaju, ne bi nas smjelo uplesti u zamku isključivog vrednovanja sebe samih, odnosno isključivog poštivanja samo i jedino svoje ljudske vrste.

U tom segmentu razmišljanja nameće se temeljno uvažavanje života sviju na zemlji; životinja i biljaka, toliko često zanemarenog.

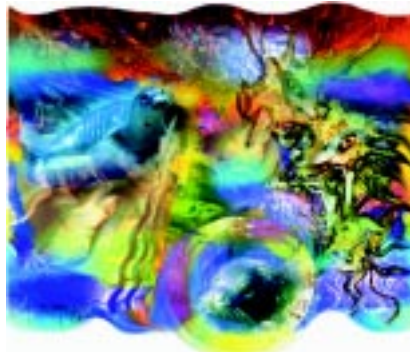
Zaboravljajući na činjenicu, kako životinje uz ekološku i etičku, imaju i veoma važnu socijalnu ulogu, s vremenom postadosmo sudionici i svjedoci neoprostivog osobnog ponašanja, koje se ogleda u prepoznatljivoj patnji neudržanih stvorenja.

Dovoljno se podsjetiti na silnu okrutnost u »športovima« takve vrste »zabave« zbog kojih bi se svaki civilizirani čovjek morao istinski zasramiti; na držanje životinja u apsolutno neprihvatljivim uvjetima, na sve one jadne životinje kojima čitav život nedostaje mirisna trava, koje nikada nisu vidjele livadu, ni iskusile izazove prostiranih pašnjaka.

Sličnu, nimalo veseliju sudbinu dijele i životinje u prirodi, u kojoj se čovjek također do te mjere upleo u njihovu sudbu, da se ponaša poput najvećeg grabežljivca; šulja se i skriva, sve dok konačno, slavohlepno na nišanu ne opazi svoj plijen: tigra, srnu, zeca, čak i pticu.

Pri svemu tome, jedino mu je bitno njegovo osobno zadovoljstvo koje prerasta u nezaboravni užitek.

Zadovoljenih prohtijeva, neometan u neutaživom apetitu, u potpunosti zaboravlja kako priroda »pamti« i kako je prema njemu, samo do određenih granica milostiva. Otrpivši njega, koji je samoga sebe postavio izvan sviju poznatih prirodnih zakona podređujući isključivo sve svome užitku, pri-



roda mu upućuje naplatu koja, kad-tad, stiže nesmiljena.

Edgar Kupfer-Koberwitz, novinar i publicist, u svojoj knjizi *Naša braća životinje* navodi: »Životinje imaju vrlo profinjen instinkt, onakav, kakav čovjek već odavno nije u stanju iskusiti. Tek samo ponekad, javlja mu se slutnjom, što barem njegovo unutarnje poimanje, upućuje na uznemirujuću budućnost i upozorava na blizinu vatre«. Upravo iz tih razloga i takvog razmišljanja, bitno je podržati sva nastojanja onih malobrojnih, koji upozoravaju na važnost zaštite cjelokupne prirode, na nedopustivo brutalan odnos prema životinjama i prema prirodi općenito. Jedna od tih je umjetnica Silva Supek.

Svojom kampanjom »Uranus 0. sat« pridružila se zagrebačkim događanjima obilježavanja Svjetskog dana životinja. Projekt je ostvarila kroz prikaz razglednica nastalih kompjutorskom obradom svojih slika, u koje je suvremenom tehnikom inkorporirala slike životinja. Svaka razglednica je otisnuta u tisuću primjeraka i razasлана na golemi broj adresa raznih institucija, s ciljem širenja i afirmiranja ekološke svijesti čovjeka.

Drugi dio događanja »Uranusa« odvijao se u ZOO grada Zagreba gdje je grupa učenika iz Rehabilitacionog centra za djecu s oštećenjem vida, zajedno s autoricom projekta Silvom Supek, modelirala pomoću različitih eko materijala prepoznate životinje, i naposljetku svoja mala umjetnička djela darovala za aukciju.

Cilj »Uranusa 0. sata«, prema riječima umjetnice, je: »način pomoću kojeg se kreativnim izričajem osvješćuje srž ugrožavanja životinja, odnosno, osvješćuje čovjek«.

Kako je umjetnost, kao vizualni medij, najbolje prihvaćeni vid pobuđivanja svijesti, tako je i misija širenja ozračja, u kojemu čovjek čini iskorak od svekolike okrutnosti, prema sebi i prema svim živim bićima, prepoznato važna i plemenita.

Na to nas podsjeća još jedna od mnogih misli nezaboravnog pisca Koberwita: »Nije li sve to što zovemo kulturom, putokaz ka cilju koji nam pomaže pronaći put iz naše divljine? Međutim, ono što nam govori umjetničko djelo i dobra knjiga, moramo tek naučiti živjeti kroz djelovanje«. ■

Silva Supek: Iz ciklusa »Uranus multi sat«

Što je gripa?

Gripa ili influenca je akutna, lako prenosiva zarazna bolest dišnog sustava.

Tko je uzročnik?

Uzročnik gripe je *virus influenze* (tipovi A, B, C).

Kako se širi?

Direktnim kontaktom s inficiranom osobom – *kapljično* i indirektnim kontaktom - *predmetima svježe zagađenim iscjetkom* iz nosa i ždrijela inficirane osobe

Kako je spriječiti?

Češćim provjetravanjem prostorija, izbjegavanjem oboljelih, kućnom izolacijom oboljelih, eventualno nošenjem zaštitnih maski, pranjem ruku, čišćenjem površina dezinfekcijskim sredstvom...

...CIJEPLJENJEM u predsezoni gripe - rujan, listopad, studeni, koje je prije svih namijenjeno osobama starijim od 65 godina, bolesnicima s kroničnim oboljenjem srca, pluća i/ili bubrega, oboljelima od šećerne bolesti, bolesnicima nakon transplantacije i drugim teškim bolesnicima.

Gdje se cijepiti?

Prvenstveno kod Vašeg *liječnika obiteljske medicine* ili u higijensko-epidemiološkim odjelima Zavoda za javno zdravstvo Grada Zagreba.