



ROZHOVOR



Rozhovor s Mgr. Janem Smutným, náměstkem primátora Zdravého města Mladá Boleslav a politikem Projektu Zdravé město a místní Agendy 21

V Mladé Boleslavi pomáhá s podporou zdraví významný partner

Pestrý program kampaně Dny zdraví jste v Mladé Boleslavi připravili ve spolupráci s řadou partnerů. Mohl byste zhodnotit některé letošní aktivity?

Snažili jsme se, aby kampaň přilákala co nejvíce občanů, proto jsme letos při zahájení kampaně vsadili na známé osobnosti. Zároveň jsme připravili aktivity pro konkrétní vybrané skupiny obyvatel. Během Dnů zdraví byl představen projekt „Spinning pro seniory“, který je zajímavý tím, že senior je přímo instruktorem této příjemné pohybové aktivity, která nezatěžuje nadměrně organismus. Senioři mají nyní ve spinningovém centru vyhrazeny hodiny v týdnu během pracovní doby. V průběhu kampaně Dny zdraví se představila také mateřská centra se svými aktivitami, jako je učení plavání batolat nebo nabídka hlídání malých dětí.

Ve Zdravém městě Mladá Boleslav sídlí také Zdravá firma WHO Škoda Auto a.s. Jakým způsobem probíhá spolupráce s tímto partnerem?

Projekty města na podporu zdravého životního stylu podporuje Zdravá firma Škoda Auto a.s. prostřednictvím neinvestičních dotací, například podporou sportovních klubů a neziskových organizací nebo projektů výstavby dětských hřišť. Pro rok 2009 chystáme rámcový plán spolupráce Zdravého města a Zdravé firmy, který by měl mimo jiné také zajistit, aby nedocházelo k míjení kampaně Dny zdraví u těchto dvou subjektů. Zdravé město a Zdravá firma představují v Mladé Boleslavi jasný příklad symbiózy. Další chystané aktivity vycházejí z fungující spolupráce v oblasti sponzorství sportovních klubů, mateřských center a jeslí. V budoucnu počítáme také s pomocí Zdravé firmy při materiálním vybavení mateřských škol. Jestliže Zdravá firma dbá ve svých programech především o fyzické zdraví svých zaměstnanců, o Projektu Zdravé město by se dalo říci, že se zaměřuje na celkové zdravé klima ve městě.

Se Zdravou firmou chystáte také projekt „Bezpečná cesta do školy“. Jak probíhá jeho příprava?

„Bezpečná cesta do školy“ je konkrétním projektem, který by měl do města přinést bezpečnou cestu nejen chodcům, ale i cyklistům

v podobě cyklostezek. Do projektu se zapojují žáci a jejich rodiče ve spolupráci s koordinátory, kterými jsou učitelé na školách. Konkrétní plán bezpečných cest pak podle podkladů od školních koordinátorů připravují dopravní odborníci z řad Městské policie, Policie ČR či dopravního odboru magistrátu. Partnerem Zdravého města Mladá Boleslav při přípravě projektu „Bezpečná cesta do školy“ je kromě Zdravé firmy Škoda Auto a.s. také Nadace Partnerství.

TÉMA MĚSÍCE: „PLÁNOVÁNÍ PRO ZDRAVÍ“

Podpora zdravého životního stylu působí jako účinná prevence onemocnění u všech věkových skupin obyvatel. Stále platí, že více než 50 % všech úmrtí v Evropě mají na svědomí neinfekční nemoci, zejména kardiovaskulární choroby, kterým lze zdravým životním stylem účinně předcházet. Konkrétní aktivity, do kterých se lidé zapojují, jsou koordinovány nejen odbornými institucemi, jako je Světová zdravotní organizace (WHO), Státní zdravotní ústav nebo Ministerstvo zdravotnictví, ale také ze strany samotných měst a obcí. V loňském roce začala v pilotních Zdravých městech tvorba zdravotních plánů a profilů, letos jsou už známy konkrétní zkušenosti s tvorbou těchto koncepčních dokumentů v oblasti plánování pro zdraví. I v případě, že město či obec nemá zpracovaný zdravotní plán, může významně přispívat k podpoře zdraví svých obyvatel. Takovou příležitost představuje zapojení do nejrozsáhlejší celostátní kampaně Dny zdraví, která probíhá každoročně během října. Letos se do kampaně Dny zdraví zapojilo 31 Zdravých měst, obcí a regionů. Zdravý kraj Vysočina koordinoval akci „Dny zdraví s VZP“ na svém území v 17 městech a jedné obci.



NÁRODNÍ SÍŤ ZDRAVÝCH MĚST ČR

Téma: Plánování pro zdraví



V posledním letošním vydání Zpravodaje se kromě jiného dozvíte, jaké akce se u příležitosti kampaně konaly ve Zdravých městech, obcích a regionech České republiky.

Do kampaně Dny zdraví se v letošním roce zapojili tito členové NSZM: Kraj Vysočina, Dražanská Vrchovina, Blansko, Bolatice, Brno, Frýdek-Místek, Chrudim, Hodonín, Jihlava, Jilemnice, Karlovy Vary, Kopřivnice, Letovice, Litoměřice, Mladá Boleslav, Moravská Třebová, Orlová, Praha-Libuš a Písnice, Přestice, Příbram, Prostějov, Říčany, Strakonice, Telč, Třebíč, Třeboň, Uherské Hradiště, Ústí nad Labem, Velké Meziříčí, Vsetín.

Kompletní přehled aktivit kampaně Dny zdraví naleznete na webovém odkazu www.zdravamesta.cz/dzd.

ZDRAVOTNÍ PLÁNY MĚST V ČESKÉ REPUBLICCE VYCHÁZEJÍ Z MEZINÁRODNÍCH ZÁVAZKŮ

Světová zdravotní organizace (WHO) přispívá ke zdraví a primární prevenci populace v jednotlivých členských státech pomocí koncepčních programů, globálních a regionálních rezolucí, ale také podporou komunitních programů, jako je Projekt Zdravé město. Evropská Zdravá města si na konferenci v Záhřebu připomněla již 20. výročí založení tohoto mezinárodního hnutí.

Ministerstvo zdravotnictví ČR se smluvně zavázalo k podpoře zdravotně preventivních aktivit

V souladu s mezinárodním cílem snižování úmrtnosti na neinfekční chronická onemocnění byla připravena dvouletá smlouva o spolupráci mezi regionálním úřadem WHO pro Evropu a Ministerstvem zdravotnictví ČR. Dokument s názvem **Biennial Collaborative Agreement (BCA)** podepsali začátkem ledna ministr zdravotnictví T. Julínek a ředitel evropského regionálního úřadu WHO M. Danzon. Ve smlouvě jsou uvedeny jako priority prohloubení prevence chronických nepřenositelných nemocí a zlepšení přístupu ke zdravotním službám včetně zvýšení jejich efektivity. Smlouva také uvádí závazky Ministerstva zdravotnictví ČR a WHO k řešení dohodnutých úkolů. Plné znění smlouvy BCA v českém překladu lze nalézt na internetové adrese www.who.cz/PDF/CZH_BCA_08-09_pripominky%20zpracovane%2012_12_07%20czh.pdf. Jedním z úkolů, které ze smlouvy vyplývají, je vypracování metodiky profilů zdraví na místní úrovni s důrazem na plánování Zdravých měst, zdravé stárnutí a řešení potřeb zranitelných skupin. Tento úkol realizuje Státní zdravotní ústav prostřednictvím **Pracovní skupiny Ministerstva zdravotnictví pro zdravotní plány a politiky** ve spolupráci s Národní sítí Zdravých měst ČR (NSZM). Letos na jaře byl dopracován **Manuál pro Zdravotní plán města**, v říjnu pak proběhl odborný seminář na Ministerstvu zdravotnictví v rámci Stálé Sekce NSZM. Chystá se mimo jiné rozšíření Manuálu o samostatnou část, která by se věnovala tématu zdravého stárnutí, nebo zpracování sady indikátorů pro seniory. Informace o průběhu a výstupech akce naleznete v závěru tohoto čísla Zpravodaje.

Tématu podpory zdraví na místní úrovni se bude věnovat také jeden ze dvou diskusních workshopů v rámci 15. výroční konference NSZM, která se uskuteční 4. prosince letošního roku v sále zastupitelstva Magistrátu hl. města Prahy.

Zdravá města – společně na cestě do Evropy již 15 let

Celostátní konference s mezinárodní účastí otevřená všem městům, obcím a regionům se zájmem o kvalitu, zdraví, udržitelnou energetiku a finanční zdroje.

Kdy: 4. prosince 2008 (10.00–16.00 hod.)

Kde: Magistrát hl. m. Prahy (Marianské nám. 2, Praha 1)

Témata:

- 15leté výročí NSZM – výsledky, partneři
- Finanční zdroje pro rozvoj měst
- Udržitelná energetika
- Podpora zdraví

Bližší info: www.nszm.cz/konference, info@nszm.cz

Chorvatský Záhřeb hostil celoevropské setkání Zdravých měst a národních sítí

Národní síť Zdravých měst ČR prezentovala pilotní postup v tvorbě Zdravotních plánů čtyř měst a jednoho kraje na **celoevropském setkání Zdravých měst**, které proběhlo ve dnech 15.–18. října v chorvatském Záhřebu. Tato konference se konala u příležitosti **20. výročí** založení mezinárodního Projektu Zdravé město, který byl právě v Záhřebu v roce 1988 odstartován. Konference se zaměřovala mimo tradiční témata, jako je plánování pro zdraví, zdravé stárnutí či prevence úrazů, také na aktuální otázky klimatických změn a jejich vliv na zdraví člověka. Specifický důraz byl kladen rovněž na témata jako „města bez tabáku“ nebo „města přátelská ke starším generacím“. V rámci konference byly oficiálně představeny hlavní priority již 5. fáze Projektu Zdravé město WHO pro období 2009–13, mezi které patří **„Prostředí, které poskytuje péči a podporu“**, **„Zdravý životní styl“** a **„Zdravé městské prostředí a plánování“**. Zastřešujícím tématem je „Zdraví a rovný přístup ke zdraví ve všech oblastech rozvoje samospráv“. Slavnostním vyvrcholením 20. výročí bylo odhalení vůbec první oficiální **poštovní známky se symboly Projektu Zdravé město WHO, která nese znak Zdravého města Záhřebu** a je v Chorvatsku platnou poštovní známkou. Více informací o celoevropském setkání Zdravých měst v Záhřebu lze nalézt na stránce www.healthycitieszagreb2008.com.



U příležitosti celoevropského setkání Zdravých měst v Záhřebu byla vydána také oficiální poštovní známka.

DOBRÁ PRAXE

Kampaň Dny zdraví je oslavou zdravého životního stylu

Ve Zdravých městech, obcích a regionech se i letos na podzim konala řada akcí se zdravotní tematikou, které nabízely aktivní zapojení všem věkovým skupinám obyvatel. Sportovní akce i ochutnávky zdravých potravin jsou již tradičními součástmi kampaně, která se zaměřuje mimo jiné také na civilizační choroby, léčbu závislostí, duševní choroby nebo podporu zdraví u dětí či seniorů.

V rámci bohatého programu kampaně Dny zdraví ve Zdravém městě **Litoměřice** probíhaly také aktivity určené seniorům. V zařízení Chráněného bydlení pro seniory se uskutečnily besedy na téma „Zdravý životní styl ve stáří“ a „Senioři a fyzioterapie“. Zdravé město **Strakonice** připravilo Den otevřených dveří v Domě klidného stáří sv. Anny v Sousedovicích, v tělocvičně TJ ČZ Strakonice se uskutečnilo „Zdravotní cvičení pro seniory“. Ve Zdravém městě **Brno** se konala přednáška pro ženy na téma „V padesáti život nekončí“ a také přednáška „Zdravá výživa pro seniory“, pořádaná Centrem pro rodinu a sociální péči, které připravilo i ukázkové lekce „Tréninku paměti pro seniory“.

Kampaň Dny zdraví připomíná téma duševního zdraví i rizika civilizačních chorob

Již 17. ročník „Týdnů duševního zdraví“ proběhl ve Zdravém městě **Ústí nad Labem**. Občané měli možnost navštívit řadu tematických kulturních akcí, ale také třeba Veletrh sociálních služeb, pořádaný stejně jako celé „Týdny“ občanským sdružením Fokus Ústí nad Labem. Ve Zdravém městě **Třebíč** uspořádala místní základní organizace Svazu postižených civilizačními chorobami akci „Týden zdraví - výstava tvořivosti a zájmové činnosti“. Zdravé město **Letovice** připravilo pro své obyvatele v rámci „Dne zdraví v Letovicích“ přednášku internisty a diabetologa na téma „Cukrovka – epidemie 21. století“. Ve Zdravém městě **Jihlava** se uskutečnila ve foyer radnice výstava s názvem „Anorexie, bulimie, AIDS – tři propasti“, která upozorňovala na rizika onemocnění těmito chorobami. V rámci kampaně Dny zdraví ve Zdravém městě **Příbram** mohli občané využít také poradenství na téma prevence přenosu viru HIV nebo prevence závislostí na kouření a drogách. Besedy o primární prevenci drogových závislostí pro střední školy a širokou veřejnost se konaly ve Zdravém městě **Karlovy Vary**, v místním K-centru je uspořádalo Občanské sdružení Světlo.

Sportovní aktivity symbolizují zdravý životní styl

Na podporu výzkumu rakoviny je zaměřena humanitární akce „Běh naděje“. Ve Zdravém městě **Jilemnice** se tohoto nezávodního běhu zúčastnilo 75 běžců a ve veřejné sbírce bylo vybráno 6 594 Kč. Zdravé město **Orlová** uspořádalo „Orlovský běh za zdravím“, který nabízel tři trasy pro běžce, cyklisty i pěší a byl doprovázen kulturním programem. Ve Zdravé obci **Bolatice** se uskutečnil „Pochod za zdravím naučnou stezkou v Chuchelenském lese“ s trasou dlouhou 9 km a malým občerstvením pro účastníky pochodu. Součástí kampaně Dny zdraví ve Zdravé městské části **Praha-Libuš a Písnice** byl také „Libušsko-písnický duatlon dětí a mládeže 2008“, jehož účastníci obdrželi po absolvování běžecké i cyklistické části obdrželi věcné ceny.



Humanitární akce na podporu výzkumu rakoviny s názvem „Běh naděje“ se konala také ve Zdravém městě Jilemnice.

Zdravé město **Blansko** připravilo pro své obyvatele „Sobotu pro zdraví“ ve Fitklubu s nabídkou stepaerobiku, aquaaerobiku nebo spinningu. Zdravotního cvičení s instruktorem se mohli zúčastnit také obyvatelé Zdravého města **Vsetín**, kde proběhl mimo jiné také silácký trojboj za účasti mistra Evropy v benchpresu. Účastníci „Cvičebního maratónu“, který se uskutečnil v tělocvičně gymnázia ve Zdravém městě **Třeboň**, si mohli vyzkoušet například power jógu nebo kick box aerobik. Zdravé město **Kopřivnice** přichystalo během „Dnů zdraví s Revírní bratrskou pokladnou“ na hřišti základní školy E. Zátopka turnaj s názvem „Streetball – a co trochu pohybu“. Ve Zdravém městě **Hodonín** přichystalo místní Centrum pro rodinu „Cvičení v těhotenství“ pro nastávající maminky a také „Cvičení po porodu“. Občanské sdružení Strom života ve Zdravém městě **Mladá Boleslav** uspořádalo v Akma klubu těhotenské cvičení a také přednášku s názvem „Šťastné a zdravé břicho“.



Účastnice zdravotního cvičení s instruktorem ve Zdravém městě Vsetín si mohly vyzkoušet také spinning.

Ochutnávky zdravé výživy motivují k pravidelnému zdravému stravování

Obyvatelé Zdravého města **Frydek-Místek** byli v rámci kampaně Dny zdraví vyzváni k zapojení do soutěže „Přijmi a vydej“, která má za cíl zlepšení návyků v oblasti stravování a pohybových aktivit, tak aby vedly k rovnováze mezi energetickým příjmem a výdejem. Informace k této soutěži mohli získat také návštěvníci Dne zdraví ve Zdravém městě **Uherské Hradiště** ve velkém sále Klubu kultury, kde probíhala kromě dalších aktivit také ochutnávka zdravých potravin a nápojů. Součástí Dne zdraví, který se konal ve Zdravém městě **Říčany**, bylo také odborné poradenství ke zdravé výživě, představení počítačového programu NUTRIDAN či inspirace pro zdravý jídelníček v podobě pyramidy zdravé výživy. Zdravé město **Chrudim** uspořádalo „Fórum pro zdraví“, jehož účastníci si mohli zakoupit a ochutnat biopotraviny – ovoce, zeleninu, čaje, cereální výrobky, pečivo nebo sýry. Zdravý **Mikroregion Dražanská vrchovina** připravil pro obyvatele členských obcí „mikroregionální vycházku do Rakoveckého údolí“, v jejímž cíli bylo připraveno občerstvení jako ukázka zdravé výživy. Ve Zdravém městě **Velké Meziříčí** proběhly ve velkém sále Jupiter klubu prezentace organizací a firem k tématům „zdraví lidí“, „zdravé potraviny“ a „zdravý životní styl“. Poradenské služby v oblasti zdravé výživy byly k dispozici během Dne zdraví také ve Zdravém městě **Telč**. V rámci Jarních dnů zdraví ve Zdravém městě **Prostějov** proběhly mimo jiné také přednášky na téma „Pitný režim – zdravé nápoje“. Přednáška o zdravém vaření v domácnosti spojená s ochutnávkou zdravých jídel proběhla ve Zdravém městě **Přeštice** pod vedením autorky „přeštických kuchařek“ Miroslavy Kutzmannové. Ve Zdravém městě **Moravská Třebová** se uskutečnila akce „Vaříme zdravě s rodiči“, během níž rodiče společně s dětmi připravovali zdravé svačiny ve školní kuchyňce.



Na konci vycházky do Rakoveckého údolí ve Zdravém mikroregionu Dražanská vrchovina byla připravena ochutnávka zdravé výživy.

Databáze DOBRÁ PRAXE

Příklady dobré praxe z dalších oblastí naleznete v Databázi DobráPraxe – <http://www.dobrapraxe.cz>.

STALO SE

Stálá Sekce NSZM se věnovala problematice zdravotních plánů měst

Odborný seminář s názvem „Plánování pro zdraví – jak na to?“ se uskutečnil v rámci Stálé Sekce NSZM 14. října v prostorách Ministerstva zdravotnictví ČR. Sekce proběhla pod záštitou náměstka ministra zdravotnictví a Hlavního hygienika ČR Michala Víta a za odborné podpory Pracovní skupiny Ministerstva zdravotnictví pro zdravotní plány a politiky.

Cílem setkání, kterého se zúčastnila také senátorka Božena Sekaninová, členka Výboru pro zdravotnictví a sociální politiku Senátu Parlamentu ČR, bylo předat přítomným zástupcům Zdravých měst, obcí a regionů, ale i odborných institucí, škol a neziskových organizací zkušenosti konkrétních měst, zapojených do pilotního procesu testování tvorby **Zdravotního plánu města**. Účastníkům semináře byl nabídnut **Manuál** pro tvorbu tohoto koncepčního dokumentu. Aktuální **finanční zdroje** pro zdravotní aktivity měst a obcí představila Jarmila Rážová z Centra zdraví a životních podmínek Státního zdravotního ústavu. Mezinárodní souvislosti podpory zdraví i hlavní programy a aktivity Světové zdravotní organizace (WHO) přiblížila ředitelka její české kanceláře Alena Štefllová, s mezinárodním projektem **Škola podporující zdraví** seznámil přítomné národní koordinátor tohoto projektu Tomáš Blaha ze Státního zdravotního ústavu. Ředitel NSZM Petr Švec zdůraznil význam spolupráce na poli zdravotního plánování a také nutnost politické podpory vedení města či obce při rozhodování o zpracování zdravotních plánů. Ve spolupráci s odbornými partnery připravuje NSZM vyhlášení **Společného tématu „plánování pro zdraví“**.



Semináře na Ministerstvu zdravotnictví se zúčastnila mimo jiné také senátorka Božena Sekaninová, členka Výboru pro zdravotnictví a sociální politiku Senátu Parlamentu ČR.

Během Stálé Sekce NSZM představili své zkušenosti se schvalováním a tvorbou Zdravotního plánu města zástupci **pilotních Zdravých měst**. Ve Zdravém městě **Chrudim** probíhala tvorba Zdravotního plánu města ve dvou základních krocích a podařilo se sladit priority města s prioritami WHO. Zdravé město **Litoměřice** projednávalo Zdravotní plán napříč orgány města a je plánováno propojení Zdravotního plánu se strategickým plánem a také s rozpočtem

města. Ve Zdravém městě **Vsetín** je ve výsledné struktuře Zdravotního plánu města obsažen kromě indikátoru zdraví obyvatel také indikátor možností pro zdravý životní styl, který je podporován nejen jednotlivými kampaněmi, ale především dlouhodobými projekty.

Výstupy z tohoto semináře naleznete na webovém odkazu www.zdravamesta.cz/sekce_zdravi.

pf 2009



*Hodně energie
v novém roce Vám přeje
Národní síť Zdravých měst ČR*

Mnoho pracovních a osobních úspěchů v novém roce 2009 a úspěšnou cestu ke zdravé a udržitelné České republice Vám přeje Národní síť Zdravých měst.



STÁTNÍ FOND
ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

KONTAKTY

NSZM ČR, Šrobárova 48, 100 42 Praha 10
T: +420 602 500 639 | E: info@nszm.cz | W: www.nszm.cz

Petr Švec, národní koordinátor Projektu Zdravé město WHO v ČR

(použité ilustrační fotografie pocházejí z archivů NSZM ČR a Zdravých měst, obcí a regionů ČR)

Materiál byl podpořen ze zdrojů Státního fondu životního prostředí ČR.



ZDRAVÁ MĚSTA, OBCE, REGIONY
ČESKÉ REPUBLIKY