

## **STRUKTURA ZDRAVOTNÍHO PLÁNU PRO MĚSTO TÁBOR NA OBDOBÍ 2016 – 2019**

### **1. ZDRAVÍ MLADÝCH**

#### **Cíl č. 4 Zdraví 21 WHO**

##### **Náměty:**

##### **1.1 Bude zvyšována podpora sportovních aktivit dětí a mládeže**

1.1.1 Bude rozšiřována nabídka sportovních aktivit a bezpečných sportovišť – např. venkovní posilovna pro workout

##### **1.2 Bude aktivně podporováno nekouření mladých, řešena problematika alkoholu a jiných závislostí**

1.2.1 Podpora nekuřáckého prostředí (nekuřácké restaurace, veřejná prostranství, okolí školských zařízení)

1.2.2 Spolupráce s městskou policií – cílené kontroly diskoték a restaurací (kontrola požití alkoholu u mladistvých)

1.2.3 Informační kampaně o drogách, alkoholu, tabáku – např. Světový den bez tabáku 31.5.

##### **1.3 Bude podporována osvěta o pohlavně přenosných nemocech**

1.3.1 Bude zvýšená osvěta problematiky pohlavně přenosných chorob a HIV a informovanost o antikoncepčních metodách týkajících se sexuálního a reprodukčního zdraví – např. Světový den antikoncepce 26.9., spolupráce se školskými zařízeními a neziskovými organizacemi

### **2. ZDRAVÉ STÁRNUTÍ**

#### **Cíl č. 5 Zdraví 21 WHO**

##### **Náměty:**

##### **2.1 Osvěta ke zdravému životnímu stylu seniorů**

2.1.1 Podpora činností umožňujících seniorům zachovat si co nejdéle soběstačnost a mentální svěžest a co nejdéle bydlet ve svém vlastním domově (pečovatelská služba, dovoz stravy, dostupnost služeb pro seniory v místě bydliště, bezbariérovost města apod.)

2.1.2 Pokračování v programech pro seniory (přednášky o zdravé výživě, výlety, rekondiční pobyty) a pořádání pravidelných aktivit (cvičení, turistika)

##### **2.2 Zvýšení kvality, dostupnosti a efektivity následné, dlouhodobé a domácí péče, vč. paliativní a domácí hospicové péče**

### **3. ZLEPŠENÍ DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ**

#### **Cíl č. 6 Zdraví 21 WHO**

**3.1 Podpora rozvoje komunitních sociálních služeb určených pro osoby s vážným duševním onemocněním**

**3.2 Podpora programů primární prevence týkající se duševního zdraví mladých lidí**

**3.3 Podpora vzniku programů a služeb směřujících k aktivnímu vyhledávání osob s příznaky duševního onemocnění**

**3.4 Podpora vzniku svépomocných skupin uživatelů a rodin**

3.4.1 Snížení stigmatu psychicky nemocných a odstranění jejich diskriminace. Podpora destigmatizačních programů, akcí a kampaní

3.4.2 Zajistit vzdělávání pro vytipované poskytovatele sociálních služeb (azylové domy, noclehárny, pečovatelské služby apod.), popř. zaměstnance samosprávy, městské policie týkající se kontaktu s člověkem s duševním onemocněním

**3.5. Zvýšit zapojení služeb komunitní a primární péče do prevence a do péče o duševní zdraví**

## **4. ZDRAVÉ A BEZPEČNÉ ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ**

### **Cíl č. 10 Zdraví 21 WHO**

#### **4.1 Podporovat zeleň na veřejných prostranstvích a její údržbu**

4.1.1 Snížení emisí a hluku ve městě

#### **4.2 Podpora alternativní dopravy**

4.2.1 Zlepšení dopravní situace ve městě

4.2.2 Více cyklostezek, chodníky s pruhem pro cyklisty a bruslaře (značení na cyklostezkách)

#### **4.3 Snížení počtu úrazů**

4.3.2 Informace o možnostech eliminování dopravních úrazů – bezpečnostní prvky u chodců, cyklistů

4.3.3 Bezbariérovost města

#### **4.4 Zvyšování čistoty ovzduší**

4.4.1 Podpora čistšího způsobu vytápění

## **5. ZDRAVĚJŠÍ ŽIVOTNÍ STYL**

### **Cíl č. 11 Zdraví 21 WHO**

#### **5.1 Podpora zdravého stravování a výživy**

5.1.1 Pořádání přednášek o zdravém životním stylu vedoucí ke zvýšení úrovně znalostí obyvatelstva o zdravotně žádoucích potravinách

#### **5.2 Podpora zdravého životního stylu**

5.2.1. Pořádání přednášek o zdravém životním stylu vedoucí ke zvýšení úrovně pohybové aktivity obyvatelstva

5.2.2. Pořádání přednášek o rizicích vyplývajících z nevhodného způsobu životního stylu – obezita, cukrovka, nádorová onemocnění, alergická onemocnění apod.

## **6. ZDRAVÉ MÍSTNÍ ŽIVOTNÍ PODMÍNKY**

### **Cíl č. 13 Zdraví 21 WHO**

**Náměty:**

#### **6.1 Projekt Zdravé město**

6.1.1. Podpora terénní práce s osobami bez přístřeší

## **6.2 Zdravé školy a školky**

6.2.1. Podpora škol a školek zapojených do programu podpory zdraví (např. prezentace škol a školek na akcích města (panely, plakáty, vystoupení apod.)

6.2.2. Bezpečné školy a školky (např. nabídka multimediálních programů do škol, zapojení škol v rámci projektů MAS, spolupráce s rodinou)

6.2.3. Zavedení účinného pohybového programu do školských zařízení k podpoření prevence nemocí pohybového aparátu (např. nákup overballů do MŠ a ZŠ)

**Z výše uvedených oblastí byly vybrány 3 priority, které budou přednostně řešeny v rámci dotačního programu města Tábora na podporu „Zdravého města Tábora“ v roce 2016:**

1.3.1 Bude zvýšená osvěta problematiky pohlavně přenosných chorob a HIV a informovanost o antikoncepčních metodách týkajících se sexuálního a reprodukčního zdraví – např. Světový den antikoncepce 26.9., spolupráce se školskými zařízeními a neziskovými organizacemi

2.2 Zvýšení kvality, dostupnosti a efektivity následné, dlouhodobé a domácí péče, vč. paliativní a domácí hospicové péče

6.2.3. Zavedení účinného pohybového programu do školských zařízení k podpoření prevence nemocí pohybového aparátu (např. nákup overballů do MŠ a ZŠ)