ЖИВОТНА СРЕДИНА И ЗДРАВЉЕ У 2018. ГОДИНИ

Едукативни календар за децу "Животна средина и здравље у 2018. години" намењен је раду са децом предшколског и млађег основношколског узраста на тему могућности очувања и унапређења животне средине и очувања енергије, који Институт за јавно здравље Војводине реализује под покровитељством Градске управе за здравство Града Новог Сада.

Град Нови Сад
Градска управа за здравство

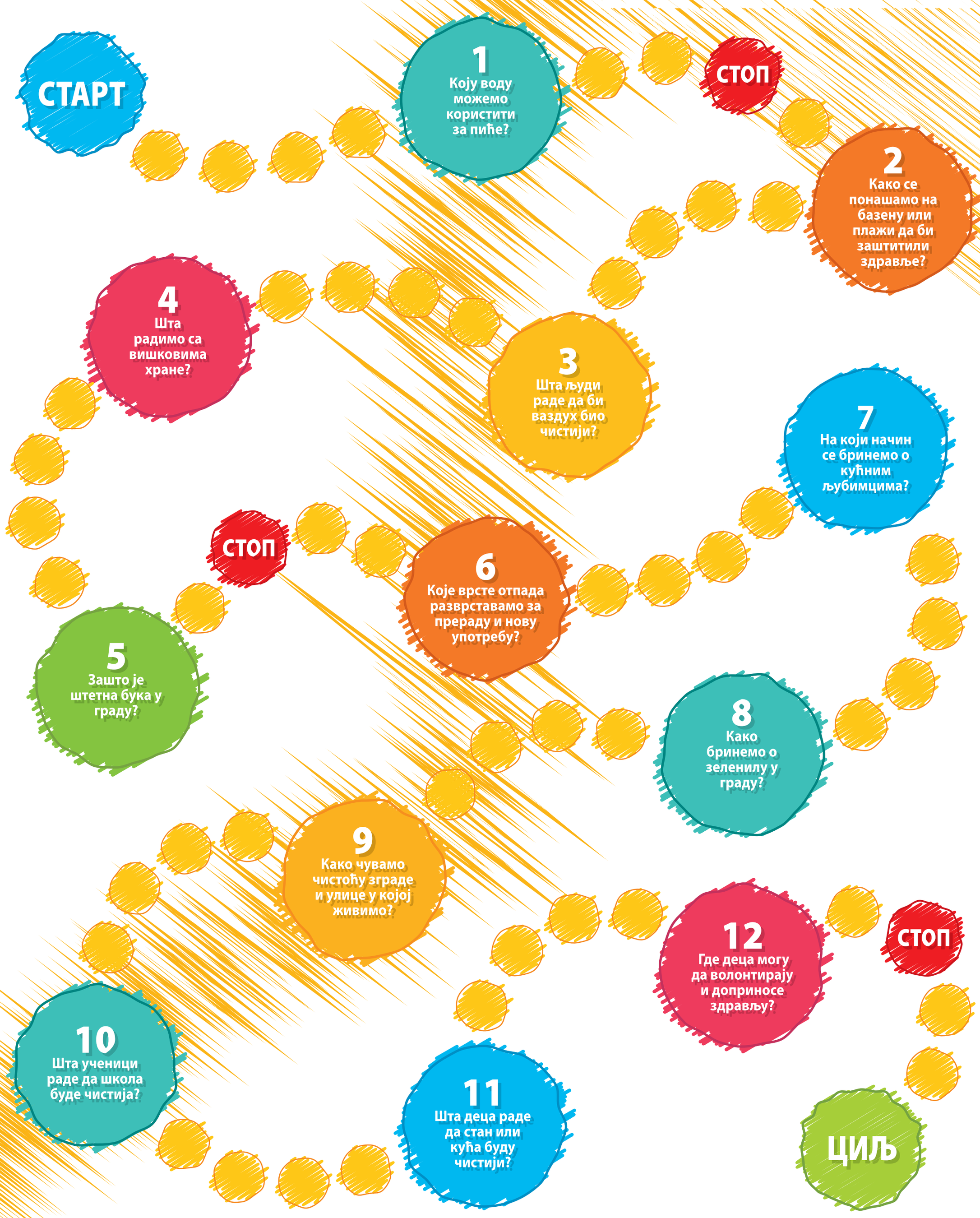
1900 ПАСТЕРОВ ЗАВОД

ГРАДСКИ ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ БЕОГРАД

ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ ВОЈВОДИНЕ

УПУТСТВО ЗА ИГРУ:

За ову игру потребна је коцкица и по једна фигура различите боје (или разнобојне куглице пластелина) за сваког учесника или групу деце. Побеђује дете или група која помоћу тачних одговора што пре стигне до циља. Игра се по принципу „Човече не љути се“ – прво почиње онај ко добије 6 на коцкици а даље се кроз таблу креће онолико поља колико се добило бацањем коцкице. Ако се стане на поље са питањем и не зна тачан одговор – враћа се на претходно питање. Ако се зна тачан одговор – помери се два поља у напред. Могуће је „једење“ фигура, али не на пољу са питањима. На пољима означеним знаком „стоп“ – прескаче се 1 бацање коцкице.



ЗДРАВА ВОДА ЗА ПИЋЕ И РЕКРЕАЦИЈУ

Треба пити само чисту и проверену воду за пиће

Избегавамо да пијемо воду са старих и дотрајалих јавних чесми и на свим местима која су нам непозната.

Вода из водовода у Новом Саду (вода из чесме) је безбедна за пиће и стручњаци сваки дан проверавају њену исправност.

ВОДЕ ЗА РЕКРЕАЦИЈУ

Купање у реци, језеру, мору:
- читамо упозорења за купаче на улазу у плажу;
- купамо се у ограђеном простору.
- обавезно се истуширамо после купања;

Коришћење базена:
- улазимо чисти (истуширани);
- пролазимо баријеру за дезинфекцију;
- обавезна је употреба тоалета;
- редовно користимо капе и наочаре за пливање;
- после пливања се обавезно истуширамо.

Понекад флаширану воду за пиће носимо у школу, на спорт и излет или путовање. Не делимо личну флашицу са другима.

Мој предлог за здравију животну средину!

ЈАНУАР 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
29	30	31											

ШТА СВЕ ЗАГАЂУЈЕ ВАЗДУХ?

ФЕБРУАР 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28											

КАКО ЧУВАМО И ДЕЛИМО ХРАНУ?

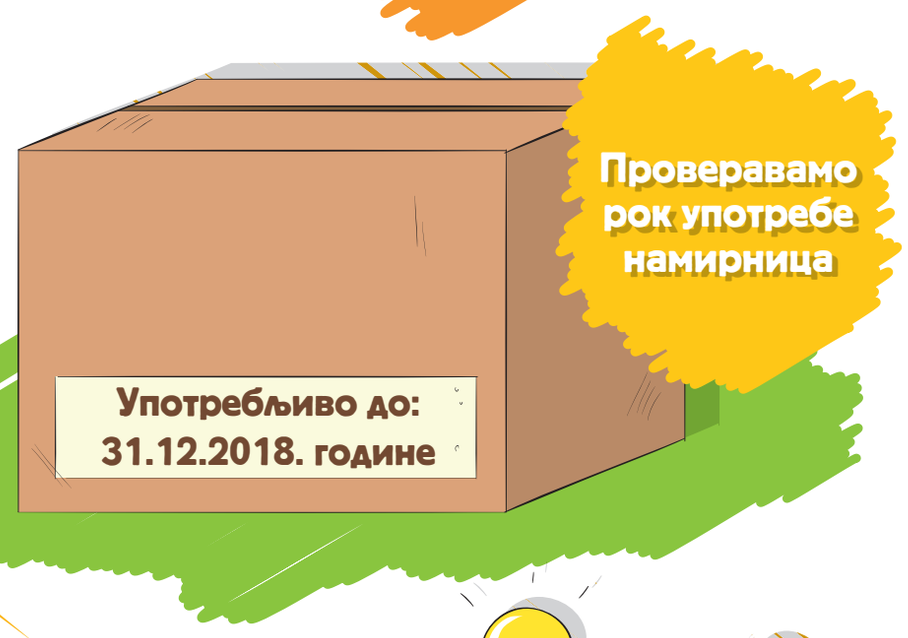
Перемо храну пре употребе

Трудимо се да не бацамо храну! Узмемо само онолико колико можемо да поједемо.

Једемо свеже припремљену храну и вишак чувамо у фрижидеру.

Вишкови хране могу корисно да се употребе: замрзнемо за каснију употребу, хранимо домаће животиње, делимо храну са пријатељима, компостирамо остатке...

Неки људи немају довољно хране па хумани људи дају храну и новац за народне кухиње.



Проверавамо рок употребе намирница

Мој предлог за здравију животну средину!

МАРТ 2018.

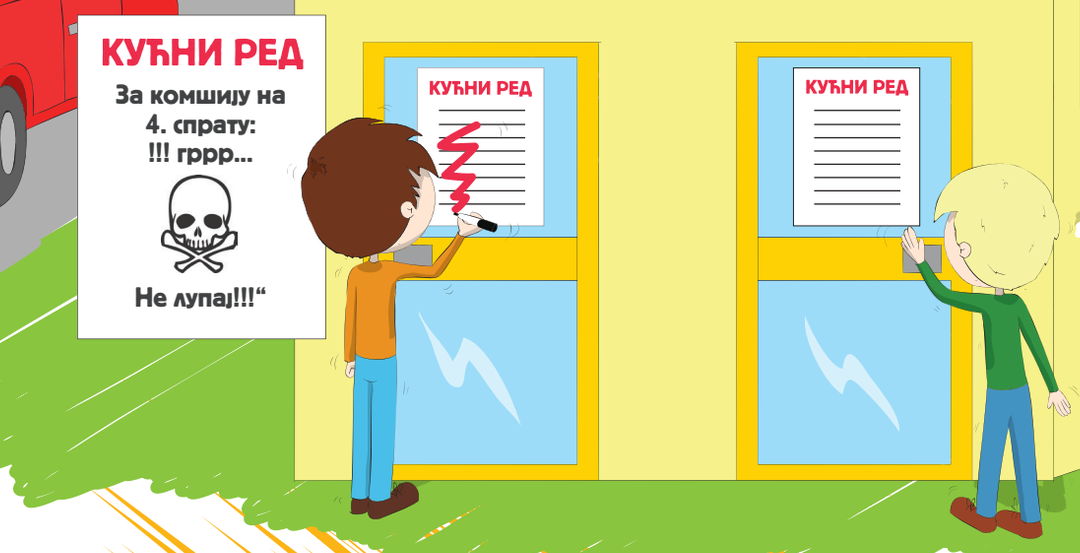
ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31								

СМАЊЕЊЕ БУКЕ У ГРАДУ

НЕПОЖЕЉНО

Бука која нас окружује утиче на:

- испрекиданост спавања и сна,
- смањење концентрације за учење,
- промене расположења,
- оштећење слуха,
- повећање крвног притиска итд.



ПОЖЕЉНО

Људи смањују утицај буке тако што:

- подижу ограде од зеленила, дрвета или пластике,
- прописују и поштују правила кућног и школског реда,
- граде куће и зграде од материјала који спречава ширење буке,
- чешће пешаче, возе бицикл и користе јавни превоз, него аутомобиле...

Мој предлог за здравију животну средину!

АПРИЛ 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
						1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	30						

ПРАВИЛНО РАЗВРСТАВАЊЕ И УКЛАЊАЊЕ ОТПАДА

Најбоље је разврстати отпад још код куће.

ПЛАСТИКА

ПАПИР

СТАКЛО

СТАРЕ ЛЕКОВЕ ВРАТИТИ У АПОТЕКУ

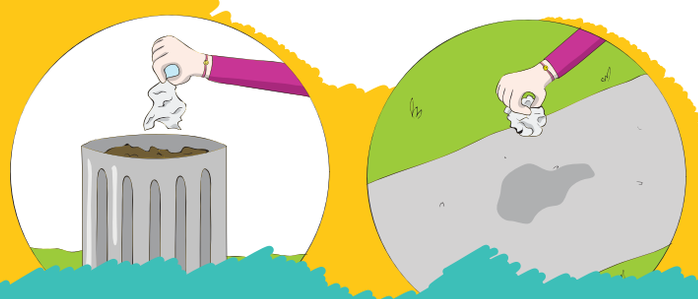
КОМУНАЛНИ ОТПАД (СВЕ ОСТАЛО)

Амбалажу од пластике, картона и лименке треба спљескати тако да у њима не буде ваздуха. Тако смањујемо запремину коју отпаци заузимају у кући, у контејнеру и на градској депонији. Чепови се скупљају и најчешће поклањају у хуманитарне сврхе (www.cepzahendikep.org).

МЕТАЛ

ОРГАНСКИ ОТПАД (ЗА КОМПОСТ)

КАБАСТИ ОТПАД (СТАРИ НАМЕШТАЈ И АПАРАТИ)



Отпатке бацамо искључиво у канте и корпе за отпатке, и у кући и на улици.

Мој предлог за здравију животну средину!

МАЈ 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31										

БРИГА О КУЋНИМ ЉУБИМЦИМА

Животиње, кућне љубимце, волимо и бринемо о њима.
Брига о кућном љубимцу почиње договором о подели обавеза са члановима домаћинства о: извођењу љубимца у шетњу, храњењу, одржавању хигијене, чувању док никог нема у стану/кући, вакцинисању, уклањању паразита и инсеката, лечењу, потреби гајења потомства...

И животиње једу и обављају личну хигијену у одређено време, али не исто као људи. О томе се деца и људи обучавају.

Најчешћи кућни љубимци су пси, мачке и ситне животиње (хрчак, морско прасе, миш, леминг, птице, рибице...). Неко држи и егзотичне животиње, али за то је потребна обука а понекад и дозвола...

Пси се морају изводити напоље најмање 3 пута дневно, на повоцу (неке расе и са брњицом).

Ако се предомислимо и не желимо да држимо кућног љубимца – не смемо га пуштати слободно у природу, него га поклањамо другим људима или одводимо у азил, где ће живети неговано док га неко други не пожели за свог љубимца.

Ветеринар је лекар за животиње.

Користимо кесе да покупимо измет нашег љубимца са улице и зелене површине.

Пажљиво се опходи према свим животињама које су у шетњи са газдом или су „луталице“.

Мој предлог за здравију животну средину!

ЈУН 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30								

ЧУВАЊЕ ЗЕЛЕНИЛА И РЕКРЕАЦИЈА У ГРАДУ

Паркови су „плућа града“! 1 дрво годишње произведе и до 15 тона кисеоника.

У граду заједно користимо просторе за игру, шетњу и рекреацију.

Учествујемо у акцијама озелењавања школских дворишта и неговања зеленила у њима!

У летњим месецима заливамо зеленило у близини зграда да се не осуши.

Гајимо биљке у нашем дому и башти. Могу нам послужити као храна и зачин.

Купујемо новогодишње јелке са кореном које можемо засадити или пластичне јелке.

Мој предлог за здравију животну средину!

ЈУЛ 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
						1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	30	31					

ЧУВАЊЕ ЕНЕРГИЈЕ

(ТОПЛОТА, ВОДА, ЕЛЕКТРИЧНА ЕНЕРГИЈА)

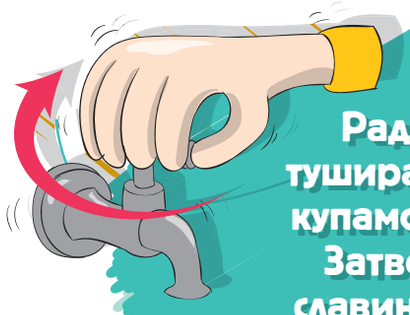
ЧУВАМО ЕНЕРГИЈУ – ЗИМИ ТОПЛОТУ, ЛЕТИ ХЛАДНОЋУ

Добра изолација зидова, прозора и крова и теписима прекривени подови чувају топлоту.

Зими: проветравамо и затворимо прозоре у току дана (свеж ваздух се брже греје од устајалог).

Лети: проветравамо ноћу, преко дана спустимо ролетне.

ЧУВАМО ВОДУ



Радије се туширамо него купамо у кади. Затворимо славину током прања зуба и туширања.

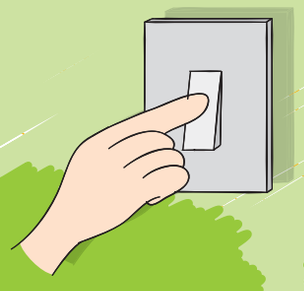
Одржавамо славине и WC-котлиће да не цуре.

Скупљамо кишницу за заливање цвећа и баште.

ЧУВАМО ЕЛЕКТРИЧНУ ЕНЕРГИЈУ

Искључимо рачунар и ТВ када их не користимо.

Пазимо да су врата фрижидера затворена.



Искључимо светло у просторијама из којих излазимо.

Постоје штедљиве сијалице и апарати.

Струја је јефтинија ноћу. Тада се укључују неки апарати, на пример веш машина и пуне се батерије рачунара и мобилних телефона.

Мој предлог за здравију животну средину!

АВГУСТ 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31									

КО БРИНЕ О ЧИСТОЋИ И ЛЕПОТИ ГРАДА И ЗГРАДА?

Јавно предузеће „Градска чистоћа“ празни корпе за отпатке и контејнере, чисти и пере улице, одлаже смеће на градску депонију.

СВИ МИ БРИНЕМО О ГРАДУ!
Ако не знаш како да се понашаш у некој ситуацији, помаже да размислиш о томе шта би се десило када би сваки човек или дете, на пример, бацио папир од сладоледа на улицу, убрао цвет који му се допада, погазио леју са цвећем, поломио грану или бацио кесу са кућним смећем са прозора. Како би тада изгледао твој комшилук и наш лепи град?

Јавно предузеће „Градско зеленило“ сади цвеће, дрвеће и друго зеленило, залива биљке, коси траву, сече осушена стабла и гране.

ЧИСТИ И ЛЕПИ УЛАЗИ И ХОДНИЦИ ЗГРАДА
Поред редовног одржавања и наше понашање доприноси!
Важно је да: чувамо чистоћу, не бацамо отпатке, не лупамо вратима.
Станари у свакој згради треба да се удруже и поставе:
корпу за отпатке, отирач за обућу, украсне биљке, итд.

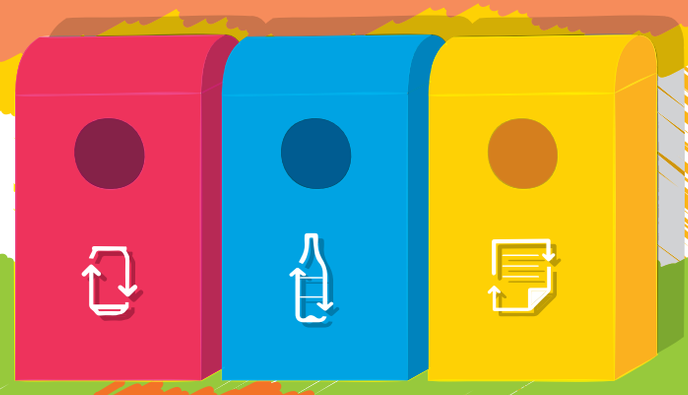
Мој предлог за здравију животну средину!

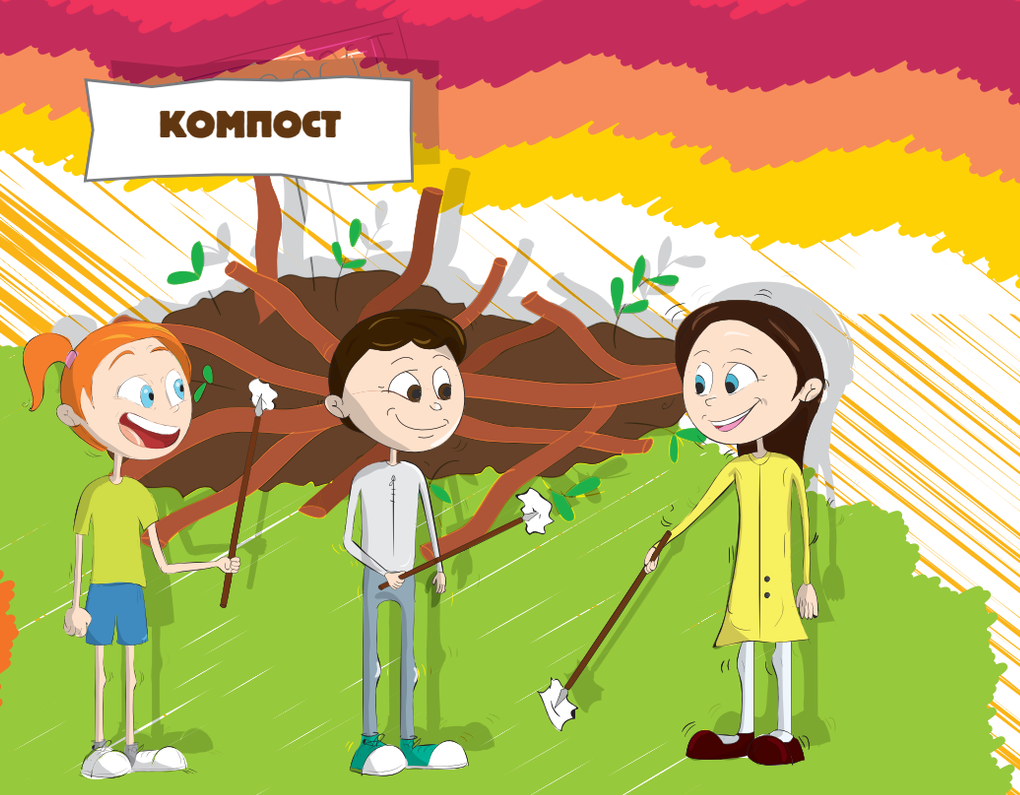
СЕПТЕМБАР 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
					1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30							

ХИГИЈЕНА У ШКОЛАМА

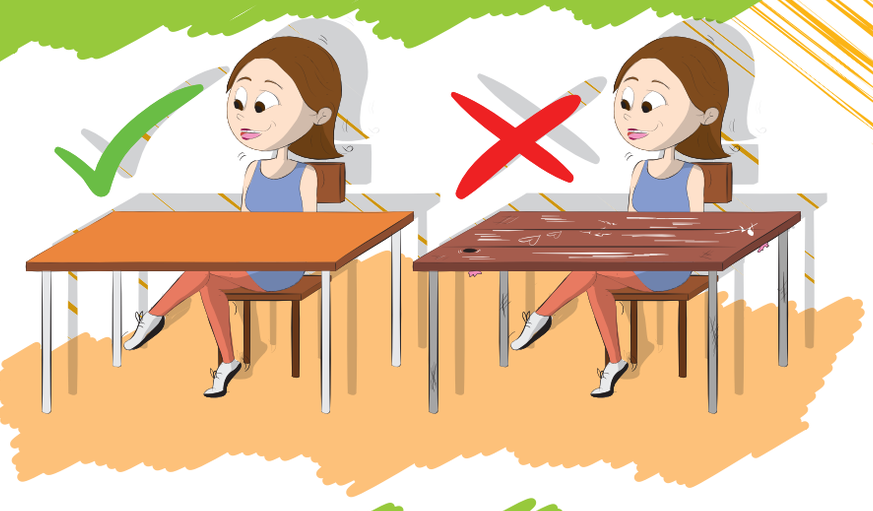
ШТА УЧЕНИЦИ МОГУ ДА УРАДЕ?





У дворишту водиш рачуна да се отпаци бацају у корпе. Учествујеш у акцијама прикупљања отпадака и разврставања у канте које деца могу сама направити на часовима.

У учионици: чуваш клупе и столице, спремаш учионицу и ормарић, узгајаш собне биљке а некада и ситне животиње, бришеш таблу, отпатке бацаш у канту...



У ШКОЛИ:

1) Поштуј школска правила понашања...

2) Поштуј рад спремачица тако што не бацаш отпатке или их покупиш ако ти испадну, очистиш прљаву обућу пре уласка у школу...

3) Правилно користи тоалет

4) Чувај школску имовину и не уништавај је (пажљиво затварај врата, не ударај и не шутај ствари, не пиши по клупама, зидовима, вратима и намештају...);

Мој предлог за здравију животну средину!

ОКТОБАР 2018.

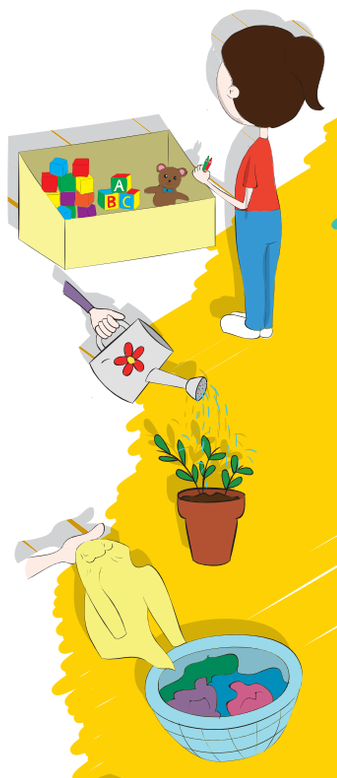
ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
29	30	31											

МОЈА ПОМОЋ ДА СТАН ОСТАНЕ ЧИСТ

- ЛИСТА ЗА ПРОВЕРУ ОБАВЉЕНИХ АКТИВНОСТИ -

Размисли шта можеш да урадиш и допринесеш уреднијем и чистијем стану и кући:

АКО ИДЕШ У ВРТИЋ...



- Враћене играчке на место ☑
- Заливено цвеће ☑
- Убачен прљав веш у корпу ☑
- Убачено ђубре у канту ☑
- Склоњени тањири са стола после јела ☑
- Замењен WC папир ☑

АКО ИДЕШ У ОСНОВНУ ШКОЛУ...

- Веш из машине раширен да се суши ☑
- Поређан чист веш у орман ☑
- Опрани судови враћени на место ☑
- Обрисана прашина ☑
- Храна из набавке разврстана на место ☑
- Однето смеће у контејнер ☑

А у средњој школи: усисани подови, пребрисано купатило, испеглан веш, промењена постељина, припремљен доручак или вечера, набавка у продавници и на пијаци, опран љубимац, почишћен простор за љубимца...

Мој предлог за здравију животну средину!

НОВЕМБАР 2018.

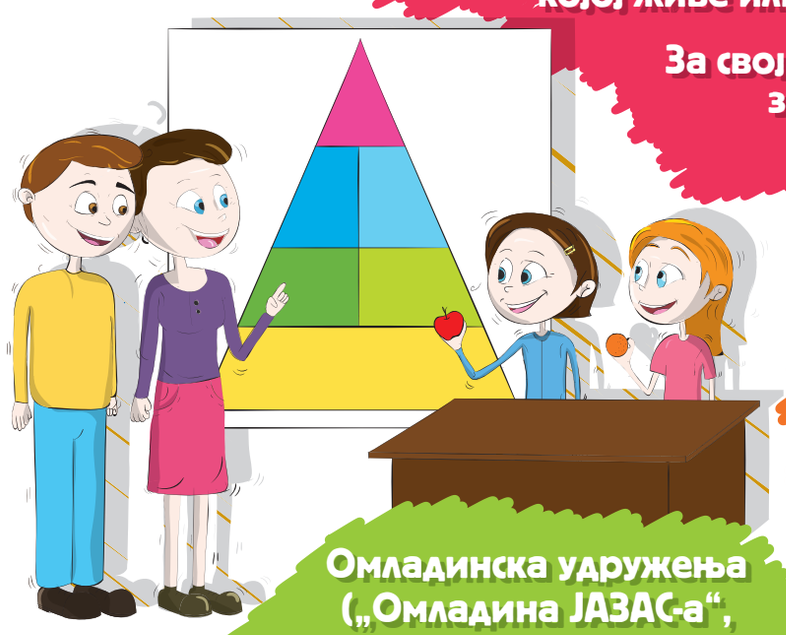
ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30									

ВОЛОНТИРАЊЕ ЗА ЗДРАВЉЕ И ЗДРАВУ ЖИВОТНУ СРЕДИНУ

Постоје удружења у која се деца, млади и одрасли могу учланити да би добровољно проводили време у раду, учењу и дружењу за добро заједнице у којој живе или помажу људима и деци којима је помоћ потребна.

За свој рад они не примају никакву награду, осим задовољства што се осећају корисним.

То се још зове - волонтирање.



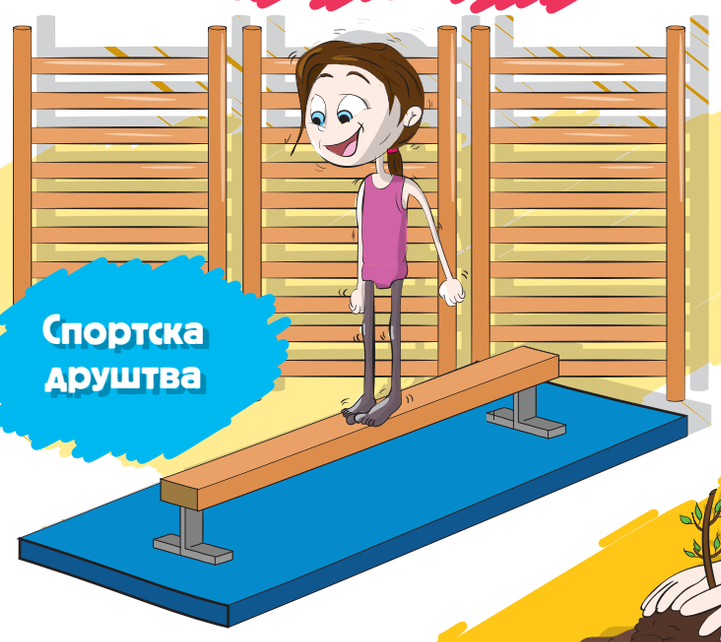
Свако удружење је усмерено на неку своју сврху или циљ.

Омладинска удружења („Омладина ЈАЗАС-а“, „Омладински клуб“...)

Удружење горана и извиђача

ОВО СУ НАЈЧЕШЋА УДРУЖЕЊА ЗА ДЕЦУ И МЛАДЕ:

Подмладак Црвеног крста



Спортска друштва

Планинари

Културно-уметничка друштва

Удружења „зелених“

Мој предлог за здравију животну средину!

ДЕЦЕМБАР 2018.

ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД	ПОН	УТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	СУБ	НЕД
					1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30	31						