

ЖИВОТНА СРЕДИНА И ЗДРАВЉЕ У 2022. ГОДИНИ

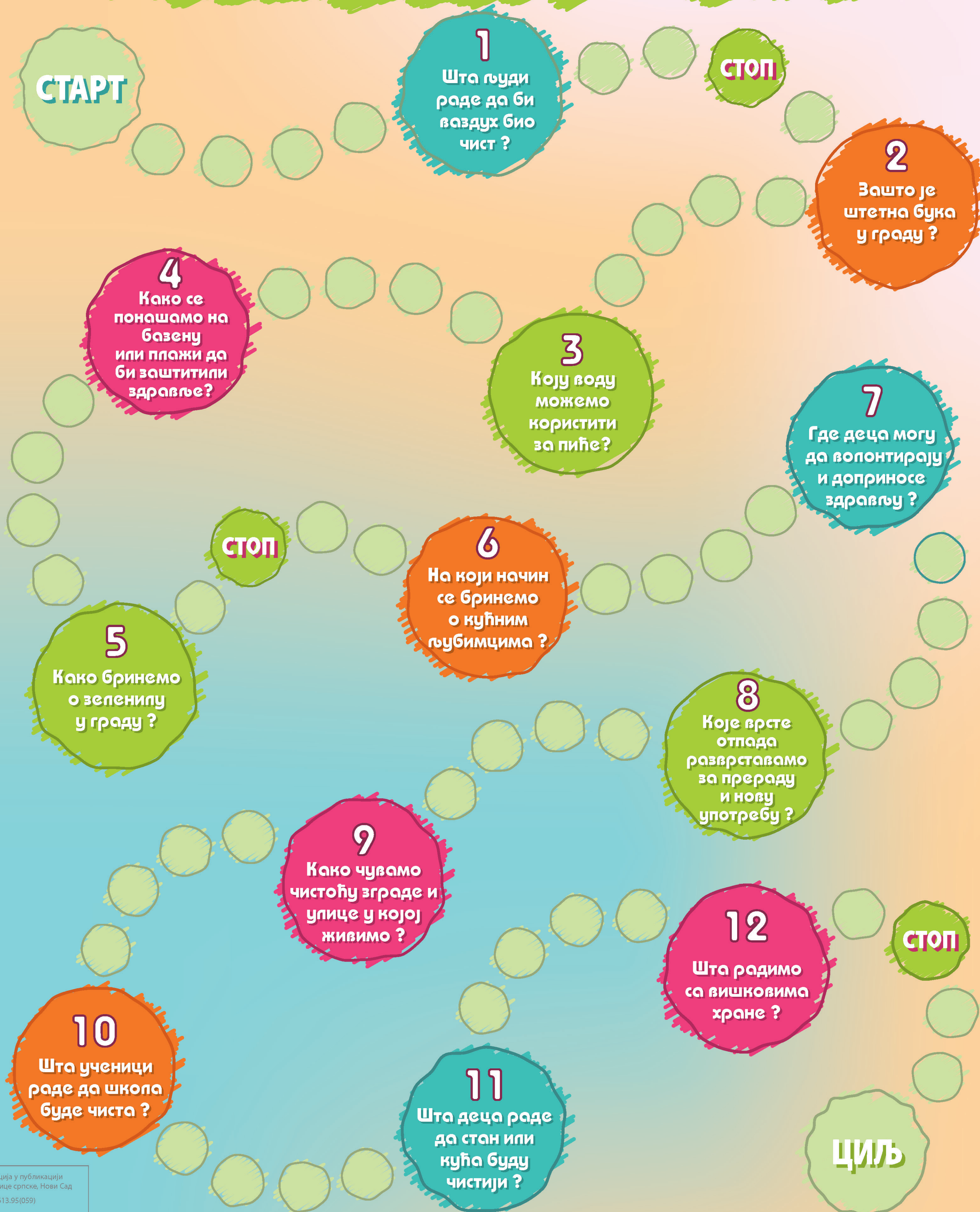


Едукативни капендар за децу „Животна средина и здравље у 2022. години“ намењен је раду са децом предшколског и млађег основношколског узраста на тему могућности очувања и унапређења животне средине и очувања енергије, који Институт за јавно здравље Војводине реализује под покровитељством Градске управе за здравство Града Новог Сада.



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 број 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 поље са претходним питањем. 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.



ШТА СВЕ ЗАГАЂУЈЕ ВАЗДУХ И ПРАВИ БУКУ?

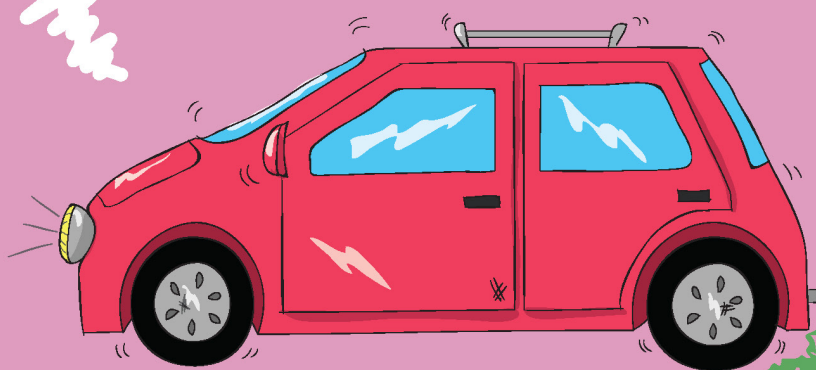


Бука која нас окружује утиче на:

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

НЕПОЖЕЉНО

Тру, трууу...!



Грејемо се на даљинско грејање.

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!



**КАКО ДА ВАЗДУХ
БУДЕ ЧИСТИЈИ?**

Постоје електрична возила која не загађују ваздух.

Стављамо филтере на фабричке димњаке.

Пешачимо и возимо бицикл и чешће користимо градски превоз него аутомобил.

Садимо дрвеће и зеленило.

Користимо возила која мање загађују ваздух.

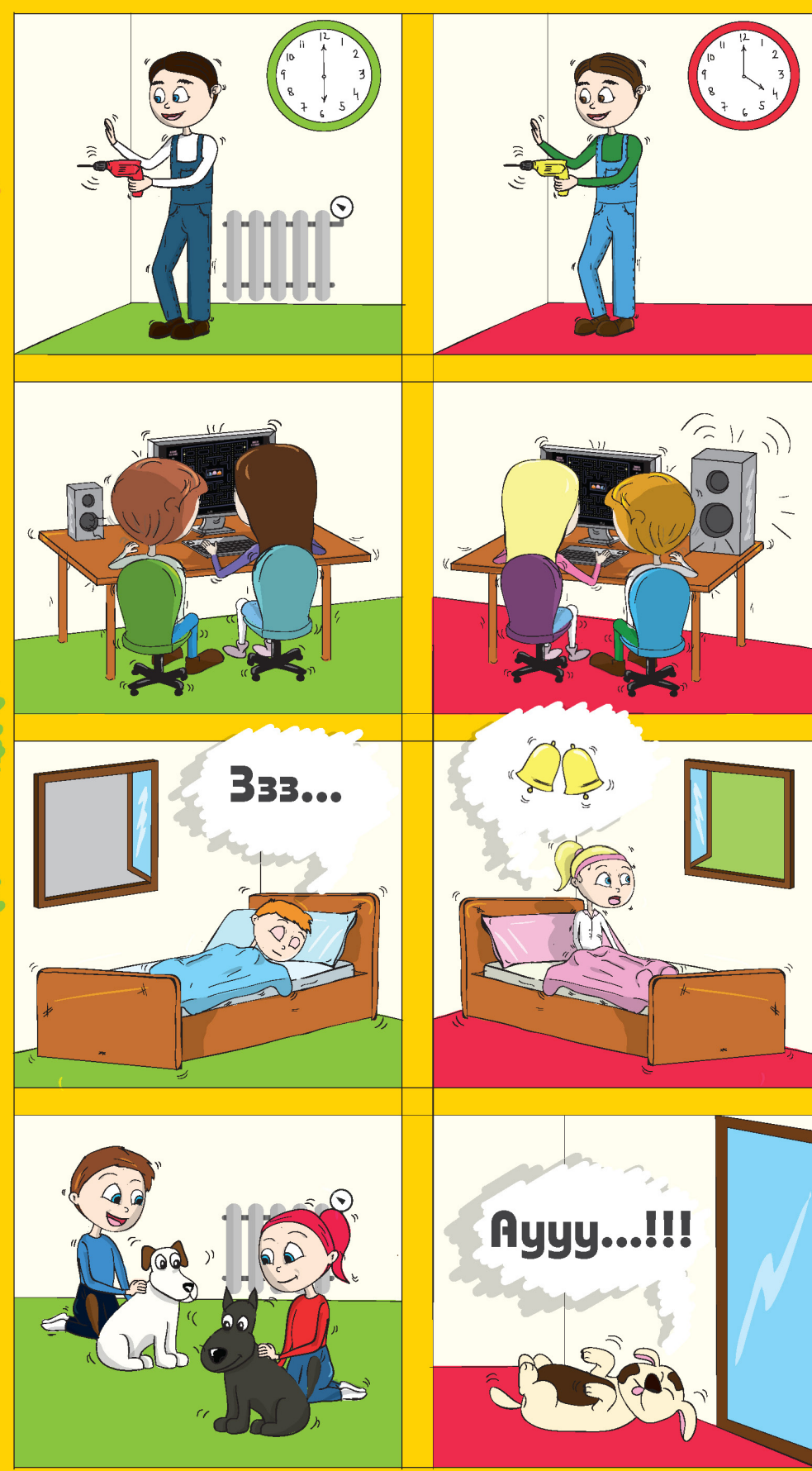
КУЋНИ РЕД

Молим комшије за разумевање, сутра, од 18 до 19h, имаћемо бучне радове."

Здрavo комшија!

КУЋНИ РЕД

За комшију на 4. спрату: !!! гррр...



ЈАНУАР

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						

2

0

2

2

ФЕБРУАР

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

ЗДРАВА ВОДА - ЗДРАВА ПЛАНЕТА



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.



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

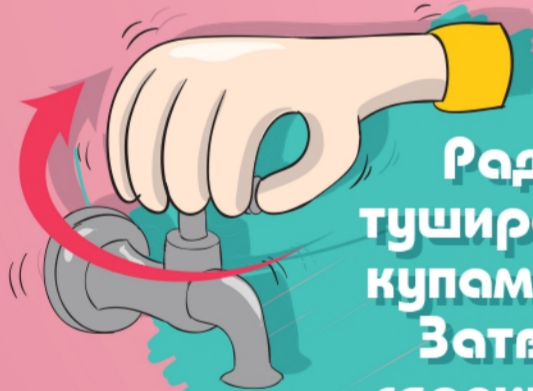
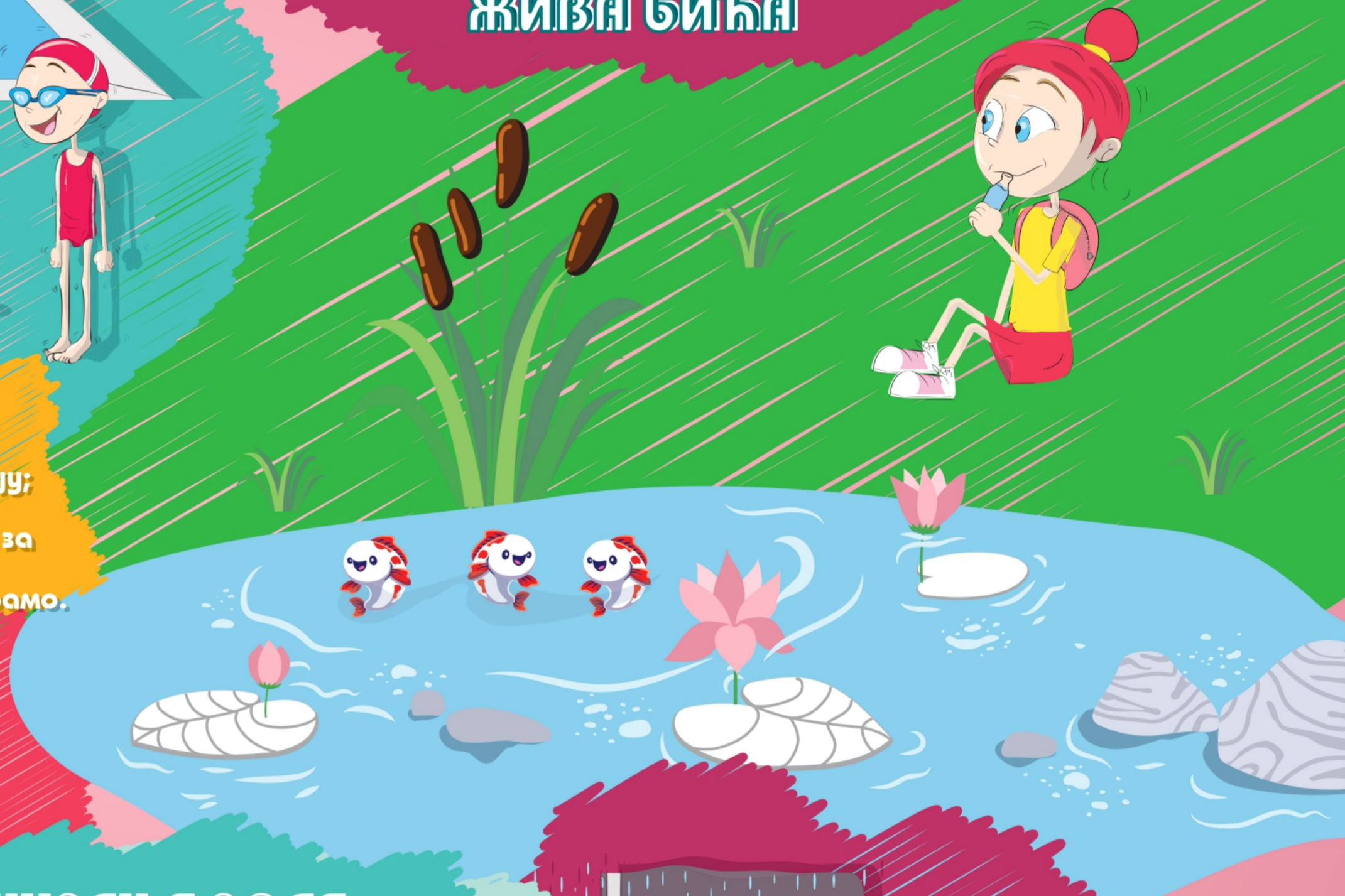
ЧУВАМО ВОДУ ЈЕР ЈЕ ВОДА ВАЖНА ЗА СВА ЖИВА БИЋА

ВОДЕ ЗА РЕКРЕАЦИЈУ



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

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



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

ЧУВАЊЕ ВОДЕ



Одржавамо славине и ШС-котлиће да не цуре.



Скупљамо кишницу за заливање цвећа и баште.

Важно је да не бацамо смеће у наше реке, баре и језера.

Мој предлог за здравију животну средину!



МАРТ

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			

2
0
2
2

АПРИЛ

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	26	28	23	30	

ЧУВАЊЕ ЗЕЛЕНИЛА И РЕКРЕАЦИЈА У ГРАДУ

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

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

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

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“.

Можеш да се учланиш у спортска друштва.

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

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.

Можеш постати члан културно-уметничког друштва

Можеш постати члан Удружења горана и извиђача

Мој предлог за здравију животну средину!

МАЈ

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					

2022

ЈУН

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 ЕНЕРГИЈЕ И ПРАВИЛНО РАЗВРСТАВАЊЕ И УКЛАЊАЊЕ ОТПАДА

ЧУВАМО ЕНЕРГИЈУ – ВИМИ ТОПЛОТУ, ПЕТИ ХЛАДНОЋУ



Пети: проветравамо ноћу, преко дана спустимо ролетне.

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

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



ЧУВАМО ЕЛЕКТРИЧНУ ЕНЕРГИЈУ

Постоје штедљиве сијалице и апарати.



Пазимо да су врата фрижидера затворена.

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

Искључимо рачунар и ТВ када их не користимо.



Искључимо светло у просторијама из којих изпазимо.



ПЛАСТИКА



ПАПИР



СТАКЛО

СТАРЕ ЛЕКОВЕ ВРАТИТИ У АПОТЕКУ



МЕТАЛ



КОМУНАЛНИ ОТПАД (СВЕ ОСТАЛО)



КАБАСТИ ОТПАД (СТАРИ НАМЕШТАЈ И АПАРАТИ)



ОРГАНСКИ ОТПАД (ЗА КОМПОСТ)

Најбоље је разврстати отпад још код куће.

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

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

Мој предлог за здравију животну средину!



ЈУН

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

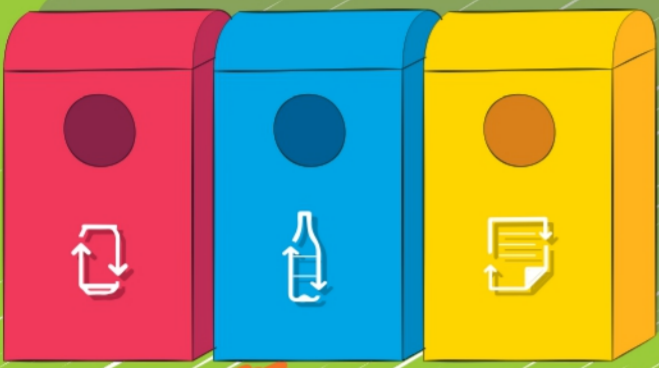
2022

АВГУСТ

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				

ХИГИЈЕНА У ПРОСТОРИМА У КОЈИМА НАЈЧЕШЋЕ БОРАВИМО ШТА ТИ МОЖЕШ ДА УРАДИШ ?

У СВОЈОЈ ШКОЛИ



У ШКОЛИ:



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



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

1) Поштуј школска правила понашања...

3) Правилно користи тоалет



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

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...);

КО ЈОШ 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.

Предлог за волонтирање: удружење зелених



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

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

СВИ МИ БРИНЕМО О ГРАДУ!



Мој предлог за здравију животну средину!

У СВОМ СТАНУ ИЛИ КУЋИ ЛИСТА ЗА ПРОВЕРУ ОБАВЉЕНИХ АКТИВНОСТИ

АКО ИДЕШ У ВРТИЋ...



Враћене играчке на место



Заливено цвеће



Убачен прљав веш у корпу



Убачено ђубре у канту



Склоњени тањери са стола после јела



Замењен ШС 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



СЕПТЕМБАР

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		

2022

ОКТОБАР

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						

КАКО ЧУВАМО И ДЕЛИМО ХРАНУ?

Перемо храну пре употребе



Не чувамо храну предуго, чак ни у фрижидеру.



Једемо свеже припремљену храну и вишак чувамо у фрижидеру.

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



Проверавамо рок употребе намирница

Употребљиво до:
31.12.2022. године



Можемо и да компостирамо остатке хране

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



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

НАРОДНА
КУХИЊА

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



Мој предлог за здравију животну средину!



НОВЕМБАР

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				

2
0
2
2

ДЕЦЕМБАР

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	