Ritam Zdravlja .org

НОВИ САД 2019 ОМЛАДИНСКА ПРЕСТОНИЦА ЕВРОПЕ отвара врата

Environment Engineering group
INŽENJERI ZAŠTITE ŽIVOTNE SREDINE

Град Нови Сад
Градска управа за спорт и омладину
Канцеларија за младе

Ritam Zdravlja .org

НОВИ САД 2019 ОМЛАДИНСКА ПРЕСТОНИЦА ЕВРОПЕ отвара врата

Environment Engineering group
INŽENJERI ZAŠTITE ŽIVOTNE SREDINE

Град Нови Сад
Градска управа за спорт и омладину
Канцеларија за младе

O projektu „Hajmo na OPENS piknik!“

Projekat „Hajmo na OPENS piknik!“ bavi se promovisanjem parkova i zdravih stilova života. Namenjen je učenicima i učenicama srednjih škola na teritoriji Grada Novog Sada. U cilju podizanja svesti mladih o važnosti zelenih prostora u gradu, realizovane su aktivnosti na otvorenom, gde smo iskoristili priliku da pozovemo mlade da se aktivno uključe u javno zagovaranje očuvanja i proširenja zelenih prostora i uspostavljanje novih parkova u Novom Sadu.

Sa ciljem da informišemo mlade o značaju parkova za kvalitet života u gradu i damo im predlog za pripremu zdravih obroka, osmislili smo ovu brošuru koja sadrži informacije o benefitima koje pružaju zeleni prostori, o parkovima u Novom Sadu, kao i kratki kuvar sa zdravim i zanimljivim receptima koji se lako pripremaju i mogu se pripraviti tako da se lako ponesu i konzumiraju na otvorenom.

Projekat „Hajmo na OPENS piknik!“ finansiran je od strane Gradske uprave za sport i omaladinu Grada Novog Sada - Kancelarije za mlade, u okviru realizacije programa i projekata od javnog interesa u oblasti omladinskog sektora kojim se ostvaruju ciljevi i sprovode aktivnosti definisane aplikacijom Novi Sad Omladinska prestonica Evrope 2019.godine, a u skladu sa Lokalnim akcionim planom politike za mlade Grada Novog Sada za period 2015-2018. godine.

U narednom periodu planirano je organizovanje društvenih aktivnosti u parkovima širom grada, sa ciljem njihovog promovisanja, edukacije o zdravim stilovima života i pozivanja mladih da se uključe u zagovarane uređenja novih zelenih prostora u Novom Sadu.

Aktivnosti će biti realizovane tokom 2018., 2019. i 2020. godine, u okviru realizacije programa predviđenih aplikacijom „Novi Sad - Evropska prestonica mladih 2019.“

“Novi Sad otvara vrata”

Omladinska prestonica Evrope je titula koja se dodeljuje evropskom gradu na period od godinu dana, tokom kojeg mu se pruža prilika da kroz različite programe prikaže svoj kulturni, društveni, politički i ekonomski život i programe razvoja za mlade. Ova prestižna titula podstiče primenu novih ideja i inovativnih projekata i kreativno učešće mladih. Takođe potstiče se jačanja odnosa između evropskih institucija i lokalnog nivoa i podstiče učešće mladih u implementaciju zajedničkih ciljeva evropske politike za mlade.

Grad Novi Sad je nakon mnogo zalaganja i rada na unapređenju omladinske politike i zvanično je poneo titulu Omladinske prestonice Evrope za 2019. godinu.

Novi Sad – Evropska prestonica mladih 2019 (OPENS2019) ima za cilj da podrži mlade ljude da postanu aktivniji inicijatori pozitivnih promena i inovativnih ideja u društvu, kako u gradu Novom Sadu, tako i na nacionalnom, regionalnom i međunarodnom nivou. Titula Novog Sada za evropsku prestonicu mladih je poziv mladim ljudima da aktivno učestvuju u sopstvenom razvoju i izgradnji sopstvene nezavisnosti.

Zato je moto titule *“Novi Sad otvara vrata”.*

Jedan od sedam stubova koje sadrži Program evropske prestonice mladih je i povećanje učešća mladih u okviru kojeg je osmišljen i program „Hajmo na piknik“.
Kreiran je za učenike osnovnih i srednjih škola i posvećen je zdravom životu. Mladi će naučiti kako da uzgajaju, pripreme i kuvaju zdravu hranu, da uživaju u prirodi parkova Novog Sada, tako što će se organizovati društveni događaji na otvorenom.

A ko smo mi?

Udruženje „Inženjeri zaštite životne sredine“ je nevladina, nestranačka i neprofitna organizacija.

Naša VIZIJA: Građanke i građani Srbije, sa dovoljno znanja i svesti o posledicama, čuvaju resurse svojih zajednica razvijajući cirkularnu ekonomiju u kojoj nema neiskorištenog otpada, utirući put zdravlja, bezbednosti i održivosti sebi i narednim generacijama.

Naša MISIJA: Inženjeri zaštite životne sredine informišu, obrazuju i podstiču građanke i građane na aktivno učešće u održivom razvoju svojih zajednica kroz očuvanje prirodnih resursa, razvoj cirkularne ekonomije i očuvanje zdravlja i blagostanja svih živih bića.

„Inženjeri zaštite životne sredine“ okupljaju sve koji žele da doprinesu ostvarivanju misije i vizije, poštujući principe i vrednosti koje negujemo i razvijamo.

Inspiraciju za nastanak 2005. godine osnivači su pronašli u potrebi da daju jasan i konkretan doprinos smanjenju štetnog uticaja ljudi na životnu sredinu i primene znanje i energiju za postizanje održivog razvoja u Novom Sadu, Vojvodini, Srbiji, Evropi i svetu.

Posebno mesto u organizaciji imaju profesionalni inženjeri zaštite životne sredine i stručna lica sličnih profesija koji su i okosnica delovanja i rada samog udruženja.

Od svog nastanka, udruženje neguje partnerski odnos sa drugim zainteresovanim stranama, pojedincima, institucijama i donatorima. Posebno mestu u aktivnostima koje se sprovode zauzimaju programi za mladime kroz koje pružaju informacije i edukacije o održivom razvoju, zaštiti životne sredine, klimatskim promenama i uticaju životne sredine na zdravlje.

Inženjeri zaštite životne sredine, jedna su od sedam organizacija osnivača Omladinskog saveza udruženja "Novi Sad omladinska prestonica Evrope - OPENS".

Zašto su nam parkovi važni?

Značaj zelenih površina bio je poznat još u antičkom dobu. U tom razdoblju tradicija razvoja zelenih prostora se temeljila na ugodnosti, kulturnim i verskim uverenjima, ocrtavajući tadašnje umetničke okvire. Svi vrtovi su težili da predstave sliku raja i prilagođavanju i podređivanju prirode sebi i svojim potrebama. Vrtovi su postali mesto užitka, ali i ostvarenja intelektualnih i estetskih normi. Prirodne i uređene zelene površine su bile vezane za elite i bogate slojeve društva. Obično stanovništvo za uživanje u prirodi bilo je osuđeno na odlazak izvan sigurnosti zidina tadašnjih gradova.

Renesansno razdoblje (XIV – XVI st) koje nastaje u Italiji postavlja temelje evropske pejzažne umetnosti.
Zelenilo je smešteno na padini s nekoliko terasa međusobno povezanih stepenicama i rampama. U ovom dobu voda je dominantni element u obliku kaskada, vodenih ogledala, vodenih lanaca. Od biljnih vrsta upotrebljavaju se zimzelene vrste sporog rasta koje se mogu lako oblikovati: čempres, crnika, tisa, lovor, mirta i šimšir. Zanemaruju se prirodni oblici te se na ovaj način iskazuje prevlast nad prirodom. Ovo je period kada se prvi put se javlja zanimanje pejzažni arhitekt, a najpoznatiji među njima, Pirro Ligori, projektovao je najimpresivniji pejzaž renesanse - vrtove Ville d'Este u Tivoliju.

Parkovi koji su formirani u zapadnoj Europi, posebno Engleskoj u XVIII veku i prvoj polovini XIX, definisali su osnovne pravce razvoja urbanog zelenila.
Nagli razvoj urbanog zelenila kako ga danas poznajemo događa se tek pojavom industrijske revolucije i razvojem urbanizacije. Zelene površine u gradovima više nisu vezane samo za elitne slojeve društva, sada stoje na raspolaganju većem broju korisnika tj. novoj građanskoj klasi. Takođe, počinje da se menja uloga zelenih površina i do izražaja dolazi njihova funkcionalnost.
Potpuno se odbacuju stroge forme i pravilna geometrija u prostoru, nema jednoličnosti, simetrije i neprirodnih oblika. Pojavljuje se prvo javno gradsko zelenilo za rekreaciju i edukaciju. Sastavni su delovi strukture grada. Uređenje javnih zelenih površina postaje važan faktor prepoznatljive slike grada, te ima važnu ulogu u urbanom planiranju. Engleska - prva u Europi 1845. godine donela je Zakon o podizanju javnog urbanog zelenila. Danas je jedan od glavnih ciljeva oblikovanja parkova razbijanje monotonije savremene arhitekture u velikim gradskim naseljima, da služi kao podsetnik čoveku da je deo prirode, da zadovolji potrebu za ostvarenjem kontakta sa prirodom.

Jedan od najpoznatijih savremenih javnih parkova je Hyde Park u Londonu koji predstavlja deo najveće parkovske površine u centralnom delu Londona (Ujedinjeno Kraljevstvo) i nalazi se pod upravom Londonskih kraljevskih parkova.

Pored njega, svakako da među najpoznatije gradske parkove spada i Central Park u Njujorku, koji je ujedno i najposećeniji park na svetu. Njega godišnje poseti oko 25 miliona ljudi.

Urbano zelenilo predstavlja veštačke zelene površine stvorene radom čoveka koje u većoj ili manjoj mjeri imitiraju prirodni pejzaž pod uticajem mikroklimatskih karakteristika grada. Čini ga skup različitih kategorija gradskog i prigradskog zelenila, smišljeno raspoređenih po teritoriji grada, povezanih međusobno bulevarima i drvoredima, a preko prigradskih zelenih površina i sa sistemom vangradskog zelenila.

To je ekološka, a ponekad i istorijsko – ekološka imovina od vitalnog značaja za bilo koji grad.

Urbano zelenilo jača identitet grada, može poboljšati njegovu privlačnost za život, rad, ulaganja i turizam, zato ti prostori doprinose pozitivnom kvalitetu života.
Utiče na delovanje negativnih posledica ljudskih aktivnosti, održavaju određeni stepen vlažnosti u atmosferi, utiču na promene temperature, sprečavaju eroziju tla, doprinose održavanju zdrave životne sredine pružajući čist vazduh, vodu i tlo, poboljšavaju urbanu klimu i održavaju ravnotežu gradske prirodne i urbane sredine.
Imaju veliki uticaj na izgled urbanih sredina, obezbeđuju ekološki diverzitet i formiraju osnovne strukturalne i funkcionalne elemente koji čine gradove i urbane regione lepšim mestima za život.

Boravak u prirodi je veoma važan. Sunce, svež vazduh i fizička aktivnost podstiču dobro raspoloženje i smanjuju tendenciju ka depresiji.

Kvalitetno provođenje slobodnog vremena na otvorenom doprinosi uspešnijem ispunjavanju obaveza i lakšem učenju, jer utiče na poboljšanje koncentracija.

Vrednosti zelenih prostora u urbanim sredinama

Vrednosti koje imaju gradski zeleni prostori su višestruke i mogu se podeliti u nekoliko grupa.

Sociološke vrednosti:

- Okupljajući stanovnike, zeleni prostori pružaju mesto za susrete i podstiču društvene veze.
- Oblikuju kulturni identitet područja, deo su njegovog jedinstvenog karaktera i pružaju osećaj pripadnosti lokalnoj zajednici.
- Zbližavaju ljude različite dobi i kultura i tako dopinose poboljšanju kvaliteta društvenih odnosa
- Deca imaju mogućnost za zabavu i učenje, a pogodni su i za neformalno učenje o prirodi, ekološkim procesima i procesima okoline.
- Takođe, mogu služiti i za akademsko obrazovanje, istraživanja studenata i istraživača u područiju npr. genetike, geologije, biologije, medicine, poljoprivrede, šumarstva...

Zdravstvene vrednosti:

- Predstavljaju mesto za odmor i rekreaciju i mogu podstaći fizičku aktivnost kako kod mlađe populacije, tako i kod one starije
- Smirujući efekat drveća i urbanog zelenila smanjuje nivo stresa i umora, povećavajući produktivnot i osećaj zadovoljstva na radnom mestu, poboljšava koncentraciju i doprinosi efikasnijem učenju
- Prirodni elementi poput stabala ili vodenih površina pomažu smanjenju osećaja anksioznosti jer stvaraju osećaj smirenosti i tako doprinose smanjenju agresivnosti i nasilnosti.
- Pristup visoko kvalitetnim javnim zelenim prostorima može se pozitivno odraziti na javno zdravstvo i tako smanjiti zdravstveni troškovi i povećati kvalitet života u urbanim područjima.

Ekološke vrednosti:

- Zeleni prostori poboljšavaju urbanu klimu i tako omogućavaju održavanje ravnoteže grada sa prirodnim urbanim sredinama.
- Prisutnost zelenila je preduslov za održivi razvoj koji zadovoljava potrebe današnjih generacija bez ugrožavanja sposobnosti budućih generacija da ispune svoje vlastite potrebe
- Snižavaju temperaturu vazduha tokom letnjih meseci
- Utiču na smanjenje snage i brzine vetra
- Amortizuju zvuk i tako doprinose smanjenju gradske buke
- Doprinose pročišćavanju vazduha apsorbujući ugljen-dioskid i pretvarajući ga u kiseonik.

Biloške vrednosti:

- Zelene površine vrše očuvanje lokalne prirodne i kulturne baštine jer pružaju, na lokalnom nivou, stanište za raznolikost urbanog biljnog i životinjskog sveta (kao što su razne vrste ptica i insekata) i štite gradske resurse prisutnih biljnih vrsta.
- Zemljišta pod vegetacijom mogu da sadrže veću raznovrsnost mikroba, kao što su mikorizne gljivice koje su korisne za drveće i druge biljne vrste.
- Vrste flore i faune koje se obično nalaze u urbanim sredinama mogu uključivati vrste koje su se prilagodile životu u gradu, kao i vrste koje nisu tipične u konvencionalnim urbanim sredinama zbog značajno različitih ekosistema koji obuhvataju urbane prostore.
- Međusobni odnos, raspored pojedinih vrsta biljaka, zatim potreba da sve individue veštački nastale zajednice imaju jednak pristup svim potrebnim resursima.

Estetske vrednosti:

- Ljudi uživaju u posmatranju prirode, pogotovo kada je inače u velikoj meri nedostaje, kao što je to slučaj u urbanim sredinama.
- Unošenjem prirodnih elemenata razbija se hladnoća i strogost urbane arhitekture.
- Urbano zelenilo daje naselju vlastiti identitet, što ga čini privlačnijim za život.

Ekonomske vrednosti:

- Ima svoje temelje u socijalnoj ekonomiji
- Javna dobra nisu konkurentna. Kada ih koristi jedna osoba, to ne sprečava istovremeno korišćenje istih od strane drugih osoba. Jednom kad su na raspolaganju nikom ne mogu biti uskraćena.
- Zato urbana zelenila nude prednosti koje ne mogu služiti za lični profit i ne postoji konvencionalno tržište za ovakve površine, što ne znači da nema ekonomsku vrednost već da je teško odrediti.
- Njihova vrednost je zbir vrednosti koje ljudi, pojedinačno ili kolektivno pripisuju prirodi.
- Ona proizilazi iz estetskog, ekološkog, sociološkog i ekonomskog dobra koje urbano zelenilo daje društvu i vidi se u intenzitetu kojim pojedinci više vole ova dobra u odnosu na druga.

Prema preporukama Evropske unije, svaki grad trebalo bi da ima između 20% i 25% zelene površine, kako bi svojim stanovnicima omogućio daživot u njemu bude lagodniji i zdraviji.

Da li Novi Sad ima dovoljno raspoloživih zelenih prostora?

Nažalost, **Novi Sad nema dovoljno raspoloživih zelenih prostora.**

Procenat postojećih zelenih površina u Novom Sadu kreće se od 5% do 15% u zavisnosti od delova grada.

Upravo zbog toga, u Strategiji za pristupačnost Grada Novog Sada 2012-2018 godine navodi se da je Novi Sad *nepristupačan sa aspekta raspoloživog čistog vazduha za svoje stanovnike.*

Kvalitet vazduha u Novom Sadu, prema podacima iz 2016., svrstava ga u drugu klasu, što znači da kvalitet vazduha nije dobar i da se po tom pitanju nešto mora uraditi.

Parkovi u Novom Sadu

U Novom Sadu postoji nekoliko parkova, od kojih su tri parka ustanovljena kao spomenici prirode.

Dunavski park

Dunavski park se nalazi u samom centru grada i godišnje ga poseti oko 2 miliona ljudi, čemu doprinosi i njegova atraktivna lokacija. Svoje ime dobio je zbog blizine reke Dunav.

U centralnom delu najlepšeg gradskog parka se nalazi jezero, oko kojeg su staze trasirane tako da posetiocu omogućavaju da u jednom delu parka uživa u njegovoj blizini, dok šetajući stazom u drugom delu se udaljava od njega kako bi iz udaljene pesrpektive sagledao celovitu sliku ove vodene površine okružene zelenilom.

Stanovnici jezera su kornjače, patke i ponekad ribe. Nakon načelnog dogovora koji je postignut krajem 2015. godine između nekoliko organizacija koje se bave brigom o doborbiti životinja i JKP „Gradsko zelenilo“ koje upravlja ovom zelenom površinom, nekada omiljeni stanovnici jezera, par divljih labudova, više neće biti dovođeni u Dunavski park. Razlog tome je što parkovi kao mali ekosistemi inače služe kao skloništa za mnoge ptice i životinje, pa nema potrebe da ih ljudi dovode i ograničavaju njihovo kretanje, naročito kada su u pitanju zaštićene vrste kao što su labudovi.

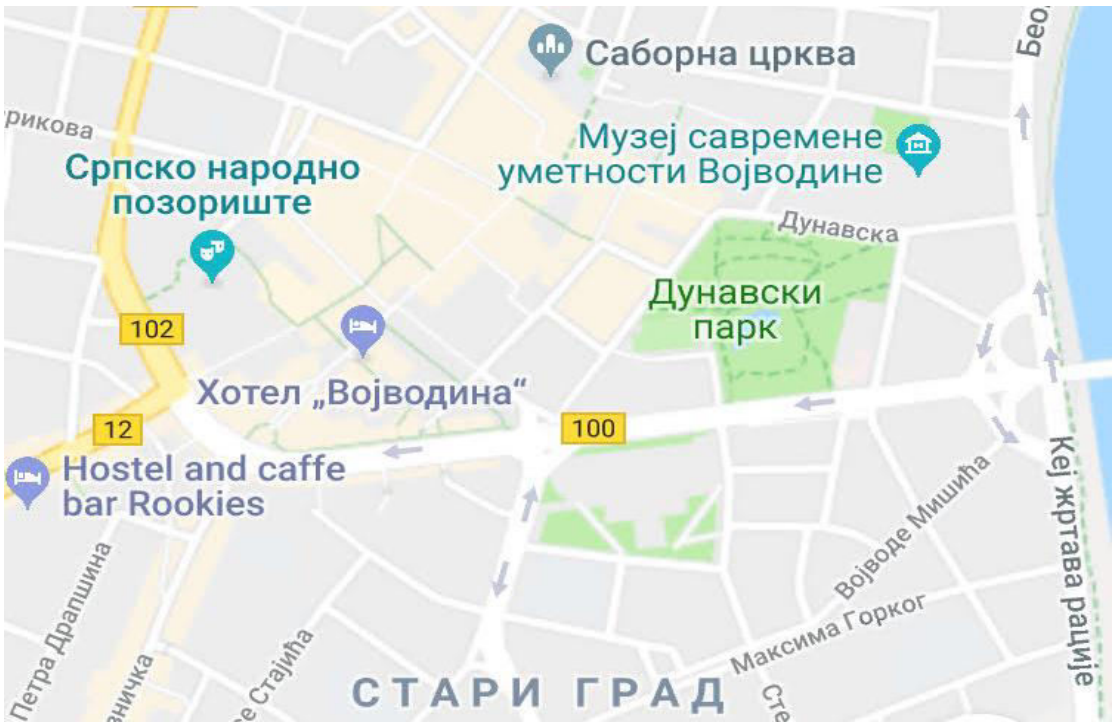
Park ukrašavaoko 250 biljnih vrsta, a na ostrvu „Eržebet“, koje se nalazi na jezeru, posađena je žalosna vrba u spomenu austrougarskoj carici koja je ubijena 1898. godine.

Šetajući parkom, naići ćete i na nekoliko spomenika: Đure Jakšića, Ruski spomenik, biste Branka Radičevića i Mike Antića. U parku su nalazi i saletla, u kojoj se nekada nedeljom i praznicima svirala vojna kapela.

U cilju očuvanja ove značajne zelene gradske površine na njoj je ustanovljen II stepen zaštite, zbog čega je zabranjeno:
- menjati namenu ove površine;
- izvoditi investicione radove i aktivnosti koje ne bi bile u funkciji zaštite i unapređenje parka;
- seći i lomiti drveće i šiblje, uništavati cvetnjake, ružičnjake i travnjake.
- upotrebljavati hemijska sredstva, osim ukoliko se ne radi o onim koja se koriste za zaštitu i prihranjivanje bilja.

Takođe, u parku je zabranjeno i loženje vatre i organizovanje masovnih aktivnosti na travnjacima i drugim delovima parka.

Park je dozvoljeno koristiti za odmor i rekreaciju na način kojim se neće ometati mir drugih posetilaca.



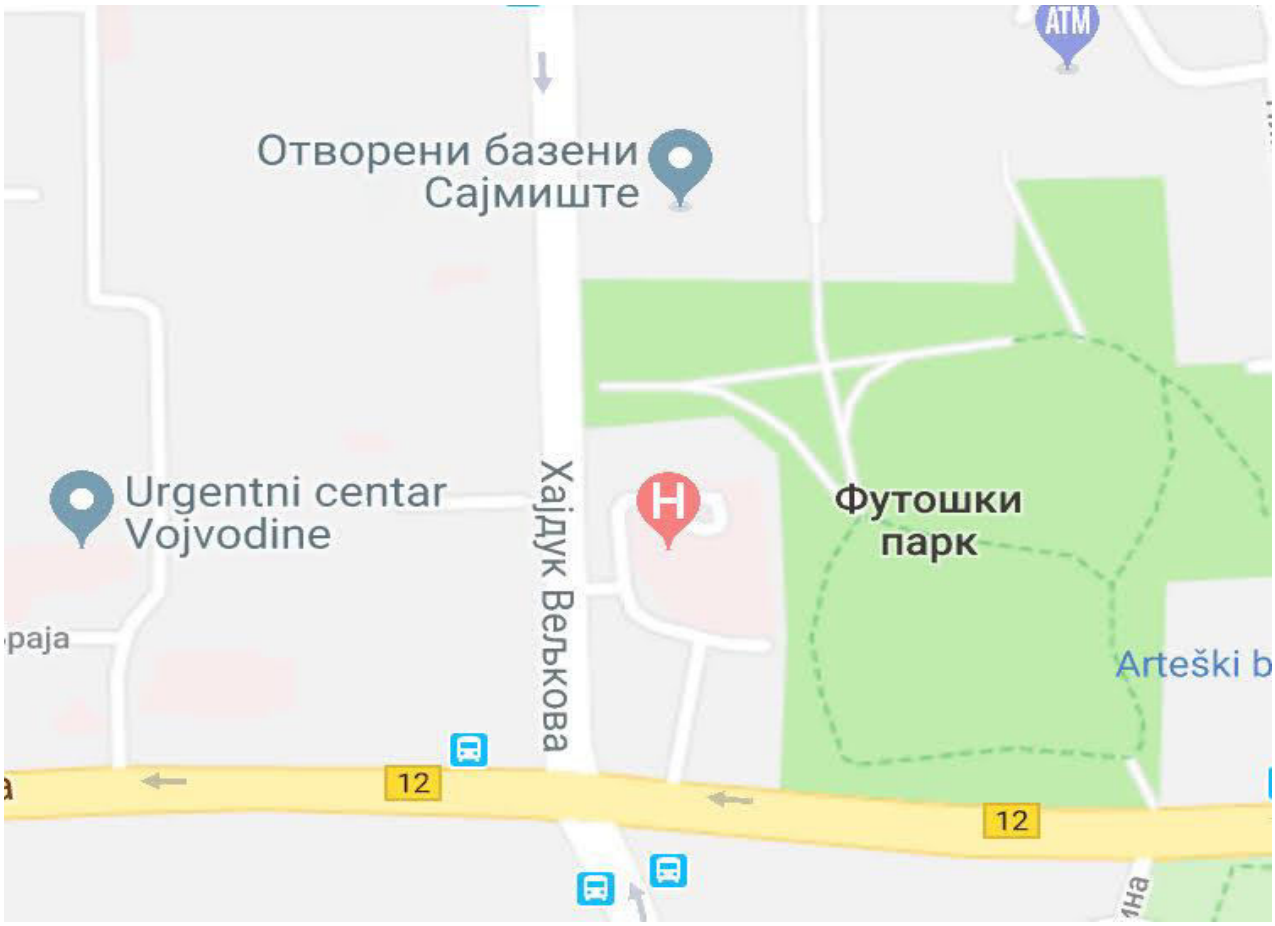
Futoški park

Futoški park je podignut oko Jodne banje (Specijalne bolnice za reumatske bolesti) kao park specijalne namene. Okružen je bolničkim kompleksom Dečije bolnice - Institut za zdravstvenu zaštitu dece i omladine Vojvodine i sportsko-rekreativnim centrom i hotelom „Park“. Ono što ovaj park čini jedinstvenim jeste nekoliko geotermalnih izvora sa biotermalnom mineralnom vodom bogatom jodom, zbog čega je do sada bušeno sedam bunara na njegovoj teritoriji.

U parku se nalazi i plitko prirodno jezero, u kojem se voda zadržava u zavisnosti od vremenskih prilika, budući da se puni atmosferskim i podzemnim vodama.

U njemu su sađene mnogobrojne egzotične i autohtone vrste magnolija, ginko, crni i beli bor, močvarni čempres Pančićeva omorika... i mnoge druge, a često šetajući kroz park možete ugledati i veverice.
Futoški park i Jodna banja čine istorijsko-kulturnu celinu koja je veoma značajna za grad, pa je on, kao i Dunavski proglašen spomenikom prirode.

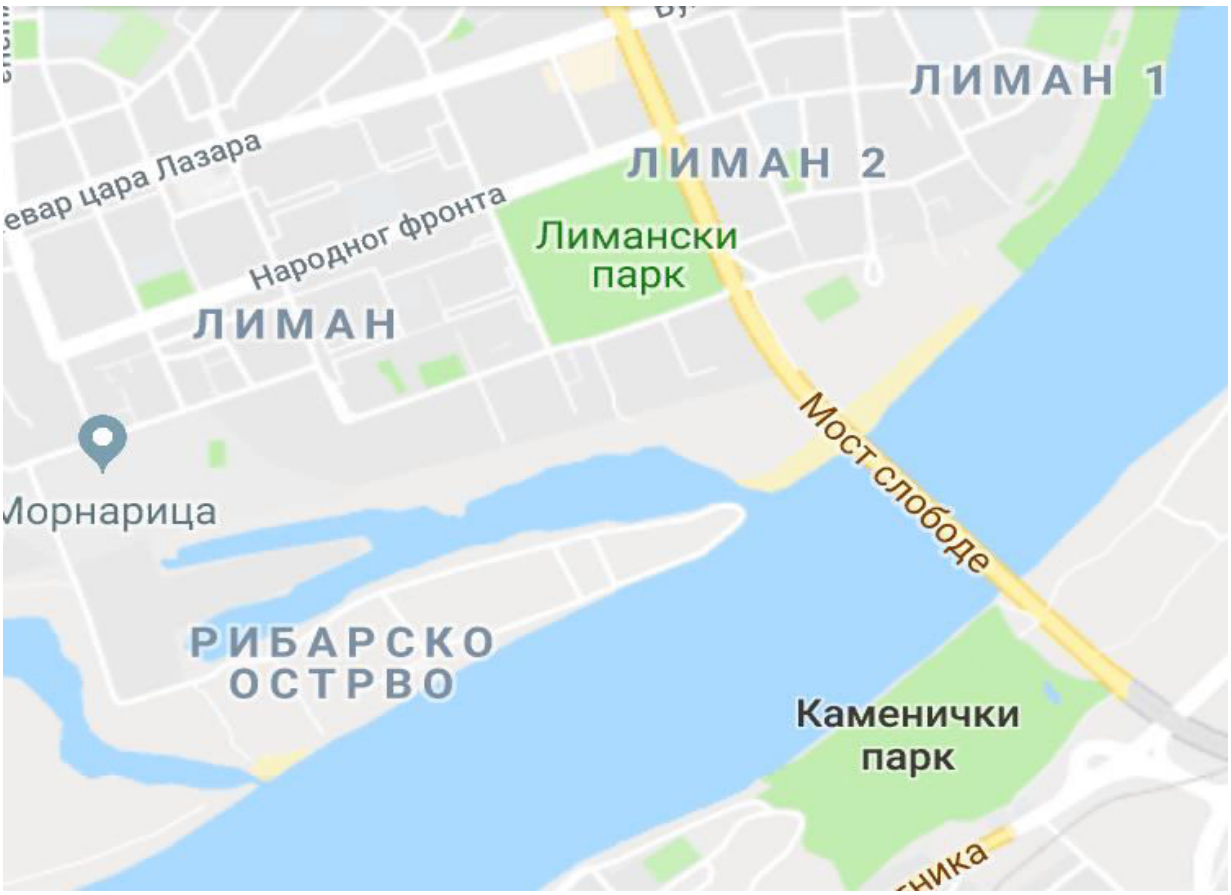
Na području Futoškog parka ustanovljen je režim zaštite drugog stepena i u njemu nije dozvoljeno kampovanje, logorovanje i loženje vatre, kao ni izvođenje pasa bez povodca i brnjice.



Dozvoljeno je organizovati aktivnosti rekreacije, promocija, održavati pozorišne predstave, filmske projekcije i druga kulturna dešavanja, ukoliko se time ne ugrožavaju prirodne vrednosti i kvalitet životne sredine uz pribavljenu dozvolu u skladu sa važećim propisima.

Kamenički park

Kamenički park je najstariji park u Novom Sadu. Nalazi se u Sremskoj Kamenici, na severnim obroncima Fruške gore i prostire se na preko 33 hektara.

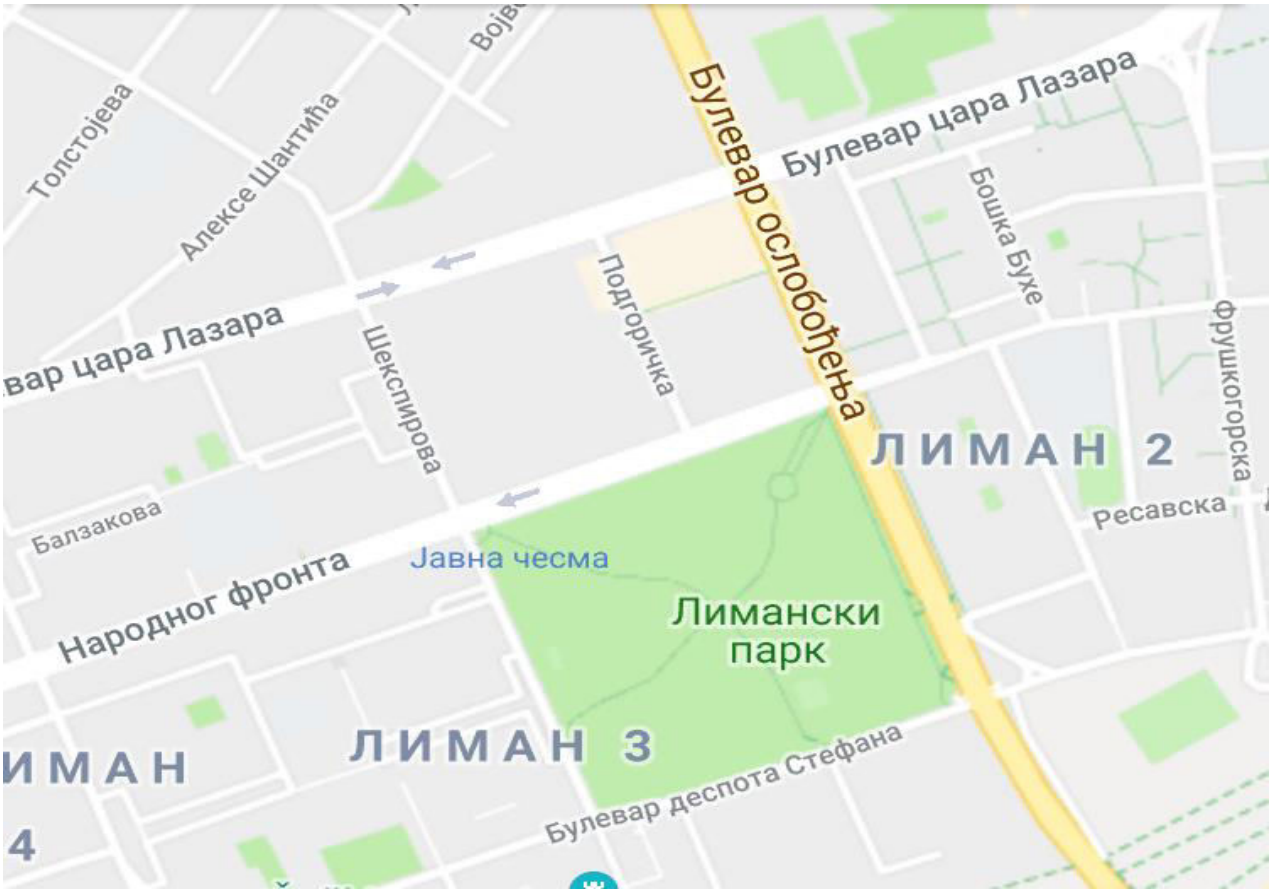


2008. godine Kamenički park je dobio status spomenika prirode i predstavlja značajno prirodno dobro III kategorije. Podignut je oko dvorca porodice Marcibanji de Puho koji je izgrađen u periodu od 1797-1811. U parku se nalaze skulpture Sfinge, Pet glava, Amora i Nimfe. Ima veoma bogatu dendrofloru, čemu doprinosi i to što je ukrašen mnogim biljkama donetim iz egzotičnih delova Evrope kao što su divlji kesten, crni i beli bor i crveni hrast.

Ono što ga još čini interesantnim, dva najstarija hrasta u Novom Sadu se nalaze upravo u Kameničkom parku. Nekada je u njemu postojalo pet jezera, od kojih je danas ostalo samo jedno.
Kamenički park je vrlo popularno mesto za roštiljanje i druženje, naročito tokom prvomajskih praznika.

Limanski park

Limanski parkse nalazi na prostoru Limana III i predstavlja najveći gradski park. Nastao je sadnjom mnogobrojnog drveća kao što su lipa, topola hrast, breza, kedar, omorika i ukrasno šiblje.

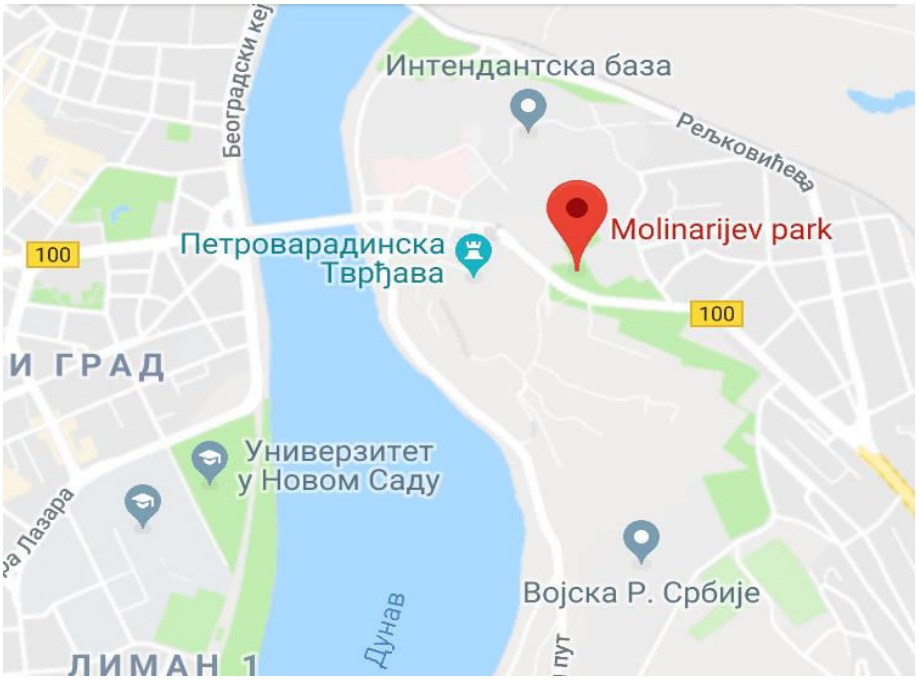


U Limanskom parku se nalazi prvi skejt park u gradu sa 15 rampi koji je izgrađen po takmičarskim standardima, zatim teren za boćanje, dečije iglalište, kao i teretana na otvorenom.

Pored njega se nalazi „Kineska četvrt“, koja će biti pretvorena u Omladinski kreativni kvart zahvaljujući titulama koje je Novi Sad poneo - Omladinska prestonica Evrope 2019. i Evropska prestonica kulture 2021. godine.

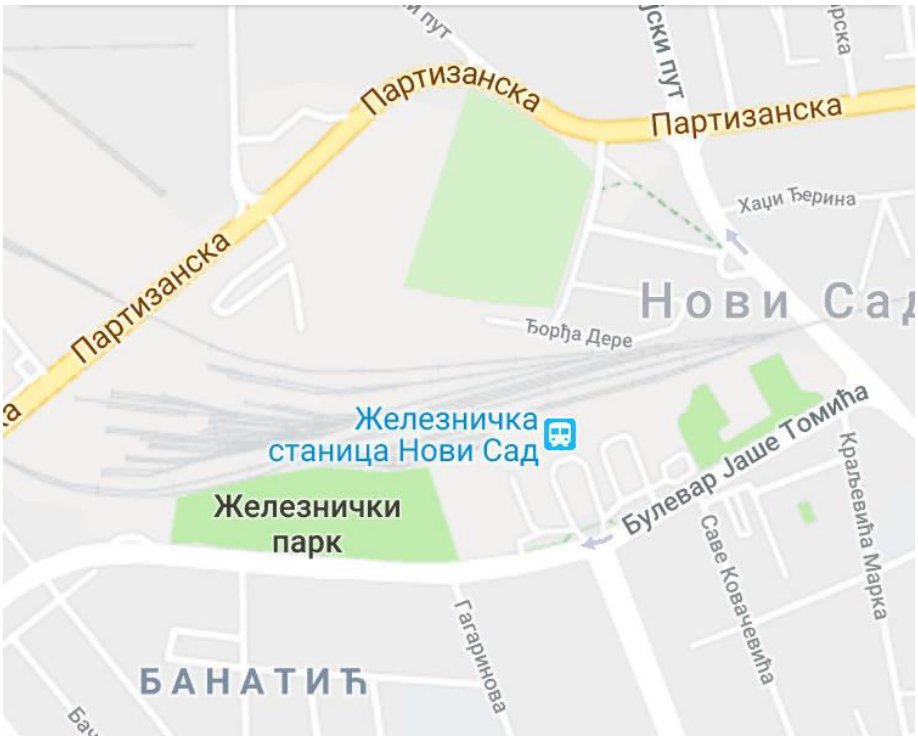
Molinarijev park

Molinarijev park se nalazi u Petrovaradinu. Nakon 37 godina, konačno je obnovljen krajem 2011. kada su u njemu posađena brojna stabla, uređene su staze i postavljene klupe, a do tada je bio potpuno zapušten.



Železnički park

Železnički park nalazi se u blizini glavne autobuske i železničke stanice, na Bulevaru Jaše Tomića. Poseduje pešačke staze, brojna stabla i igralište za decu.



Kao što smo prethodno ukazali, korist postojanja zelenih površina je višestruka.

Međutim da bi se one očuvale propisano je koje se aktivnosti u njima ne mogu vršiti. Pa tako u parkovima nije dozvoljeno vršenje aktivnosti koje mogu da ometaju druge posetioce.

Šta je dozvoljeno u parkovima, a šta nije, određeno je brojnim propisima.

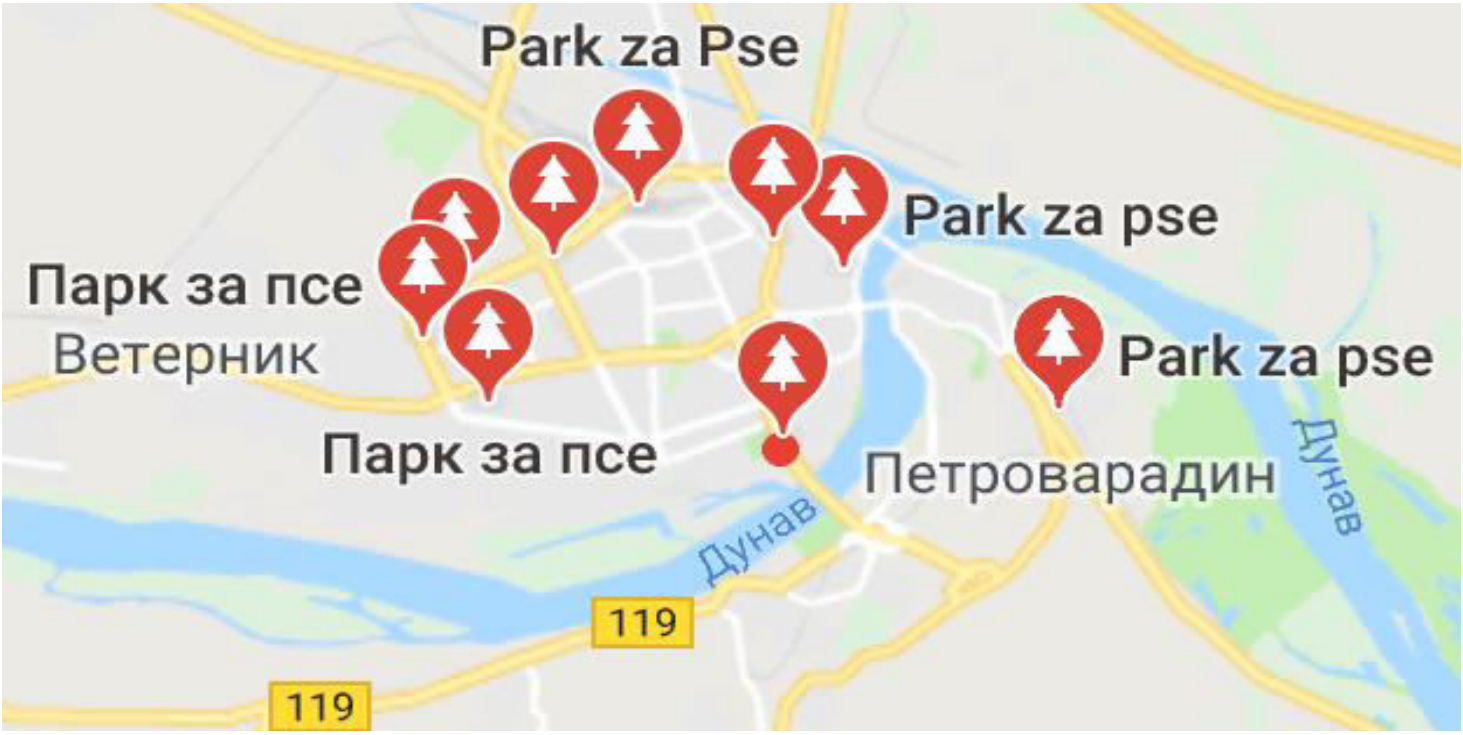
Tako je predviđeno da na javnim zelenim površinama nije dozvoljeno:
1. vađenje i orezivanje drveća,
2. oštećenje drveća i drugih zasada,
3. sadnja drveća i drugih zasada (šiblja, žive ograde, cvetni parteri, i dr.) bez pribavljene prethodne saglasnosti preduzeća koje upravlja zelenilom,
4. skidanje plodova i cvetova sa drveća, šiblja i cvetnih gredica,
5. kopanje i iznošenje zemlje, kamena, peska i drugih sastojaka zemljišta,
6. bacanje otpada i njegovo paljenje,
7. skidanje, uništavanje ili oštećenje putokaza, znakova, natpisnih pločica i sl.,
8. oštećivanje staza, klupa, posuda za sakupljanje otpada, ograda, sanitarnih uređaja i sl.,
9. vožnja, zaustavljanje, ostavljanje i pranje vozila,
10. premeštanje klupa, posuda za sakupljanje otpada i rekvizita sa dečijih igrališta,
11. loženje vatre ili paljenje stabala ili lišća, istovar materijala, robe, ambalaže i slično na travnjacima, travnim terenima i stazama, kao i njihov smeštaj pored drvoreda i drugih zasada,
12. urezivanje imena ili znakova na stablima, klupama, zidovima ili ostalim objektima, zakivanje reklamnih panoa, lepljenje plakata na stablima, ogradama ili pomeranje graničnih belega, zakivanje klinova u stablo, i
13. drugo nenamensko korišćenje ili oštećenje javne zelene površine.

Međutim, nisu samo ljudi ti koji vole da provode vreme u zelenim okruženjima.

Prostor za trčanje i igru je potreban i našim ljubimcima. U Novom Sadu postoji nekoliko lokaliteta prilagođenih njihovim potrebama. U ovim parkovima se nalaze razni rekviziti za preskakanje, penjanje, istrčavanje, zatim klupe, korpe za otpatke i info table.

Tako, sa svojim psom možete posetiti neki od parkića za ljubimce koji se nalaze na sledećim lokacijama:

1. kod autobuske okretnice u ulici Ive Andrića
2. deo Univerzitetskog parka uz Bulevar cara Lazara
3. Bulevar Jaše Tomića- deo parka kod Železničke stanice
4. prostor u ulici Đorđa Nikšića Johana
5. deo parka na uglu ulica Bate Brkića i Seljačkih buna
6. prostor na uglu ulica Oblačića Rada, Boška Vrebalova i Milenka Grčića
7. prostor na uglu Bulevara Oslobđenja i Bulevara Despota Stefana
8. deo Omladinskog parka
9. u Petrovaradinu- između Bloka 8 i železničke pruge
10. prostor na uglu Bulevara Kneza Miloša i autobuske okretnice.



Novi Sad bi uskoro trebalo da dobije još jedan park, na prostoru između Detelinare i Novog Naselja. Prema tehničkoj dokumentacije predviđeno je da ima 10 ulaza, od kojih će glavni biti posebno obeležen polukružnim parterom. U centralnom delu biće veliki cvetni parter, a oko njega glavno šetalište.

Poslastičarnica će se nalaziti u zapadnom delu parka, a odmah pored nje će biti dečije igralište. Planira se postavljanje dva igrališta sa rekvizitima: ljuljaške, klackalice i sprava za vežbanje. Predviđeno je i da se na južnoj strani parka nađe teren za boćanje i klupa sa zaštitom od sunca, a centralni deo biće namenjen za koncerte, izložbe i različite edukativno-zabavne radionice. Predviđena je i fontana i dve javne česme. Pešačke staze će okružiti ceo park i spojiti ga sa okolinom.

Nažalost, Novom Sadu i pored toga nedostaje zelenih površina. Iako su one u deficitu, tendencija njihovog smanjivanja je i dalje prisutna. Gradnjom tržnihcentara, poslovnih objekata i zgrada, dolazi do nestajanja malobrojnih zelenih prostora.

KUVAR

U ovom kuvaru ćete pronaći recepte za pripremanje zdravih obroka, poslastica i napitaka. Sve obroke možete pripremiti kod kuće, a zatim u njima uživati u nekom od parkova u vašoj blizini.

Zdrav doručak

- 1 šolja lešnika
- 1 šolja kokosovog brašna
- 1 šolja isklijane heljde
- 3 s.k. rogača u prahu
- 15 urmi
- 2/3 šolje vode
- 1 avokado
- 1 banana
- višnje

U blenderu izblendajte lešnik, kokosovo brašno, heljdu, 10 urmi, 1 s.k. rogača u prahu i 2/3 šolje vode. Koristite štap da pritisnete smesu dole. Blendajte dok se sve dobro ne sjedini. Stavite na dno čaše. U blender sada ubacite avokado, bananu, 5 urmi i 2 s.k. rogača uprahu. Opet koristite štap. Dobijenu smesu stavite preko prve u čašu. Po vrhu stavite sloj višanja i uživajte.

Bezglutenske pločice

- 2 šolje mlevenog suncokreta
- 2 šolje mlevenih laneninih semenki
- 1 šolja mlevenog susama
- 1-2 k.k. him. soli
- 1 šolja vode
- ruzmarin

Pomešati suncokret, lanene semenke i susam. Dodati so i vodu. Promešati kašikom. Rastanjiti smesu na papir za pečenje. Posuti ruzmarinom po vrhu. Zagrejati rernu na 180C. Staviti tepsiju u rernu i peći 30-45 min. Pločice čuvajte u frižideru u papirnoj kesi ili krpi.

Mafini sa bundevama

- 2 šolje integralnog brašna,
- 1 avokado, oguljen i sa izvađenom košticom
- jedna izgnječena banana,
- 1 šolja izgnječene bundeve,
- 2 jajeta,
- 1 jabuka, oguljena i iseckana,
- ¾ šolje smeđeg šećera od šećerne trske,
- kašika seckanih oraha,
- kašičica vanile,
- kašičice sode bikarbone,
- kašičica praška za pecivo,
- ½ kašičice soli, kašičica cimeta,
- ½ kašičice muskatnih oraščića.

Zagrejte rernu na 175°C. U pleh za pečenje poređajte 16 modli za mafine. U činiji srednje veličine, pomešajte brašno, so, prašak za pecivo, sodu bikarbonu, muskatno orašče i cimet.U drugu činiju stavite avokado, izgnječenu bananu i bundevu, jaja, šećer i vanilu, pa sve dobro izmešajte dok ne dobijete glatku masu. U tu masu umešajte seckanu jabuku.Pomešajte potom sadržaj obe činije i sve opetdobro izmešajte. Tom masom napunite modle za mafine, pospite seckanim orasima i pecite dok se mafini potpuno ne ispeku (trebalo bi da 20-ak minuta bude dovoljno).

Smuti sa jabukama i jogurtom

- jedna jabuka,
- jedna banana
- šolja grčkog jogurta,
- šaka oraha (ili badema, ili kikirikija),
- pola kašičice cimeta.

Ubacite sve sastojke u blender i sameljite dok ne dobijete glatku masu. Odozgo možete da pospete sa malo cimeta. Ovaj smuti sadrži ugljene hidrate, masti i belančevine i predstavlja kompletan obrok.

Mafini od ovsa

- 8 šolja vode,
- 2 šolja ovsenih pahuljica
- 7 kašičica javorovog sirupa,
- 2 i po kašičice cimeta,
- ¼ kašičice himalajske soli.
- kikiriki

Naspite vodu u lonac, posolite i grejte dok ne proključa. Naspite ovsene pahuljice i smanjite vatru tako da se krčka oko 30 minuta. Isključite vatru (ringlu) i naspite javorov sirup i cimet u kuvani ovas, pa promešajte. Ostavite da odstoji 10 minuta.
Uzmite pleh za mafine, dno svih modli u plehu namažite uljem, pa ih napunite ovsenom kašom. Ostavite da se ohladi, pa ubacite u zamrzivač da se zamrzava oko 5 sati. Izvadite pleh za mafine, ostavite da se nekoliko minuta otkravi, pa nožem izvadite ovsene mafine, ubacite u kesice za zamrzivač i ostavite da stoje u zamrzivaču.
Ujutru, kad hoćete da spremite doručak, ubacite nekoliko zamrznutih ovsenih mafina u prethodno zagrejanu rernu i zagrejte da budu dobro topli. Prelijte medom (ili nekim drugim prirodnim zaslađivačem), pospite odozgo seckanim kikirikijem - i doručak je gotov!

Osvežavajući napitak od banane

- 2 zrele banane,
- ½ šolje seckanih oraha,
- sok od pola pomorandže,
- kriška ananasa,
- cimet.

Ogulite i iseckajte banane, zamotajte u plastičnu foliju i ostavite u zamrzivaču nekoliko sati dok se ne smrzne. Izvadite smrznute banane iz zamrzivača, ubacite u blender I izmiksajte. Umešajte seckane orahe i poslužite.
Možete ukrasiti kriškom ananasa, a radi ukusa posuti cimetom. Ukoliko želite da masa bude ređa, možete nakon miksanja dodati sok od pola pomorandže i promešati.

Energetske pločice

100 g kornfleksa
100 g ekspanandiranog pirinča
50 g susama
50 g badema,
50 g pečene golice,
30 g suncokretovih semenki,
30 g suve brusnice,
30 g suvog grožđa,
30 g lana,
30 g kokosa,
2-3 kašike ječmenog slada

Ječmeni slad zagrejte u šerpici, neka se skroz rastopi, pa ga polako prelijte preko mešavine žitarica i suvog voća i pomešajte.
Kada se sve lepo sjedini stavite na papir za pečenje. Pritiskajte prstima dok se sve polako ne razlije po papiru, pa prekrijte drugim parčetom papira za pečenje. Pritiskajte nečim ravnim (tepsijom ili daskom za sečenje) da bi se dobila debljine malog prsta.
Stavite u frižider na par sati, pa Izvadite i isecite na pravougaonike ili kockice, zapakujte table u foliju i čuvajte ih u frižideru.

Sladoled zeleni smuti

- 1 banana,
- 2 kivija,
- 2 kašike meda,
- 1 kašika rendanog đumbira.

U blenderu meljite spanać, mleko i peršun dok ne dobijete glatku masu. Dodajte oljluštenu bananu i jedan kivi, med i đumbir. Meljite dok ne dobijete glatku masu.Oljuštite drugi kivi, pa ga isecite na kolutove i u svaki kalup za sladoled dodajte jedan ili dva koluta. Naspite zeleni smuti u kalupe i ostavite u zamrzivaču dok se ne zamrzne (otprilike 6 sati).Da biste izvadili sladolede iz kalupa, potopite na nekoliko sekundi plastični kalup u toplu vodu.

Sufle sa kačkavaljem i jajima:

- 4 jajeta, 2 supene kašike maslinovog ili kokosovog ulja
- 2 supene kašike pirinčanog brašna
- 1 šolja krem sira
- Prstohvat mlevene ljude paprike
- 1 šolja iseckanog kačkavalja (ili čedar sira)
- Dva-tri sitno iseckana češnja belog luka
- 150 g sitno iseckanog crnog luka (ili praziluka)

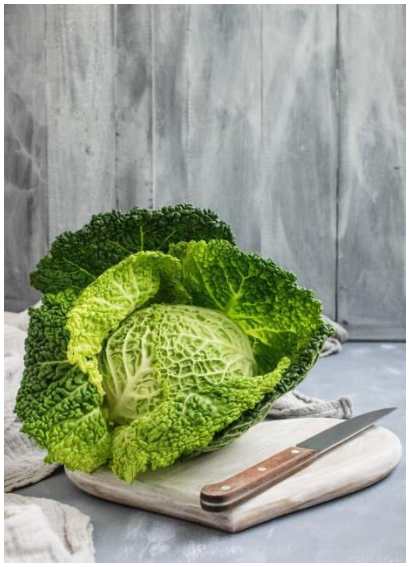
Zagrejte pećnicu na 350 stepeni. Razdvojite žumanca i belanca jaja. Pomešajte ulje i pirinčano brašno i krčkajte na blago zagrejanoj ringli, stalno mešajući. Dodajte krem sir i alevu papriku. Krčkajte na niskoj temperaturi dok se ne zgusne.Umešajte u ovu smesu preostale sastojke (osim jaja). Nastavite da krčkate sve dok se kačkavalj (čedar) ne rastopi. Skinite sa vatre. Umutite dobro žumanca. Izručite umućena žumanca u sos koji ste napravili. Mutite potom belanca dok ne postanu penasta. Izručite i belanca u sos.Pecite u pećnici na 350^{o} C 35 minuta. Poslužite odmah.

Rižoto sa pasuljem

Sastojci:
- 300 g integralne riže
- 300 g crnog organskog pasulja
- ½ praziluka
- 2 čena belog luka
- Malo kokosovog ulja
- Him. so
- 1 s.k. organskog soja sosa
- 1 paradajz
- Dimljeni tofu (opciono)

Skuvati integralnu rižu i crni pasulj odvojeno. Staviti kokosovo ulje u wok tiganj i dodati praziluk i beli luk.Kada ste to malo prodinstali dodati rižu i pasulj. Posoliti po želji i dodati kašiku soja sosa. Dinstati oko 15 minuta te skloniti s vatre. Izrezati paradajz i tofu na kockice i posuti preko rižota sa pasuljem.

Proteinska salata od kelja i kinoe:



- 2 šolje kuvane kinoe,
- 2 šolje seckanog kelja (odstraniti žile),
- šolja kuvanog nauta,
- 5-6 klementina, razdvojenih na kriške,
- 1/3 šolje seckanih pistaća,
- 1/3 šolje semenki nara,
- 3 kašike maslinovog ulja,
- kašika soka od pomorandže,
- čen belog luka, sitno iseckan,
- kašičica izmrvljene suve nane,
- so i biber

U činiji za salatu pomešajte kuvanu kinou, seckani kelj, naut, kriške klementine, pistaće i seme nara.

U manjoj činiji napravite preliv: pomešajte maslinovo ulje, beli luk, 1 kašičicu sumak začina, sok od pomorandže, suvu nanu, so i malo bibera.

Prelijte salatu ovim prelivom i sve dobro promešajte da se dobro uvalja. Pospite preostalom kašičicom sumak začina. Po želji, možete da dodatno posolite i pobiberite. Salata se može poslužiti odmah, a može da stoji u frižideru do 2 dana.

Bezglutenska pasta napoli

- 400 g kukurzne testenine
- 1 šaka sitno narezanog praziluka (ili više po želji)
- 2 čena belog luka
- 2 supene kašike organskog soja sosa
- 1 šolja organskog paradajz sosa
- Maslinovo ulje (ili kokosovo ulje)
- Peršun, bosiljak, origano, so i biber
- Susam (suncokret ili semenke bundeve)

Skuvajte makarone i properite ih kroz mlaz hladne vode. Na veoma malo maslinovog ulja i soja sosa propržite beli luk i praziluk. Dodajte paradajz sos i makarone. Mešajte i po želji stavite peršun bosiljak, origano, so i biber. Mešajte dok vam se ne ukuva paradajz sos. Po želji posuti susamom, suncokretom ili nekim drugim semenkama. Servirati sa svežim paradajzom.

Rižoto sa kukuruzom

- ½ kg basmati riže
- 200g kukuruza
- organski tamari (ili soja) sos
- him. so
- hleb od juče
- 1-2 paprike
- dimljeni tofu
- voda(po potrebi)
- začini (biber, susam, mlevena paprika)
- maslinovo ulje
- malo soka od limuna

Skuvajte rižu u vodi. Izrežite papriku na kockice, i zagrejte maslinovo ulje u tiganju. Procedite rižu i ubacite je u tiganj, zajedno sa paprikama i kukuruzom. Propržite malo, dodajte soja sos i ostale začine. Izrežite stari hleb na kockice i stavite u rernu na 170 stepeni. U tiganj dodajte vode po potrebi i ostavite nekih 15 minuta. Servirajte rižu sa prepečenim hlebom i naseckanim dimljenim tofu sirom. Pospite limunovim sokom(po želji).

Špagete u sosu od spanaća

- 3 tikvice (ili krastavac, rotkva, šargarepa)
- nekoliko cvetova svežeg karfiola
- ½ šolje semenki suncokreta (potopljeni u vodi bar 2 h)
- ½ šolje indijskog oraha (potopljeni u vodi bar 2 h)
- 1 šolja spanaća
- 1 šolja vode
- 1 k.k. him. soli
- 1-2 s.k. nutritivnog/pivskog kvasca

Tikvice(ili povrće po želji) spiralizirajte, malo posolite i ostavite u posudi da odstoji 15-20 minuta da omekša I pusti vodu. Suncokret I indijske orahe izblendajte sa vodom na najjače. Dodajte spanać, I so.
Blendajte dok se sve lepo ne sjedini. Prelijte povrće sosom od spanaća, naseckajte karfiol, pospite sa još malo pivskog kvasca. Uživajte.

Kolačići od cimeta

200 gr badema
- 200 g indijskih oraha
- 1 s.k. cejl.cimeta
- 1 s.k. đumbira u prahu
- 1 k.k. mlevenog kardamona
- 1 k.k. mlevenih karanfilčića
- 1 k.k. rendane kore narandže (organske)
- 10-15 urmi
- 1 .s.k. kokos ulja

U blender ili secku sameljite bademe i indijske orahe. Dodajte urme i sve začine pa blendajte još malo. Na kraju dodajte kokosovo ulje i još malo miksajte dok ne dobijete jednoličnu ali ne previše masnu smesu. Blendajte na slabijoj brzini kako badem ne bi prebrzo pustio masnoću. Dobijenu smesu rastanjite pomoću papira za pečenje i vadite željene oblike. Kolačiće možete jesti odmah a možete ih i dehidriratina 45C oko 15 tak sati...

Uštipci od kelja i parmezana

- 2 šolje spanaća, krupno seckanog,
- ½ šolje randanog parmezana,
- ½ šolje rendanog mocarela sira,
- 1 jaje,
- ½ šolje prezli od hleba,
- ½ kašičice belog luka u prahu,
- kašičica pomešanog suvog majorana, origana, ruzmarina, timijana i bosiljka.

Zagrejte rernu na 1600C. U tiganju na malo maslinovog ulja prodinstajte seckani kelj dok ne omekša i ne dobije svetlozelenu boju. Dodajte spanać, i sve dobro mešajte dok spanać ne omekne.
Naspite spanać i kelj u blender, pa dodajte parmezan, jaje i kuvani pasulj, pa meljite dok ne dobijete glatku masu. Dodajte začin, beli luk u prahu i malo soli i bibera. Umešajte u dobijenu masu prezle i mocarelu. Supenom kašikom počnite da vadite masu i postavite je na pleh za pečenje, pa potom pecite u rerni dok se uštipci ne ulvrste ne počnu da dobijaju zlatnobraon boju – oko 20 minuta.
Poslužite toplo, sa nekim finim prelivom (na primer, sa salsom).

Sladoled od kokosa

1 šolja oraha(badema ili lešnika)
- meso svežeg kokosa
- 1/3 šolje kokosovog ulja
- 1/2 šolje biljnog mleka
- 1 šolja urmi
- 2-3 s.k. meda

Orahe i urme sameljite u secku ili blenderu i ostavite sa strane. U blender stavite kokos, biljno mleko I med. Blendajte dok ne dobijete jednoličnu smesu. Na kraju dodajte kokosovo ulje i blendajte još malo. Dobijenu smesu sipajte u kalupe za sladoled do pola, od pola stavite prvobitno dobijenu smesu od oraha i urmi. Stavite sladolede u zamrzivač na nekoliko sati ili preko noći.

Sladoled od krastavca i maline

- 1 veliki krastavac,
- limun,
- 16 malina,
- 1-2 kašike agave sirupa.

U jači blender ubacite krastavac i limun. (Ukoliko nisu organski, onda im oljuštite koru. A ukoliko možete da nabavite organske, onda ih sameljite cele - naravno, nakon što ih dobro operete). Meljite dok ne dobijete kašastu masu. Dodajte kašičicu ili dve agave sirupa, po ukusu. Potom naspite dobijeni sok u modle za sladoled do četvrtine. Ostavite u zamrzivač 20 minuta, izvadite, promešajte, ostavite još 20 minuta u zamrzivaču. Opet izvadite i promešajte. Dodajte maline (ili drugo voće po izvoru), pa dospite sok od krastavca i limuna do polovine. Ponovite ovo još dvaput dok ne napunite modle (tako da voće ostane u sredini sladoleda). Stavite drveni štapić u svaku modlu, pa ubacite u zamrzivač dok se potpuno ne sledi, oko 3 sata. Da izvadite sladoled, stavite modle nakratko u toplu vodu da se po površini sladoled malo odmrzne, pa izvucite sladoled na štapiću.

Napitak od krastavca i mente

- krastavac srednje veličine
- 2 šolje kockica leda,
- ½ šolje vode,
- 4 velika lista sveže nane,
- 1 limeta (ili limun),
- 2 kašike meda ili agave sirupa,
- malo smeđeg šećera za garniranje,
- dodatna voda po želji.

Najpre napravite garnir. Narendajte koru limete/limuna (naravno, ako samo nađete organski gajene ili neprskane) i na tanjiru pomešajte sa smeđim šećerom. Oljuštite krastavac, operite listove nane, pa ubacite u blender i iscedite sok jedne limete (limuna). Dodajte led, pa meljite dok ne dobijete

gušću masu. Naspite u čaše i odozgo garnirajte mešavinom kore limuna sa šećerom. Poslužite odmah.

Ruska salata na drugačiji način

- 2 šolje indijskih oraha(potopljeni u vodi preko noći)
- 1 kafene kašičice kurkume
- 1 kafene kašičice him. soli
- sok od 1 limuna
- 1 čena belog luka
- 1/2 šolje vode
- 800 g graška
- 800 g krompira
- 800 g šargarepe
- jabukovo sirće

Seckajte na sitne kockice krompir i šargarepu. Stavite u šerpu krompir, šargarepu i grašak da se kuva oko 30 minuta. Napravite majonez, tako što ćete potopljene indijske orahe izblendati sa vodom belim lukom, soli, kurkumom, sokom limuna i malo jabukovog sirćeta. Skuvano povrće procedite i ostavite da se ohladi. Pomešajte majonez i povrće. Ako želite da bude kiselije dodajte malo soka od limuna. Ako imate domaće kisele krastavčiće, možete po želji staviti i njih.

НОВИ САД 2019
ОМЛАДИНСКА ПРЕСТОНИЦА ЕВРОПЕ
отвара врата

www.opens2019.rs

Environment Engineering group
INŽENJERI ZAŠTITE ŽIVOTNE SREDINE

www.activity4sustainability.org