



Evropski teden mobilnosti 2018  
16. – 22. september

### **»Ostanimo mobilni«** DELAVNICA O TRAJNOSTNI MOBILNOSTI ZA STAREJŠE

Letošnji Evropski teden mobilnosti, ki že tradicionalno poteka od 16. do 22. septembra, se bo odvijal pod sloganom »Združuj in učinkovito potuj« in bo posvečen še posebej starejšim. Sodelujoče občine iz številnih Slovenskih regij bomo v tem tednu organizirale delavnice »Ostanimo mobilni« ter druge spremljajoče aktivnosti, s katerimi želimo prispevati k večji ozaveščenosti o pomenu trajnostne mobilnosti med starejšimi. Predstavili jim bomo drugačne rešitve pri prevozu in organizaciji dnevnih poti ter koristi hoje za zdravje in dobro počutje, kot tudi socialne, ekonomske in okoljske prednosti pešačenja, kolesarjenja in uporabe javnega prevoza.

Starejši so vse večja skupina prebivalcev, ki je v prometu udeležena v različnih vlogah. Starejši so lahko pešci, kolesarji, avtomobilisti, ali pa uporabljajo prevozna sredstva, ki jih upravljajo drugi, npr. javni prevoz. V tej delavnici želimo posebej izpostaviti njihovo odvisnost od kakovostne infrastrukture za hojo in kolesarjenje ter spremljajočih storitev, ki jim bodo omogočale udobno življenje brez avtomobila. Od tega sta odvisni tudi njihova samostojnost in svobodno gibanje. Redna hoja in kolesarjenje preko celotnega življenjskega obdobja pripomoreta k boljši telesni pripravljenosti, in tudi v starosti pomagata ohranjati mišično maso in močne kosti, zmanjšujeta nevarnost bolezni srca in ožilja, možnost nastanka kapi, znižujeta krvni tlak ter raven holesterola, lahko preprečita sladkorno bolezen tipa 2, raka na dojki in prostati. Hoja kot prometna praksa obenem postaja zaradi demografskih sprememb vse pomembnejša. Celovito načrtovanje prometnih ureditev in povezovanje ukrepov na različnih področjih kot na primer zdravstvenem, kulturnem, okoljskem in prometnem je ključno za izboljšanje varnosti starejših pešcev oz. kolesarjev. To je predpogoj, da se ti odločijo za pešačenje oz. kolesarjenje ali uporabo kombiniranih oblik prevoza.

Cilj delavnice je nagovoriti starejše in širšo javnost o pomenu mobilnosti za starejše, opozoriti na pozitivne vplive trajnostne mobilnosti na zdravje in okolje, ustvariti mrežo na regionalni oz. lokalni ravni, ki bo trajno delovala, vključitev starejših v mreže za spodbujanje hoje in medgeneracijskega sodelovanja, npr. s šolami, tečaji nordijske hoje, v kolesarska društva in podobno, mobilizirati lokalna društva upokojencev v vlogo zagovorništva pešcev.

Delavnice so priložnost, da starejši izrazijo svoje mnenje, delijo znanja, izkušnje ter izpostavijo svoje potrebe s področja trajnostne mobilnosti in skupaj s predstavniki lokalnih skupnosti, državnih ustanov ter strokovnjakov iz različnih resorjev razpravljajo o aktualni problematiki trajnostne mobilnosti med starejšimi ter v skupnem sodelovanju poiščejo rešitve in predloge za naprej.

V Mestni občini Nova Gorica bomo delavnico izvedli v **sredo, 19.9.2018** v veliki sejni dvorani Mestne občine Nova Gorica.

Izvedli jo bomo predstavniki Mestne občine Nova Gorica, Nacionalnega inštituta za javno zdravje, Enota Nova Gorica, Šolski center Nova Gorica, Šola zdravja Nova Gorica. Svoje izkušnje s kolesarskih potovanj pa nam bo predstavil tudi Karel Bizjak iz Nove Gorice.

S temi aktivnostmi se v času Evropskega tedna mobilnosti pridružujemo letošnji nacionalni akciji ozaveščanja o pomenu trajnostne mobilnosti med starejšimi, ki jo je pripravila Medresorska delovna skupina za trajnostno mobilnost. Vsebine prometa, zdravja, okolja, prostora in prometne varnosti so prepletene in celovito nagovarjajo skupino starejših občanov.



MESTNA OBČINA NOVA GORICA



Nacionalni inštitut  
za javno zdravje



Šola zdravja  
STROJNA, PROMETNA IN LESARSKA ŠOLA



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA INFRASTRUKTURO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA OKOLJE IN PROSTOR



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

DÓBER TEK  
Slovenija

