

Donacijska utrka „Znanjem i prevencijom do zdravlja“

Više od 500 prijavljenih trkača

Za sudjelovanje u devetoj Donacijskoj utrci „Znanjem i prevencijom do zdravlja“, u organizaciji Lige protiv raka Brodsko-posavske županije i Ultramaraton kluba Mazator,

do sada se prijavilo više od 500 trkača. Rok za prijavu je **15. kolovoza** ili do prijavljenih 1.000 trkača, a utrka će biti održana **6. rujna** sa startom i ciljem kod Sportske

dvorane Vijuš. Utrke za djecu na 100, 200, 400, 600 i 800 metara početak će u **9 sati**, a startnina je 15 eura. Odrasli će u **10 sati** trčati trase od pet i deset kilometara, a

startnina je 25 eura. Za sve sudionike utrke osigurane su medalje, startni brojevi i službene majice utrke, okrep, dežurstvo hitne medicinske službe te javnozdravst-

vena akcija u sklopu koje će moći izmjeriti razinu glukoze u krvi, krvni tlak, vitaminsko-mineralni status i pregledati madeže. Prikupljene donacije bit će namijenjene opre-

manju dnevne onkološke bolnice Opće bolnice „Dr. Josip Benčević“.



Klimatske promjene i ranjive skupine: Starije osobe i osobe s invaliditetom na prvoj liniji rizika

Klimatske promjene sve izraženije oblikuju našu svakodnevnicu - temperature obaraju rekorde, vremenske nepogode su sve učestalije a sezonske bolesti možemo teže predvidjeti. Iako svi osjećamo posljedice, osobito su pogođene ranjive skupine društva, prije svega osobe starije životne dobi i osobe s invaliditetom. Zbog svega toga, Udruga Eko Brezna je, u partnerstvu s Društvom multiple skleroze Brodsko-posavske županije i Pokretom gorana iz Novog Sada, pokrenula projekt „Zaboravljena generacija - ne zaboravite učiti!“ (FOR-GEN-LEARN) u sklopu Erasmus+ programa. Kroz projekt se provode mnogobrojne edukacije i radionice s ciljem upoznavanja ranjivih skupina s klimatskim promjenama, teškoćama koje klimatske promjene donose, ali i načinima na koje se svatko od nas može prilagoditi, pa i lakše nositi s posljedicama.

- Zbog fizičkih, zdravstvenih i socijalnih prepreka, upravo su naši stariji sugrađani i osobe s invaliditetom najugroženiji u kriznim situacijama poput toplinskih valova, poplava ili dugotrajnih suša - istaknula je **Ana Marić**, koordinatorica u projektu.

Voditeljica projekta **Lidija Vukojević** dodaje kako starije osobe često imaju kronične bolesti koje se pogoršavaju tijekom vrućina, dok osobe s invaliditetom, uz to, mogu imati i otežan pristup institucijama, zdravstvenim uslugama ili pravodobnim informacijama. Isto tako, izrazito velike razlike u pristupu informacijama su vidljive kada uspoređujemo osobe starije životne dobi koje žive u ruralnim, zabačenijem područjima od onih koji žive u urbanim područjima. - Klimatske promjene za njih predstavljaju izravnu prijetnju zdravlju i kvaliteti života - poručuje Vukojević.

Kako klimatske promjene utječu na starije osobe i osobe s invaliditetom?

* Toplinski valovi povećavaju rizik od dehidracije, moždanog udara i pogoršanja kroničnih bolesti.

* Poplave i oluje mogu onemogućiti mobilnost i pristup lijekovima, zdravstvenoj pomoći i osnovnim potrepštinama.

* Onečišćenje zraka negativno utječe na dišni sustav i pogoršava respiratorne bolesti.

* Energetska nesigurnost - nemogućnost hlađenja ili grijanja doma dodatno ugrožava zdravlje.

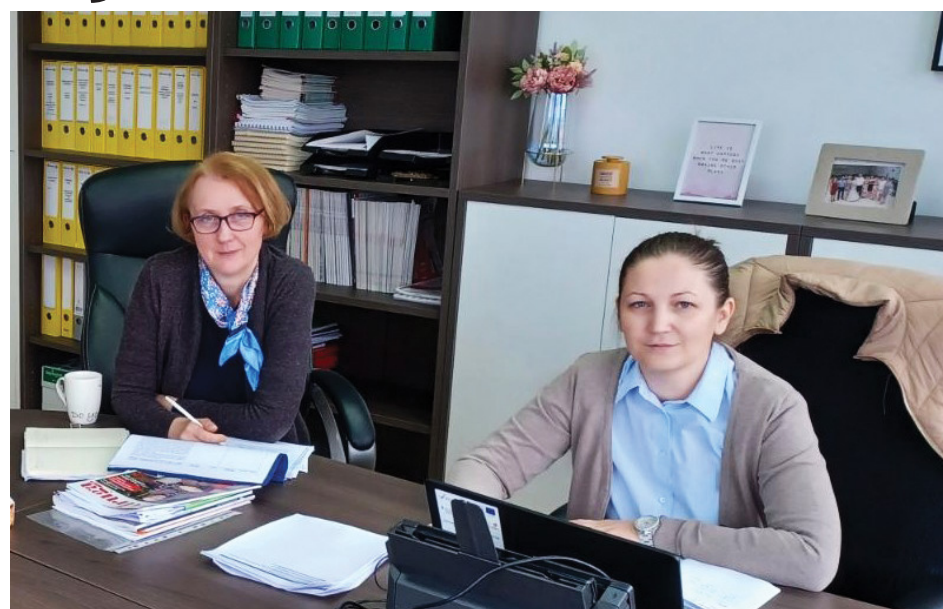
Ljeto, iako mnogima omiljeno godišnje doba, postaje sve izazovnije. Ekstremne vrućine, suhi zrak i UV zračenje dovode do ozbiljnih zdravstvenih rizika, posebno kod starijih i kronično bolesnih osoba.

Što znači crveno upozorenje i visok UV indeks?

Crveno upozorenje označava ekstremne vremenske uvjete koji mogu ozbiljno ugroziti zdravlje i sigurnost stanovništva.

UV indeks iznad 8 ukazuje na vrlo visoku razinu ultraljubičastog zračenja - opekline mogu nastupiti već nakon 10 do 15 minuta izlaganja suncu bez zaštite.

Preporuke za zaštitu



Voditeljica projekta Lidija Vukojević i Ana Marić, koordinatorica u projektu

zdravlja tijekom toplinskog vala

• Izbjegavajte boravak na otvorenom između 10 i 17 sati.

• Pijte dovoljno vode i kada ne osjećate žeđ. Izbjegavajte alkohol, kavu i gazirane napitke.

• Nosite laganu, svijetlu odjeću od prirodnih materijala, šešir širokog oboda i sunčane naočale s UV zaštitom.

• Koristite zaštitne kreme sa zaštitnim faktorom 30 ili višim.

• Rashladite prostor klima uređajem ili ventilatorom, prozore zatvorite tijekom dana a provjetravajte ujutro i navečer.

• Pazite na starije, osobe s invaliditetom, djecu i kućne ljubimce - provjerite jesu li zbrinuti i imaju li vodu.

• Prepoznajte znakove toplinskog udara: glavobolja, vrtoglavica, mučnina, crvena i suha koža, ubrzan puls - u tom slučaju odmah potražite liječničku pomoć.

• Pripremite zdravstvenu dokumentaciju i lijekove na lako dostupno mjesto.

• Pratite vremenske prognoze i službena upozorenja (DHMZ, civilna zaštita).

Zajednička odgovornost

Klimatske promjene nisu samo pitanje okoliša - one su i društveno pitanje, ističe Lidija Vukojević. Briga za najranji-

vije članove našeg društva, osobito u kriznim situacijama, nije stvar suosjećanja, već **zajedničke odgovornosti**. U vremenu sve češćih ekstremnih vremenskih pojava, **znajanje, solidarnost i dobra organizacija** postaju temelj učinkovite prilagodbe. Upravo i Udruga Eko Brezna kroz svoje programske aktivnosti, projekte i kampanje nastoji doprinijeti povećanju klimatske pismenosti svih građana naše županije, kazala nam je za kraj Ana Marić, koordinatorica na projektu.

Projekt se provodi od 1. rujna 2024. godine i traje godinu dana.

Preporučeni lokalni kontakti za hitne situacije

- 112 - hitne službe: policija, hitna pomoć, vatrogasci
- Crveni križ Republike Hrvatske (dostava lijekova i hrane): 0800 1188
- DHMZ - vremenska upozorenja: www.meteo.hr
- HEP - DP Elektra Slavonski Brod: 0800 300 410
- Vodovod Slavonski Brod: 0800 333 444
- Komunalac Slavonski Brod: 0800 200 035
- Brod-plin - hitni kvarovi: 0800 666 661
- Županijski stožer civilne zaštite: 035 216 111 | civilna.zastita@bpz.hr
- Civilna zaštita, Slavonski Brod: 035 416 703

• Hrvatski zavod za socijalni rad, Područni ured Slavonski Brod: 035 213 700 / 035 444 422 | korisnik078@socskrb.hr



Sufinancira
Europska unija

Erasmus+
Obogaćuje živote, širi vidike.

Financirano sredstvima Europske unije. Iznesena mišljenja i stavovi odražavaju isključivo stav autora i ne moraju se podudarati sa stavovima Europske unije ili Agencije za mobilnost i programe Europske unije. Ni Europska unija ni tijelo koje dodjeljuje bespovratna sredstva ne mogu se smatrati odgovornima za njih.