

RUGSĖJO 22-oji

TARPTAUTINĖ DIENA BE AUTOMOBILIO

Kiekvieną rugsėjį visose Europos Sąjungos šalyse organizuojama Europos judrioji savaitė, kuri prasideda nuo rugsėjo 16 dienos. Judriosios savaitės kulminacija – *Diena be automobilio*, tradiciškai minima rugsėjo 22-ąją. Ji suteikia unikalią galimybę atkreipti dėmesį į neigiamą transporto įtaką aplinkai ir žmonių sveikatai bei patiems prisidėti prie švarios aplinkos išsaugojimo. Žmonės raginami bent šią dieną mieste išsiversti be automobilio, ieškoti kitokių susisiekimo būdų – eiti pėsčiomis, važiuoti dviračiu. Tai ne tik gerina gyvenimo kokybę miestuose, mažina oro taršą ir triukšmą, bet ir efektyviai prisideda prie eismo saugumo gerinimo, todėl reikėtų stengtis ne tik Tarptautinę dieną be automobilio, bet ir ištisus metus kelionei į darbą, parduotuvę ar į svečius rinktis ne greitą ir patogų savo automobilį, o sveikesnę ir taupesnę transporto rūšį.

Tarptautinės dienos be automobilio tikslas - atkreipti visuomenės dėmesį į neigiamą transporto poveikį aplinkai ir žmonių sveikatai, raginti miestų gyventojus asmeniškai prisidėti prie švarios aplinkos išsaugojimo, atsisakant važiavimo automobiliu ir pasirenkant mažiau orą teršiantį visuomeninį transportą, dviračius, naudoti biodegalus ir biokurą, keliauti pėsčiomis. Na o jei nėra galimybės vykti be automobilio, tokiu atveju kooperuotis su bendradarbiais, kaimynais ar draugais.

Lietuviai didžiąją dalį kilometrų nukeliauja automobiliais...



Lietuviai apie 90 proc. kilometrų nukeliauja automobiliais. Automobiliai dideliuose miestuose yra pagrindinis atmosferos teršimo šaltinis. Teršalai ardo bronchų, plaučių ląsteles, sumažėja atsparumas virusams ir bakterijoms. Pasaulinės sveikatos organizacijos duomenimis, sumažinus oro taršą 50 proc., gyventojų amžius pailgėtų 3–5 metais, sergamumas vėžiu ir kvėpavimo sistemos ligomis sumažėtų 20–30 proc., o kraujotakos sistemos ligomis – apie 10 proc.

Akivaizdu, kad tikėtis didelių pokyčių be asmeninių pastangų nereikėtų, todėl Tarptautinė diena be automobilio puiki proga bent vienai dienai pakeisti savo kasdienes transporto įpročius ir padovanoti sau ir visuomenei švaresnio oro gurkšnį. Ypač aktualu į tai įtraukti vaikus, nes nuo mažens ugdomas vaikų sąmoningumas apie fizinio aktyvumo naudą jų sveikatai, apie švarios aplinkos išsaugojimo reikšmę yra labai svarbus, nes vaikystėje susiformavęs supratimas juos lydi visą gyvenimą.

*Informaciją parengė Visuomenės sveikatos stiprinimo
skyriaus visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči
visuomenės sveikatos stiprinimą Alma Mikalauskienė*