

Čakovec, 22.10.2015. godine

## REZULTATI NATJECANJA „Pješke ili biciklom na posao“ (07.09.-27.09.2015.)

Danas postoje neoborivi dokazi da cjeloživotna, svakodnevna tjelesna aktivnost unapređuje i štiti fizičko, psihičko i socijalno zdravlje kako pojedinaca, tako i cijele zajednice, povećava funkcionalnu sposobnost starijih osoba i radnu produktivnost aktivnog stanovništva, te smanjuje stope bolovanja i potrošnju u zdravstvu. No, unatoč tome, više od 60% svjetske populacije ne dostiže potrebnu dnevnu razinu zdravstveno usmjerene tjelesne aktivnosti.

Naime, prema najnovijem istraživanju Europske komisije (Special Eurobarometer 412, Sport and physical activity Report, 2014), 42% ispitanika (starijih od 15 godina) iz Hrvatske rijetko ili uopće ne vježba niti nije uključeno u sport, odnosno, u bilo koji drugi oblik tjelesne aktivnosti (vožnja biciklom, ples, pješačenje, rad u vrtu i dr.).

Stoga Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije kroz svoje aktivnosti, programe i projekte, širi spoznaje o povezanosti tjelesne aktivnosti i zdravlja, radne produktivnosti te ukupne kvalitete života.

Sa željom da u domeni transporta povećamo broj aktivnih osoba, u suradnji s Gradskim bazenima Čakovec već osmu godinu u mjesecu rujnu organiziramo natjecanje „Pješke ili biciklom na posao“ namijenjeno zaposlenicima koji u tri tjedna natjecanja (ove godine je to bilo od 07.09.-27.09.2015. godine), trebaju u svakom tjednu barem 3 dana pješačiti ili putovati biciklom na posao i/ili s posla. Uključiti su se mogle osobe s prebivalištem u Međimurskoj županiji kojima je udaljenost do posla 1 kilometar ili više. Sudionici su tijekom akcije bilježili broj prijeđenih kilometara te po završetku akcije prijavili rezultate u Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije.

Do sada je, tijekom 8 natjecanja, u projektu „Pješke ili biciklom na posao“, sudjelovalo 846 osoba (278 muškaraca i 568 žena) koje su tijekom tih akcija prošle više od 121.000 kilometara. Pod pretpostavkom da se te osobe inače vozile na posao osobnim automobilom, upotrebom bicikla ili pješačenjem, ovom smo akcijom spriječili da 20.570 kilograma ugljičnog dioksida uđe u našu atmosferu. Naime, prilikom vožnje automobilom, za svaki kilometar vožnje, u okolinu se emitira 170 grama CO<sub>2</sub>.

### Rezultati za 2015. godinu (od 07.09.-27.09.2015. godine)

**PRIJAVLJENIH: 85 SUDIONIKA;** od toga je **74 biciklista** (26 muškaraca i 48 žena) koji su prošli 10.601,04 km i **11 pješaka** (1 muškarac i 10 žena) koji su prošli 559,89 km. Zajedno su u vrijeme akcije biciklisti i pješaci prošli **11.160,93km**.

**U kategoriji tvrti imali smo samo jednu prijavu i to iz Specijalističke ordinacije obiteljske medicine dr.med. Vlatke Hajdinjak Trstenjak iz Šenkovca.**



**NAGRAĐENI SUDIONICI U KATEGORIJI BICIKLISTA:**

1. ŽELJKA BEDIĆ, Bana Josipa Jelačić 100, Mačkovec (bicikl)
2. ĐURĐICA GOLIK, Ivana Pl. Zajca 23, Čakovec (biciklistička kaciga)
3. KARLO HORVAT, Đure Đakovića 16b, Nedelišće (pedometar)

**NAGRAĐENI SUDIONICI U KATEGORIJI PJEŠAKA:**

1. VLADIMIRA KRIŽAJ- GRABANT, Kolodvorska 48, Donji Kraljevec (bicikl)
2. ZVONIMIR TURK, Ivana Pl. Zajca 23, Čakovec 37, Čakovec (biciklistička kaciga)
3. MARIJANA CVIJA, Dravska 2, Strahoninec (pedometar)

**SPONZORI GLAVNIH NAGRADA:**

- KOMET D.O.O. PRELOG
- TRGOVINA MIHALEC „BECIKLIN“ PRELOG I ČAKOVEC
- GRADSKI BAZENI MARIJA RUŽIĆ ČAKOVEC
- LJEKARNA ČAKOVEC
- OPĆINA BELICA
- SAVJET ZA SIGURNOST PROMETA NA CESTAMA MEĐIMURSKE ŽUPANIJE
- ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO MEĐIMURSKE ŽUPANIJE

**NAGRAĐENI SUDIONICI SIGURNOSNE OPREME (PREDNJE I STRAŽNJE SVJETLO TE ZVONO ZA BICIKL, REFLEKTIRAJUĆE TRAKE I PRSLUK) ZA PJEŠAKE I BICIKLISTE:**

1. MAJA LIPOVIĆ, A. SCHULTEISSA 6, ČAKOVEC
2. ZDRAVKO ŽILAVEC, GARDINOVEC 280, BELICA
3. TAMARA POTOČNIK, MARTINSKA 43, MURSKO SREDIŠĆE
4. MARIJA JANČEC, BRAĆE RADIĆA 54A, MALA SUBOTICA
5. JELENA GORNIK, V. BAKARIĆA 6A, NOVO SELO NA DRAVI
6. SANTINA SRNEC, RADNIČKA 7, GORNJI KURŠANEC
7. SNJEŽANA JUROVIĆ, MARŠALA TITA 52, NOVO SELO ROK
8. ŽELJKO VUK, BUDINA 1, ŠENKOVEC
9. DANICA HOLCINGER, RADNIČKA 132, SAVSKA VES
10. MIROSLAVA NOVAK, BRAĆE RADIĆA 92, PRIBISLAVEC

Najveći broj prijedjenih kilometara u toku akcije zabilježen je kod **SRNEC DAMIRA** iz **NEDELIŠĆA** koji je prošao **520 km** i nagrađen je ciklokompjuterom i reflektirajućom trakom.

**SPONZORI SIGURNOSNE OPREME ZA PJEŠAKE I BICIKLISTE:**

- SAVJET ZA SIGURNOST PROMETA NA CESTAMA MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



Svi sudionici nagradnog natječaja imaju pravo na jednodnevno kupanje na Gradskim bazenima koje mogu realizirati do 31.12.2015.

Na recepciji bazena nalazit će se popis sudionika natječaja.

**SPONZOR JEDNODNEVNIH KARATA ZA BAZENE:**

- GRADSKI BAZENI MARIJA RUŽIĆ ČAKOVEC

**IZVLAČENJE SE ODRŽALO 16.10.2015. GODINE U ZAVODU ZA JAVNO ZDRAVSTVO MEĐIMURSKE ŽUPANIJE U PRISUTNOSTI ORGANIZATORA I SPONZORA. PRISUTNI ČLANOVI KOMISIJE:**

- ZVONIMIR TARADI, načelnik OPĆINE BELICA
- ALENKA HOŠNJAK, voditeljica Pododsjeka za sigurnost cestovnog prometa PU Međimurske i predsjednica Savjeta za sigurnost na cestama Međimurske županije
- LJILJANA MIHALEC, vlasnica Trgovine MIHALEC „BECIKLIN“ PRELOG I ČAKOVEC
- ANDREJA KNEŽEVIĆ, mag.pharm, ravateljica Ljekarne Čakovec
- prim. MARINA PAYER-PAL, dr.med.spec. mikrobiologije s parazitologijom, ravateljica Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije
- RENATA KUTNJAK KIŠ, dr.med., spec. epidemiolog, rukovoditeljica Djelatnosti za javno zdravstvo, Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije
- IRENA LEVAČIĆ, dipl.iur., Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije

**DETALJNI REZULTATI NATJECANJA „PJEŠKE ILI BICIKLOM NA POSAO“ 2015.:**

Najviše prijavljenih osoba je iz zdravstvenog (22%) i odgojno-obrazovnog sektora (18%).

**STRUKTURA PRIJAVLJENIH SUDIONIKA PO SPOLU:**

SPOL	BICIKLISTI	PJEŠACI	UKUPNO
MUŠKI	26 (35,1%)	1 (9%)	27 (31,8%)
ŽENSKI	48 (64,9%)	10 (91%)	58 (68,2%)
UKUPNO	74	11	85

**STRUKTURA PRIJAVLJENIH SUDIONIKA PO DOBI:**

DOB	BICIKLISTI	PJEŠACI	UKUPNO
DO 29	14 (18,9%)	2 (18%)	16 (18,8%)
30-49	50 (67,6%)	5 (45%)	55 (64%)
50>	10 (13,5%)	4 (37%)	14 (16,5%)
UKUPNO	74	11	85

**STRUKTURA PRIJAVLJENIH SUDIONIKA PO UDALJENOSTI DO POSLA U KM:**

UDALJENOST U KM	BICIKLISTI	PJEŠACI	UKUPNO
DO 5 KM	39 (52,7%)	10 (91%)	49 (57,6%)
>5KM	35 (47,3%)	1 (1%)	36 (42,3%)
UKUPNO	74	11	85



STRUKTURA PRIJAVLJENIH SUDIONIKA PO STRUČNOJ SPREMI:

STRUČNA SPREMA	BICIKLISTI	PJEŠACI	UKUPNO
NSS	2 (2,7%)	2 (18,2%)	4 (4,7%)
SSS	45 (60,1%)	3 (27,3%)	48 (56,5%)
VŠS	9 (12,2%)	1 (9,1%)	10 (11,6%)
VSS	18 (24,3%)	5 (45,5%)	23 (27,1%)
UKUPNO	74	11	85

STRUKTURA PRIJAVLJENIH SUDIONIKA PO PROSJEČNOJ UDALJENOSTI DO POSLA U KM:

	BICIKLISTI	PJEŠACI	UKUPNO
<b>PROSJEČNA UDALJENOST DO POSLA U KM</b>	5,96 km	2,04 km	8 km
UKUPNO	74	11	85

STRUKTURA PRIJAVLJENIH SUDIONIKA PO PROSJEČNOM BROJU PRIJEĐENIH KM TIJEKOM AKCIJE:

	BICIKLISTI	PJEŠACI	UKUPNO
<b>PROSJEČAN (i ukupan) BROJ PRIJEĐENIH KM TIJEKOM AKCIJE</b>	143,3 km (10601,04)	50,9 km (559,9)	194,2 km (11160,9)
UKUPNO	74	11	85

Medijan za pješake UDALJENOSTI DO POSLA u km iznosi 2 km.

Medijan za bicikliste UDALJENOSTI DO POSLA u km iznosi 4,25 km.

Medijan za pješake PRIJEĐENIH KILOMETARA TIJEKOM AKCIJE u km iznosi 45km.

Medijan za bicikliste PRIJEĐENIH KILOMETARA TIJEKOM AKCIJE u km iznosi 115,5 km.

STRUKTURA PRIJAVLJENIH SUDIONIKA PO DOSPIJEĆU PRIJAVA:

	BICIKLISTI	PJEŠACI	UKUPNO
e-mail	46 (62,2%)	5 (45,5%)	51 (60%)
poštom	28 (37,8%)	6 (54,5%)	34 (40%)
UKUPNO	74	11	85

Ovom prigodom najljepše zahvaljujemo svim sponzorima kao i sudionicima natjecanja te ih pozivamo da i dalje budu aktivni!

S poštovanjem,

Rukovoditeljica Djelatnosti za javno zdravstvo

Ravnateljica Zavoda

Renata Kutnjak Kiš, dr. med.  
spec. epidemiologije

prim. Marina Payerl-Pal dr. med.  
spec. medicinske mikrobiologije  
s parazitologijom

