

SKUPAJ ZA VARNI JUTRI
Prijavitelj operacije: LAS Mežiške doline
Partnerstvo 5 slovenskih LAS: LAS Po poteh dediščine od Turjaka do Kolpe (LAS PPD), LAS Dolenjska in Bela krajina (LAS DBK), Partnerstvo LAS Zasavje, LAS Suhe krajine, Temenice in Krke (LAS STIK)
Partnerji na območju LAS MD: Občina Ravne na Koroškem, Občina Prevalje in Občina Mežica
Vrednost operacije (partnerstvo 5 LAS): 640.772,07EUR Vrednost sofinanciranja EKS RP (partnerstvo 5 LAS): 484.471,78EUR
Vrednost operacije pri LAS MD: 126.824,01EUR Vrednost sofinanciranja EKS RP pri LAS MD: 99.022,27 EUR
Izvedba operacije: <ul style="list-style-type: none"> 1. Faza: 1. 8. 2021 – 31. 5. 2022 2. Faza: 1. 6. 2022 – 31. 12. 2022 3. Faza: 1. 1. 2023 – 30. 6. 2023
Ozadje operacije
<p>Pet LAS z različnih območij Slovenije smo se dogovorile za pripravo operacije sodelovanja, saj smo na naših območjih zaznali zelo podobne probleme za katere menimo, da bi jih lahko uspešno reševali s skupnim znanjem in izkušnjami ter skupnimi aktivnostmi, s katerimi bi zadovoljili potrebe prebivalstva na sodelujočih območjih. Prepričani smo, da bomo s sodelovanjem v tej operaciji krepili lastne zmogljivosti na območju posameznega LAS, hkrati pa bomo z delovanjem skupne strokovne skupine, prenosom dobrih praks in koordiniranimi skupnimi aktivnostmi dosegli boljše in trajnejše rezultate, kot bi jih lahko s prizadevanji vsake posamezne LAS na svojem območju.</p> <p>Naše partnerstvo petih LAS podpira pobudo, da bi naj v prihodnosti Slovenija v celoti postala mreža javno dostopnih AED aparatov z usposobljenim prebivalstvom, ki bo te aparate znalo tudi uporabiti, ko bo to potrebno. Gre za pobudo in prizadevanja, da se omogoči pridobivanje novega znanja ali obnavljanje obstoječega znanja na področju temeljnih postopkov oživljanja (TPO) in uporabe AED (automated external defibrillator – avtomatski zunanji defibrilator) čim širšemu krogu ljudi, na območju petih sodelujočih LAS.</p> <p>Bolezni srca in ožilja so najpogostejši vzrok smrti v razvitem svetu. Najtežji zaplet je srčni zastoj. V Sloveniji vsak dan doživi srčni zastoj približno 10 ljudi. 5-6 jih takoj umre. V več kot 90% teh primerov pa je prisoten še nekdo. Svojci, očitvidci, naključni mimoidoči. Skratka nekdo, ki bi lahko takoj priskočil na pomoč. V veliki večini primerov le pokličejo 112 in počakajo do prihoda reševalcev, ko je velikokrat že prepozno. Če nihče ne izvaja oživljanja, že v 4-5 minutah po srčnem zastoju možgani dobijo nepopravljive okvare, medtem ko je z masažo prsnega koša in hitro uporabo AED moč oživiti bolnika, brez resnejših posledic. V primerih srčnega zastoja ne gre le za ostarele, kronično ali neozdravljivo bolne ljudi, ampak zelo pogosto za aktivne, do tega trenutka »zdrave« ljudi, ki se brez pojava akutnih simptomov zgrudijo in ne kažejo znakov življenja. Z vsako minuto, ko jim ne pomagamo, izgubimo 8-10% možnosti, da bi jih vrnili v življenje, primerljivo s tistim pred srčnim zastojem.</p> <p>Kot rečeno, se srčni zastoj največkrat zgodi v pričo drugih ljudi, ki bi lahko takoj priskočili na pomoč, če bi seveda vedeli kako. S poznavanjem temeljnih postopkov oživljanja (TPO) in usposobljenostjo prisotnih za uporabo AED aparata, bi bila možnost preživetja ljudi s srčnim zastojem večja.</p> <p>Na sodelujočih območjih je pokritost z mrežo AED aparatov zelo različna, zato je tudi dostopnost do avtomatskih defibrilatorjev ob kriznih situacijah različna. V sled temu so tudi razlike v številu nabavljenih defibrilatorjev (odvisno od trenutnega stanja in potreb) med sodelujočimi LAS.</p> <p>S projektom sodelovanja želi pet LAS združiti svoje moči in skupaj z lokalnimi partnerji, sodelovati pri širjenju in dopolnjevanju že obstoječih mrež javno dostopnih AED aparatov. Partnerji si bomo prizadevali, da bo nameščenih še več AED aparatov, saj s tem povečujemo možnosti, da bo avtomatski defibrilator dostopen takrat, ko bo na terenu nekdo doživel srčni zastoj. Seveda pa samo dostopen defibrilator sam po sebi še ni dovolj, prisotna mora biti tudi oseba, ki ga bo znala in si ga tudi upala uporabiti in s tem morda rešiti življenje.</p> <p>Z izvajanjem aktivnosti operacije želimo prebivalstvo (širšo javnost/laike – zajeti čim več ciljnih skupin) poučiti in</p>

usposobiti za hitro in učinkovito pomoč ob srčnem zastoju. S tem bomo bistveno izboljšali kvaliteto in varnost življenja na območjih sodelujočih LAS.

Skupina strokovnjakov z vseh sodelujočih območij bo združila znanje in izkušnje ter pripravila program usposabljanja za laike, ki se bo potem tudi izvajal na vseh vključenih območjih. Vsebine bodo zajemale tri glavna področja:

- Preventiva - z vsebinami o zdravem načinu življenja s poudarkom na zdravi prehrani in gibanju - kako lahko zmanjšamo tveganje za nastanek bolezni...
- Razmigajmo se za trajnostno mobilnost - spodbujanje prebivalstva k rednemu gibanju (vadba, hoja, kolesarjenje, ...)
- Postopek oživljanja – kaj narediti, če se znajdeš v situaciji, da lahko pomagaš

Izvajali bomo različna usposabljanja:

- Temeljni postopki oživljanja – kaj narediti, če se znajdeš v situaciji, da lahko pomagaš
- Preventiva - z vsebinami o zdravem načinu življenja s poudarkom na zdravi prehrani in gibanju - kako lahko zmanjšamo tveganje za nastanek bolezni...
- Razmigajmo se za trajnostno mobilnost - spodbujanje prebivalstva k rednemu gibanju – predstaviti prebivalstvu različne možnosti vadbe, ki so dostopne v lokalnem okolju (vadba, hoja, kolesarjenje, ...)

Del našega prizadevanja za doseg pozitivnih učinkov na vse območjih sodelujočih LAS bo tudi izvajanje programa »Razmigajmo se za trajnostno mobilnost«.

Javni potniški promet, kolesarjenje in hoja so tri oblike mobilnosti za katere pravimo, da so trajnostne. Na kakovost in zadovoljivost potniškega prometa nimamo nikakršnega vpliva, lahko pa spodbudimo prebivalstvo h gibanju, tudi k hoji in kolesarjenju! Slovenci smo na samem vrhu EU v deležu stroškov, ki jih gospodinjstva porabijo za promet in obratovanje vozil. To je posledica »avtomobilskega načina življenja«. Navajeni smo, da gremo povsod z avtomobilom in pozabljamo, da so razdalje do 2 km primerne za hojo, kar nekaj kilometrov pa lahko prevozimo s kolesom. Najmanj polovica poti, ki jih dnevno opravimo z avtomobilom je krajša od dveh kilometrov, v večjih mestih pa je takih poti še več.

Redna telesna vadba, tudi hoja in kolesarjenje, je v kombinaciji z zdravo prehrano in nasploh z zdravim življenjskim slogom, glavni dejavnik, ki zmanjšuje tveganje za vse vrste bolezni.

S spodbujanjem prebivalstva k rednemu gibanju (vadba, hoja, kolesarjenje, ...), zdravi prehrani in nasploh k zdravemu življenjskemu slogu dosežemo win – win situacijo, saj imamo dvojno korist – zdrave ljudi, ki hodijo peš in kolesarijo in tako zmanjšajo uporabo avtomobila na minimum.

Skrb za zdravje prebivalstva, za preventivo in zdrav življenjski slog ter skrb za ekologijo in okoljevarstvo gredo z roko v roki, zato bomo kar nekaj aktivnosti v operaciji namenili tudi ozaveščanju prebivalstva o podnebni spremembi in prilagajanju nanje ter ozaveščanju prebivalstva o pomembnosti okoljske trajnosti za nas in za naše potomce. Glavnina aktivnosti s poudarki na tej tematiki se bo odvijala na skupnih nastopih na petih prireditvah na območjih sodelujočih LAS. Nekatere občine na vključenih območjih pa bodo kupile nekaj agregatov za proizvodnjo električne energije, ki bodo na voljo občanom v oddaljenih zaselkih, kadar zaradi neurij in daljših izpadov elektrike ostanejo odrezani od sveta in brez komunikacije. To bo rešilo marsikateri problem prebivalcev in pomeni droben korak k prilagajanju območij na podnebne spremembe.

Vsebinsko oz. program usposabljanja za temeljne postopke oživljanja (TPO) in uporabo AED bomo oblikovali v brošuro/priročnik, ki bo kot gradivo služil pri vseh nadaljnjih izvajanjih v naslednjih letih. Na takšen način se bo tudi zagotavljala trajnost same operacije.

Člani strokovne skupine bodo svoje znanje delili tudi na terenu na vključenih območjih tam, kjer bo to potrebno. Strokovna skupina bo posnela film s prikazom postopkov oživljanja in uporabe AED, ki bo kasneje služil kot promocijski film in tudi kot učno gradivo.

Strokovna skupina, sestavljena iz strokovnjakov s vseh vključenih območij, bo aktivno sodelovala skozi celotno izvedbo operacije sodelovanja, svoje delo in poslanstvo pa bo nadaljevala tudi po zaključku operacije in s tem zagotovila, da se bo teorija in praksa nadgrajevala na sodelujočih območjih in širila tudi na nova območja, kjer so potrebe enake, vendar nimajo dovolj aktivnih posameznikov, ki bi lokalne akterje spodbudili k vključevanju v tovrstne operacije sodelovanja.

Aktivnosti operacije

Aktivnost 1: Vodenje in koordinacija operacije.

Aktivnost 2: Srečanja projektne ekipe

Aktivnost 3: Nakup AED aparatov

Aktivnost 4: Nakup opreme za izvajanje izobraževanja in usposabljanja različnih ciljnih skupin

Aktivnost 5: Nakup agregatov in radijsko krmiljenih postaj

Aktivnost 6: Vzpostavitev in delovanje strokovne skupine

Aktivnost 7: Organizacija in izvedba izobraževanj in usposabljanj na terenu za različne ciljne

Aktivnost 8: Oblikovanje in tisk brošure/priročnika ter snemanje predstavitvenega filma

Aktivnost 9: Organizacija in izvedba dogodka na območju domačega LAS

Aktivnost 10: Organizacija in izvedba sodelovanja na prireditvah na območjih partnerskih LAS

Aktivnost 11: Promocija in obveščanje javnosti o izvajanju operacije

Aktivnost 12: Oblikovanje in tisk promocijskih materialov

Prispevek operacije k doseganju ciljev SLR LAS Mežiške doline

- **Cilj B2 Dvig kvalitete bivanja za prebivalce Mežiške doline.**

- Z nadgradnjo mreže AED aparatov v Mežiški dolini povečujemo možnosti, da bo avtomatski defibrilator dostopen takrat, ko bo na terenu nekdo doživel srčni zastoj.

- Z izvajanjem usposabljanj in izobraževanj bomo dvignili nivo usposobljenosti prebivalstva za izvajanje temeljnih postopkov oživljanja in uporabe AED ter drugih oblik prve pomoči, ki jih lahko nudi laik za hitro in učinkovito pomoč ob srčnem zastoj.

- Na delavnicah bo del časa namenjen tudi splošnim vsebinam s področja zdravja in zdravega načina življenja v smislu preventive in ozaveščanja prebivalstva.

Z nadgradnjo mreže javno dostopnih AED aparatov in z izobraževanjem in praktičnim usposabljanjem ter ozaveščanjem ljudi bomo poskrbeli za kvalitetnejše in varnejše življenje prebivalstva v Mežiški dolini.

Kazalnik: Število podprtih operacij – 1

- **Cilj C1 Ohranitev obstoječih naravnih danosti ter dvig osveščenosti in zavednosti prebivalstva o pomenu varstva okolja in narave**

V SLR smo, med drugim, zapisali tudi, da bomo izvajali ukrepe za dvig nivoja znanja in poznavanja okoljske problematike in pozitivne osveščenosti prebivalstva.

- Namen izobraževanj, ki jih bomo izvajali v okviru operacije je tudi preventiva in ozaveščanje prebivalstva - vsebine o zdravem načinu življenja, tveganjih in kako jih lahko zmanjšamo. Na to področje sodi tudi ozaveščanje prebivalstva o pomenu varstva okolja in narave, o podnebnih spremembah in prilagajanje nanje, o okoljski trajnosti, ... kot na primer teme o ohranjanju kakovosti voda, problem onesnaževanja in zmanjšanje le – tega, zmanjševanje količin odpadkov,

- Program Razmigajmo se za trajnostno mobilnost - spodbujanje prebivalstva k rednemu gibanju bo namenjen širši populaciji na vključenih območjih, saj s spodbujanjem prebivalstva k rednemu gibanju (vadba, hoja, kolesarjenje, ...), zdravi prehrani in nasploh k zdravemu življenjskemu slogu dosežemo win – win situacijo, saj imamo dvojno korist – zdrave ljudi, ki hodijo peš in kolesarijo in tako zmanjšajo uporabo avtomobila na minimum in s tem doprinesejo k zmanjšanju onesnaževanja okolja.

- Prav tako bomo v okviru operacije na območju Mežiške doline izvedli en promocijski dan (predvidoma ob svetovnem dnevu srca konec septembra), ki bo namenjen temam kot so: skrb za zdravje prebivalstva, za preventivo in zdrav življenjski slog, skrb za ekologijo in okoljevarstvo, ozaveščanje prebivalstva o pomembnosti varstva okolja in narave ter pomenu okoljske trajnosti za nas in za naše potomce.

Kazalnik: Število vzpostavljenih mrež za prenos znanja na področju varovanja okolja – 1
vzpostavljeno partnerstvo

- **Cilj A1 - Razvoj ponudbe in povpraševanja po lokalnih proizvodih in storitvah za večjo trajnostno lokalno samooskrbo ter za boljši ekonomski položaj območja in nova delovna mesta.**

Pri Cilju A1 smo zapisali, da sama infrastruktura (mestne tržnice) ni dovolj za njegovo uresničitev, saj bo treba podpreti tudi aktivnosti namenjene lokalnemu prebivalstvu v smislu ozaveščanja o pomenu zdravega načina življenja, zdravi prehrani,... Načrtovati je treba aktivnosti za oživitve mestnih tržnic, ki niso namenjene le sami prodaji ampak bodo z raznimi dogodki in pestrim programom doprinesle tudi k oživiljanju dogajanja v krajih po dolini. To je prostor za druženje, prireditve in aktivnosti na prostem za različne ciljne skupine – z izvajanjem predvidenih aktivnosti (izobraževanja, praktični prikazi, tematski dogodki, ...) bomo doprinesli k uresničevanju tega cilja.

Kazalnik: Število podprtih operacij - 1

Ključni rezultati operacije na ravni partnerstva so:

Koristi za območje LAS bodo preko izvedenih aktivnostih operacije in doseženih rezultatov.

- LAS na petih območjih imamo podobne cilje, ki jih želimo doseči v prihodnjem obdobju. Načrtovana operacija nam bo omogočila, da se približamo k njihovi uresnitvi:
- dolgoročni cilj je, da se poveča število tistih, ki se po preživetju tako hude situacije, kot je srčni zastoj, vrnejo v domače okolje in v enako kvaliteto svojega življenja, kot pred dogodkom
- Vzpostaviti inovativno mrežo, ki bo povezovala strokovnjake in inštitucije za izmenjavo znanj, izkušenj ter prenos dobrih praks na področju preventive za preprečevanje nastanka bolezni in na področju dostopnosti tehnologije in znanja
- Dvigniti nivo znanja in usposobljenosti prebivalstva o temeljnih postopkih oživiljanja in uporabi AED
- Dvigniti nivo osveščenosti prebivalstva o pomenu zdravega načina življenja in zdravega okolja v povezavi z varovanjem narave in naravne dediščine, o podnebni spremembi in prilagajanje nanje, o okoljski trajnosti.....
- Spodbuditi prebivalstvo k rednemu gibanju (vadba, hoja, kolesarjenje, ...), zdravi prehrani in nasploh k zdravemu življenjskemu slogu
- Vzpostaviti kvalitetno in zadostno mrežo AED aparatov na ključnih lokacijah za zagotovitev možnosti hitrega ukrepanja pri nujnih stanjih na terenu
- Povečati lokalno pridelavo hrane preko razvoja izdelkov z dodano vrednostjo (npr. zdravi prigrizki in malice).

Rezultati operacije bodo doprinesli k uresničevanju skupnih ciljev vključenih območij. Pričakovani rezultati operacije:

- Vzpostavljeno dolgoročno partnerstvo za izmenjavo znanj, izkušenj in prenos dobrih praks ter implementacijo na sodelujočih območjih
- Usposobljeno prebivalstvo na področju TPO in uporabe AED
- Ozaveščeno prebivalstvo o pomenu preventive za preprečevanje bolezni, o zdravem življenjskem slogu in o povezanosti dobrobiti ljudi z varovanjem narave, ekološko osveščenostjo, ... zdravi ljudje, ki hodijo peš in kolesarijo in tako zmanjšajo uporabo avtomobila na minimum.
- Zdravi ljudje, ki hodijo peš in kolesarijo in tako zmanjšajo uporabo avtomobila na minimum.
- Dvig socialne vključenosti ranljivih ciljnih skupin z njihovim vključevanjem v izobraževanja in sodelovanjem na dogodkih (ženske, mladi brezposelni in tisti, ki se šolajo, starejši in oskrbovalci)
- Izdelano poenoteno gradivo (film, priročnik) za izobraževanja, usposabljanja in promocijo tematike
- Vzpostavljena mreža AED aparatov na vključenih območjih ter vzpostavljena stalna promocija AED aparatov in pomena hitrega ukrepanja pri nujnih stanjih
- Prilagajanje vključenih območij na podnebne spremembe - zagotovljena pomična oprema (agregati in radijske postaje) kot odgovor na podnebne spremembe

Koristi za območja vključenih LAS:

- Uspešno bo izvedena in zaključena partnerska operacija Skupaj za varni jutri – partnerski LAS se bomo naučili sodelovanja in skupnega izvajanja aktivnosti koristnih na vseh območjih – pridobljeno znanje bomo koristno implementirali vsak na svojem območju in ga uporabili pri načrtovanju naslednjih partnerskih operacij
- Operacija bo imela pozitiven vpliv na promocijo in prepoznavnost LAS, saj je širjenje mreže AED in znanja TPO v nacionalnem interesu in bo tovrstna operacija prepoznana kot dobra praksa tudi na nivoju Slovenije in verjamemo, da tudi čezmejno
- Z vzpostavitvijo in delovanjem strokovne skupine bodo pridobljena nova vsebinska znanja, med območji se bodo prenesle izkušnje sodelujočih strokovnjakov, prenesle se bodo dobre prakse, ki so na določenih območjih že utečene, na drugih pa so še bolj na začetku, ...
- Na vključenih območjih bo več prebivalstva s pridobljenim znanjem na področju TPO, na področju preventive pri bolezni srca in ožilja in s tem zmanjšano število srčnih zastojev
- Dopolnjena in posodobljena mreža AED aparatov pomeni varnejše in kvalitetnejše življenje prebivalcev na vključenih območjih
- Z aktivnostmi operacije bomo spodbudili lokalne akterje k razmišljanju o podnebnih spremembah in o možnih korakih za prilagajanje nanje – narejeni bodo prvi konkretni koraki
- Enotni priročnik in predstavitveni film bosta koristen pripomoček za nadaljnje delo na vključenih območjih, hkrati pa verjamemo, da se bo njuna uporaba razširila tudi na ostala območja LAS po Sloveniji.
- Vsa izobraževanja, usposabljanja in dogodki, ki se bodo odvijali v okviru operacije bodo namenjena širši javnosti in bodo tudi dobro promovirana – v obdobju treh let se bo na območju veliko slišalo o aktivnosti LAS, kar bo vsekakor dvignilo nivo prepoznavnosti LAS na domačem območju in širše.