



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII  
DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ DÂMBOVIȚA  
Str. T.Vladimirescu nr.15-19, cod 130095, Târgoviște, jud. Dâmbov  
Tel. 0245-613604, fax 0245-611067  
e- mail dspdambovita@dspdambovita.ro,  
Cod operator date cu caracter personal nr.12777  
Nr. ....12042/11.09.2019.....



## COMUNICAT DE PRESĂ

### *Săptămâna Europeană a Mobilității*

Direcția de Sănătate Publică Dâmbovița, celebrează în perioada **16 - 22 septembrie 2019** **Săptămâna Europeană a Mobilității** și organizează campania cu **Sloganul: „Mergi cu noi!”**.

Tema campaniei din anul acesta a Săptămânii Europene a Mobilității este: **Mersul pe jos și cu bicicleta în condiții de siguranță rutieră.**

În cadrul campaniei, ziua de **22 septembrie** este declarată **Ziua fără mașini!**

Campania SĂPTĂMÂNA EUROPEANĂ A MOBILITĂȚII din acest an încurajează oamenii să aleagă moduri active de deplasare: să combine mersul pe jos cu bicicleta și cu transportul public.

Ediția din acest an a campaniei este o oportunitate de a face parte dintr-o mișcare europeană adresată autorităților locale și locuitorilor din mediul urban pentru a-și corobora eficient acțiunile în vederea reducerii gradului de poluare urbană.

**Obiectivele** campaniei sunt:

- Conștientizarea populației în vederea formării unor atitudini pozitive față de stilul de viață sănătos prin adoptarea mobilității alternative (mersul pe jos și cu bicicleta);
- Prezentarea de alternative de mobilitate durabilă locuitorilor din mediul urban.

Schimbările climatice constituie una dintre cele mai mari provocări cu care se confruntă umanitatea în epoca contemporană și reprezintă o preocupare a comunității internaționale. Tranziția către o economie modernă, incluzând emisii scăzute de carbon, reprezintă o prioritate politică a Comisiei Europene. Gazele cu efect de seră, sunt gaze din atmosfera Pământului care captează și rețin căldura soarelui, care nu mai este eliberată înapoi în spațiu, ci reținută în atmosfera Pământului asemănător căldurii din interiorul unei sere.

Mobilitatea alternativă trebuie să reprezinte un punct de interes și să devină un mod de viață activ al tuturor locuitorilor citadini pentru beneficiile pe care le aduce atât sănătății personale cât și mediului înconjurător.

Activitatea fizică este un factor important în prevenirea unor afecțiuni cu o prevalență ridicată, precum obezitatea, accidentul vascular cerebral, diabetul zaharat de tip II, cancerul și depresia. La nivel global, s-a constatat că între 23 și 81% dintre adulți nu desfășoară suficientă activitate fizică. Potrivit unui comunicat al OMS din anul 2011, lipsa activității fizice este responsabilă pentru mai mult de trei milioane de decese anual, la nivel global. Două studii de lungă durată desfășurate la Copenhaga, respectiv Shanghai au constatat că rata anuală a mortalității la navetiștii care utilizează bicicleta a fost cu 30% mai mică decât la navetiștii care au călătorit pasiv sau nu au activitate fizică regulată. Țările în care un procent mare de populație se deplasează pe jos sau cu bicicleta înregistrează rate medii ale obezității mai reduse la nivelul populației generale.

Un alt aspect important în timpul activității fizice în aer liber, cum este mersul pe jos sau ciclismul, este expunerea la lumina solară care crește sinteza vitaminei D, asociată cu reducerea riscului pentru bolile cardiovasculare, diabet de tip II și anumite tipuri de cancer.

DIRECTOR EXECUTIV  
DR. SORIN STOICA



Coordonator program,  
Dr. Aquilina Mesina

A blue handwritten signature, likely belonging to Dr. Aquilina Mesina, written in a cursive style.

DIRECTOR EXEC. ADJ. SAN. PUB.,  
DR. GABRIELA COSTEA

A blue handwritten signature, likely belonging to Dr. Gabriela Costea, written in a cursive style.

Intocmit  
Psih. Ivona Nita

1 exemplar