



## OBČINA DRAVOGRAD

Trg 4. julija 7, 2370 Dravograd, tel.: +386 2 872 35 60, faks: +386 2 872 35 74  
<http://www.dravograd.si> e-mail: [obcina@dravograd.si](mailto:obcina@dravograd.si)

# DRAVOGRAD – ZDRAVO MESTO

# STRATEŠKI NAČRT

Z AKCIJSKIM PLANOM

za obdobje 2025–2035

Občina Dravograd

župan

Anton Preksavec



Št. zadeve: 181-0001/2019-580

Datum: 11. november 2025

## KAZALO VSEBINE

1. SPLOŠNO .....	3
2. UVOD.....	4
3. VIZIJA OBČINE DRAVOGRAD .....	6
4. OCENA POTREB .....	6
4.1. Prirast prebivalstva .....	8
4.2. Stopnja delovne aktivnosti .....	9
4.3. Prekomerna prehranjenost otrok in mladostnikov .....	10
4.4. Telesni fitnes otrok .....	11
4.5. Bolniška odsotnost .....	11
4.6. Pomoč na domu.....	12
4.7. Dolgotrajna oskrba .....	13
4.8. Klopni meningoencefalitis .....	14
4.9. Umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja .....	15
4.10. Stopnja umrljivosti zaradi samomora.....	17
4.11. Presejalni programi.....	18
5. OPREDELITEV CILJEV .....	21
5.1. Splošni cilji.....	21
5.2. Specifični cilji.....	22
6. OPREDELITEV UKREPOV .....	22
6.1. Ukrepi za doseganje splošnih ciljev.....	22
6.2. Ukrepi za doseganje specifičnih ciljev.....	23
PREKOMERNA PREHRANJENOST OTROK .....	23
KLOPNI MENINGOENCEFALITIS .....	24
UMRLJIVOST ZARADI SAMOMORA .....	24
BOLEZNI SRCA IN OŽILJA .....	24
7. AKCIJSKI PLAN ZA OBDOBJE 2025 - 2035:.....	25
7.1. Akcijski načrt ukrepov za doseganje splošnih ciljev .....	26
7.2. Akcijski načrt ukrepov za doseganje specifičnih ciljev .....	27
8. VIRI, LITERATURA IN PODLAGE: .....	35

## 1. SPLOŠNO

Glavni namen Strateškega načrta za ohranitev in krepitev zdravja občanov Občine Dravograd 2025–2035 je začrtati ključne ukrepe za izboljšanje njihovega zdravstvenega stanja. Dokument temelji na oceni zdravstvenega stanja v Občini Dravograd, ki ga je za desetletno obdobje (od 2016 do 2025) izdelala Območna enota Nacionalnega inštituta za javno zdravje.

Občina Dravograd je s projektom »Dravograd – zdravo mesto« vključena v Slovensko mrežo zdravih mest.

Projekt Zdrava mesta izhaja iz načela, da zdravstveno osveščeni prebivalci in širša družbena skupnost prevzamejo večjo odgovornost za izboljšanje lastnega zdravja in kakovost življenja nasploh.

Izboljševanje zdravja posameznika je bolj kot z individualno odgovornostjo povezano s splošnimi družbenimi pogoji bivanja v določenem okolju. Na številne od teh dejavnikov ne moremo bistveno vplivati, saj so v veliki meri povezani s politično voljo.

S programom Zdravih mest lahko torej s skupnimi močmi še bolj ozaveščamo in opolnomočimo občane ter s tem prispevamo k izboljšanju zdravja kot tudi kakovosti samega življenja v lokalnem okolju.

Občina Dravograd načrtuje podporo ukrepom, ki bodo prispevali k doseganju posameznih ciljev, usmerjenih v zagotavljanje dostopne in enakopravne zdravstvene obravnave ter spodbujanje zdravega načina življenja. Ukrepi upoštevajo tako možnosti vsakega posameznika kot tudi širšo družbeno odgovornost za vzpostavljanje pogojev, v katerih bodo občani lahko v polni meri uresničevali svoje zdravje, vključno s pravicami in dolžnostmi.

Občina Dravograd je ob pridružitvi Slovenski mreži zdravih mest imenovala projektni svet »Dravograd – zdravo mesto«, ki je sestavljen iz članov – predstavnikov zdravstva, vzgojno-izobraževalnih zavodov, javnih zavodov s tega področja, nevladnih organizacij in lokalne skupnosti. Svet ima predsednika in koordinatorja, člani pa so predstavniki ZD Dravograd, KDS Črneče, NIJZ Ravne na Koroškem, JZ Dravit, CSD Koroška - enota Dravograd, Knjižnice Dravograd, OŠ NT Dravograd, OŠ Šentjanž pri Dravogradu, VVZ Vrtec Dravograd, DU Dravograd, DI Dravograd, Društvo diabetikov Polžki, MCD Dravograd in Občinske uprave.

Naloge Projektnega sveta »Dravograd – zdravo mesto«:

- vzpostavitev podatkovne baze dejanskega stanja,
- prenos temeljnih izhodišč za zdravje in blagostanje občanov iz programa WHO »Zdravje 2020« v lokalno okolje,
- priprava letnega akcijskega načrta in razvojnega načrta,
- priprava strategije,
- sodelovanje v letnih aktivnostih Projektnega sveta.

V ta namen bomo skupaj s ključnimi partnerji oblikovali strategijo za prihodnje desetletje, ki bo predstavljala temeljno izhodišče za izvajanje potrebnih ukrepov za izboljšanje kazalnikov zdravja.

V pripravi dokumenta so sodelovali predstavniki NIJZ OE Ravne na Koroškem ter Zdravstvenega doma Dravograd in člani Delovne skupine za pripravo strateškega načrta »Dravograd – zdravo mesto« ter člani projektnega sveta »Dravograd – zdravo mesto«.



## 2. UVOD

Občina Dravograd je srednje velika občina, ena od dvanajstih v Koroški regiji in je geografsko središče Koroške, ki leži na stičišču dolin treh rek: Drave, Meže in Mislinje. Površina občine meri 105 km<sup>2</sup> in ima 8.816 prebivalcev. Največje naselje je Dravograd, kjer živi 3.104 prebivalcev, sicer pa je 24 naselij zaokroženih v območja krajevnih skupnosti Dravograd, Črneče, Libeliče, Šentjanž pri Dravogradu in Trbonje.

Zdrava mesta so dolgoročen mednarodni program, ki deluje že več kot tri desetletja in je zaživel leta 1988 pod okriljem Regionalnega urada Svetovne zdravstvene organizacije (v nadaljevanju: SZO) za Evropo.

Občina Dravograd je v začetku leta 2019 s pristopno izjavo postala članica Slovenske mreže zdravih mest ter se zavezala k spoštovanju temeljnih načel SZO Zdravih mest in izvajanju programa v VII. fazi.

Program Zdravih mest v VII. fazi (2019–2024) sledi uresničitvi treh splošnih ciljev Kopenhagenskega konsenza županov (WHO Regional Office for Europe, 2019, str.13):

1. cilj: Nenehno spodbujanje zdravja in blagostanja za vse ter zmanjšanje neenakosti v zdravju.
2. cilj: Pri svojem delovanju je vsem za vzgled tako na regionalni, nacionalni in globalni ravni.
3. cilj: Povsem se podpira izvajanje strateških prednostnih nalog SZO.

Program Zdravih mest v VII. fazi (2019–2024) s svojimi prednostnimi nalogami pokriva šest velikih področij:

- I. investicija v človeka,
- II. okolje / načrtovanje naselij za zdravje in dobro počutje,
- III. večja participacija in partnerstva za zdravje in boljšo kakovost življenja,
- IV. dvig blaginje za vse občane,
- V. promocija miru,
- VI. zaščita planeta.

Prioritetne naloge po zgoraj navedenih področjih so sledeče:

I. Investicija v človeka:

- skrb za človeka skozi vsa starostna obdobja,
- zmanjševati geografske, teritorialne in socialne neenakosti,
- odpravljati vse oblike diskriminacije,
- boj proti sovraštvu, nezaupanju, ksenofobiji,
- omogočiti vsem dostop do pomembnih javnih dobrin in storitev,
- investirati v aktivnosti za zmanjševanje zdravstvenih neenakosti.

Rdeča nit: zgodnja leta, starejši ljudje, ranljive skupine, duševno zdravje, krepitev javnega zdravja, prehrana, debelost, alkohol, tobak.

II. Okolje:

- ustvarjanje mest in krajev, ki podpirajo zdravje skozi vsa življenjska obdobja (zdrava nosečnost in porod pa do zdravega staranja),
- starostnikom prijazno okolje,
- zelene površine, dobra kakovost zraka, čiste reke, morje, jezera, idr.,
- načrtovanje mest in naselij mora upoštevati bodoče klimatske spremembe, da se izogne prihodnjim naravnim katastrofam.

Rdeča nit: zdrave šole, prebivališča, delovna mesta, kolesarske poti, kakovost zdravja, hrup, rekreacijske površine, zdrav transport, zelene površine.

### III. Večja participacija v partnerstvu za zdravje in boljšo kakovost življenja:

- pomen vključevanja ljudi na vseh ravneh za odločanje o aktivnostih za izboljševanje zdravja,
- župani in lokalna politika so odgovorni za gradnjo partnerstev z lokalno skupnostjo za zagotovitev večje pravičnosti, zdravja in blagostanja.

Rdeča nit: starejši ljudje, ranljive skupine, fizične aktivnosti, servisne storitve na področju zdravstva in socialnega varstva, zdravstvena pismenost, kultura.

### IV. Dvig blaginje za vse občane:

- uvajanje novih ekonomskih modelov – zelena ekonomija, srebrna ekonomija,
- politika socialne varnosti,
- plačna enakost med moškimi in ženskami,
- ustvarjanje partnerstev med vlado, univerzami in industrijo,
- skrb za nenehne inovacije pri delu.

Rdeča nit: odporne skupnosti, starejši ljudje, duševno zdravje, nastanitev, načrtovanja, kazalniki, gospodarstvo, investicije, socialno varstvo.

### V. Promocija miru:

- socialna pravičnost,
- mesta morajo biti mediatorji miru v konfliktnih situacijah,
- zdrava mesta morajo biti zagovorniki socialnih norm, boja proti korupciji, diskriminaciji in vseh oblik nasilja, sovražstva, sovražnega govora in nestrpnosti do migrantov,
- promovirati mirno družbo.

Rdeča nit: nasilje, pot do miru, varnost ljudi, zdravstveno zavarovanje, duševno zdravje.

### VI. Zaščita planeta:

- aktivni pristop k zmanjševanju klimatskih sprememb,
- zavedati se moramo povezanosti med zdravjem ljudi in čistim okoljem,
- opuščanje industrije z velikim onesnaževanjem,
- povezovanje Zdravih mest z ostalimi mrežami, ki imajo za cilj ohranjati zdravo okolje ter skrb za ohranitev zdravega planeta.

Rdeča nit: klimatske spremembe, odpadki, biološka raznovrstnost, reke, ribniki, jezera, morje, občinska politika.

Ob zaključku oziroma prehodu v naslednjo VIII. fazo (predvidoma 2025–2030) bo program Zdravih mest s prednostnimi nalogami zelo podoben VII. fazi, le da bo kot krovno temo dobil še VII. točko z naslovom "Pripravljenost" (Preparedness). Tema zajema pripravljenost občin v smislu kritičnih dogodkov (klimatske spremembe, migracije, starajoča se populacija ...).

### 3. VIZIJA OBČINE DRAVOGRAD

Občina Dravograd želi (p)ostati občina po meri občanov s ciljem zagotavljanja potrebnih virov in pogojev za zdravo in produktivno življenje ter višje kakovosti življenja vseh družbenih skupin.

Pri pripravi in oblikovanju dokumenta je upoštevano razvojno izhodišče Občine Dravograd, ki se nanaša na zdrav življenjski slog in ustvarjanje ustreznih pogojev za zagotavljanje zdravega bivalnega okolja vsem prebivalcem naše občine.

Občina Dravograd načrtuje podporo ukrepom, ki bodo prispevali k doseganju posameznih ciljev, predstavljenih v nadaljevanju.

### 4. OCENA POTREB

Ocena potreb temelji na podatkih zdravstvene stroke s prikazom zdravstvenega stanja v Občini Dravograd, ki ga je za desetletno obdobje (2016–2025) izdelala Območna enota Nacionalnega inštituta za javno zdravje.

Ključne ugotovitve kazalnikov zdravja v občini kažejo, da sta zdravstveno stanje in umrljivost v lokalnih skupnostih koroške regije visoka v primerjavi s slovenskim povprečjem.

Občina Dravograd je med leti 2016 in 2025 negativno odstopala od slovenskega in regijskega povprečja pri naslednjih kazalnikih:

- prirast prebivalstva,
- stopnja delovne aktivnosti,
- prekomerna prehranjenost otrok,
- telesni fitnes otrok,
- bolniška odsotnost,
- pomoč na domu,
- splošna umrljivost ter
- stopnja hospitalizacij zaradi okužbe z virusom klopnega meningoencefalitisa.

Pri presejalnih programih za zgodnjo odkrivanje raka: SVIT, DORA in ZORA je v občini pozitivno odstopanje in ga je potrebno ohraniti.

Kazalniki zdravja predstavljajo tako imenovani smerokaz. V katalogu aktivnosti PS Dravograd zdravo mesto je navedeno kaj v lokalni skupnosti že poteka in načrt oz. akcijski plan, s katerim se izvajajo aktivnosti in posledično izboljšujejo kazalniki.

Potrebe in dodatni novi izzivi se lahko v skladu z možnostmi vključijo v letni Katalog aktivnosti in Akcijski plan.

Okolje, v katerem ljudje bivajo in delajo, pomembno vpliva na njihovo zdravje. V luči izboljšanja zdravstvenega stanja prebivalcev na temelju prej omenjenih izstopajočih kazalnikov je sistemski pristop k aktivnostim za promocijo in krepitev zdravja prebivalcev v lokalni skupnosti nujno potreben.

## Podatki o prebivalstvu

Splošni demografski podatki v občini v zadnjih desetih letih:

	SKUPAJ	Moški	Ženske
2015	8879	4467	4412
2016	8885	4463	4422
2017	8856	4423	4433
2018	8799	4389	4410
2019	8783	4387	4396
2020	8884	4448	4436
2021	8844	4457	4387
2022	8882	4457	4425
2023	8862	4461	4401
2024	8815	4448	4367
2025	8816	4465	4351

Vir: Statistični urad RS; stanje na dan 1.1.; <https://pxweb.stat.si/SiStatData/pxweb/sl/Data/-/05C5003S.px>

Iz preglednice je razvidno, da se je število prebivalcev s stalnim prebivališčem v Občini Dravograd v obdobju zadnjih desetih let znižalo.

## Število prebivalcev v Občini Dravograd po starostnih skupinah v zadnjih desetih letih

	0-14 let	15-64 let	65 + let
2015	1283	5896	1700
2016	1275	5865	1745
2017	1291	5797	1768
2018	1282	5699	1818
2019	1307	5587	1889
2020	1307	5647	1930
2021	1313	5600	1931
2022	1328	5563	1991
2023	1315	5515	2032
2024	1266	5484	2065
2025	1237	5470	2109

Vir: Statistični urad RS; stanje na dan 1.1.; <https://pxweb.stat.si/SiStatData/pxweb/sl/Data/-/05C5003S.px>

Iz preglednice je razvidno, da se je število prebivalcev, starih 0–14 let, v obdobju od leta 2022 znižalo za 91. Največji porast je v starostni skupini nad 65 let, saj se je število prebivalcev, starih 65 ali več let v zadnjem desetletnem obdobju zvišalo za 409, v istem obdobju pa se je močno zmanjšalo število prebivalcev starih med 15 in 64 let, in sicer za 426.



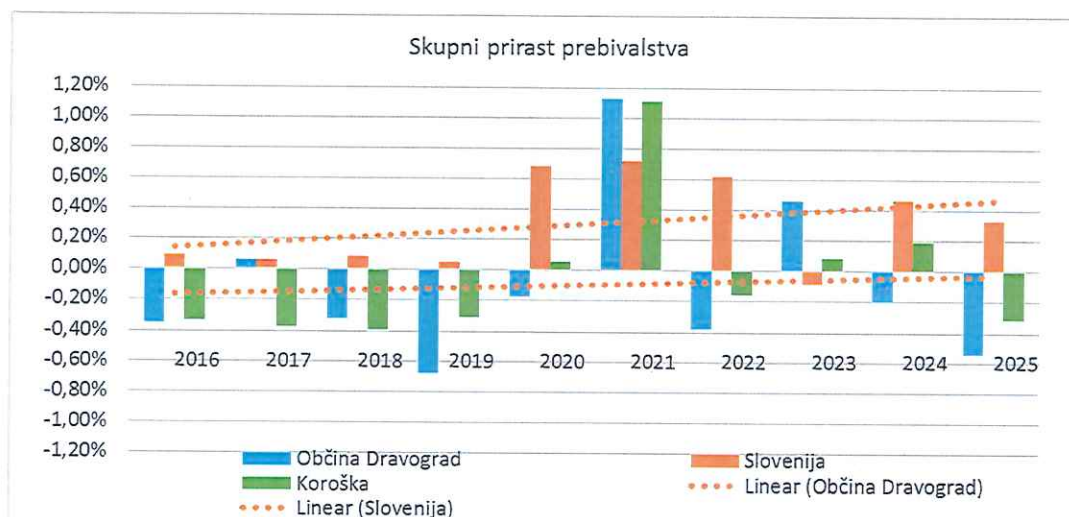
## 4.1. Prirast prebivalstva

Kazalnik Skupni prirast prebivalstva na 1.000 prebivalcev prikazuje relativno rast prebivalstva na določenem območju. Na število prebivalcev vplivajo, poleg naravnega gibanja (rojstev in smrti), tudi selitve. Na splošno velja, da so selitve usmerjene v regije z boljšimi ekonomskimi možnostmi, z namenom izboljšanja življenjske ravni migrantov. Priseljevanje delovno aktivne populacije na določeno območje pomeni izboljšanje razvojnih in demografskih potencialov območja, ki se posledično odražajo v zdravju populacije. Po drugi strani priseljevanje iz zelo drugačnih kulturnih okolij predstavlja nove izzive za zdravstveni sistem in pogosto terja prilagoditve pristopov k izboljševanju življenjskega sloga.

Skupni prirast prebivalstva pomeni razmerje med seštevkom naravnega in selitvenega prirasta na določenem območju v koledarskem letu in številom prebivalstva sredi istega leta na določenem območju, pomnoženo s 1.000.

Kazalnik je v Občini Dravograd od slovenskega povprečja negativno odstopal za leta 2016, 2018, 2019, 2020, 2022, 2024 in 2025 ki se nanašajo na koledarska leta 2014, 2016, 2017, 2018, 2020, 2022 in 2023.

Prirast prebivalstva	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	-0,35%	0,09%	-0,33%
2017	2015	0,06%	0,06%	-0,37%
2018	2016	-0,32%	0,08%	-0,39%
2019	2017	-0,68%	0,05%	-0,31%
2020	2018	-0,18%	0,68%	0,05%
2021	2019	1,13%	0,72%	1,11%
2022	2020	-0,38%	0,62%	-0,16%
2023	2021	0,46%	-0,09%	0,08%
2024	2022	-0,20%	0,46%	0,19%
2025	2023	-0,54%	0,33%	-0,31%



Graf 1: Kazalnik »Skupni prirast prebivalstva« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško



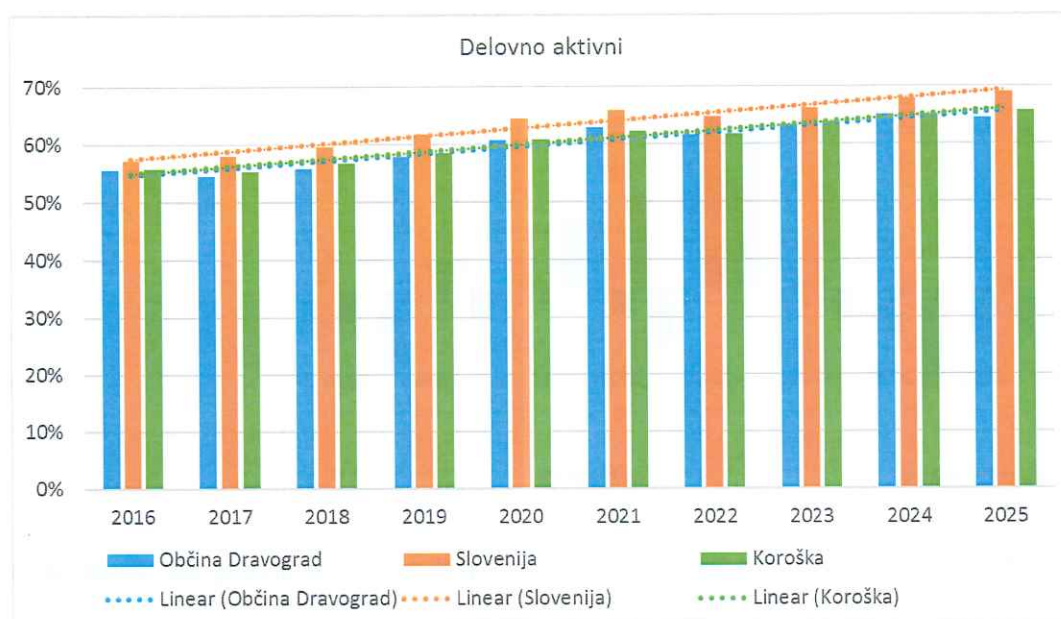
## 4.2. Stopnja delovne aktivnosti

Stopnja delovne aktivnosti, torej delež delovno aktivnega prebivalstva, velja za ključni socialni kazalnik za analitično preučevanje razvoja na trgu dela. Za posameznika redno delo predstavlja gotovost za prihodnost in s tem večjo samozavest pri življenjskih odločitvah, ki zadevajo eksistenco in ustvarjanje družine. Z boljšimi eksistencialnimi izhodišči je posameznik bolj samozavesten v odnosu do družbe, kar se odraža na vseh nivojih bivanja in tudi na zdravstvenem stanju. Gmotno stanje velikokrat posredno in neposredno vpliva na možnosti za zdrav življenjski slog. Izguba redne zaposlitve se odraža tudi na samozavesti in s tem posredno vpliva na večje tveganje za pojav duševnih bolezni.

Stopnja delovne aktivnosti je odstotni delež delovno aktivnega prebivalstva, starega med 15 in 64 let, po občinah stalnega prebivališča. Delovno aktivno prebivalstvo sestavljajo zaposlene in samozaposlene osebe, stare med 15 in 64 let.

V Občini Dravograd je bila stopnja delovne aktivnosti nižja od slovenskega povprečja med 2016 in 2025, ki se nanašajo na koledarska leta 2014, 2021, 2022 in 2023.

Stopnja delovne aktivnosti	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	55,60%	57,20%	55,70%
2017	2015	54,50%	57,90%	55,30%
2018	2016	55,80%	59,50%	56,70%
2019	2017	57,86%	61,64%	58,45%
2020	2018	60,60%	64,40%	60,80%
2021	2019	62,80%	65,80%	62,10%
2022	2020	61,50%	64,60%	61,70%
2023	2021	63,20%	66,10%	63,70%
2024	2022	64,98%	67,84%	65,02%
2025	2023	64,41%	68,85%	65,65%



Graf 2: Kazalnik »Stopnja delovne aktivnosti« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

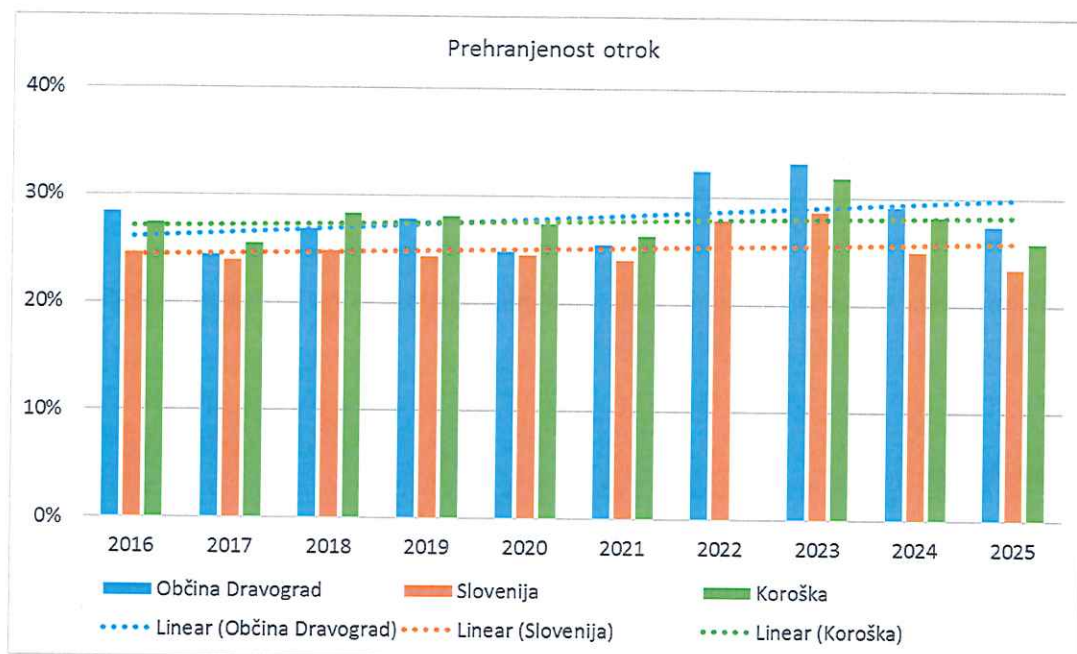
### 4.3. Prekomerna prehranjenost otrok in mladostnikov

Pogostnost prekomerne prehranjenosti otrok po svetu hitro narašča. Povezana je s številnimi dejavniki tveganja za srčne in druge kronične bolezni kasneje v življenju. Gre predvsem za povišane maščobe v krvi, neodzivnost na inzulin in povečano tveganje za sladkorno bolezen tipa 2, povišan arterijski tlak in zgodnjo aterosklerozo. Prekomerna prehranjenost otroka pomembno vpliva tudi na kakovost njegovega življenja. Zaradi velikega vpliva na javno zdravje je torej potrebno trende prekomerne prehranjenosti pri otrocih pozorno spremljati. Lokalna skupnost ima pomembno vlogo pri omogočanju prostočasnih rekreativnih dejavnosti otrok in zmanjševanju neenakih možnosti za vključevanje v športne dejavnosti, ki zmanjšujejo tveganje za debelost.

Kazalnik Prekomerna prehranjenost otrok in mladostnikov opisuje, kakšen delež otrok in mladostnikov ima indeks telesne mase nad mejno vrednostjo prekomerne prehranjenosti za ustrezno starost in torej zajame vse predebele in debele.

V Občini Dravograd je bila prekomerna prehranjenost otrok višja od slovenskega povprečja med 2016 in 2025, ki se nanašajo na koledarska leta od 2014 do 2023.

Prekomerna prehranjenost otrok	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	28,40%	24,60%	27,40%
2017	2015	24,40%	23,90%	25,50%
2018	2016	26,80%	24,80%	28,30%
2019	2017	27,79%	24,30%	28,10%
2020	2018	24,80%	24,50%	27,40%
2021	2019	25,50%	24,10%	26,30%
2022	2020	32,40%	27,80%	n
2023	2021	33,20%	28,70%	31,80%
2024	2022	29,20%	24,95%	28,27%
2025	2023	27,40%	23,39%	25,84%



Graf 3: Kazalnik »Prekomerna prehranjenost otrok in mladostnikov« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško



#### 4.4. Telesni fitnes otrok

Telesni fitnes otrok je del ocene gibalne učinkovitosti in kaže na nivo z zdravjem povezanega telesnega fitnesa posameznega otroka. Nizek nivo gibalne učinkovitosti je pokazatelj zdravstvenega tveganja, ki je lahko posledica telesne nedejavnosti, prekomerne prehranjenosti ali kombinacije obeh. Posledica telesne nedejavnosti sta nezadostna razvitost mišičnega sistema ter poslabšano fiziološko delovanje organizma, v kombinaciji z neustreznim načinom prehranjevanja pa vodi tudi v prekomerno hranjenost ali pa v zdravje ogrožajočo podhranjenost. V primeru, če otrok ne dosega zadovoljive ravni gibalne učinkovitosti in ni prekomerno prehranjen, je lahko vzrok neustreznega gibalnega razvoja nedejavni način življenja in uravnavanje telesne mase z odrekanjem hrani, najpogosteje pa je vzrok neustreznega gibalnega razvoja prevelika telesna masa, ki otroku onemogoča obvladovanje lastnega telesa. Takšno stanje povečuje tveganje poškodb v vsakdanjem življenju otroka in znižuje kakovost njegovega življenja, na dolgi rok pa vodi v resna tveganja srčno-žilnih in presnovnih bolezni.

Z zdravjem povezan telesni fitnes osnovnošolskih otrok in mladostnikov opisuje, kakšen delež otrok v posamezni slovenski občini dosega ustrezno raven gibalne učinkovitosti. Izračunan je na podlagi štirih gibalnih sposobnosti, ki najbolj prispevajo k zmanjševanju zdravstvenega tveganja: mišična vzdržljivost, aerobna vzdržljivost, mišična moč in gibljivost.

V Občini Dravograd je bil telesni fitnes otrok nižji od slovenskega povprečja med leti 2017 in 2023, ki se nanašajo na koledarska leta od 2015 do 2023.

Telesni fitnes otrok	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	50,0	50,0	49,8
2017	2015	49,5	50,0	49,9
2018	2016	49,6	50,1	49,9
2019	2017	47,0	50,2	50,57
2020	2018	46,7	52,3	51,3
2021	2019	46,2	50,0	48,8
2022	2020	43,8	44,3	n
2023	2021	38,4	43,7	n
2024	2022	49,6	50,0	50,43
2025	2023	44,5	48,4	48,94

Kazalnik ni prikazan v grafu, ker vrednosti časovno niso primerljive ali prikazi kazalnika na višjih teritorialnih ravneh niso smiselni (vir: <https://obcine.nijz.si/obcine/dravograd/25/2025> ).

#### 4.5. Bolniška odsotnost

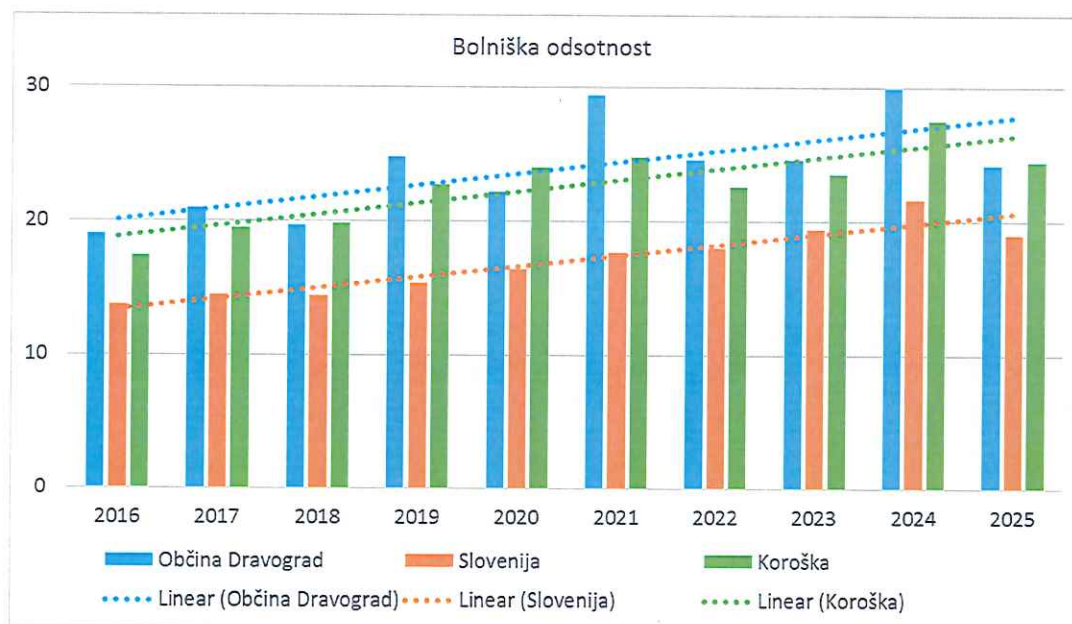
Kazalnik bolniške odsotnosti kaže splošno zdravstveno stanje in zmožnost za delo zaposlenih in samozaposlenih prebivalcev. Poleg objektivnih bolezenskih težav na individualno odločitev za bolniško odsotnost vpliva zapleten preplet dejavnikov, kot so razmere na delovnem mestu, vključno z medsebojnimi odnosi in organizacijo dela, družinske in osebne okoliščine, obseg pravic v sistemu socialnega zavarovanja in tudi razmere na trgu delovne sile. Negotovost na trgu dela, strah pred izgubo dela in tudi to, da v času velike brezposelnosti redno zaposlitev lažje obdržijo in dobijo bolj zdravi, so dejavniki, ki so posledica razvoja in uspešnosti delodajalcev na širšem območju in tudi lokalno.



K ustvarjanju pogojev za delodajalce lahko z različnimi lokalnimi politikami in spodbudami prispeva tudi občina. Bolniško odsotnost prikazujemo s povprečnim številom koledarskih dni nezmožnosti za delo na delovno aktivnega prebivalca. Upoštevani so dnevi, ki jih izbrani osebni zdravniki vpišejo na potrdilo o zdravniško opravičeni odsotnosti z dela. Vključeni so dnevi bolniške odsotnosti zaradi vseh razlogov, od bolezni, poškodb, do nege otrok in ostalih. Kazalnik imenujemo tudi indeks onesposabljanja (IO).

V Občini Dravograd je bila bolniška odsotnost večja od slovenskega povprečja občini med 2016 in 2025, ki se nanašajo na koledarska leta od 2014 do 2023.

Bolniška odsotnost	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	19	13,7	17,4
2017	2015	21	14,5	19,5
2018	2016	19,7	14,4	19,8
2019	2017	24,77	15,33	22,69
2020	2018	22,2	16,4	24
2021	2019	29,4	17,7	24,8
2022	2020	24,6	18	22,6
2023	2021	24,6	19,4	23,5
2024	2022	29,94	21,65	27,53
2025	2023	24,2	19,04	24,45



Graf 4: Kazalnik »Bolniška odsotnost« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

#### 4.6. Pomoč na domu

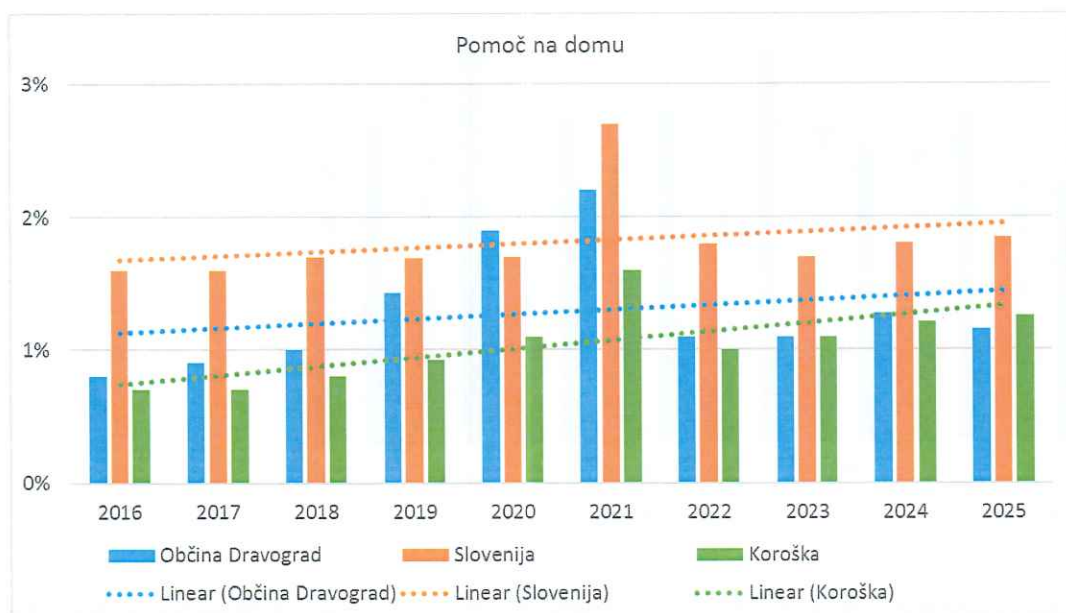
Zaradi demografskih sprememb v Sloveniji se v socialnem in zdravstvenem sistemu močneje izpostavlja problematika starejših prebivalcev. Starejši so močneje izpostavljeni tveganju revščine, socialni izključenosti ter večjim potrebam po

storitvah dolgotrajne oskrbe in drugih starejšim prilagojenih storitvah, ki lajšajo vsakodnevno vključevanje v okolje in življenje.

Delež uporabnikov pomoči na domu med osebami, starimi 65 let in več, opisuje razmerje med številom uporabnikov pomoči na domu zaradi starosti ali pojavov, ki spremljajo starost, ki so stari 65 let in več, in številom prebivalcev, starih 65 let in več.

V Občini Dravograd je bil delež uporabnikov pomoči na domu med osebami, starimi 65 let in več, nižji od slovenskega povprečja od leta 2016.

Pomoč na domu	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	0,80%	1,60%	0,70%
2017	2015	0,90%	1,60%	0,70%
2018	2016	1,00%	1,70%	0,80%
2019	2017	1,43%	1,69%	0,92%
2020	2018	1,90%	1,70%	1,10%
2021	2019	2,20%	2,70%	1,60%
2022	2020	1,10%	1,80%	1%
2023	2021	1,10%	1,70%	1,10%
2024	2022	1,28%	1,81%	1,21%
2025	2023	1,16%	1,85%	1,26%



Graf 5: Kazalnik »Pomoč na domu« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Koroško in Slovenijo

#### 4.7. Dolgotrajna oskrba

Dolgotrajna oskrba (DO) je namenjena osebam, ki zaradi starosti, bolezni, invalidnosti ali drugih zdravstvenih razlogov trajno potrebujejo pomoč pri vsakodnevnih opravilih. Namen sistema je zagotavljanje pomoči ljudem, ki ne zmorejo



samostojno skrbeti zase, omogočanje dostojnega življenja v domačem okolju ali instituciji, razbremenitev družinskih članov ter vzpostavitev javnega, dostopnega in pravičnega sistema, ki temelji na medgeneracijski solidarnosti.

Prinaša dostopnejšo oskrbo na domu, nove storitve za ohranjanje samostojnosti in kakovostno oskrbo prilagojeno posamezniku. Je dopolnitev in nadgradnja pomoči na domu.

Jedro vizije dolgotrajne oskrbe je krepiti mrežo storitev v skupnosti, ki bo tistim, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, omogočila, da čim dlje ostanejo v domačem okolju. Hkrati pa je cilj reforme tistim, ki institucionalno varstvo potrebujejo, zagotoviti, da bo zanje to tudi bolj finančno dostopno in dosegljivo. Dolgotrajna oskrba s sistemsko ureditvijo v središče obravnave postavlja posameznice in posameznike, s ciljem ohranjanja njihove samostojnosti in zagotavljanja oskrbe po meri.

Sistemska ureditev dolgotrajne oskrbe (DO) je nujna ne le zaradi zagotavljanja kakovostnega življenja ljudi v vseh življenjskih obdobjih, temveč tudi zaradi demografskih trendov. V naslednjih desetletjih je glede na demografske trende pričakovati neizbežno rast potreb po tovrstnih storitvah.

Pravice dolgotrajne oskrbe so se oz. se bodo pričele veljati postopoma (od leta 2024 do 2026), ko bo sistem DO vzpostavljen v celoti. Od julija 2025 je uveljavljen prispevek v blagajno za dolgotrajno oskrbo.

Na sedežih CSD so vzpostavljene vstopne točke, kjer svetovalci ljudem, ki potrebujejo pomoč pri opravljanju temeljnih in podpornih dnevnih opravil oziroma njihovim svojcem ponujajo informacije in svetovanje, postopno se izvaja ocenjevanje upravičenosti, na podlagi katerega so oz. bodo vlagatelji umeščeni v kategorijo oskrbe, ki določa njihov obseg pravic iz zavarovanja za DO.

Z namenom, da bi ljudje lahko čim dlje ostali v svojem domačem okolju se bo krepila oskrba na domu, predvsem s tem, da se v okviru storitve DO na domu nudijo tudi storitve zdravstvene nege, vezane na osnovna dnevna opravila, storitve za krepitev in ohranjanje samostojnosti ter storitve e-oskrbe. Obenem pa ta pravica ne ukinja možnosti dostopa do obstoječe pomoči.

Vlogo za uveljavljanje pravic do DO je možno podati elektronsko ali osebno na vstopni točki na CSD.

Izvajalec DO v Občini Dravograd je Koroški dom starostnikov Črneče.

#### 4.8. Klopni meningoencefalitis

Klopni meningoencefalitis je virusna bolezen osrednjega živčevja, ki jo prenaša klop. Okužba je možna tudi preko pitja neprekuhanega mleka okuženih živali. Bolezen običajno poteka v dveh fazah. Prva faza bolezni se začne približno teden dni po vbodu klopa in poteka podobno kot pri gripi s slabim počutjem, bolečinami v mišicah in glavobolom. Pri večini bolnikov po prostem intervalu (nekaj dni do tri tedne) sledi druga faza bolezni z visoko temperaturo, močnim glavobolom in nezavestjo. Prebolela bolezen lahko pusti trajne posledice, kot so glavobol, zmanjšana delovna sposobnost, zmanjšana sposobnost koncentracije ali ohromelost. Umre 1 do 2 odstotka odraslih bolnikov. Okužbe se pojavljajo sezonsko, največ od maja do oktobra, kar je v skladu z biološko aktivnostjo klopov. Bolezen lahko uspešno preprečujemo s cepljenjem. Osnovno cepljenje obsega tri odmerke znotraj enega leta, nato sledijo poživitveni odmerki na tri oz. pet let. Zaradi možnosti učinkovitega preprečevanja je bolezen primerno prijemališče javnozdravstvenih ukrepov. Slovenija v svetovnem merilu sodi v sam vrh obolevnosti za klopnim meningoencefalitisom. V Sloveniji izstopata Gorenjska in Koroška regija.

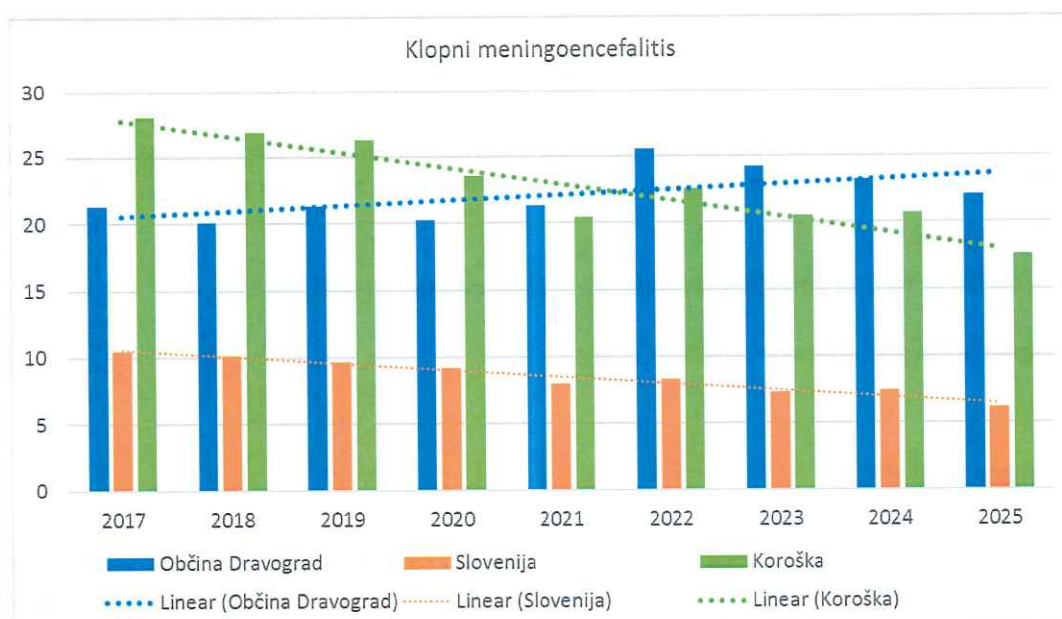
Večina bolnikov je hospitaliziranih, zato je stopnja hospitalizacij dober pokazatelj razsežnosti problema.



Stopnja hospitalizacij zaradi klopnega meningoencefalitisa opisuje število bolnišničnih obravnav zaradi klopnega meningoencefalitisa na 100.000 prebivalcev v opazovanem koledarskem letu. Izračunana je starostno standardizirana stopnja, ki omogoča medsebojno primerjavo populacij z različno starostno strukturo prebivalcev.

V Občini Dravograd je kazalnik odstopal od slovenskega povprečja glede na podatke katalogov Zdravje v občini med leti 2017 in 2025.

Klopni meningoencefalitis	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
		n	n	n
2016	2014			
2017	2015	21,3	10,5	28
2018	2016	20,1	10,1	26,9
2019	2017	21,32	9,67	26,25
2020	2018	20,2	9,2	23,5
2021	2019	21,3	8	20,4
2022	2020	25,5	8,3	22,5
2023	2021	24,2	7,3	20,5
2024	2022	23,19	7,43	20,68
2025	2023	22,03	6,16	17,57



Graf 6: Kazalnik »Klopni meningoencefalitis« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

#### 4.9. Umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja

Bolezni srca in ožilja so skupina bolezni, ki vključuje različna obolenja, med katerimi so najpomembnejša in najpogostejša povišan krvni tlak, koronarna bolezen srca, angina pectoris, srčni infarkt, odpoved srca, možganska kap in druge bolezni srca in ožilja.

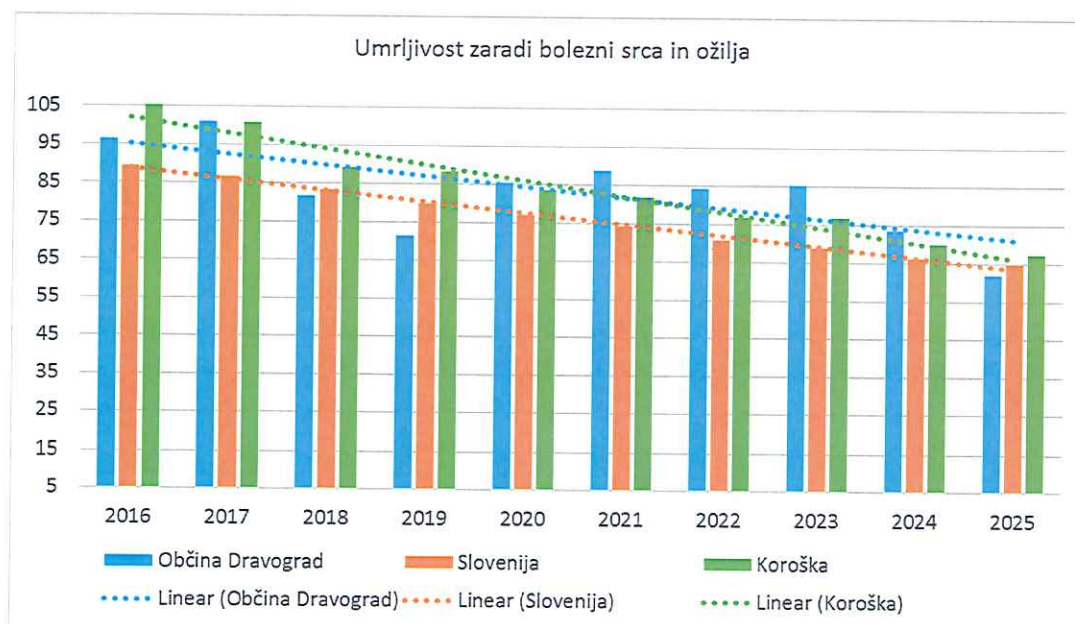
Natančnega števila obolelih prebivalcev zaradi bolezni srca in ožilja v Sloveniji nimamo. Umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja odseva tako pogostost in težo bolezni kot tudi organiziranost in učinkovitost zdravstvene službe. V Sloveniji

zaradi bolezni srca in ožilja umre približno 7.500 ljudi letno, kar predstavlja več kot tretjino vseh smrti. Bolezni srca in ožilja so najpogostejši vzrok umrljivosti v Sloveniji, gledano vse starosti in oba spola skupaj. Večina smrti zaradi bolezni srca in ožilja se sicer dogodi v starejših starostnih skupinah, vendar se pri osebah umrlih do 65. leta bolezni srca in ožilja uvrščajo na drugo mesto, takoj za rakom. V zadnjih 30 letih je umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja upadla, tudi za osebe mlajše od 65 let.

Stopnja umrljivosti zaradi bolezni srca in ožilja opisuje umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja pred 75. letom starosti na 100.000 prebivalcev v opazovanem koledarskem letu.

V Občini Dravograd je kazalnik negativno odstopal od slovenskega v letih 2016, 2017, 2020, 2021, 2022 ter 2023 in 2024. V letu 2025 se občina statistično značilno ne razlikuje od povprečja preostale Slovenije.

Umrlijivost zaradi bolezni srca in ožilja (0-74 let)	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	96,4	89,3	105,3
2017	2015	101	86,7	100,7
2018	2016	81,7	83,4	89,2
2019	2017	71,44	79,92	88,4
2020	2018	85,5	77,1	83,6
2021	2019	88,7	74,2	81,9
2022	2020	84,4	70,7	76,8
2023	2021	85,3	68,7	76,7
2024	2022	73,39	66,28	69,89
2025	2023	62,07	64,78	67,32



Graf 7: Kazalnik »Umrlijivost zaradi bolezni srca in ožilja« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

#### 4.10. Stopnja umrljivosti zaradi samomora

Stanje duševnega zdravja prebivalstva je odsev splošnega stanja v družbi. Razlike v duševnem zdravju odsevajo družbene razlike. V Sloveniji si vsako leto vzame življenje med 500 in 600 ljudi, kar po količniku samomora uvršča Slovenijo med deset najbolj ogroženih evropskih držav. Poskusov samomora je še 10- do 20-krat več.

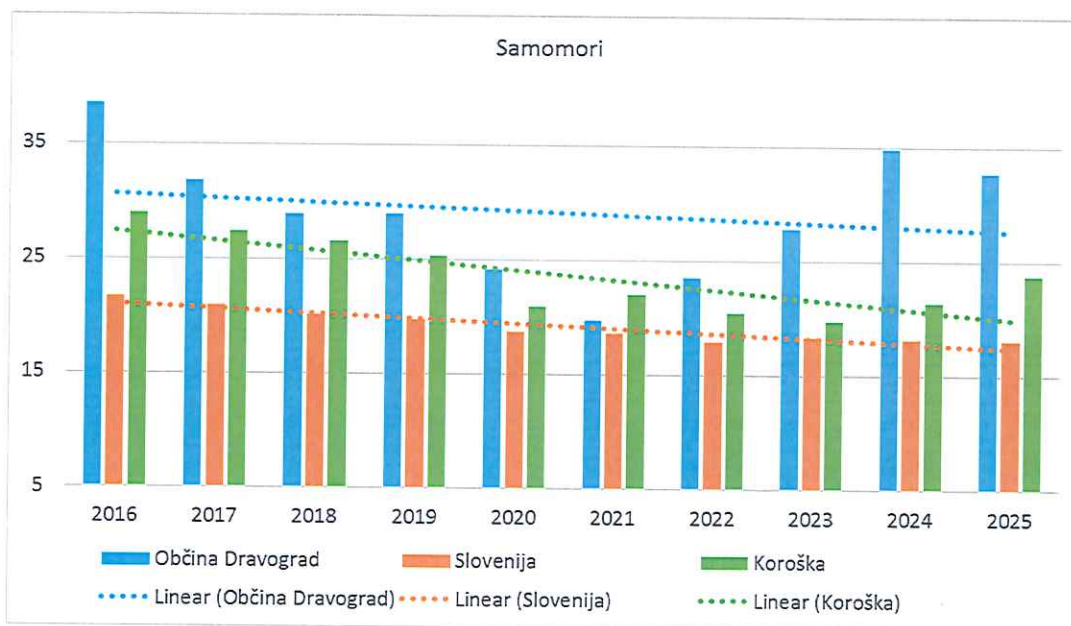
Med pomembnejšimi dejavniki tveganja za samomorilno vedenje so duševne motnje. Samomor naj bi bil v več kot 90 % povezan z duševno motnjo oziroma boleznijo. Duševne motnje in bolezni so v splošni populaciji zelo razširjene, žal pa mnogokrat tudi neprepoznane. Pogosto so duševne težave signal in izraz socialno-ekonomskih stisk ljudi. V Sloveniji se samomori izrazito vežejo na socialno ogrožene ali marginalizirane skupine, kot so revni, slabše izobraženi, nezaposleni, starejši, kar posredno kaže, da ljudje pogosto skozi izražajo in signalizirajo svojo širšo socialno ogroženost. Na osebni ravni je vsako samomorilno dejanje znak globokega čustvenega stresa, potrnosti, žalosti, brezupa, ki odmeva na populaciji v celoti. Kadar nastopijo duševne težave, ni prizadet samo posameznik, temveč tudi njegova ožja in širša družbena skupnost.

Standardizirana stopnja umrljivosti zaradi samomora, je razmerje med številom umrlih zaradi samomora v opazovanem koledarskem letu in številom prebivalcev sredi istega leta, pomnoženo s 100.000.

V Občini Dravograd je kazalnik negativno odstopal od slovenskega povprečja med leti 2016 in 2025.

Umrljivost zaradi samomora	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	38,5	21,7	29
2017	2015	31,8	20,9	27,4
2018	2016	28,9	20,1	26,5
2019	2017	28,99	19,73	25,26
2020	2018	24,1	18,7	20,9
2021	2019	19,7	18,6	22
2022	2020	23,5	17,9	20,4
2023	2021	27,8	18,3	19,7
2024	2022	34,84	18,1	21,35
2025	2023	32,74	18,03	23,69





Graf 8: Kazalnik »Stopnja umrljivosti zaradi samomora« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

#### 4.11. Presejalni programi

Presejalni programi zajamejo skupino navidezno zdravih ljudi, pri kateri se izvede določena preiskava, da med njimi poiščemo tiste, pri katerih se je bolezen morda že začela. To je smiselno v primeru bolezni, ki se dolgo razvijajo, hitro odkrivanje pa pomeni, da je zdravljenje enostavnejše in uspešnejše. To velja predvsem za različne vrste raka. Da je tovrstno početje smiselno, moramo imeti na voljo primerno preiskavo, dobro organizacijo in podporo pri zdravljenju odkritih bolnikov. Bolezen mora biti takšna, da predstavlja javnozdravstveni problem. Pri osebah, kjer se pokaže sum na bolezen, mora biti vzpostavljeno takojšnje svetovanje, usmerjanje, hitra nadaljnja diagnostika za potrditev bolezni ter ustrezna terapija za zdravljenje. V presejalne programe uvrščamo skupine prebivalcev, pri katerih je večja verjetnost pojava bolezni. Trenutno imamo v Sloveniji na voljo tri presejalne programe (ZORA, DORA, Svit), pripravljata se še dva (Peter, Luka).

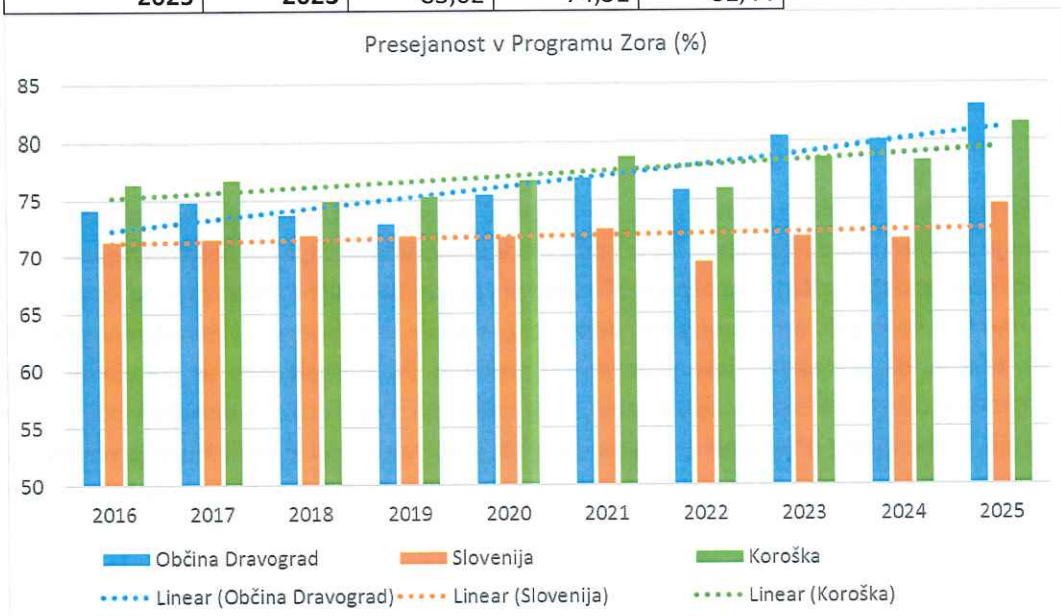
Program **ZORA** je namenjen odkrivanju predrakavih in rakavih sprememb materničnega vratu pri ženskah, starih od 20 do 64 let. Povabljeni so vsa ženska iz ciljne skupine, ki vsaj tri leta ni opravila brisa materničnega vratu. Program je pomembno povezan s cepljenjem deklic in dečkov proti HPV (humani papiloma virus), saj se rak materničnega vratu pojavi skoraj izključno zaradi okužbe s HPV. Z uspešnostjo cepljenja bo možno program z leti opustiti, ker bolezen ne bo več javnozdravstveni problem.

Tudi program **DORA** (presejalni program za raka dojke) je namenjen samo ženskam, tokrat v starosti 50 do 69 let. Le te so vsaki dve leti povabljeni na slikanje dojke z mamografijo. Cilj programa je zgodnje odkrivanje majhnih rakavih sprememb.

Program **Svit** pa je namenjen tako ženskam kot moškim v starosti od 50 do 74 let. Njegov cilj je odkriti predrakave in začetne rakave spremembe na debelem črevesu in danki ter jih odstraniti. Pregledujejo se vzorci blata in če je odkrita krvavitev (pod 5 % vzorcev) so udeleženci povabljeni na kolonoskopijo, ki pokaže vzrok krvavitve.

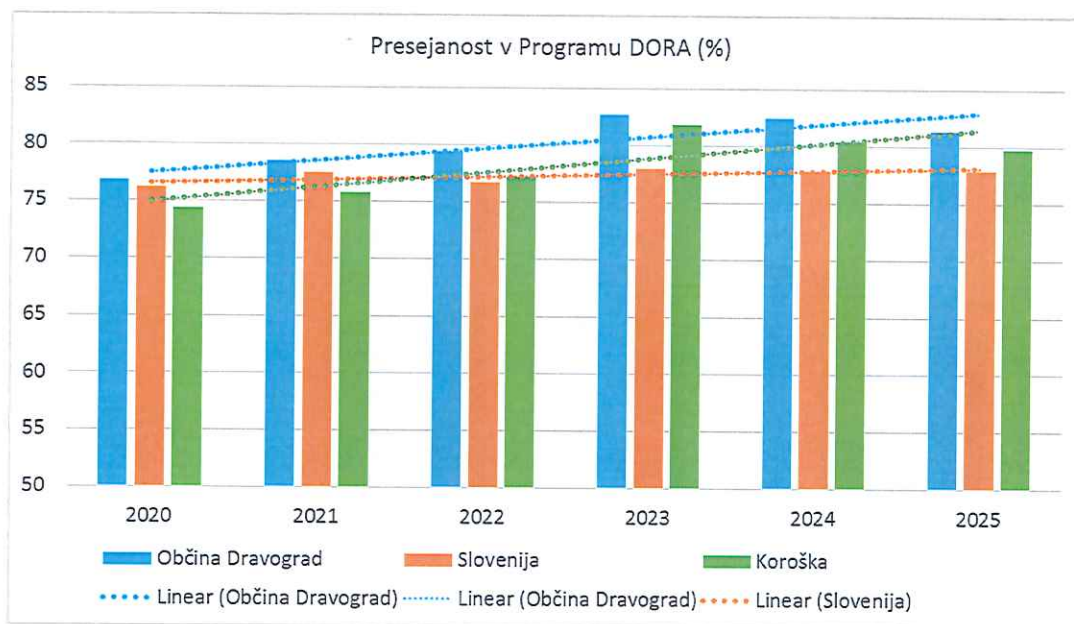
Predvidena je uvedba novih dveh programov v obdobju desetih let, in sicer **Program Peter**, ki bo omogočil zgodnje odkrivanje in zdravljenje raka prostate pri moških, starih od 50 do 69 let. **Program Luka** bo omogočil zgodnje odkrivanje pljučnega raka, kar bo prispevalo k večjim možnostim za preživetje bolnikov. Pljučni rak je namreč najpogostejši vzrok smrti zaradi raka v Sloveniji.

Presejanost v Programu Zora	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	74,1	71,3	76,4
2017	2015	74,8	71,5	76,8
2018	2016	73,6	71,8	74,9
2019	2017	72,85	71,78	75,27
2020	2018	75,4	71,7	76,7
2021	2019	76,9	72,4	78,8
2022	2020	75,8	69,5	76
2023	2021	80,4	71,7	78,7
2024	2022	80,05	71,42	78,38
2025	2023	83,02	74,51	81,44



Graf 9: Kazalnik »Presejanost v Programu Zora« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

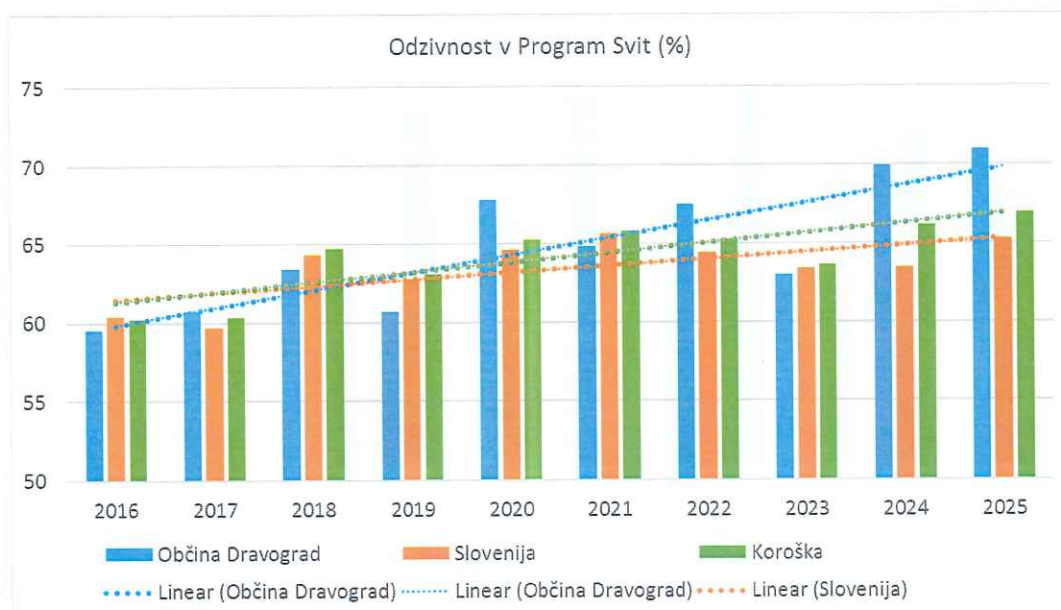
Presejanost v Programu DORA	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2020	2018	76,8	76,2	74,4
2021	2019	78,5	77,5	75,8
2022	2020	79,4	76,7	77,2
2023	2021	82,7	78	81,8
2024	2022	82,43	77,79	80,39
2025	2023	81,37	77,9	79,8



Graf 10: Kazalnik »Presejanost v Programu DORA« od 2020 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

Odzivnost v Program Sviti	Podatek za leto	Občina Dravograd	Slovenija	Koroška
2016	2014	59,5	60,4	60,2
2017	2015	60,7	59,7	60,3
2018	2016	63,4	64,3	64,7
2019	2017	60,68	62,74	63,07
2020	2018	67,8	64,6	65,2
2021	2019	64,8	65,6	65,8
2022	2020	67,5	64,4	65,3
2023	2021	63	63,4	63,6
2024	2022	69,95	63,43	66,11
2025	2023	70,99	65,26	66,95





Graf 11: Kazalnik »Odzivnost v Program Sviti« od 2016 do 2025 – podatki za Občino Dravograd, Slovenijo in Koroško

## 5. OPREDELITEV CILJEV

Določanje ciljev sledi WHO in SZO programu Zdravih mest z namenom implementacije v 1. točki navedenih splošnih ciljev, področij in prednostnih nalog.

Cilji so oblikovani v skladu z metodologijo SMART (Specifični, Merljivi, Dosegljivi, Relevantni, Časovno opredeljeni) in temeljijo na podatkih NIJZ »Zdravje v občini« za podatkovno obdobje 2016–2025 ter se osredotočajo na kazalnike zdravja, ki odstopajo od slovenskega povprečja.

Cilji so splošni in specifični.

### 5.1. Splošni cilji

- Izvesti celovito analizo stanja zdravja v Občini Dravograd, ki bo temeljila na zbiranju, obdelavi in interpretaciji podatkov ter omogočila vpogled v ključne zdravstvene izzive lokalne skupnosti.
- Promovirati zdrav način življenja med vsemi generacijami prebivalcev z organizacijo izobraževalnih delavnic, kampanj in drugih preventivnih aktivnosti.
- Zagotoviti enakopravno dostopnost do zdravstvenih storitev in programov za vse prebivalce, ne glede na starost, socialni status ali druge dejavnike.
- Okrepiti aktivno delovanje Projektnega sveta »Dravograd – zdravo mesto« z usklajevanjem aktivnosti med ključnimi deležniki.
- Aktivno sodelovanje Projektnega sveta »Dravograd – zdravo mesto« z vključevanjem v proces odločanja na nivoju lokalne skupnosti.
- Izboljšati ozaveščenost prebivalcev o pomembnosti preventivnega ravnanja ter promocije zdravja skozi različne informacijske kanale in kampanje.
- Krepi medsektorsko sodelovanje z vzpostavitvijo partnerstev med zdravstvenimi ustanovami, lokalnimi organizacijami, izobraževalnimi institucijami in civilno družbo za doseg celostnega pristopa k zdravju.

## 5.2. Specifični cilji

- Prekomerna prehranjenost otrok in mladostnikov (K2.2) – načrtujemo nadaljnjo upadanje odstotka prekomerno prehranjenih otrok proti regijskemu povprečju s ciljem, da do leta 2035 dosežemo 25 %.
- Klopni meningoencefalitis (K4.14) – z izvajanjem preventivnih ukrepov želimo do leta 2035 obrniti trend rasti in zniževati stopnjo. S tem namenom bomo izvajali ukrepe in spremljali kazalce, ki so merljivi, na primer: ozaveščanje, organiziranje cepilnih dni, povečanje števila cepljenih, urejanje zelenih površin z namenom zmanjšanja habitata klopov.
- Umrljivost zaradi samomora (K5.7) – z izvajanjem preventivnih ukrepov želimo do leta 2035 zniževati stopnjo. S tem namenom bomo izvajali ukrepe in aktivnosti, ki so merljivi, na primer: seznam in dostopnost virov pomoči, število društev in organizacij v občini, ki ponujajo pomoč, število izvedenih aktivnosti, število udeležencev, itd..
- Umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja (K5.2) – načrtujemo doseganje stopnje regijskega povprečja ali nižje. S tem namenom bomo izvajali ukrepe in aktivnosti ter spremljali kazalce, ki so merljivi, na primer: število izvedenih aktivnosti in projektov, število vključenih, itd..
- Presejalni programi – odzivnost v Program Svit (K3.1) – ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti v programu skozi promocijo in informiranje prebivalcev.
- Presejalni programi – presejanost v Programu Zora (K3.2) – ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti v programu tudi s spodbujanjem cepljenj proti okužbam s HPV (K3.5).
- Presejalni programi – presejanost v Programu DORA (K3.4) – ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti v programu.

## 6. OPREDELITEV UKREPOV

Ukrepi so opredeljeni glede na izbrane cilje in usmerjeni k njihovem doseganju.

### 6.1. Ukrepi za doseganje splošnih ciljev

#### 1. Analiza stanja zdravja v občini – vsako leto pregled novih podatkov:

- Zbiranje podatkov iz lokalnih zdravstvenih ustanov, Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) in drugih relevantnih virov.
- Izdelava letnega poročila o zdravstvenem stanju občanov s poudarkom na najpogostejših težavah in preventivnih ukrepih.
- Seznanitev z rezultati analize na pristojnih občinskih organih ali na javnih dogodkih.
- Priprava poročila v dostopni obliki (brošura, spletni dokument) ter objava na občinski spletni strani.
- Redno spremljanje trendov in primerjava z nacionalnimi podatki za boljše načrtovanje ukrepov.

#### 2. Informiranje prebivalcev – katalog aktivnosti, zbir vseh aktivnosti in vsakoletna prevetritev:

- Priprava kataloga vseh zdravstvenih, športnih, rekreacijskih in kulturnih aktivnosti v občini.
- Vzpostavitev spletne platforme z redno posodobljenim seznamom aktivnosti in dogodkov.
- Vsakoletna evalvacija in posodobitev kataloga na podlagi povratnih informacij občanov ter novih dejavnosti.
- Razdelitev kataloga v fizični obliki (po pošti) in/ali digitalni obliki (e-novice, spletna objava).
- Vključevanje lokalnih društev in organizacij za ažurne podatke o njihovih dejavnostih.



### 3. Promocija programa – kabelska televizija, časopis, internet:

- Izdelava komunikacijskega načrta s ciljnimi skupinami.
- Redno oglaševanje v lokalnih medijih, kot so občinski časopis, lokalna kabelska TV in spletna stran občine.
- Uporaba družbenih omrežij (Facebook, Instagram) za širjenje informacij o programih in dogodkih.
- Vzpostavitev e-novic, s katerimi bodo prebivalci redno obveščeni o aktualnih dogodkih in novostih.
- Video predstavitve programov na YouTube ali v obliki kratkih spotov na lokalni televiziji.
- Organizacija promocijskih dogodkov (dnevi zdravja) z medijsko podporo.

## 6.2. Ukrepi za doseganje specifičnih ciljev

### PREKOMERNA PREHRANJENOST OTROK

1. **Ozaveščanje staršev in širše skupnosti o pomenu dojenja in zdrave prehrane otrok v zgodnji mladosti:**
  - Organizacija delavnic in izobraževanj za nosečnice in mlade mamice o zdravi prehrani dojenčka in otroka v zgodnji mladosti.
  - Promocija dojenja v lokalni skupnosti.
  - Spodbujanje uvedbe koticov za dojenje v lokalni skupnosti.
2. **Dodatno ozaveščanje otrok v šolah in vrtcih o uravnoteženi prehrani in prekomerni telesni teži:**
  - Organizacija delavnic o zdravi prehrani z vodenjem strokovnih delavcev (nutricionisti, kuharji).
  - Izvajanje tematskih dni (kot na primer "Zdrav krožnik" ali "Barviti zajtrk"), kjer otroci sami pripravijo zdrav obrok.
  - Ustvarjanje interaktivnih učnih gradiv in kvizov o zdravi prehrani ter vključevanje v redni učni program.
  - Izvajanje "zdrave malice", vključene v šolski jedilnik s sodelovanjem lokalnih pridelovalcev hrane.
3. **Ozaveščanje staršev z aktivnim vključevanjem v delavnice:**
  - Organizacija predavanj z nutricionisti in pediatri o zdravem prehranjevanju otrok.
  - Kuharske delavnice za starše in otroke, kjer skupaj pripravljajo zdrave obroke.
  - Skupinske razprave in deljenje izkušenj na temo spopadanja s prekomerno težo.
  - Razdelitev brošur s konkretnimi nasveti za pripravo zdravih obrokov doma.
4. **Vključevanje pediatra in promocija zdravstveno-vzgojnih vsebin:**
  - Redno vključevanje pediatra v šolske zdravstvene preglede z osveščanjem o prehrani in telesni dejavnosti.
  - Tematska srečanja s pediatrom in starši v okviru starševskih sestankov.
  - Sodelovanje z lokalnim zdravstvenim domom za zagotavljanje informacij na spletu in v brošurah.
5. **Aktivno delovanje Družinske obravnave otrok in mladostnikov za zdrav življenjski slog:**
  - Vzpostavitev multidisciplinarnih timov (pediater, psiholog, nutricionist) za individualno obravnavo.
  - Organizacija skupinskih vadb za otroke in starše pod strokovnim vodstvom.
  - Psihosocialna podpora otrokom s težavami s samopodobo zaradi prekomerne teže.
6. **Omogočiti otrokom brezplačne gibalne aktivnosti:**
  - Dogovor z lokalnimi športnimi društvi za brezplačno udeležbo otrok na vadbah (ples, nogomet ...).
  - Sofinanciranje določenega števila kart za aktivnosti v času šolskih počitnic (kot na primer poleti plavanje, pozimi smučanje).
  - Izvajanje športnih dni v občini.
  - Financiranje športnih rekvizitov in opreme za šole in vrtce.



## KLOPNI MENINGOENCEFALITIS

1. **Promocija in obveščanje ljudi o cepljenju:**
    - Razširjena promocijska kampanja (objave, letaki, plakati,...).
    - Obvestila prek lokalnih medijev, občinskega glasila in družbenih omrežij.
    - Objave o pomembnosti cepljenja na spletni strani.
  2. **Organizacija dni odprtih vrat za cepljenje:**
    - Dogovor s zdravstvenim domom za organizacijo "Cepilnih dni".
  3. **Predavanja o cepljenju s strani NIJZ:**
    - Gostovanje strokovnjakov iz NIJZ na občinskih dogodkih.
    - Tematska predavanja odprta za javnost v kulturnih domovih, knjižnici, šolah,...
  4. **Sofinanciranje odmerkov cepljenja:**
    - Preučitev možnosti sofinanciranja za delno kritje stroškov cepljenja za populacijo prebivalcev občine, ki sedaj ni zajeta v sistemu sofinanciranja odmerkov cepiva.
- 

## UMRLJIVOST ZARADI SAMOMORA

1. **Ozaveščanje o virih pomoči:**
    - Objava kontaktov kriznih centrov in svetovalnic na vidnih mestih (šole, zdravstveni domovi, spletna stran).
    - Plakati in letaki z motivacijskimi sporočili in kontakti za pomoč v javnih prostorih.
    - Organizacija pogovornih večerov o duševnem zdravju.
  2. **Delovanje psihologa v ZD:**
    - Povečanje dostopnosti svetovalnih ur brez napotnice.
    - Skupinske terapije in delavnice za različne starostne skupine.
    - Ozaveščanje o dodatnih virih pomoči.
  3. **Individualni posveti in vključevanje v aktivnosti:**
    - Vzpostavitev lokalnih skupin za samopomoč in podporo.
    - Povezovanje z nevladnimi organizacijami za vključitev v terapevtske aktivnosti.
    - Programi za krepitev duševnega zdravja z elementi meditacije in sprostitvenih tehnik.
- 

## BOLEZNI SRCA IN OŽILJA

1. **Promocija aktivnosti za krepitev zdravja:**
  - Brezplačne vadbe za starejše in bolnike po prebolelih srčnih boleznih (kot na primer nordijska hoja).
  - Vzpostavitev telovadnic na prostem z navodili za vadbo.
2. **Organizacija preventivnih akcij:**
  - Letne akcije meritev krvnega tlaka, holesterola, EKG in telesne sestave.
  - Mobilna enota za izvajanje meritev na podežlju.
3. **Krepitev zdravstvenega doma in delovanje Centra za krepitev zdravja:**
  - Povečanje števila zdravstvenih delavcev in uvedba novih ambulant.
  - Programi za spremembo življenjskega sloga (prehrana, telesna dejavnost).
4. **Spodbujanje spremembe življenjskega sloga:**
  - Delavnice o zdravem prehranjevanju in vadbi za starejše.
  - Vključitev društev in organizacij v promocijo aktivnega življenja.
5. **Omogočanje brezplačnih gibalnih vsebin:**
  - Sofinanciranje rekreativnih aktivnosti za občane v določenem obsegu in v skladu z razpoložljivimi finančnimi sredstvi.
  - Organizacija vadb v parkih in na športnih površinah.

**6. Odpravljanje posledic bolezni srca in ožilja:**

- Program rehabilitacije po srčnih obolenjih (vključitev v Koronarno društvo Koroške).
- Individualni načrti okrevanja in svetovanje.

## **7. AKCIJSKI PLAN ZA OBDOBJE 2025 - 2035:**

Akcijski plan je prikazan v preglednih tabelah akcijskih načrtov ukrepov za doseganje splošnih in specifičnih ciljev za navedeno obdobje v nadaljevanju. Plan z načrti ukrepov se lahko na podlagi spremljanja in evalvacije stanja zdravja v občini v skladu s potrebami ažurira in dopolnjuje.

## 7.1. Akcijski načrt ukrepov za doseganje splošnih ciljev

Cilj 1: Splošni cilji – spremljanje in evalvacija stanja zdravja v občini							
Ukrepi	Aktivnosti/ Naloge	Ciljna skupina	Pričakovani rezultati	NOSILEC / IZVAJALEC	VIRI FINANCIRANJA	KAZALNIK USPEŠNOSTI	Rok izvedbe
<b>Ukrep 1.1:</b>	Analiza stanja zdravja v občini/ letni pregled novih podatkov in interpretacija	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Ocena stanja v občini in ažurirani podatki	Projektni svet (PS) Dravograd Zdravo mesto	NIJZ, ZD Dravograd, Občina Dravograd	Letna analiza in evalvacija stanja zdravja v občini	Letno – po prejemu podatkov s strani NIJZ - Zdravje v občini
<b>Ukrep 1.2:</b>	Informiranje prebivalcev /katalog aktivnosti, zbir in ažuriranje vseh aktivnosti	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Informiranost prebivalcev	Občina Dravograd, Projektni svet Dravograd Zdravo mesto	Občina Dravograd	Število izvedenih aktivnosti in ogledov	Letno – 2x (april, oktober)
<b>Ukrep 1.3:</b>	Promocija programa – kablenska, časopis, internet	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Prepoznavnost projekta in programa	Občina Dravograd, Projektni svet Dravograd Zdravo mesto	Občina Dravograd	Število aktivnosti in ogledov	Letno – 2x (april, oktober)
<b>Ukrep 1.4:</b>	Aktivno delovanje Projektnega sveta Dravograd Zdravo mesto	člani skupine PS	Medsektorsko sodelovanje in povezovanje vseh deležnikov, krepitev delovanja za doseganje ciljev	Občina Dravograd, Projektni svet Dravograd Zdravo mesto	Občina Dravograd vsi deležniki	Število sej in sodelovanj na v aktivnostih PS-ja	Letno – min. 2x



7.2. Akcijski načrt ukrepov za doseganje specifičnih ciljev

Cilj 2: Prekomerna prehranjenost otrok in mladostnikov (K2.2)							
Ukrepi	Aktivnosti/ Naloge	Ciljna skupina	Pričakovani rezultati	NOSILEC / IZVAJALEC	VIRI FINANCIRANJA	KAZALNIK USPEŠNOSTI	Rok izvedbe
Ukrep 2.1:	Promocija dojenja / Dojenju prijazno mesto	Doječe mame in otroci	Preprečevanje prekomerne prehranjenosti otrok v zgodnji mladosti.	Zdravstveni dom Dravograd Občina Dravograd	JZ ZD Dravograd Občina Dravograd	Število in opremljenost prostorov za dojenje, število svetovanj, srečanj oz. dogodkov, pridobitev naziva Dojenju prijazno mesto	Od 2025 dalje
	Promocija uravnotežene prehrane po šolah in vrtcih	Predšolska in šolska mladina	Izboljšanje prehranskih navad otrok.	Zdravstveni dom Dravograd, Center za krepitev zdravlja Dravograd, JZ	JZ ZD Dravograd, Osnovna šola, vrtec	Število izvedenih aktivnosti	Letno po programu

	Vključevanje staršev in otrok v preventivne delavnice: DRUŽINSKA OBRAVNAVA ZA ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG	Družine z otroki	Izboljšanje prehranskih navad.	Zdravstveni dom Dravograd, Center za krepitev zdravja Dravograd	JZ ZD Dravograd	Število izvedenih aktivnosti in število udeležencev	Letno po programu
Ukrep 2.2:	Sofinanciranje kart za smučanje	Osnovnošolci	Izboljšanje gibalnih navad.	Občina Dravograd, Program LPŠ JZ	Občina Dravograd	Število koriščenj kart	Letno po programu – v času zimskih počitnic
	Sofinanciranje kart za kopanje	Osnovnošolci in dijaki do 18 let	Izboljšanje gibalnih navad.	Občina Dravograd, Program LPŠ JZ	Občina Dravograd	Število koriščenj kart	Letno po programu – 2x - v času zimskih in poletnih počitnic
Ukrep 2.3:	Izboljšanje dostopa do lokalno pridelane hrane – vzpostavitev zbira informacij o pridelovalcih	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Izboljšanje prehranskih navad, lažja dostopnost do sveže in zdrave lokalno pridelane hrane, promocija lokalne zdrave hrane.	Občina Dravograd	Občina Dravograd	Vzpostavitev baze in število podanih informacij	Letno od 2026 dalje

<b>Ukrep 2.4:</b>	Spodbujanje telesne dejavnosti: organizacija športnih dogodkov, izboljšanje infrastrukture za gibanje (kot so igrišča, parki in kolesarske poti)	Otroci do 18. leta starosti	Izboljšanje gibalnih navad - vključevanje telesne aktivnosti v vsakodnevne dejavnosti otrok.	JZ Dravit, JZ Občina Dravograd	JZ Dravit, JZ Občina Dravograd	Število izvedenih dogodkov in projektov	Letno po programu
<b>Ukrep 2.5:</b>	Izobraževanje in ozaveščanje: delavnice in programi za starše in otroke o pomeni zdrave prehrane in redne telesne dejavnosti	Starši in otroci do 18. leta starosti	Večja ozaveščenost in spodbujanje zdravih življenjskih navad.	CKZ Dravograd ZD Dravograd	ZZZS ZD Dravograd	Število izvedenih delavnic in programov za starše in otroke  Spremljanje vključenih otrok z meritvami telesne sestave	Letno po programu CKZ
<b>Ukrep 2.6:</b>	Vključevanje skupnosti in spodbujanje skupnostnih projektov, kot so npr.: skupinski vrtovi, kuharski tečaji in družinske športne aktivnosti.	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Okrepitev socialne podpore in motivacije za zdrave spremembe.	PS Dravograd Občina Dravograd	Občina Dravograd JZ	Število objav in izvedenih dogodkov	Letno



Cilj 3: Klopni meningoencefalitis (K4.14)							
Ukrepi	Aktivnosti/ Naloge	Ciljna skupina	Pričakovani rezultati	NOSILEC / IZVAJALEC	VIRI FINANCIRANJA	KAZALNIK USPEŠNOSTI	Rok izvedbe
Ukrep 3.1:	Organizacija dneva odprtih vrat za cepljenje	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Večja precepljenost in zmanjšanje števila okužb.	Zdravstveni dom Dravograd	ZZZS	Število cepljenj Število okužb	Letno po programu
Ukrep 3.2:	Preučitev možnosti sofinanciranja odmerkov cepiv	Populacija prebivalcev občine, ki sedaj ni zajeta v sistemu sofinanciranja odmerkov cepiva	Večja precepljenost in zmanjšanje števila okužb.	Zdravstveni dom Dravograd Občina Dravograd	Občina Dravograd	Število sofinanciranih cepljenj	Od 2026 dalje v skladu s finančnimi zmožnostmi
Ukrep 3.3:	Ozaveščanje: izobraževalne delavnice in kampanje o tveganjih, preventivnih ukrepih in pomenu cepljenja proti klopnemu meningoencefalitisu	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Ozaveščenost prebivalcev.	Zdravstveni dom Dravograd CKZ Dravograd	Zdravstveni dom Dravograd	Število objav in izvedenih dogodkov	Letno od 2026 dalje
Ukrep 3.4:	Urejanje okolja: vzdrževanje zelenih površin, kot so parki in igrišča, z rednim košenjem trave in odstranjevanjem podrasti	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Zmanjšanje habitata klopov in s tem tveganj za stik z njimi.	JZ Dravit JKP Dravograd	JZ Dravit Občina Dravograd	Število izvedenih vzdrževanj	Letno od 2026 dalje

#### Cilj 4: Umrljivost zaradi samomora (K5.7)

Ukrepi	Aktivnosti/ Naloge	Ciljna skupina	Pričakovani rezultati	NOSILEC / IZVAJALEC	VIRI FINANCIRANJA	KAZALNIK USPEŠNOSTI	Rok izvedbe
<b>Ukrep 4.1:</b>	Aktivno delovanje psihološke pomoči	Vsi prebivalci Občine Dravograd, ki takšno pomoč potrebujejo	Preprečevanje nastanka in zmanjševanje umrljivosti zaradi samomora.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Število uporabnikov pomoči	Letno po programu
<b>Ukrep 4.2:</b>	Izobraževanje in ozaveščanje/ Organizirati delavnice in predavanja za različne starostne skupine, kjer se obravnavajo teme duševnega zdravja, prepoznavanja znakov stiske ter iskanja pomoči	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Večja ozaveščenost in opolhomočenost, zmanjševanje stigme in povečane aktivnosti pri iskanju podpore.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Število izvedenih aktivnosti in število udeležencev	2 x letno
<b>Ukrep 4.3:</b>	Poenostavljen dostop do strokovne pomoči - strokovnjaki in zaupne telefonske linije za pomoč v duševni stiski	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Zagotavljanje pomoči uporabnikom preko enostavnega dostopa do strokovnjakov, kot so psihologi in psihiatri.	MIRA Nacionalni program duševnega zdravja Društva in organizacije	Društva in organizacije	Število uporabnikov Število društev in organizacij v občini, ki ponujajo pomoč	Letno



<b>Ukrep 4.4:</b>	Usposabljanje ključnih oseb/ Izobraževanja o prepoznavanju in obravnavi samomorilnih nagnjenj	Učitelji, zdravstveni in socialni delavci in policisti	Opolnomočenje ključnih oseb za prepoznavo, odzivanje in preprečevanje.	NIJZ MIRA CZDO	NIJZ MIRA CZDO	Število izvedenih aktivnosti in število udeležencev	1 x letno
<b>Ukrep 4.5:</b>	Podporne skupine/ Spodbujanje ustanavljanja skupin za samopomoč	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Preprečevanje, podpora in povezovanje, deljenje izkušenj, zmanjšanje občutka osamljenosti in brezupa.	MIRA Centri za duševno zdravje odraslih na nivoju občine in regije	MIRA	Število skupin in članov	Letno
<b>Ukrep 4.6:</b>	Medijska odgovornost/ Sodelovanje z lokalnimi mediji pri oblikovanju smernic za odgovorno poročanje o samomori	Mediji na nivoju občine in regije	Odgovorno poročanje o samomori, preprečevanje tveganj za posnemanje.	NIJZ MIRA	NIJZ MIRA	Število objav	Letno
<b>Ukrep 4.7:</b>	Spremljanje in raziskovanje/ Vzpostavitev sistema za zbiranje podatkov o samomorilnih poskusih in samomori v skupnosti	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Prepoznavanje vzorcev in razvoj ciljno usmerjenih preventivnih ukrepov.	NIJZ MIRA	NIJZ MIRA	Število zbranih podatkov	Letno



Cilj 5: Umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja (K5.2)							
Ukrepi	Aktivnosti/ Naloge	Ciljna skupina	Pričakovani rezultati	NOSILEC / IZVAJALEC	VIRI FINANCIRANJA	KAZALNIK USPEŠNOSTI	Rok izvedbe
<b>Ukrep 5.1:</b>	Promocija zdravja in krepitev zdravja - vključevanje v preventivne aktivnosti ter ozaveščanje	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Zmanjšanje stopnje obolevnosti in umrljivosti.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Znižanje stopnje umrljivosti	Letno od 2026 dalje
<b>Ukrep 5.2:</b>	Sofinanciranje kart za kopanje Brezplačne 3 urne karte za starejše (nad 60 let) in invalide	Starejši prebivalci nad 60 let in invalidi	Povečanje telesne aktivnosti in gibljivosti starejših.	Občina Dravograd	Občina Dravograd	Število izkoriščenih kart	Letno po programu
<b>Ukrep 5.3:</b>	Sofinanciranje kart za smučanje Brezplačne karte za smučanje	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Povečanje telesne aktivnosti in gibljivosti vse populacije.	Občina Dravograd in Krajevne skupnosti	Občina Dravograd, Krajevne Skupnosti	Število izkoriščenih kart do porabe sredstev	Letno po programu - v času zimskih počitnic
<b>Ukrep 5.4:</b>	Spodbujanje zdrave prehrane/ Delavnice in izobraževanja o pomenu uravnotežene prehrane  Sodelovanje z lokalnimi trgovinami in restavracijami za promocijo zdravih prehranskih izbir v okviru projektov	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Zmanjšanje stopnje obolevnosti in umrljivosti.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS Občina Dravograd NIJZ	Število izvedenih aktivnosti Število vključenih	Letno po programu

<b>Ukrep 5.5:</b>	Spodbujanje telesne dejavnosti: organizacija športnih dogodkov, izboljšanje infrastrukture za gibanje (kot so igrišča, parki in kolesarske poti)	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Povečanje telesne aktivnosti, gibljivosti, vzpostavitev ali izboljšanje infrastrukture.	Občina Dravograd JZ Dravit Dravograd	Občina Dravograd JZ Dravit Dravograd	Število izvedenih aktivnosti in projektov Število vključenih	Letno
<b>Ukrep 5.6:</b>	Programi za opuščanje kajenja: spodbujanje ustanovitve podporne skupine in svetovanja za posameznike, ki želijo prenehati kaditi.	Kadilci	Zmanjšanje kajenja in zmanjšanje tveganj za nastanek bolezni srca in ožilja.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Število vključenih	Letno
<b>Ukrep 5.7:</b>	Izobraževanje o prepoznavanju dejavnikov tveganja/ Organizirati zdravstvene preglede in delavnice, kjer se prebivalci lahko seznani z dejavniki tveganja, kot so visok krvni tlak, povišan holesterol in sladkorna bolezen, ter načini njihovega obvladovanja	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Ozaveščenost prebivalcev, znižanje stopnje obolenosti.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Število aktivnosti Število vključenih	Letno
<b>Ukrep 5.8:</b>	Podpora duševnemu zdravju: zagotavljanje dostopa do svetovalnih storitev in programov za obvladovanje stresa	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Izboljšanje dostopnosti do svetovalnih storitev in programov.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Število vključenih	Letno



Cilj 6: Presejalni programi: Svit (K3.1), Zora, (K3.2), Dora (K3.4)							
Ukrepi	Aktivnosti/ Naloge	Ciljna skupina	Pričakovani rezultati	NOSILEC / IZVAJALEC	VIRI FINANCIRANJA	KAZALNIK USPEŠNOSTI	Rok izvedbe
<b>Ukrep 6.1:</b>	Promocija in informiranje prebivalcev o programu SVIT	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti v programu.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti	Letno
<b>Ukrep 6.2:</b>	Promocija in informiranje prebivalcev o programu ZORA	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti v programu.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti	Letno
<b>Ukrep 6.3:</b>	Promocija in informiranje prebivalcev o programu DORA	Vsi prebivalci Občine Dravograd	Ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti v programu.	Zdravstveni dom Dravograd Center za krepitev zdravja	ZZZS	Ohranjanje ali izboljšanje stopnje odzivnosti	Letno

## 8. VIRI, LITERATURA IN PODLAGE:

- WHO Regional Office for Europe, 2019 v Zimet, 2019
- Kazalniki zdravja v občini; NIJZ; spletni dostop <https://obcine.nijz.si/>
- Katalog aktivnosti PS Dravograd zdravo mesto; spletni dostop; [https://docs.google.com/spreadsheets/d/1h63iwJhYeq\\_J27batkggElii4OYmX-kW3X5LV-RiYbY/edit?gid=2018582684#gid=2018582684](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1h63iwJhYeq_J27batkggElii4OYmX-kW3X5LV-RiYbY/edit?gid=2018582684#gid=2018582684)