



3 OSASUNA ETA ONGIZATEA



3. GJHk pertsona guztien osasunean eta ongizatean eragin nahi du, horretarako zerbitzu egokiak eskainiz, bizi-ohitura eta bizi-estilo osasungarriak sustatuz eta osasunean inpaktua izan dezaketen eraginak kontrolatuz. Udalerrian behar desberdinak daude eta horren arabera edo egokitutako eskaintza ematea da helburua.

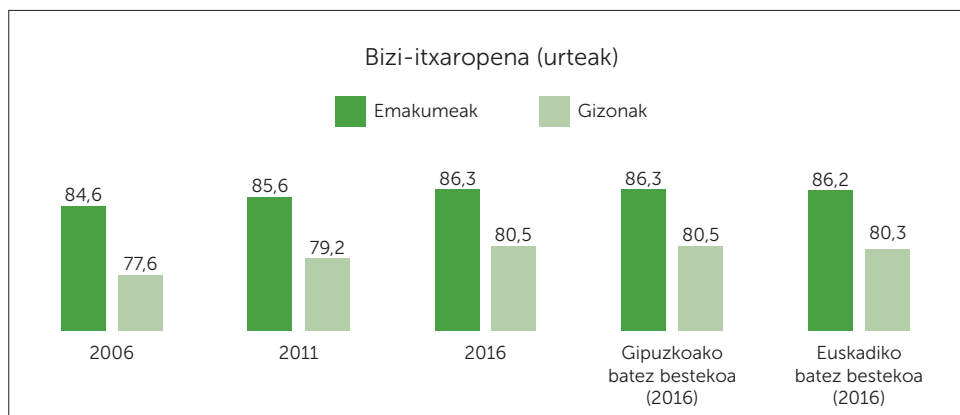
Horretarako ondorengo arloak lantzen dira...

1. Gaixotasunak eta hauen prebentzio eta hobekuntzarako zerbitzu eta ekipamenduak.
2. Bizi-estilo eta -ohitura osasuntsuak: osasunaren sustapena, adikzioen prebentzioa, jarduera fisikoa eta kirola, mugikortasun ohiturak.
3. Mugikortasunaren hiri antolamendua.
4. Ingurumen osasunak pertsonen osasunean duen eragina: airearen kalitatea, zarata eta kutsadura elektromagnetikoa.

ZEIN PUNTUTAN DAGO ZARAUTZ?

Bizi garen lekuak eragina du gure osasunean. Ingurune fisikoa, ezaugarri sozioekonomikoak eta kulturalak, hiri-gintza, eskura dauden zerbitzu publiko edo pribatuak eta aisialdiko ekipamenduak dira, besteak beste, osasunean eta bizi ohitura osasuntsuetan eragina duten faktoreak.

Pertsonen osasun egoeraren argazkia Zarautzen

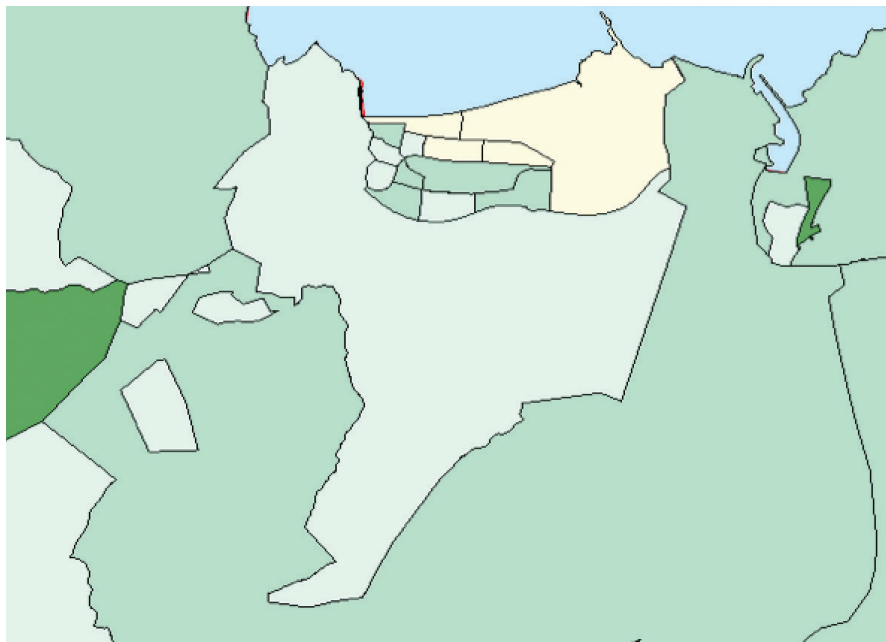


Iturria: Eustat

Zarautzarren **bizi-itxaropena** Gipuzkoako biztanleen berdina da eta Euskadiko antzekoa. Sexuaren arabera bananduz, **zarautzar emakumeen bizi itxaropena gizona baino ia 6 urte gehiago da.** Azken 10 urteetan gainera, bizi itxaropena handitu egin da.

Zarauzko emakumeen **hilkortasun-arriskua** Euskadiko emakumezkoena baino %11 handiagoa da, gizona baino aldiz antzekoa. Auzoen arabera egiten badugu azterketa, nekazal eremuak dira arrisku handienekoak, aldiz Mendilauta eta Iñurritzak erakusten dute orokorrean Euskadiko baino arrisku txikiagoa.

Emakumezkoen artean hilkortasun-arrisku handiena erakusten duten kausak ondorengoan dira: biriketako gaixotasun buxatzaile kronikoa (BGBK), dementzia eta Alzheimer gaixotasuna, zirkulazio sistemako gaixotasunak, biriketako minbizia eta arnas aparatuko gaixotasunak. Gizona baino ondorengoak: zirrosia, eta dementzia eta Alzheimer gaixotasuna.



- 1 Egoera onenak
- 2
- 3
- 4
- 5 Egoera txarrenak

Bizi garen eremuko **ezaugarri sozioekonomikoak** (heziketa maila, klase soziala, errenta...) eragina dauka pertsonen osasunean ere. Zarautzen kasuan gabezia sozioekonomikoaren egoera onenak Talaimendi, Mendilauta, Iñurritza, San Pelaio eta Zelaieta zonaldeek erakusten dute, aldiz egoera txarrena Itsasmendi, Zelaiondo, Etxebeltz, Azkenportu eta Aritzabaldeko eremu batzuk dira.

Iturria: Eusko Jaurlaritza / Gobierno Vasco. geoEuskadi.

Osasun ekipamendu eta zerbitzuak

Ekipamendu eta zerbitzu sanitarioei dagokienez, Zarautzen ondorengoak daude:

- Osakidetzak kudeatzen dituen Osasun Zentroa eta Osasun Mentaleko Zentroa.
- Udaleko Osasunaren sustapena eta adikzioen prebentziorako zerbitzua, zeinetan osasuna ikuspegi komunitario eta zabal batetatik lantzen den, arazoak dituzten edo kezkatuak dauden talde eta norbanakoei zuzendutako zerbitzua eskainiz.

2022an zehar Gipuzkoako Foru Aldundiarekin elkarlanean, buruko gaixotasunak dituzten pertsoneri zuzendutako tutoretzapeko bi pisu martxan jartzea aurreikusten da.

Zarautzen hainbat elkarte daude herritarren ongizaterako eta osasunerako jarduerak, ekintzak, programak eta zerbitzuak eskaintzen dituztenak udalarekin elkarlanean. Gainera diruz laguntzen ditu baita ere udalak.

Jarduera fisikoa eta Kirola

Zarauzko herritarrak aktiboak izatea da Udalaren helburuetako bat; bai jarduera fisikoaren praktikari dagokionez, baita sozialki ere herri partehartzailea eta bizia izan dadin.

Zarautzen kirola herritarren identitatearen parte izan da betidanik, kirol kultura txertatuta baitago herritar askoren bizi ohituretan. Halere, gizarte maila guztietara ez da iritsi oraindik jarduera fisikoaren praktika, eta udalak berau herritar guztiei bermatzeko betebeharra dauka, horregatik, ondorengo ibilbideen ikuspegiak sailkatzen du jarduerak fisikoa udalak:

- **Kirol hastapena:** Gipuzkoako Foru Aldundiak kudeatzen eta arautzen duen programa haur eta gaztetxoei zuzendutakoa.

- **Kirol federatua:** Udalerrian dauden kirol elkarten bitartez, modalitate desberdinetako kirola praktikatzeko aukera zabala.
- **Denontzako kirola:** Osasuna, aisia, ondo pasatzea... helburu izanik, kirol departamentuaren jarduera-ikastaro eta zerbitzuen eskaintza.

Kirol ekipamendu eta zerbitzuei dagokienez, udalak kirol azpiegitura zabala dauka, gune ezberdinetan egitura-tzen dena: Aritzbatalde kiroldegia, Lizardi kirol aretoa, Asti kirol eremua eta Kanpo jarduerarako espazioak.

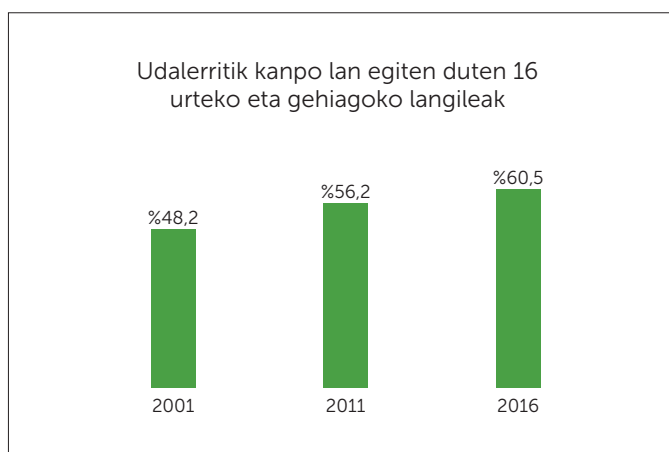
Adierazi era berean, Udala **kirol politika sozial eta ekonomikoa** finkatzen ari dela gaur egun. Horren isla dira, ordenantza fiskala, arautegiak eta zerbitzuen eskaintza adibidez. Aipatzekoak dira, bide beretik, udal programak ere: senior aktiboa sustapen programa, dibertsitate aktiboko sustapen programa, gizarte eskuhartze eta kooperazioa programa eta eskola umeen igeri egiteko programa. Jomugan daude halaber; emakumea aktiboa programa eta gazte aktiboa programa.

Bestalde **Kirol elkarten jarduna**, giltzarri eta ordezkazina da Zarautzen. Elkarte hauen ohiko jardun etengabe eta baliotsuaz gain, aipatzekoak dira, nagusiki eragile hauek eta udalerriko beste hainbat eragilek, Udalaren babesarekin, Zarautzen antolatzen dituzten kirol ekimen-ekitaldi guztiak urtean zehar. Hauetako ekitaldi asko udalerrian oso errotuak daude eta edizio askorekin herri ondare ere badira. Jarduera fisikoa sustatzeaz gaiz, beste onura gehiago ere ekartzen dizkiet ekitaldiek Zarautzi, Udal gisa zaindu beharrekoak.

Herritarren mugikortasun moduak eta mugikortasun antolamendua

Hiriaren baitan **mugikortasuna** antolatzeko moduak eta mugitzeko eskaintzen diren zerbitzuek eragin zuzena dauka pertsonen osasunean, izan ere pertsonen **bizi-ohituretan** zein **ingurumen osasunean** eragin dezake.

Pertsonen bizi-ohiturak aldatuz doaz eta geroz eta gehiago mugitzen gara, bai udalerrian bertan, baita udalerritik kanpo ere. Urola kosta eskualdeko joan-etorri gehienak (astelehenetik ostegunera) eskualdean bertan egiten dira (%86,3) (mugikortasun inkesta, Eusko Jaurlaritza, 2016). Bidai hauen gehiengoak **lanerako edo aisialdirako** egiten dira.



Lanari dagokionez, zarautzar gehienak herritik kanpo egiten dute lan, biztanleriaren %60,5ak hain zuzen ere 2016.urtean. Nahiz eta datua ez egunera-tu izan, adierazgarria da datuaren goranzko joera.

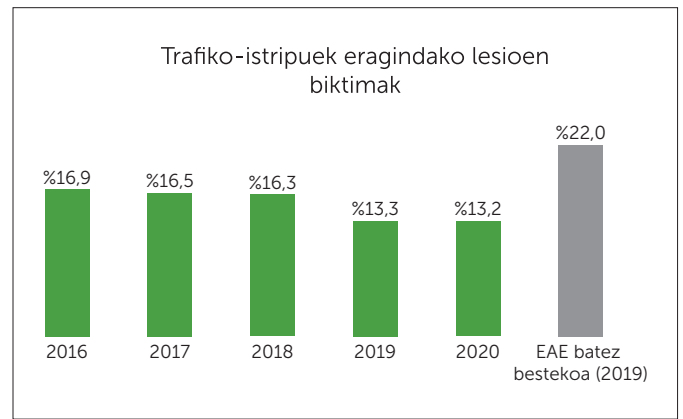
Iturria: Udalmap

Zarautzen herri barruko mugikortasunaren indarguneetako bat **bizikletazko joan-etorriak** dira, eta horri asko laguntzen dio udalerraren orografiak.

Hala ere, auto pribatuaren presentzia nabarmena da udalerrian eta Zarautzarren bizitzan oso errotuta dago.

Zarauzko **motordun ibilgailuen parkeak** goranzko joera erakusten du, horrela 2016-2019 aldian %3,4an igo da ibilgailu kopurua.

Motordun ibilgailuen %72 inguru autoei dagokie eta 2016 eta 2019 urteen artean %6an igo da kopurua. Auto parkea 0,42 ibilgailu/biztanlekoa da 2019an, hau eskualdea eta Gipuzkoa mailakoa baino baxuagoa (0,45 eta 0,46 auto/biztanleko) da. Nahiz eta auto kopuruak gorantz doazen, Zarautzen urtetik urtera trafiko istripuak gutxituz doaz (AP-8 eta N-634 barne)



Iturria: Udalsarea 2030

Mugikortasun osasuntsuago, seguruago eta jasangarriago bat sustatuz Zarauzko udalak lanean dihardu bai **oinezkoentzako bideak** eta espazioak irabazten, baita **bizikleten** mugikortasuna ahalbidetzeko ibilbideak eraikitzen eta **oinezko, bizikleta eta autoentzako gune konpartituak** sortzen: 30 km/h eremua, bide heziketa, ibilgailu astunen zirkulazioa mugatu, oinezkoentzako eremuak sortu, eskola bideak, abandonatutako bizikleten kanpainak, ibilgailu eta oinezkoen zirkulazioari buruzko ordenantza, Hiri Mugikortasun Iraunkorrerako Plana (gaur egun egiten),...

Ingurumen osasuna: airearen kalitatea, zarata eta kutsadura elektromagnetikoa

Arestian aipatu bezala, mugikortasunak eta batez ere ibilgailuen zirkulazioak, eragin zuzena dauka **airearen kalitatean** atmosferara egindako isurien foku nagusiak eragiten baititu, baina ez bakarrik, industriak eta etxebizitza eta zerbitzu sektoreak ere eragiten baitute.

Zarautzetik gertuen dagoen airearen kalitatea kontrolatzeko estazio finkoa Pagoetakoa da, baina ez da Zarautzen gertatzen denaren adierazgarri; hori dela eta, 2021ean airearen kalitateari buruzko azterlan bat egin zuen udalak, eta honako parametro hauek neurtu ziren: NO₂, NO, COV (Konposatu organiko hegazkorak) eta partikulak.

Azterketaren ondorio nagusia Zarautz udalerriko **airearen kalitatea ONA** gisa sailka daitekeela da. Bestalde, kalitateari eragiten dion foku nagusi mugikortasuna da.

Hala ere, **lotura argia ezar dezakegu zirkulazioaren dentsitatearen** eta **ingurumen-kalitatearen** artean, Irita kaleko biribilgunean egindako laginketek eta Elizaurre Kanean egindakoak erakusten duten bezala. Lehenengo puntuan airearen kalitatea ONARGARRI moduan sailkatzen da eta bigarren kasuan MODERATU moduan.

Zarauzko **zarata maparen** arabera (2018), **errepideetako bide zirkulazioa eta gaueko aisialdia** dira inguruan

maila handienak sortzen dituen zarata fokuak, N-634ak herria zeharkatzen duelako eta AP-8 hirigunearen hegoaldeko etxebizitzetatik oso gertu dagoelako.

Egun, arratsalde eta gauetan (ingurumeneko zarata-foku guztiak eta altuera guztiak kontuan hartuta) bizitegi-eremu bati aplika dakizkioken **kalitate-helburuen gaintik** daude, **Zarauzko biztanleriaren % 5, % 2 eta % 13**, hurrenez hurren.

2018ko abuztuan, Udalak **Zarauzko Zarata Mapa** onartu zuen eta 2020ko uztailan, 2020-2024 **Zarauzko Zaratari Buruzko Ekintza Plana** onartu zuen.

Gainera, Zarata eta Bibrazioei Buruzko Udal Ordenantza onartu zuen 2015.urtean, eta udalak beti izan du lehentasun bezala jarduerak sortutako zarataren kontrola.

Ingurumen osasuneko beste alderdietako bat **kutsadura elektromagnetikoa** da. Azken urteetan gero eta ikerketa gehiago egiten dira **telefonía mugikorraren antenek** sortzen duten kutsaduraren gainean, eta nazioarte mailako kontrol eta uhinen emisio mugak ezartzen dituzten ebazpen gero eta gehiago daude. Zarautzen kasuan, udalerrian badago kutsadura mota honi buruzko kezka.

EKIMEN ESANGURATSUAK

1.

Pertsonen osasuna



- Pertsonen **osasuna eta ongizatea modu komunitario eta zabalean** lantzen da.
- **Mahai soziosanitarioaren bitartez** ekimen desberdinak antolatzen dira (formakuntzak, hitzaldiak,...) Udala eta Osasun Zentroarekin arteko lankidetzan, **gizarte eta osasunaren arteko begirada eta lankidetzaren bateratua** sustatuz.
- Herritaren osasuna eta ongizaterako lanean aritzen diren elkarten zabalkunderako bi gida osatu ziren: **Zarauzko Osasun elkarten gida eta Dibertsitate Funtzionaleko elkarten gida**, horiekin batera azoka txiki bat egin zelarik elkarte horien lana ikusarazteko.

3.

Mugikortasuna



- **Alde Zaharra oinezkoentzako eremu bilakatzeari:** 2012an onartu zen planaren bidez Alde Zaharra oinezkoentzako eremu bilakatu da, bertara ibilgailu motordunen sarrera mugatuz. Honek bertako komertzioari eta bertako bizitzari kalitatea eman dio. Gainera, gaur egun udalerrian bizikleten erabilera handia da, eta Alde Zaharrean ere hauen presentzia areagotu egin da, oinezko eta bizikletak eremu bera modu seguruan eta errespetuzkoan eginez.
- **Erabilera konpartituko guneak sortzea:** Udalerrian ez dira bizikletentzako bide eskusiboak sortu nahi, baizik eta oinezkoentzako eta motordun ibilgailuentzako eremuetan eremu konpartituak sortzen ari dira.
- **Bide Heziketako programa:** Zarautzen Bide Heziketara bideratutako bi udaltzain daude esperientzia oso zabalekoak. Beraien bidez, ikastetxeetako ikasleak, adineko pertsonak eta haurdun dauden emakumeak hezten dira. Gainera, **eskola bidea** oso errotuta dago udalerrian.

2.

Jarduera fisikoa eta Kirola



- **Kirol ibilbide guztietan programa zabala:** udalerrian dagoen dibertsitate eta errealitate desberdinei egokitutako jarduera fisikorako eskaintza zabala.
- **Tarifa soziala** jarduera fisikoari eta Kirol praktikarako instalazioen erabilerekin lotuta.
- Kirol elkarteek lan handia egiten duten **kirol aukera zabala** eta erakargarria eskaintzeko. Klabe dira besteak beste, kirol jarduera egiten duten gazte kopurua altua izatea ekartzen dutelako; gaur egun gazteei erasate dien gaiak ekiditeko bide da kirola (teknologia gabeko guneak, adikzioak, buru gaixotasunak, bakar-kadea...).
- Urtean zehar antolatzen diren **kirol ekimen-ekitaldien aniztasuna** zeintzuen bitartez zentzu onenean herria aktibatu eta udalak sustatu zein zaindu nahi dituen baloreak garatzeko oso baliagarri diren.

4.

Ingurumen osasuna



- **Airearen kalitatea ezagutzeko azterlana:** Lehen aldiz egin da udalerriko airearen kalitatea ezagutzeko azterlana Zarautzen. Azterlan honetan udalerriko osoa hartu da kontutan, horretarako neurketak egin direlarik.
- **Zarata mapa eta 2020-2024 Ekintza Plana.** Lehen aldiz da zarata mapa osatzen dena eta bertatik eratorritako Ekintza Plana egituratzen dena. Zarata mapak baimendu du ezagutzea Zarautzarren zein portzentaje bizi den kalitate-helburuen gainera. Eta plana dagoeneko gauzatzen ari da hainbat ekimen burutuz.