

## I

(Rezoliucijos, rekomendacijos ir nuomonės)

## REKOMENDACIJOS

## TARYBA

## TARYBOS REKOMENDACIJA

2013 m. lapkričio 26 d.

dėl sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo įvairiuose sektoriuose

(2013/C 354/01)

EUROPOS SĄJUNGOS TARYBA,

atsižvelgdama į Sutartį dėl Europos Sąjungos veikimo, ypač į jos 292 straipsnį kartu su 165 ir 168 straipsniais,

atsižvelgdama į Europos Komisijos pasiūlymą,

kadangi:

- (1) fizinis aktyvumas, įskaitant reguliarią sportinę veiklą ir fizinį lavinimą, yra labai svarbus visais gyvenimo etapais, dėl jo sumažėja rizika susirgti širdies ir kraujagyslių ligomis bei kai kurių rūšių vėžiu ir diabetu, pagerėja raumenų ir kaulų sistemos būklė ir kūno masės kontrolė, taip pat daromas teigiamas poveikis psichikos sveikatos ugdymui ir kognityviniams procesams. Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos (toliau – PSO) rekomendacijomis, fizinis aktyvumas yra svarbus visų amžiaus grupių asmenims, ypač vaikams, dirbantiesiems ir pagyvenusiems žmonėms;
- (2) fizinis aktyvumas, kuris yra tiesiogiai susijęs su sveiku gyvenimo būdu ir darbuotojų sveikata, padeda siekti svarbiausių strategijos „Europa 2020“ tikslų, visų pirma ekonomikos augimo, našumo ir sveikatos tikslų;
- (3) nors pastaraisiais metais kai kurių valstybių narių viešosios valdžios institucijos pradėjo labiau skatinti sveikatinamąjį fizinį aktyvumą, Sąjungoje fizinio neaktyvumo lygis yra neleistinai aukštas. Daugelis Europos piliečių nėra pakankamai fiziškai aktyvūs – 60 % niekada nesportuoja ir neatlieka fizinį pratimų arba tai daro retai. Neturintys palankių socialinių ir ekonominių sąlygų asmenys

laisvalaikiu mažiau linkę užsiimti fizine veikla. Šiuo metu nėra jokių požymių, kad visos Sąjungos mastu tos neigiamos tendencijos keistųsi teigiama linkme;

- (4) visame pasaulyje didelės pajamos gaunančiose šalyse fizinis neaktyvumas įvardytas kaip labai svarbus rizikos veiksnys, lemiantis priešlaikinį mirtingumą ir ligas; dėl to kasmet vien tik PSO Europos regione miršta maždaug 1 milijonas žmonių. Turima nemažai duomenų apie nepakankamo fizinio aktyvumo neigiamą poveikį Sąjungoje ir apie dideles tiesiogines ir netiesiogines ekonomines sąnaudas, atsirandančias dėl nepakankamo fizinio aktyvumo ir susijusių sveikatos problemų, ypač atsižvelgiant į tai, kad daugumos Europos šalių visuomenė sparčiai senėja;
- (5) naujausi moksliniai tyrimai rodo, kad, nepriklausomai nuo fizinio aktyvumo įtakos, sėdimas gyvenimo būdas gali būti rizikos veiksnys, turintis padarinių sveikatai. Sąjungoje reikėtų atsižvelgti į šiuos duomenis svarstant tolesnius veiksmus šioje srityje;
- (6) fizinio aktyvumo lygis valstybėse narėse labai skiriasi. Kai kuriose valstybėse pasiekta didelės pažangos didinant piliečių, kurių fizinio aktyvumo lygis atitinka minimalų rekomenduojamą lygį, dalį, tačiau daugelyje kitų valstybių narių padėtis nepasikeitė arba net pablogėjo. Dabartinė politika iki šiol nepadarė lemiamo poveikio visos Sąjungos mastu mažinant fizinio neaktyvumo lygį. Yra daug sektinų pavyzdžių, kaip sėkmingai formuoti ir įgyvendinti sveikatinamojo fizinio aktyvumo politiką;
- (7) kūno kultūra mokykloje gali būti veiksminga priemonė informuotumui apie sveikatinamojo fizinio aktyvumo svarbą didinti, o mokyklas galima lengvai ir veiksmingai pasitelkti įgyvendinant veiklą šiuo atžvilgiu;

- (8) kai kurių sričių (ypač sporto ir sveikatos) politika gali padėti skatinti fizinį aktyvumą ir suteikti Sąjungos piliečiams naujų galimybių tapti fiziškai aktyviems. Norint visiškai išnaudoti šias galimybes ir taip padidinti fizinio aktyvumo lygį, skatinant sveikatinamąjį fizinį aktyvumą būtina vadovautis strateginiu tarpsektoriniu požiūriu ir į šią veiklą visais lygiais įtraukti visas susijusias ministerijas, įstaigas ir organizacijas, visų pirma sporto judėjimą, bei atsižvelgti į nuveiktą ir dabar vykdomą politinį darbą. Kad šis procesas pasistūmėtų į priekį, būtina turėti daugiau informacijos ir kokybiškesnių duomenų apie fizinio aktyvumo lygį ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo politiką; jie reikalingi norint įvertinti politiką, kad ateityje ji būtų plėtojama ir įgyvendinama veiksmingiau;
- (9) ES fizinio aktyvumo gairėse (toliau – ES FAG) <sup>(1)</sup>, kurias Taryba ir Taryboje posėdžiaavę valstybių narių vyriausybių atstovai nurodė savo 2012 m. lapkričio 27 d. išvadose <sup>(2)</sup> dėl sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo, o Taryba nurodė savo išvadose „Sveikas senėjimas visą gyvenimą“ <sup>(3)</sup>, propaguojamas tarpsektorinis požiūris, aprėpiantis visas temines sritis, kurios yra svarbios skatinant sveikatinamąjį fizinį aktyvumą;
- (10) 2011 m. Komisijos komunikate Europos Parlamentui, Tarybai, Europos ekonomikos ir socialinių reikalų komitetui ir Regionų komitetui „ES lygmens veiksmų sporto sektoriuje svarbos didinimas“ Komisija ir valstybės narės raginamos toliau siekti, remiantis ES FAG, kad būtų parengtos nacionalinės gairės, įskaitant peržiūros ir koordinavimo procesą, ir apsvarstyti galimybę parengti tos srities Tarybos rekomendaciją;
- (11) Tarybos ir Taryboje posėdžiavusių valstybių narių vyriausybių atstovų rezoliucija dėl 2011–2014 m. Europos Sąjungos darbo plano sporto srityje <sup>(4)</sup> pripažinta, kad būtina stiprinti Komisijos ir valstybių narių bendradarbiavimą keliose prioritetinėse su sportu susijusiose srityse, įskaitant sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimą. 2012 m. liepos mėn. Sporto, sveikatos ir dalyvavimo ekspertų grupė, įsteigta 2011 m. viduryje to darbo plano kontekste, išreiškė paramą naujai Sąjungos sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo iniciatyvai;
- (12) 2012 m. lapkričio 27 d. Tarybos išvadose dėl sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo pripažinta, kad būtina Sąjungos lygiu imtis tolesnių veiksmų, o Komisija paraginta pateikti pasiūlymą dėl Tarybos rekomendacijos, į kurią būtų įtraukta negriežta stebėsenos sistema, grindžiama rodikliais, apimančiais ES FAG temines sritis,

REKOMENDUOJA, kad valstybės narės:

- 1) plėtodamos tarpsektorinį požiūrį, aprėpiantį sporto, sveikatos, švietimo, aplinkos ir transporto sritis (atsižvelgiant į ES FAG) ir kitus susijusius sektorius, bei atsižvelgdamos į nacionalinius ypatumus siektų veiksmingos sveikatinamojo fizinio aktyvumo politikos. Tai turėtų apimti:
  - a) laipsnišką nacionalinių strategijų ir tarpsektorinės politikos, skirtos sveikatinamajam fiziniam aktyvumui skatinti, plėtojimą ir įgyvendinimą atsižvelgiant į nacionalinės teisės aktus ir praktiką;
  - b) prireikus nustatymą veiksmų plane, kokių konkrečių veiksmų reikia toms strategijoms ar politikai įgyvendinti;
- 2) stebėtų fizinio aktyvumo lygį ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo politiką naudojantis negriežta stebėsenos sistema <sup>(5)</sup> bei priede nustatytais rodikliais, atsižvelgiant į nacionalines aplinkybes;
- 3) per šešis mėnesius nuo šios rekomendacijos priėmimo paskirtų nacionalinius sveikatinamojo fizinio aktyvumo ryšių punktus <sup>(6)</sup> (atsižvelgiant į nacionalinės teisės aktus ir praktiką), kurie teiktų su minėta stebėsenos sistema susijusią paramą, ir informuotų Komisiją apie tokių punktų paskyrimą.
 

Nacionaliniai sveikatinamojo fizinio aktyvumo ryšių punktai visų pirma bus įgalioti koordinuoti stebėsenos sistemai skirtų duomenų apie fizinį aktyvumą teikimo procesą; tie duomenys turėtų būti įtraukiami į veikiančią PSO Europos duomenų apie mitybą, nutukimą ir fizinį aktyvumą bazę (NOPA); jie taip pat turėtų sudaryti palankesnes sąlygas tarpžinybiniam bendradarbiavimui sveikatinamojo fizinio aktyvumo politikos klausimais;
- 4) glaudžiai bendradarbiautų tarpusavyje ir su Komisija per atitinkamas Sąjungos lygmens struktūras, susijusias su sportu ir sveikata ir sudarančias glaudesnio politikos koordinavimo pagrindą, nuolat keičiantis informacija ir geriausios sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo praktikos pavyzdžiais.

<sup>(1)</sup> ES fizinio aktyvumo gairės, kurios palankiai įvertintos 2008 m. lapkričio mėn. įvykusio už sportą atsakingų ES ministrų neformalaus posėdžio pirmininkaujantios valstybės narės parengtose išvadose.

<sup>(2)</sup> OL C 393, 2012 12 19, p. 22.

<sup>(3)</sup> OL C 396, 2012 12 21, p. 8.

<sup>(4)</sup> OL C 162, 2011 6 1, p. 1.

<sup>(5)</sup> Stebėsenos sistemoje bus numatyti minimalūs reikalavimai teikti ataskaitas apie bendrus sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo aspektus, už kuriuos gali būti atsakingos visos valstybės narės. Sistema bus įgyvendinama palaikant glaudžią sinergiją ir glaudžiai bendradarbiaujant su PSO, taip išvengiant renkamų duomenų dubliavimosi.

<sup>(6)</sup> Ryšių punktas bus pagrindinis kontaktinis subjektas valstybėje narėje, teiksiantis informaciją ir duomenis pagal priede pateiktą rodiklių lentelę; tai bus klausimyno, kurį ryšių punktams pateiks PSO, dalis.

RAGINA Komisiją:

- 1) padėti valstybėms narėms priimti nacionalines strategijas, plėtoti tarpsektorinį požiūrį į sveikatinamojo fizinio aktyvumo politiką ir įgyvendinti atitinkamus veiksmų planus sudarant palankesnes sąlygas keistis informacija ir gerosios praktikos pavyzdžiais, veiksmingai mokytis tarpusavyje, kurti tinklus ir nustatyti veiksmingus požiūrius į sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimą;
  - 2) remti sveikatinamojo fizinio aktyvumo stebėsenos sistemos kūrimo ir taikymo veiklą, remiantis priede išvardytais rodikliais, pasinaudojant esamomis šios srities stebėsenos ir duomenų rinkimo formomis ir kuo daugiau panaudojant turimą informaciją ir duomenis, ir tuo tikslu imtis šių veiksmų:
    - a) padedant mokslo srities ekspertams tikslingai remti gebėjimų stiprinimo ir nacionalinių sveikatinamojo fizinio aktyvumo ryšių punktų ir, prireikus, kitų atitinkamų viešųjų valdžios institucijų atstovų mokymo, be kita ko, duomenų rinkimo proceso tikslais, veiklą;
    - b) ištirti galimybes surinktus duomenis panaudoti šioje stebėsenos sistemoje kas trejus metus rengiant Europos fizinio aktyvumo lygio statistiką;
  - c) teikti paramą PSO, kad būtų tobulinami NOPA duomenų bazės fizinio aktyvumo srities aspektai ją pritaikant prie priede nustatytos stebėsenos sistemos;
  - d) teikti paramą PSO ir glaudžiai su ja bendradarbiauti rengiant ir skelbiant konkrečioms šalims skirtas sveikatinamojo fizinio aktyvumo apžvalgas ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo tendencijų analizę;
- 3) kas trejus metus teikti ataskaitą apie šios rekomendacijos įgyvendinimo pažangą, remiantis informacija, teikiama pagal stebėsenos sistemoje numatytą ataskaitų teikimo tvarką, ir kita valstybių narių pateikta susijusia informacija apie sveikatinamojo fizinio aktyvumo politikos rengimą ir įgyvendinimą, ir įvertinti šios rekomendacijos pridėtinę vertę.

Priimta Briuselyje 2013 m. lapkričio 26 d.

*Tarybos vardu*  
*Pirmininkas*  
D. A. BARAKAUSKAS

## PRIEDAS

Siūlomi rodikliai, skirti sveikatinamojo fizinio aktyvumo lygiui ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo politikai ES įvertinti, atsižvelgiant į ES fizinio aktyvumo gaires (toliau – ES FAG) <sup>(1)</sup>

| ES FAG teminės sritys  | Siūlomi rodikliai ir kintamieji/vienetai  | Turimi duomenys |
|--|---|-----------------|
| Tarptautinės fizinio aktyvumo rekomendacijos ir gairės<br>(1–2 ES FAG) | 1. Nacionalinė rekomendacija dėl sveikatinamojo fizinio aktyvumo taip/ne  | (****)          |
|  | 2. Suaugusieji, kurių sveikatinamojo fizinio aktyvumo lygis atitinka PSO rekomenduojamą minimalų lygį arba lygiavertes nacionalines rekomendacijas<br>Suaugusiųjų, kurie per savaitę ne mažiau nei 150 minučių skiria vidutinio intensyvumo fizinei veiklai arba ne mažiau nei 75 minutes – didelio intensyvumo fizinei veiklai, arba lygiaverčiam deriniui, procentinė dalis | (****)          |
|  | 3. Vaikai ir paaugliai, kurių sveikatinamojo fizinio aktyvumo lygis atitinka PSO rekomenduojamą minimalų lygį arba lygiavertes nacionalines rekomendacijas<br>Vaikų ir paauglių, kurie kiekvieną dieną arba bent 5 dienas per savaitę skiria ne mažiau nei 60 minučių vidutinio-didelio intensyvumo fizinei veiklai, procentinė dalis   | (****)          |
| Tarpsektorinis požiūris<br>(3–5 ES FAG)                                | 4. Nacionalinis sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo veiksmų koordinavimo mechanizmas<br>Taip/ne; jei taip, pateikti papildomos informacijos   | (****)          |
|  | 5. Konkrečiai sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimui skirtas finansavimas<br>Pagal sektorius (sveikata, sportas, transportas ir t. t.):<br>— visas finansavimas,<br>— vienam gyventojui,<br>— bendrasis vidaus produktas vienam gyventojui, išreikštas perkamosios galios paritetais, EUR   | (*)             |
| Sportas<br>(6–13 ES FAG)   | 6. Nacionalinė sporto visiems politika ir (arba) veiksmų planas<br>taip/ne; jei taip, pateikti papildomos informacijos  | (****)          |
|  | 7. Į sveikatą orientuoti sporto klubai (Programa „Sport Clubs for Health“)<br>Gairių, parengtų remiantis Europos skatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo tinklo (HEPA Europe)/Tarptautinės sporto visiems asociacijos (TAFISA) projektu, įgyvendinimas: taip/ne; jei taip, pateikti aprašymą   | (**)            |
|  | 8. Struktūra, skirta geresnėms galimybėms palankių socialinių ir ekonominių sąlygų neturintiems asmenims naudotis laisvalaikio arba fizinio lavinimo infrastruktūra suteikti<br>Ar struktūra egzistuoja: taip/numatoma per ateinančius 2 metus/ne; jei taip, pateikti aprašymą  | (***)           |
|  | 9. Tikslinės grupės, įtrauktos į nacionalinę sveikatinamojo fizinio aktyvumo politiką<br>Pagal tikslines grupes (asmenų, kuriems ypač reikalingas fizinis aktyvumas, grupės (t. y. palankių socialinių ir ekonominių sąlygų neturinčių asmenų grupės, asmenys, kurių fizinio aktyvumo lygis yra žemas, pagyvenę žmonės, etninės mažumos ir t. t.))                            | (****)          |
| Sveikata<br>(14–20 ES FAG)   | 10. Fizinio aktyvumo ir sėdimo gyvenimo būdo stebėseną ir priežiūrą<br>Fizinis aktyvumas ir sėdimas gyvenimo būdas įtraukti į nacionalinę sveikatos stebėsenos sistemą: taip/ne; jei taip, pateikti papildomos informacijos   | (***)           |
|  | 11. Sveikatos priežiūros specialistų atliekamas konsultavimas fizinio aktyvumo klausimais<br>Konsultavimas fizinio aktyvumo klausimais: taip/ne; jei taip, ar išlaidos padengiamos kaip pirminės sveikatos priežiūros paslaugų dalis: taip/ne   | (***)           |

<sup>(1)</sup> Informacija ir duomenys, kuriuos valstybėms narėms rekomenduojama teikti pagal negriežtą stebėsenos sistemą, ilgainiui turėtų patobulėti. Prie tos sistemos siūloma prisidėti šioje rekomendacijoje numatyta bendradarbiavimo ir gebėjimų stiprinimo veikla.

| ES FAG teminės sritys  | Siūdomi rodikliai ir kintamieji/vienetai  | Turimi duomenys |
|--|---|-----------------|
|  | 12. Mokymas apie fizinį aktyvumą įtrauktas į sveikatos priežiūros specialistų rengimo programas<br>— valandų skaičius slaugytojams, gydytojams,<br>— privaloma ar neprivaloma,<br>— aiškios vertinimo ir akreditavimo struktūros, skirtos dalyko mokymosi rezultatams atspindėti                  | (**)            |
| Švietimas<br>(21–24 ES FAG)                                    | 13. Kūno kultūra pradinėse ir vidurinėse mokyklose<br>— valandų skaičius kiekviename mokyklos lygyje,<br>— privaloma ar neprivaloma,<br>— nacionalinis ar subnacionalinis reglamentavimas   | (***)           |
|  | 14. Fizinio aktyvumo skatinimo mokyklose planai<br>Ar yra nacionalinis ar subnacionalinis planas: taip/ne; jei taip, pateikti papildomos informacijos   | (**)            |
|  | 15. Sveikatinamasis fizinis aktyvumas kūno kultūros mokytojų rengimo programoje<br>Sveikatinamojo fizinio aktyvumo modulis numatytas kūno kultūros mokytojų rengimo programoje bakalauro ir (arba) magistro studijų lygiu: taip/ne; privaloma/neprivaloma   | (**)            |
|  | 16. Aktyvaus vykimo į mokyklą skatinimo planai<br>Nacionaliniai ar (atitinkamais atvejais) subnacionaliniai planai, kuriais skatinamas aktyvus vykimas į mokyklą (pvz., ėjimas pėsčiomis grupe, važiavimas dviračiu): taip/ne; jei taip, pateikti aprašymą  | (***)           |
| Aplinka, miestų planavimas, visuomenės sauga<br>(25–32 ES FAG) | 17. Važiavimo dviračiu/ėjimo pėsčiomis dažnumo lygis<br>Pagrindinė jūsų kasdieniui veiklai naudojama transporto priemonė (automobilis, motociklas, viešasis transportas, ėjimas pėsčiomis, važiavimas dviračiu, kita)   | (****)          |
|  | 18. Europos gairės dėl laisvalaikio fiziniam aktyvumui skirtos infrastruktūros gerinimo<br>Europos gairės dėl laisvalaikio fiziniam aktyvumui skirtos infrastruktūros gerinimo sistemingai taikomos planuojant, diegiant ir valdant infrastruktūrą:<br>taip/numatoma per ateinančius 2 metus/ne   | (**)/(***)      |
| Darbo aplinka<br>(33–34 ES FAG)                                | 19. Aktyvaus vykimo į darbą skatinimo planai<br>Ar yra nacionalinis ar (atitinkamais atvejais) subnacionalinis bendrovėms ar darbuotojams skirtas paskatų planas, kuriuo skatinama aktyviai vykti į darbą (pvz., pėsčiomis, dviračiu): taip/ne; jei taip, pateikti aprašymą                       | (***)           |
|  | 20. Fizinio aktyvumo darbo vietoje skatinimo planai<br>Ar yra nacionalinis ar (atitinkamais atvejais) subnacionalinis bendrovėms skirtas paskatų planas, kuriuo skatinamas fizinis aktyvumas darbo vietoje (pvz., sporto salės, dušai, laiptai ir t. t.): taip/ne                                 | (***)           |
| Vyresnio amžiaus žmonės<br>(35–37 ES FAG)                      | 21. Bendruomenės veiksmų, skirtų vyresnio amžiaus asmenų fiziniam aktyvumui skatinti, planai<br>Ar yra bendruomenės veiksmų, skirtų vyresnio amžiaus asmenų fiziniam aktyvumui skatinti, planai: taip/ne; jei taip, pateikti aprašymą   | (***)           |
| Rodikliai/vertinimas<br>(38 ES FAG)                            | 22. Nacionalinė sveikatinamojo fizinio aktyvumo politika, įskaitant vertinimo planą<br>Iš nacionalinės sveikatinamojo fizinio aktyvumo politikos y sričių (sportas, sveikata, transportas, aplinka, pagal sektorius) x srityse aiškiai ketinama atlikti vertinimą arba yra tokio vertinimo planas | (****)          |
| Visuomenės informavimas<br>(39 ES FAG)                         | 23. Vykdoma nacionalinė informavimo apie fizinį aktyvumą kampanija<br>Taip/ne; jei taip, pateikti aprašymą  | (***)           |

Turimi duomenys:

(\*) duomenys dar nesurinkti.

(\*\*) duomenys dar nesurinkti, bet planuojama juos surinkti NOPA duomenų bazėje.

(\*\*\*), turima duomenų (t. y. jie yra įtraukti į šalių šablonus arba yra kituose prieinamuose šaltiniuose), bet jie dar nepatvirtinti, arba juos reikia atnaujinti.

(\*\*\*\*) turima duomenų ir jie patvirtinti NOPA duomenų bazėje.