

Briselē, 2021. gada 30. novembrī
(OR. en)

14431/21

SPORT 84
JEUN 146
SAN 711
SOC 703
EDUC 396

DARBA REZULTĀTI

Sūtītājs:	Padomes Ģenerālsēkretariāts
Saņēmējs:	delegācijas
Iep. dok. Nr.:	13713/21
Temats:	Padomes un Padomē sanākušo dalībvalstu valdību pārstāvju secinājumi par fizisko aktivitāti visa mūža garumā

Pielikumā pievienoti Padomes un Padomē sanākušo dalībvalstu valdību pārstāvju secinājumi par fizisko aktivitāti visa mūža garumā, kurus Padome (Izglītība, jaunatne, kultūra un sports) apstiprināja 2021. gada 29. un 30. novembra sanāksmē.

**Padomes un Padomē sanākušo dalībvalstu valdību pārstāvju secinājumi par fizisko aktivitāti
visa mūža garumā**

PADOME UN PADOMĒ SANĀKUŠIE DALĪBVALSTU VALDĪBU PĀRSTĀVJI,

ATGĀDINOT, KA

1. Padomes 2013. gada 26. novembra Ieteikumā par veselību veicinošu fizisko aktivitāšu (*HEPA*) popularizēšanu starp nozarēm cita starpā ir ieteikts, ka dalībvalstīm "vajadzētu censties panākt efektīvu *HEPA* politiku, izstrādājot starpnozaru pieeju, kas ietver tādas politikas jomas kā sports, veselība, izglītība, vide un transports, kā arī citas būtiskas nozares, un ievērojot konkrētās valsts specifiku".
2. Padomes 2015. gada 15. decembra secinājumos par bērnu motorisko prasmju, fizisko un sporta aktivitāšu veicināšanu dalībvalstīs tiek aicinātas "apsvērt pārnozaru politikas īstenošanu, kura citu nozaru starpā aptver izglītības, jaunatnes un veselības nozares, lai agrā bērnībā veicinātu fizisko aktivitāti un motoriskās prasmes".
3. Padomes 2020. gada 29. jūnija secinājumos par Covid-19 pandēmijas ietekmi uz sporta nozari un šīs nozares atveseļošanu dalībvalstīs tiek aicinātas "veicināt starpnozaru sadarbību un konsultācijas ar sportu saistītās jomās visos līmeņos, tostarp ar sporta kustību, ar sportu saistīto uzņēmējdarbības nozari un citām attiecīgām ieinteresētajām personām".
4. Padomes 2020. gada 4. decembra secinājumos par starpnozaru sadarbības veicināšanu, lai dotu labumu sportam un fiziskajai aktivitātei sabiedrībā, ir uzsvērts, ka "starpnozaru sadarbībai var būt svarīga nozīme, lai radītu vai optimizētu apstākļus aktīvam un veselīgam dzīvesveidam".
5. Eiropas Savienības sporta darba plānā 2021.–2024. gadam ir atzīts, ka fizisko aktivitāšu popularizēšana ir nozīmīgs temats prioritārajā jomā "Dalības sportā un veselību veicinošu fizisko aktivitāšu popularizēšana".

6. fiziskās aktivitātes trūkums mūsdienu dzīvesveidā izraisa plašas veselības problēmas. Pasaules Veselības organizācija (PVO) fiziskās aktivitātes trūkumu ir ierindojusi starp nozīmīgākajiem mirstības cēloņiem ¹. Covid-19 pandēmija ir vēl uzskatāmāk atklājusi fiziskās aktivitātes trūkuma izraisīto veselības apdraudējumu.
7. Eiropu sagaida jau tagad redzamās tendences, proti, fiziskās aktivitātes trūkuma, nozīmīgs pieaugums visā sabiedrībā kopumā, bet jo īpaši jauniešu vidū. Eiropas politika mudina dalībvalstis veicināt un uzraudzīt fizisko aktivitāti; tomēr īstenošana būtu vēl jāpastiprina ².
8. Arī citos Eiropas un starptautiskos dokumentos ³ ir norādīts, ka ir ļoti svarīgi uzraudzīt fiziskās aktivitātes līmeni saistībā ar holistisku pieeju veselību veicinošai fiziskajai aktivitātei. Fiziskās sagatavotības uzraudzība, ievērojot Vispārīgās datu aizsardzības regulas (VDAR) ⁴ prasības, var sniegt uzticamu uz pierādījumiem balstītu informāciju par fizisko aktivitāti, kā arī var vērst uzmanību uz jebkādiem iespējamiem ieradumiem, kuri varētu apdraudēt veselību.

¹ Pasaules Veselības organizācija (2020). PVO pamatnostādnes attiecībā uz fizisko aktivitāti un sēdošu dzīvesveidu.

² Komisijas ziņojums par Padomes ieteikuma par veselību veicinošu fizisko aktivitāšu popularizēšanu dažādās nozarēs īstenošanu, COM/2019/565 *final*.

³ Pasaules Veselības organizācijas "Fiziskās aktivitātes stratēģija PVO Eiropas reģionam 2016.–2025. gadam", "ES Rīcības plāns par bērnu aptaukošanās samazināšanu (2014–2020)" un "Globālais rīcības plāns attiecībā uz fizisko aktivitāti (2018–2030)" (Pasaules Veselības organizācija, 2018).

⁴ Eiropas Parlamenta un Padomes Regula (ES) 2016/679 (2016. gada 27. aprīlis) par fizisku personu aizsardzību attiecībā uz personas datu apstrādi un šādu datu brīvu apriti un ar ko atceļ Direktīvu 95/46/EK (Vispārīgā datu aizsardzības regula) (OV L 119, 4.5.2016., 1. lpp.).

ATZĪSTOT, KA

9. fiziskā aktivitāte ir viens no vissvarīgākajiem un efektīvākajiem faktoriem fiziskās un garīgās veselības saglabāšanai visas dzīves garumā. Tai ir arī pozitīva ietekme uz atsevišķu veselības problēmu un slimību, piemēram, sirds un asinsvadu slimības, 2. tipa diabēta u. c., profilaksi.
10. Fiziskās sagatavotības uzraudzības sistēmas var izvērtēt fiziskās aktivitātes trūkuma problēmas apmēru un novērtēt jebkādu vietējā, valsts vai ES līmenī pieņemtu politikas pasākumu, rīcības plānu vai iniciatīvu efektivitāti.
11. koncepcijai par fizisko aktivitāti visa mūža garumā vajadzētu pamatoties uz regulāru fizisko aktivitāti, kas turpinās visu cilvēka dzīvi un ko var atbalstīt ar pierādījumos balstītu fiziskās sagatavotības uzraudzību visa mūža garumā, lai visu mūžu uzturētu katra indivīda veselību.

UZSVEROT, KA

12. regulāra un pietiekama ⁵ fiziskā aktivitāte ir svarīga bērnu un pusaudžu veselīgai attīstībai gan fiziskā ziņā, gan attiecībā uz viņu garīgajām un sociālajām spējām.
13. Saistībā ar pieaugušo cilvēku aktīvu un veselīgu dzīvesveidu regulāra fiziskā aktivitāte ir īpaši svarīga, pat ja persona sāk trenēties tikai pieaugušā vecumā. Regulāra fiziskā aktivitāte ir arī svarīgs faktors, kas novērš darbaspēju līmeņa samazināšanos darbā. Ņemot vērā, ka pieaugušie trešo daļu dzīves pavada darbā, darba vide ir ārkārtīgi svarīga darba ņēmēju fiziskās aktivitātes veicināšanā.

⁵ Pasaules Veselības organizācija (2020). PVO pamatnostādnes attiecībā uz fizisko aktivitāti un sēdošu dzīvesveidu.

14. Neizdevīgā stāvoklī esošas grupas ⁶ visās vecuma grupās bieži vien ir nepietiekami fiziski aktīvas, jo tām ir mazāk iespēju un ierobežota piekļuve, un tādējādi tām draud lielāka iespēja saslimt ar atsevišķām slimībām. Mums šīm mērķgrupām būtu jānodrošina vienlīdzīgas iespējas, dodot tām iespēju piedalīties speciāli pielāgotās, regulārās fiziskās aktivitātēs un sporta programmās.
15. Saskaņā ar koncepciju par fizisko aktivitāti visa mūža garumā ilgtermiņa ietekmei vajadzētu būt tādai, ka Eiropas iedzīvotāji kļūst fiziski aktīvāki, ar mērķi uzlabot fizisko un garīgo veselību un samazināt spiedienu uz mūsu veselības sistēmām un ar veselību saistītos izdevumus ⁷. Kad vien iespējams, būtu jākoordinē politikas programmas un jāveicina starpnozaru sadarbība, lai panāktu pēc iespējas labākus rezultātus.

UZSKATOT, KA

16. *veselīgs dzīvesveids*: daudzās valstīs publiskā politika veselības un sporta jomā ir vērsta pirmkārt un galvenokārt uz to, lai mudinātu iedzīvotājus visā mūža garumā piekopt aktīvu un veselīgu dzīvesveidu un piedalīties fiziskās aktivitātēs un sportā ⁸. Arī vairāku Eiropas projektu iniciatīvu mērķis ir iekļaut fizisko aktivitāti veselības aprūpes mācību programmā, lai nodrošinātu labākas konsultācijas un atbalstu attiecībā uz fizisko aktivitāti praktiskos apstākļos ⁹.

⁶ Eiropas Dzimumu līdztiesības institūta (*EIGE*) izstrādāta definīcija: "Personu grupas, kurām draud lielāks nabadzības, sociālās atstumtības, diskriminācijas un vardarbības risks nekā sabiedrībai kopumā, tostarp, bet ne tikai, etniskās minoritātes, migranti, cilvēki ar invaliditāti, vientuļi vecāka gadagājuma cilvēki un bērni".

⁷ Starptautiskā Sporta un kultūras apvienība (*ISCA*): "*The Economic Cost of Physical Inactivity in Europe* (Fiziskās aktivitātes trūkuma izraisītās izmaksas Eiropā): *ISCA/Cebr ziņojums*", 2015. gada jūnijs.

⁸ Piemēram, ES līmenī Eiropas Komisija uzsāka iniciatīvu "*HealthyLifestyle4All*" kā divu gadu kampaņu, kuras mērķis ir sportu un aktīvu dzīvesveidu saistīt ar politikas pasākumiem veselības, pārtikas un citās jomās. Tartu aicinājums uz veselīgu dzīvesveidu nāca klajā 2017. gadā.

⁹ Pasaules Veselības organizācija (2018). Fiziskās aktivitātes veicināšana veselības nozarē.

17. *Uzraudzība*: dažās valstīs tiek uzraudzītas izmaiņas iedzīvotāju fiziskajā sagatavotībā un katrs cilvēks pēc brīvprātības principa var arī saņemt informāciju par savas fiziskās sagatavotības līmeņa attīstību. Dažās valstīs ir ieviestas sistēmas, ar kuru palīdzību tās var reizi gadā uzraudzīt un novērtēt skolēnu un jauniešu fiziskās spējas ¹⁰.
18. *Starpnozaru sadarbība*: fiziskās aktivitātes veicināšanai un uzraudzībai būtu jāpievēršas starpnozaru sadarbības veidā, ievērojot VDAR prasības. Fiziskās aktivitātes veicināšanā un fiziskās sagatavotības uzraudzībā piedalās ne vien ar sportu saistītas iestādes, bet arī iestādes, kas saistītas ar sabiedrības veselību, infrastruktūru, izglītību un apmācību, darba vidi, jaunatni utt. Tādēļ tajā būtu jāiesaista visa valdība, pilsoniskā sabiedrība, sporta klubi, vietējās kopienas utt.
19. *Ieradumu maiņa* ir ilgtermiņa attīstības jautājums, ievērojot pamatnostādnes attiecībā uz fizisko aktivitāti ¹¹, kurās tiek aicināts pietiekamu fizisko aktivitāti integrēt ikdienas dzīvē. Tas nozīmē, ka arī politika būtu jāīsteno integrētā veidā un galvenā uzmanība jāpievērš dažādiem dienas laikiem un dažādiem ikdienas dzīves kontekstiem.
20. *Mediji*: medijiem var būt nozīme, popularizējot sociālu atbildīgumu, sporta aktivitātes un kampaņas, kas vērstas uz informētības palielināšanu par to, kādu labumu dod fiziskā aktivitāte, un uz aktivitātes trūkuma samazināšanu.
21. *Eiropas iniciatīvas un projekti*: dažādi Eiropas projekti un iniciatīvas veicina tādas politikas izstrādi, kas vērsta uz veselīga dzīvesveida popularizēšanu, un tādu fiziskās sagatavotības uzraudzības sistēmu izstrādi, kas visās ES dalībvalstīs nodrošina salīdzināmus, pamatotus un uzticamus datus. Tas politikas veidotājiem var palīdzēt nodrošināt iespējas fiziskajai aktivitātei visa mūža garumā un panākt lielāku ietekmi uz veselību.

¹⁰ Piemēram, Kiprā (drīzumā gaidāma), Lietuvā, Nīderlandē, Portugālē, Slovēnijā, Somijā, Ungārijā u. c.

¹¹ Pasaules Veselības organizācija (2018). "Globālais rīcības plāns par fizisko aktivitāti 2018.–2030. gadam: aktīvāki cilvēki veselīgākai pasaulei".

AICINA DALĪBVALSTIS SASKAŅĀ AR SUBSIDIARITĀTES PRINCIPU UN ATBILSTOŠĀ LĪMENĪ

22. turpināt popularizēt un veicināt iedzīvotāju, tostarp neizdevīgā stāvoklī esošu grupu, fizisko aktivitāti visa mūža garumā, galveno uzmanību pievēršot tam, kā, daloties paraugpraksē, samazināt fiziskās aktivitātes trūkumu, piemēram, izmantojot mobilās un bezvadu tehnoloģijas, kā arī medijus un citus saziņas kanālus.
23. Valsts, reģionālā un/vai vietējā līmenī atbalstīt tādas iniciatīvas un kampaņas, kas mudina uz fizisko aktivitāti, uzraudzības sistēmu izstrādi un ikviena līdzdalību sportā, piemēram, Eiropas Sporta nedēļu, *HealthyLifestyle4All*, Eiropas barometra speciālaptaujas par sportu un fiziskām aktivitātēm, Eiropas veselības aptaujas apsekojumu – Fiziskās aktivitātes anketu (*EHIS-PAQ*) utt.
24. Attiecīgos gadījumos un saskaņā ar VDAR izveidot un popularizēt uz pierādījumiem balstītas valsts, reģionālas un/vai vietējas fiziskās sagatavotības uzraudzības sistēmas, kuras ar atbilstīgiem individuāliem atgriezeniskās saites ziņojumiem un brīvprātīgiem fiziskās sagatavotības izmaiņu apsekojumiem motivē iedzīvotājus uz fizisko aktivitāti visa mūža garumā un sniedz vērtīgu informāciju politikas veidošanai ¹².
25. Ar starpnozaru pieeju atbalstīt politiku visos līmeņos attiecībā uz tādu piekļūstamu un ilgtspējīgu publisko telpu izveidi, kur visi iedzīvotāji varētu iesaistīties sporta aktivitātēs vai būt fiziski aktīvi visa mūža garumā, piemēram, mikrorajonos, no jauna apbūvētās teritorijās, iekārtojot veloceliņus vai skriešanas celiņus, sporta objektus skolās un augstākās izglītības iestādēs utt., piemēram, ar kohēzijas politikas fondu starpniecību.

¹² Piemēram, nodrošinot fiziskās sagatavotības uzraudzības instrumentus, kas ļauj izpētīt iedzīvotāju veselības tendences, valsts fiziskās sagatavotības politikas un intervences ietekmi uz veselību vietējā, reģionālā un/vai valsts līmenī.

26. Ar visu attiecīgo publisko iestāžu un zinātnisko aprindu iesaisti visos līmeņos identificēt un sinhronizēt tādu politiku un pasākumus, kuru mērķis ir iedvesmot cilvēkus iesaistīties sporta aktivitātēs vai visu mūžu būt fiziski aktīviem, un mudināt nozaru lēmumu pieņēmējus savās attiecīgajās politikas jomās vairāk ņemt vērā labumu, ko var dot fiziskā aktivitāte visa mūža garumā un iedzīvotāju fiziskās sagatavotības uzraudzība.
27. Apmainīties ar paraugpraksi par to, kā motivēt cilvēkus kustēties un vingrināties dienas laikā, un apmainīties ar informāciju par efektīviem instrumentiem un politikas iniciatīvām dažādās ikdienas dzīves vidēs, ar ko stimulēt fizisko aktivitāti, tostarp skolās un darbvietās.
28. Kur vien iespējams, stiprināt sadarbību ar veselības nozari, lai veselības aprūpes un profesionāli speciālisti ieteiktu vingrinājumus un sniegtu konsultācijas par tiem.

AICINA KOMISIJU

29. izskatīt iespēju atbalstīt tādas saskaņotas datu sistēmas izstrādi, kas dotu iespēju uzraudzīt fizisko aktivitāti Eiropas līmenī, lai varētu precīzāk izvērtēt veselības, sociālās un ekonomiskās sekas.
30. Popularizēt zināšanas un darīt zināmas liecības par to, cik izmaksā veselības riski, kas saistīti ar fiziskās aktivitātes trūkumu, jo īpaši par izdevumiem veselības jomā, lai palīdzētu nodrošināt informāciju publiskai lēmumu pieņemšanai par investīcijām, kas šajā jomā jāveic Eiropas līmenī.
31. Atbalstīt paraugprakses apmaiņu par esošajiem veiksmīgajiem projektiem un tīkliem fiziskās aktivitātes visa mūža garumā veicināšanas un fiziskās sagatavotības uzraudzības jomā, vajadzības gadījumā iesaistot *HEPA* kontaktpunktu tīklu. Lai veicinātu fiziskās sagatavotības uzraudzību visā Eiropā un radītu pamatu tūlītējai uz pierādījumiem balstītai politikas veidošanai, popularizēt šo praksi kopā ar *HEPA* kontaktpunktu tīklu atbilstīgā Eiropas platformā.

32. Apsvērt ES finansējumu, piemēram, ar *Erasmus+* programmas, *InvestEU* un citu programmu starpniecību, kas varētu atbalstīt Eiropas sadarbību nolūkā veicināt valsts, reģionālu un/vai vietēju fiziskās sagatavotības uzraudzības sistēmu izveidi.
33. Informēt dalībvalstis un sporta kustību par attiecīgām ES finansējuma programmām un iniciatīvām, kuras var izmantot, lai atbalstītu ar sportu un fizisko aktivitāti saistītus starpnozaru projektus un veselīga dzīvesveida popularizēšanu, kā arī valsts, reģionālu un/vai vietēju fiziskās sagatavotības uzraudzības sistēmu izveidi, piemēram, ar *Erasmus+*, *EU4Health* programmas, "Apvārsnis Eiropa", *InvestEU* un citu programmu starpniecību.

AICINA SPORTA KUSTĪBU UN CITAS ATTIECĪGĀS IEINTERESĒTĀS PERSONAS

34. apsvērt iespēju izmantot bezmaksas platformas ¹³, ievērojot VDAR, iedzīvotāju fiziskās sagatavotības uzraudzībai kā diagnosticēšanas un motivēšanas instrumentu fiziskajai aktivitātei visa mūža garumā.
35. Turpināt uzsvērt iespējas iedzīvotāju iesaistei sportā un fiziskā aktivitātē visa mūža garumā viņu nodarbēs, projektos un iniciatīvās, ietverot dažādas mērķgrupas.
36. Cieši sadarboties ar ieinteresētajām personām no citām nozarēm, lai novērstu esošās atšķirības iespēju nodrošināšanā iesaistei sportā un fiziskā aktivitātē dažādos ikdienas dzīves kontekstos.
37. Vajadzības gadījumā aktīvi iesaistīties valsts, reģionālu un vietēju fiziskās sagatavotības uzraudzības sistēmu izstrādē un tādu stratēģiju izstrādē, ar kurām palielina iedzīvotāju fizisko aktivitāti visa mūža garumā.
38. Ievērojot VDAR, pielāgot saziņas instrumentus mērķauditorijām, balstoties uz konkrētām darbībām.

¹³ Piemēram, tiešsaistes platformu, kas atbalsta tādu fiziskās sagatavotības uzraudzības programmu izveidi, kuras nodrošina atgriezenisko saiti par konkrētiem individuāliem fiziskās sagatavotības rezultātiem.

Definīcijas šo secinājumu vajadzībām

"Fiziskā aktivitāte" vispārīgi tiek definēta kā "jebkāda ķermeņa kustība, kuru izraisa skeleta muskuļi un kurai nepieciešams enerģijas patēriņš" ¹⁴. Tā attiecas uz visām kustībām, tostarp atpūtas laikā, pārvietošanos no vienas vietas uz otru vai kustībām, kas ir daļa no cilvēka darba.

Fiziskā sagatavotība ir spēja enerģiski un veikli, bez pārliecīga noguruma veikt ikdienas uzdevumus un saglabāt pietiekami daudz enerģijas, lai nodotos brīvā laika nodarbēm un tiktu galā ar neparedzētām ārkārtas situācijām.

Fiziskā aktivitāte visa mūža garumā ir visas fiziskās aktivitātes, kas veiktas visā dzīves laikā ar mērķi uzlabot veselību, izsargāties no nepārnēsājamām slimībām un uzturēt veselīgu svaru, dzīves kvalitāti un labbūtību personiskā, pilsoniskā, sociālā un/vai nodarbinātības ziņā.

¹⁴ Balstoties uz Pasaules Veselības organizāciju (2020). PVO pamatnostādnes attiecībā uz fizisko aktivitāti un sēdošu dzīvesveidu.

POLITISKAIS KONTEKSTS

1. Padomes secinājumi (2012. gada 27. novembris) par veselību veicinošu fizisko aktivitāšu popularizēšanu (*HEPA*).
2. Padomes Ieteikums (2013. gada 26. novembris) par veselību veicinošu fizisko aktivitāšu popularizēšanu dažādās nozarēs.
3. Padomes secinājumi (2015. gada 15. decembris) par bērnu motorisko prasmju, fizisko un sporta aktivitāšu veicināšanu.
4. Padomes secinājumi (2020. gada 29. jūnijs) par Covid-19 pandēmijas ietekmi uz sporta nozari un šīs nozares atveseļošanu.
5. Padomes secinājumi (2020. gada 4. decembris) par starpnozaru sadarbības veicināšanu, lai dotu labumu sportam un fiziskajai aktivitātei sabiedrībā.
6. Padomes un Padomē sanākušo dalībvalstu valdību pārstāvju rezolūcija par Eiropas Savienības sporta darba plānu (2021. gada 1. janvāris – 2024. gada 30. jūnijs), 2020/C 419/01.
7. Eiropas Parlamenta rezolūcija (2021. gada 10. februāris) par Covid-19 ietekmi uz jauniešiem un sportu (2020/2864(RSP)).
