

## I

(Resoluties, aanbevelingen en adviezen)

## AANBEVELINGEN

## RAAD

## AANBEVELING VAN DE RAAD

van 26 november 2013

over de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging in de verschillende sectoren

(2013/C 354/01)

DE RAAD VAN DE EUROPESE UNIE,

Gezien het Verdrag betreffende de werking van de Europese Unie, en met name artikel 292, in samenhang met de artikelen 165 en 168,

Gezien het voorstel van de Europese Commissie,

Overwegende hetgeen volgt:

- (1) Het is in alle levensfasen van het allergrootste belang om voldoende te bewegen en lichamelijke activiteiten, waaronder ook regelmatige sportbeoefening, te verrichten; de voordelen hiervan zijn onder meer een verlaagd risico op hart- en vaatziekten en sommige vormen van kanker en diabetes, gezondere spieren en botten, betere beheersing van het lichaamsgewicht en positieve effecten op de ontwikkeling van de geestelijke gezondheid en op cognitieve processen. Volgens de aanbevelingen van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) is lichaamsbeweging belangrijk voor alle leeftijdsgroepen, in het bijzonder voor kinderen, werkenden en ouderen.
- (2) Lichaamsbeweging is een eerste vereiste voor een gezonde levensstijl en een gezonde beroepsbevolking en draagt derhalve bij tot de verwezenlijking van de voornaamste doelstellingen van de Europa 2020-strategie, met name wat groei, productiviteit en gezondheid betreft.
- (3) Hoewel de overheidsinstanties in sommige lidstaten de afgelopen jaren hun inspanningen om gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging (HEPA) te stimuleren hebben opgevoerd, blijven de percentages inzake onvoldoende lichaamsbeweging in de Unie onaanvaardbaar hoog. De meerderheid van de bevolking heeft onvoldoende lichaamsbeweging en 60 % doet zelden of nooit aan sport of lichaamsbeweging. Weinig lichaamsbeweging in de vrije tijd komt doorgaans vaker voor bij lagere sociaal-

economische groepen. Momenteel duidt niets erop dat de negatieve trends voor de Unie als geheel zouden worden omgebogen.

- (4) Een gebrek aan lichaamsbeweging is aangemerkt als een van de belangrijkste risicofactoren voor vroegtijdige sterfte en ziekte in hoge inkomenslanden wereldwijd, met in het Europa van de WHO alleen al ongeveer 1 miljoen sterfgevallen per jaar. Er bestaan betrouwbare gegevens over de door het gebrek aan lichaamsbeweging veroorzaakte gezondheidsschade in de Unie, evenals over de aanzienlijke directe en indirecte economische kosten die verband houden met het gebrek aan lichaamsbeweging en daarmee samenhangende gezondheidsproblemen, met name gezien het feit dat de meeste samenlevingen in Europa snel vergrijzen.
- (5) Uit recent onderzoek blijkt dat sedentair gedrag schadelijk kan zijn voor de gezondheid, los van het effect van lichaamsbeweging. In de Unie moeten deze bevindingen worden meegenomen bij het overwegen van verdere actie op dit gebied.
- (6) Er bestaan grote verschillen tussen de lidstaten wat de mate van lichaamsbeweging betreft. Terwijl sommige lidstaten aanzienlijke vooruitgang hebben geboekt bij de verhoging van het aantal burgers die de minimaal aanbevolen mate van lichaamsbeweging halen, is dit in veel andere lidstaten niet het geval of is daar zelfs sprake van achteruitgang. Het huidige beleid heeft tot nu toe geen doorslaggevend effect gehad op het terugdringen van het tekort aan lichaamsbeweging voor de Unie als geheel. Er valt veel te leren van succesvolle benaderingen van de ontwikkeling en uitvoering van beleidsmaatregelen op het gebied van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging.
- (7) Lichamelijke opvoeding op school is in aanleg een effectief instrument om mensen meer bewust te maken van het belang van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging en scholen kunnen gemakkelijk en doeltreffend voor activiteiten op dit gebied worden ingeschakeld.

- (8) Een aantal beleidsgebieden, met name sport en gezondheid, kan bijdragen tot het bevorderen van lichaamsbeweging en kan de burgers van de Unie nieuwe kansen bieden om aan lichaamsbeweging te gaan doen. Om de hierdoor geboden mogelijkheden volledig te benutten en derhalve de mate van lichaamsbeweging te verhogen, is een strategische sectoroverschrijdende aanpak voor de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging, waarbij ook alle betrokken ministeries, instanties en organisaties, in het bijzonder de sportwereld, worden ingeschakeld, en bestaande en lopende beleidsinitiatieven in acht genomen worden, onontbeerlijk. Om dit proces te ondersteunen is het van essentieel belang te beschikken over meer informatie en betere gegevens over de mate van lichaamsbeweging en over de beleidsmaatregelen ter stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging; dat is ook noodzakelijk voor beleidsevaluatie die tot doel heeft het toekomstig beleid doeltreffender te ontwikkelen en uit te voeren.
- (9) De EU-richtsnoeren voor lichaamsbeweging <sup>(1)</sup>, waarnaar door de Raad en de vertegenwoordigers van de regeringen van de lidstaten, in het kader van de Raad bijeen, wordt verwezen in hun conclusies van 27 november 2012 <sup>(2)</sup> (betreffende het stimuleren van HEPA) en van 6/7 december 2012 (over „healthy ageing across the life cycle”) <sup>(3)</sup>, pleiten voor een sectoroverschrijdende aanpak van alle thematische gebieden waarvan de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging deel uitmaakt.
- (10) In de mededeling van 2011 van de Commissie aan het Europees Parlement, de Raad het Europees Economisch en Sociaal Comité en het Comité voor de Regio's, met de titel: „Over de ontwikkeling van de Europese dimensie van de sport” werden de Commissie en de lidstaten opgeroepen om op basis van de EU-richtsnoeren voor lichaamsbeweging voort te werken aan de vaststelling van nationale richtsnoeren, waaronder een evaluatie- en coördinatieproces, en een aanbeveling van de Raad op dit gebied in overweging te nemen.
- (11) In de resolutie van de Raad en van de vertegenwoordigers van de regeringen van de lidstaten, in het kader van de Raad bijeen, over een werkplan van de Europese Unie voor sport voor 2011-2014 <sup>(4)</sup>, wordt de noodzaak erkend de samenwerking in de sport tussen de Commissie en de lidstaten te versterken op een beperkt aantal prioritaire terreinen, waaronder de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging. In juli 2012 heeft de Deskundigengroep sport, gezondheid en participatie, die medio 2011 in het kader van dat werkplan was opgericht, zich geschaard achter een nieuw uniaal initiatief ter stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging.
- (12) In de conclusies van de Raad van 27 november 2012 over de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging wordt de noodzaak erkend van verdere maatregelen op uniaal niveau en wordt de Commissie opgeroepen een voorstel in te dienen voor een aanbeve-

ling van de Raad, met inbegrip van een licht monitoringkader op basis van een reeks indicatoren die de thematische gebieden van de EU-richtsnoeren voor lichaamsbeweging bestrijken,

BEVEELT AAN dat de lidstaten:

1. toewerken naar doeltreffende beleidsmaatregelen inzake gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging door een sectoroverschrijdende aanpak te ontwikkelen die is gericht op de beleidsterreinen sport, gezondheid, onderwijs, milieu en vervoer, rekening houdend met de EU-richtsnoeren voor lichaamsbeweging, en op andere relevante beleidsterreinen, met inachtneming van de nationale eigenheden. Hiertoe behoren:
  - a) de geleidelijke ontwikkeling en uitvoering van nationale strategieën en van sectoroverschrijdend beleid ter bevordering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging conform de nationale wetgeving en praktijk;
  - b) het in kaart brengen van concrete acties ter uitvoering van deze strategieën of dit beleid, waar zinvol geacht in een actieplan;
2. de mate van lichaamsbeweging en de beleidsmaatregelen inzake gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging monitoren met gebruikmaking van het lichte monitoringkader <sup>(5)</sup> en de indicatoren die zijn opgenomen in de bijlage bij deze aanbeveling, met inachtneming van de nationale omstandigheden;
3. binnen zes maanden na de vaststelling van deze aanbeveling nationale contactpunten voor gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging <sup>(6)</sup> aanwijzen, conform de nationale wetgeving en praktijk, die het bovengenoemde monitoringkader ondersteunen, en de Commissie van die aanwijzing op de hoogte brengen.
 

De nationale contactpunten voor gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging zullen in het bijzonder worden belast met de coördinatie van de terbeschikkingstelling van gegevens over lichaamsbeweging aan het monitoringkader; de gegevens dienen te worden ingevoerd in de bestaande WHO-Europese databank inzake voeding, obesitas en lichaamsbeweging (NOPA); de nationale contactpunten dienen eveneens de interdepartementale samenwerking inzake beleidsmaatregelen op het gebied van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging te vergemakkelijken;
4. nauw samenwerken, zowel onderling als met de Commissie, door een proces van regelmatige uitwisseling van informatie en beste praktijken inzake het stimuleren van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging binnen de betrokken uniale structuren voor sport en gezondheid op gang te brengen, als grondslag voor versterkte beleidscoördinatie.

<sup>(1)</sup> De EU-richtsnoeren voor lichaamsbeweging, die met instemming zijn begroet in de conclusies van de informele bijeenkomst van EU-ministers die bevoegd zijn voor sport van november 2008.

<sup>(2)</sup> PB C 393 van 19.12.2012, blz. 22.

<sup>(3)</sup> PB C 396 van 21.12.2012, blz. 8.

<sup>(4)</sup> PB C 162 van 1.6.2011, blz. 1.

<sup>(5)</sup> Het monitoringkader schetst een beperkte reeks rapportageverplichtingen over algemene aspecten van de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging waaraan alle lidstaten aandacht kunnen besteden. Het zal worden geïmplementeerd in nauwe synergie en samenwerking met de WHO, en erop gericht zijn dubbel werk bij de gegevensverzameling te vermijden.

<sup>(6)</sup> Het contactpunt zal de belangrijkste contactpersoon in de lidstaat zijn voor het verstrekken van informatie en gegevens die overeenstemmen met de indicatoren tabel in de bijlage, die deel zal uitmaken van de vragenlijst die door de WHO aan de contactpunten zal worden gestuurd.

NODIGT de Commissie tot het volgende UIT:

1. de lidstaten ondersteunen bij de vaststelling van nationale strategieën, de ontwikkeling van sectoroverschrijdende beleidsbenaderingen op het gebied van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging en de uitvoering van de bijbehorende actieplannen door de uitwisseling van informatie en goede praktijken, doeltreffend intercollegiaal leren, netwerkvorming en de aanwijzing van succesvolle benaderingen van het stimuleren van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging te vergemakkelijken;
  2. de instelling en de werking van het monitoringkader voor gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging bevorderen, aan de hand van de in de bijlage vermelde indicatoren, op basis van bestaande vormen van monitoring en gegevensverzameling op dit gebied, en zoveel mogelijk gebruik maken van bestaande informatie en gegevens, door:
    - a) met de hulp van wetenschappelijke deskundigen gerichte steun voor capaciteitsopbouw en opleiding te verstrekken aan de nationale contactpunten voor gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging, onder meer met het oog op het dataverzamelingsproces en, in voorkomend geval, aan andere vertegenwoordigers van de betrokken overheidsinstanties;
    - b) de mogelijkheid na te gaan om gebruik te maken van gegevens die binnen dit monitoringkader worden verzameld om elke drie jaar Europese statistieken over het niveau van lichaamsbeweging te kunnen produceren;
  - c) de WHO te ondersteunen bij de verdere ontwikkeling van de lichaamsbewegingsaspecten van NOPA, door die aan te passen aan het monitoringkader als beschreven in de bijlage bij deze aanbeveling;
  - d) de WHO te ondersteunen en nauw met de WHO samen te werken bij de opstelling en verstrekking van landen-specifieke overzichten betreffende gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging en de analyse van trends op het gebied van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging;
3. om de drie jaar verslag uitbrengen over de voortgang bij de uitvoering van deze aanbeveling, op basis van de informatie die wordt verstrekt in het kader van de rapportageregelingen als beschreven in het monitoringkader en van andere door de lidstaten verstrekte relevante informatie over de ontwikkeling en de uitvoering van het beleid inzake gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging, en de toegevoegde waarde van deze aanbeveling te beoordelen.

Gedaan te Brussel, 26 november 2013.

*Voor de Raad*  
*De voorzitter*  
D. A. BARAKAUSKAS

## BIJLAGE

Voorgestelde indicatoren om de mate van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging en het EU-beleid op dat gebied te beoordelen, rekening houdend met de EU-richtsnoeren voor lichaamsbeweging <sup>(1)</sup>

Thematische gebieden van de richtsnoeren	Voorgestelde indicatoren en variabelen/eenheden	Beschikbaarheid van gegevens
Internationale aanbevelingen en richtsnoeren inzake lichaamsbeweging (richtsnoeren 1-2)	1. Nationale aanbeveling inzake lichaamsbeweging voor een betere gezondheid Ja/nee	(****)
	2. Volwassenen die voldoen aan de minimale WHO-aanbeveling inzake lichaamsbeweging voor een betere gezondheid of aan gelijkwaardige nationale aanbevelingen Percentage volwassenen dat minimaal 150 minuten matig intensieve lichaamsbeweging per week heeft, of 75 minuten zwaar intensieve lichaamsbeweging, of een gelijkwaardige combinatie	(****)
	3. Kinderen en adolescenten die voldoen aan de minimale WHO-aanbeveling inzake lichaamsbeweging voor een betere gezondheid of aan gelijkwaardige nationale aanbevelingen Percentage kinderen en adolescenten dat dagelijks of ten minste vijf dagen per week minimaal 60 minuten matig tot zwaar intensieve lichaamsbeweging heeft	(****)
Sectoroverschrijdende aanpak (richtsnoer 3-5)	4. Nationaal coördinatiemechanisme inzake de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging Ja/nee; zo ja, nadere details	(****)
	5. Specifiek aan de stimulering van gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging toegekende middelen Per sector (gezondheid, sport, vervoer enz.): — totaalbedrag; — per persoon; — per bruto nationaal product op basis van koopkrachtpariteit per capita, in euro	(*)
„Sport” (richtsnoer 6-13)	6. Nationaal beleid inzake sport voor iedereen en/of actieplan Ja/nee; zo ja, nadere details	(****)
	7. Op gezondheid gerichte sportclubs (Programma sportclubs voor gezondheid) Toepassing van de door HEPA Europe/TAFISA project ontwikkelde richtsnoeren Ja/nee; zo ja, beschrijving	(**)
	8. Kader voor het ondersteunen van mogelijkheden om lagere sociaal-economische groepen meer toegang tot sport- en recreatievoorzieningen te geven Bestaan van een kader: ja/gepland voor de komende twee jaar/nee; en zo ja, beschrijving	(***)
	9. Doelgroepen van het nationale beleid inzake gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging Per doelgroep (groepen met grote behoefte aan lichaamsbeweging (bv. lagere sociaal-economische groepen, mensen met weinig lichaamsbeweging, ouderen, etnische minderheden enz.)	(****)
„Gezondheid” (richtsnoer 14-20)	10. Monitoring en bewaking van lichaamsbeweging en sedentair gedrag Zijn lichaamsbeweging en sedentair gedrag opgenomen in het nationale systeem voor gezondheidsmonitoring: ja/nee; zo ja, nadere details	(***)
	11. Advisering over lichaamsbeweging door gezondheidswerkers Advisering inzake lichaamsbeweging: ja/nee; zo ja: vergoed uit het basispakket van de zorgverzekering: ja/nee	(***)

<sup>(1)</sup> Verwacht wordt dat de informatie en de gegevens die de lidstaten binnen dit licht monitoringkader wordt aanbevolen te verstrekken, mettertijd zullen verbeteren. Voorgesteld wordt steun voor dit proces te verlenen in het kader van de in deze aanbeveling genoemde activiteiten voor samenwerking en capaciteitsopbouw.

Thematische gebieden van de richtsnoeren	Voorgestelde indicatoren en variabelen/eenheden	Beschikbaarheid van gegevens
	12. Opleiding op het gebied van lichaamsbeweging als onderdeel van het curriculum van gezondheidswerkers — aantal uren voor verpleegkundige of artsen — verplicht/facultatief — duidelijke beoordelings- en erkenningsstructuren voor de leerresultaten van de betrokkene	(**)
„Onderwijs” (richtsnoer 21-24)	13. Lichamelijke opvoeding op lagere en middelbare scholen — aantal uren per schoolniveau — verplicht/facultatief — nationale of subnationale regeling	(***)
	14. Regelingen voor het bevorderen van lichaamsbeweging in schoolverband Bestaan van nationale of subnationale regeling: ja/nee, zo ja, nadere details	(**)
	15. Gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging als onderdeel van de opleiding van leerkrachten lichamelijke opvoeding Zit gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging in opleidingsmodule van leraren lichamelijke opvoeding op bachelor- of masterniveau? ja/nee verplicht/facultatief	(**)
	16. Regelingen om het naar school fietsen of lopen te bevorderen Nationale of subnationale (waar van toepassing) regeling ter bevordering van het naar school fietsen of lopen (loopbussen, fietsen): ja/nee, indien ja: omschrijving	(***)
„Milieu, stadspanning en openbare veiligheid” (richtsnoer 25-32)	17. Niveau van fietsen/lopen Belangrijkste vervoerwijze bij de dagelijkse activiteiten (auto, motorfiets, openbaar vervoer, lopen, fietsen, andere)	(****)
	18. Europese richtsnoeren voor de verbetering van de infrastructuur voor lichaamsbeweging in de vrije tijd Worden de Europese richtsnoeren voor de verbetering van de infrastructuur voor lichaamsbeweging in de vrije tijd stelselmatig gebruikt bij planning, bouw en management van infrastructuur? Ja/nog niet maar gepland voor de komende twee jaar/nee	(**)/(***)
„Werkomgeving” (richtsnoer 33-34)	19. Regelingen om het naar het werk fietsen of lopen te bevorderen Zijn er nationale of subnationale (waar van toepassing) stimuleringsregelingen voor bedrijven of werknemers om het naar het werk fietsen of lopen te bevorderen?: ja/nee, indien ja: omschrijving	(***)
	20. Regelingen om lichaamsbeweging op de werkplek te bevorderen Zijn er nationale of subnationale (waar van toepassing) stimuleringsregelingen voor bedrijven om lichaamsbeweging op de werkplek te bevorderen (bv. gym, douches, traplopen, enz.) ja/nee	(***)
„Ouderen” (richtsnoer 35-37)	21. Regelingen voor gemeenschapsinterventies ter bevordering van lichaamsbeweging bij ouderen Zijn er regelingen voor gemeenschapsinterventies ter bevordering van lichaamsbeweging bij ouderen: ja/nee, zo ja: omschrijving	(***)
„Indicatoren/evaluatie” (richtsnoer 38)	22. Nationale beleidsmaatregelen inzake gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging die een plan voor evaluatie omvatten x van y nationale beleidsmaatregelen inzake gezondheidsbevorderende lichaamsbeweging (sport, gezondheid, vervoer, milieu, per sector) omvatten een duidelijk plan voor evaluatie	(****)
„Bewustmaking” (richtsnoer 39)	23. Bestaan van een nationale bewustmakingscampagne over lichaamsbeweging Ja/nee, zo ja: omschrijving	(***)

Beschikbaarheid van gegevens

(\*) gegevens nog niet verzameld.

(\*\*) gegevens nog niet verzameld in NOPA, wel gepland.

(\*\*\*) gegevens beschikbaar (bv. opgenomen in templates van landen of via andere beschikbare bron) maar nog niet gevalideerd, of nog te actualiseren.

(\*\*\*\*) gegevens beschikbaar en gevalideerd in NOPA.