

IV

(Oplysninger)

OPLYSNINGER FRA DEN EUROPÆISKE UNIONS INSTITUTIONER, ORGANER,
KONTORER OG AGENTURER

RÅDET

**Konklusioner vedtaget af Rådet og repræsentanterne for medlemsstaternes regeringer, forsamlet i
Rådet, om livslang fysisk aktivitet**

(2021/C 501 I/01)

RÅDET OG REPRÆSENTANTERNE FOR MEDLEMSSTATERNES REGERINGER, FORSAMLET I RÅDET,

SOM MINDER OM FØLGENDE:

1. I Rådets henstilling af 26. november 2013 om fremme af sundhedsfremmende aktiviteter (HEPA) på tværs af sektorer henstilles det bl.a. til medlemsstaterne »at arbejde hen imod effektive HEPA-politikker ved at udvikle en tværsektoriel strategi, der involverer politikområder såsom idræt, sundhed, uddannelse, miljø og transport og andre relevante sektorer i overensstemmelse med særlige nationale forhold«.
2. I Rådets konklusioner af 15. december 2015 om fremme af motoriske færdigheder, fysiske aktiviteter og idrætsaktiviteter for børn opfordres medlemsstaterne til »at overveje at gennemføre tværsektorielle politikker med bl.a. uddannelses-, ungdoms- og sundhedssektoren for at fremme fysiske aktiviteter og motoriske færdigheder i den tidlige barndom«.
3. I Rådets konklusioner af 29. juni 2020 om konsekvenserne af covid-19-pandemien og sportssektorens genopretning opfordres medlemsstaterne til »at fremme tværsektorielt samarbejde og tværsektorielle høringer på de områder, der er relevante for sport på alle niveauer, herunder med sportsbevægelsen, den sportsrelaterede erhvervssektor og andre relevante interessenter«.
4. I Rådets konklusioner af 4. december 2020 om fremme af tværsektorielt samarbejde til gavn for sport og fysisk aktivitet i samfundet understreges det, at »tværsektorielt samarbejde kan spille en vigtig rolle med hensyn til at skabe eller optimere betingelserne for en aktiv og sund livsstil«.
5. I EU-arbejdsplanen for sport 2021-2024 anerkendes det, at fremme af fysisk aktivitet er et centralt emne inden for det prioriterede område »fremme af deltagelse i sport og sundhedsfremmende fysisk aktivitet«.

SOM ANERKENDER FØLGENDE:

6. Fysisk inaktivitet forårsager omfattende sundhedsproblemer i forbindelse med vores daglige livsstil. Ifølge Verdenssundhedsorganisationen (WHO) er fysisk inaktivitet blandt de største risikofaktorer for dødelighed ⁽¹⁾. Covid-19-pandemien har yderligere fremhævet sundhedsrisiciene ved fysisk inaktivitet.

⁽¹⁾ Verdenssundhedsorganisationen (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour (WHO's retningslinjer for fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd).

7. Europa står over for en betydelig stigning i en allerede synlig tendens med fysisk inaktivitet blandt hele befolkningen, navnlig blandt yngre mennesker. De europæiske politikker tilskynder medlemsstaterne til at fremme og monitorere fysisk aktivitet. Dog bør gennemførelsen styrkes yderligere ⁽²⁾.
8. I andre europæiske og internationale dokumenter ⁽³⁾ er det også konstateret, at det har afgørende betydning at monitorere niveauet af fysisk aktivitet som en del af en holistisk tilgang til HEPA. Monitorering af fysisk form kan under overholdelse af den generelle forordning om databeskyttelse (GDPR) ⁽⁴⁾, give et pålideligt evidensbaseret resultat mht. fysisk aktivitet og henlede opmærksomheden på enhver eventuel adfærd, som udgør en sundhedsrisiko.

SOM ANERKENDER FØLGENDE:

9. Fysisk aktivitet er en af de vigtigste og mest effektive faktorer med hensyn til opretholde fysisk og mental sundhed gennem hele livet. Fysisk aktivitet har også en positiv indvirkning på forebyggelsen af visse helbredsproblemer og sygdomme såsom hjerte-kar-sygdomme, type 2-diabetes osv.
10. Systemer til monitorering af fysisk form kan anvendes til at vurdere omfanget af problemet med fysisk inaktivitet og evaluere effektiviteten af politikker, handlingsplaner eller initiativer, der vedtages på lokalt eller nationalt plan eller på EU-plan.
11. Begrebet livslang fysisk aktivitet bør baseres på regelmæssig fysisk aktivitet gennem hele livet, som kan understøttes af evidensbaseret livslang monitorering af fysisk form for at bevare den enkeltes sundhed gennem hele livet.

SOM UNDERSTREGER FØLGENDE:

12. Regelmæssig og tilstrækkelig ⁽⁵⁾ fysisk aktivitet er vigtig for en sund udvikling hos børn og unge, både rent fysisk og med hensyn til deres mentale og sociale evner.
13. Regelmæssig fysisk aktivitet særlig vigtig i forbindelse med en aktiv og sund livsstil hos voksne, også selv om den enkelte først begynder at dyrke motion som voksen. Regelmæssig fysisk aktivitet er også en vigtig faktor med henblik på at forebygge en faldende ydeevne på arbejdspladsen. Eftersom voksne tilbringer en tredjedel af deres liv på arbejdspladsen, er arbejdsmiljøet yderst vigtigt, når det drejer sig om at fremme de ansattes fysiske aktivitet.
14. Sårbare grupper ⁽⁶⁾ i alle aldersgrupper er ofte ikke tilstrækkeligt fysisk aktive på grund af færre muligheder og begrænset adgang, hvilket giver dem en større risiko for at udvikle visse sygdomme. Vi bør give disse målgrupper lige muligheder, så de kan deltage i skræddersyede programmer for regelmæssig fysisk aktivitet og idræt.
15. I overensstemmelse med begrebet livslang fysisk aktivitet bør de langsigtede resultater være mere fysisk aktive europæiske borgere med det sigte at forbedre den fysiske og mentale sundhed, mindske presset på vores sundhedssystemer og reducere de sundhedsrelaterede omkostninger ⁽⁷⁾. De politiske dagsordener bør så vidt muligt samordnes, og der bør tilskyndes til tværsektorielt samarbejde for at opnå det bedst mulige resultat.

⁽²⁾ Rapport fra Kommissionen om gennemførelsen af Rådets henstilling om fremme af sundhedsfremmende aktiviteter på tværs af sektorer (COM/2019/565 final).

⁽³⁾ For eksempel Verdenssundhedsorganisationens »strategi for fysisk aktivitet i WHO's europæiske region 2016-2025«, »EU's handlingsplan om fedme blandt børn 2014-2020« og en »global handlingsplan for fysisk aktivitet 2018-2030« (Verdenssundhedsorganisationen (2018)).

⁽⁴⁾ Europa-Parlamentets og Rådets forordning (EU) 2016/679 af 27. april 2016 om beskyttelse af fysiske personer i forbindelse med behandling af personoplysninger og om fri udveksling af sådanne oplysninger og om ophævelse af direktiv 95/46/EF (generel forordning om databeskyttelse) (EUT L 119 af 4.5.2016, s. 1).

⁽⁵⁾ Verdenssundhedsorganisationen (2020): »WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour« (WHO's retningslinjer for fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd).

⁽⁶⁾ Definition ifølge Det Europæiske Ligestillingsinstitut (EIGE): »Gruppe af personer, der er udsat for højere risiko for fattigdom, social udstødelse, forskelsbehandling og vold end den generelle befolkning, herunder, men ikke begrænset til, etniske minoriteter, indvandrere, handicappede, ældre og børn«.

⁽⁷⁾ Den internationale sports- og kultursammenslutning (ISCA): »The economic cost of physical inactivity in Europe: an ISCA/Cebr report« (de økonomiske omkostninger ved fysisk inaktivitet i Europa: en rapport fra ISCA/Cebr), juni 2015.

SOM TAGER FØLGENDE I BETRAGTNING:

16. *Sund livsstil*: I mange lande tager folkesundheds- og idrætspolitikker først og fremmest sigte på at tilskynde borgerne til at anlægge en aktiv og sund livsstil gennem hele livet og deltage i fysisk aktivitet og idræt ⁽⁸⁾. Flere europæiske projektinitiativer har også til formål at integrere fysisk aktivitet i læseplanerne på sundhedsuddannelserne for at sikre bedre rådgivning og støtte til fysisk aktivitet i klinisk sammenhæng ⁽⁹⁾.
17. *Monitorering*: Nogle lande monitorerer ændringer i befolkningens fysiske form og kan også give tilbagemeldinger om udviklingen i den enkeltes fysiske form på frivillig basis. Visse lande har indført systemer, som de kan anvende til hvert år at monitorere og evaluere skolebørns og unges fysiske ydeevne ⁽¹⁰⁾.
18. *Tværsæktorielt samarbejde*: Fremme og monitorering af fysisk aktivitet bør behandles i en tværsæktoriel tilgang under overholdelse af GDPR. Det er ikke kun idrætsrelaterede institutioner, som spiller en rolle med hensyn til at fremme fysisk aktivitet og monitorering af fysisk form, men også institutioner med tilknytning til folkesundhed, infrastruktur, uddannelse, arbejdsmiljø, ungdom osv. Hele den offentlige forvaltning, civilsamfundet, idrætssklubber, lokalsamfund osv. bør derfor inddrages.
19. *Adfærd ændringer* er et spørgsmål om langsigtet udvikling og efterlevelse af retningslinjerne for fysisk aktivitet ⁽¹¹⁾, hvilket kræver, at tilstrækkelig fysisk aktivitet integreres i dagligdagen. Det betyder, at politikken også bør gennemføres på en integreret måde og fokusere på forskellige tidspunkter af dagen og forskellige sammenhænge i hverdagen.
20. *Medier*: Medierne kan spille en rolle med hensyn til at fremme social ansvarlighed, idrætsaktiviteter og kampagner, som har til formål at øge bevidstheden om fordelene ved fysisk aktivitet og begrænse inaktivitet.
21. *Europæiske initiativer og projekter*: Forskellige europæiske projekter og initiativer bidrager til udviklingen af politikker, der har til formål at fremme en sund livsstil, og til udvikling af systemer til monitorering af fysisk form, som kan levere sammenlignelige, gyldige og pålidelige data på tværs af EU's medlemsstater. Dette kan hjælpe de politiske beslutningstagere med at muliggøre livslang fysisk aktivitet og opnå en større indvirkning på sundheden.

OPFORDRER MEDLEMSSTATERNE TIL I OVERENSSTEMMELSE MED NÆRHEDSPRINCIPPET OG PÅ DE RELEVANTE NIVEAUER:

22. at fortsætte med at fremme og tilskynde til livslang fysisk aktivitet blandt befolkningen, herunder sårbare grupper, med fokus på at mindske fysisk inaktivitet ved at udveksle bedste praksis, f.eks. anvendelse af mobile og trådløse teknologier samt medierne og andre kommunikationskanaler.
23. at støtte initiativer og kampagner på nationalt, regionalt og/eller lokalt plan, som tilskynder til fysisk aktivitet, udvikling af monitoreringssystemer og deltagelse i idræt for alle, såsom den europæiske idrætsuge, HealthyLifestyle4All, Eurobarometerundersøgelsen om idræt og fysisk aktivitet, interviewundersøgelsen vedrørende sundhed i EU – spørgeskema vedrørende fysisk aktivitet (EHIS-PAQ) osv.
24. at oprette og fremme, hvor det er relevant og i overensstemmelse med GDPR, evidensbaserede nationale, regionale og/eller lokale systemer til monitorering af fysisk form, som motiverer befolkningen til livslang fysisk aktivitet med passende individuelle tilbagemeldinger og sporing af ændringer i fysisk form på frivillig basis og giver værdifulde oplysninger til brug for den politiske beslutningstagning ⁽¹²⁾.
25. med en tværsæktoriel tilgang at støtte politikker på alle niveauer vedrørende skabelse af tilgængelige og bæredygtige offentlige områder, hvor alle borgere kan deltage i idrætsaktiviteter eller livslang fysisk aktivitet, såsom bydele, nybyggede områder, fortove med cykel- eller løbestier, idrætsfaciliteter i skoler og på universiteter osv., f.eks. gennem midlerne under samhørighedspolitikken.

⁽⁸⁾ På EU-plan har Europa-Kommissionen f.eks. iværksat initiativet »HealthyLifestyle4All« som en toårig kampagne, der har til formål at kæde idræt og en aktiv livsstil sammen med sundheds- og fødevarerpolitikken og politikken på flere andre områder. Tartu Call for a Healthy Lifestyle blev lanceret i 2017.

⁽⁹⁾ Verdenssundhedsorganisationen (2018): »Promoting physical activity in the health sector« (fremme af fysisk aktivitet i sundhedssektoren).

⁽¹⁰⁾ F.eks. Cypern (forventes snart), Finland, Ungarn, Litauen, Nederlandene, Portugal og Slovenien.

⁽¹¹⁾ Verdenssundhedsorganisationen (2018): »Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world« (global handlingsplan for fysisk aktivitet 2018-2030: mere aktive mennesker for en sundere verden).

⁽¹²⁾ F.eks. ved at stille redskaber til monitorering af fysisk form til rådighed, som gør det muligt at undersøge sundhedstendenser i befolkningen, virkningerne af nationale motionspolitikker og tiltag inden for sundhed på lokalt, regionalt og/eller nationalt plan.

26. på alle niveauer og med inddragelse af alle relevante offentlige myndigheder og forskersamfundet at kortlægge og synkronisere de politikker og foranstaltninger, som har til formål at inspirere mennesker til at deltage i idrætsaktiviteter eller livslang fysisk aktivitet, og tilskynde de sektorspecifikke beslutningstagere til i deres respektive politikker i højere grad at tage hensyn til de fordele, som livslang fysisk aktivitet og monitorering af befolkningens fysiske form kan medføre.
27. at udveksle god praksis om, hvordan man motiverer mennesker til at bevæge sig og træne i løbet af dagen, og udveksle oplysninger om effektive instrumenter og politiske initiativer i forskellige miljøer i hverdagen, som kan tilskynde til fysisk aktivitet, herunder i skoler og på arbejdspladser.
28. at styrke samarbejdet, hvor det er muligt, med sundhedssektoren med henblik på at udskrive recepter på motion og på rådgivning fra sundhedspersonale og specialiserede fagfolk.

OPFORDRER KOMMISSIONEN TIL:

29. at undersøge muligheden for at støtte udviklingen af et harmoniseret datasystem, der gør det muligt at monitorere fysisk aktivitet på europæisk plan for mere præcist at kunne vurdere de sundhedsmæssige, sociale og økonomiske konsekvenser.
30. at fremme kendskabet til og synliggøre dokumentation for omkostningerne ved de sundhedsrisici, som fysisk inaktivitet medfører, navnlig sundhedsudgifter, for at bidrage til at informere den offentlige beslutningstagning om de investeringer, der skal foretages på europæisk plan på dette område.
31. at støtte udveksling af bedste praksis i eksisterende vellykkede projekter og netværk til fremme af livslang fysisk aktivitet og monitorering af fysisk form og samtidig inddrage netværket af focal points for sundhedsfremmende fysisk aktivitet, hvis det er relevant. at fremme denne praksis sammen med netværket af focal points for sundhedsfremmende fysisk aktivitet på en passende europæisk platform for at lette monitoreringen af fysisk form i hele Europa og skabe fundamentet for hurtig evidensbaseret politisk beslutningstagning.
32. at overveje EU-finansiering, f.eks. gennem Erasmus+-programmet eller InvestEU, som vil kunne støtte det europæiske samarbejde om at fremme oprettelsen af nationale, regionale og/eller lokale systemer til monitorering af fysisk form.
33. at oplyse medlemsstaterne og idrætsbevægelsen om relevante EU-finansieringsprogrammer og -initiativer, som kan anvendes til at støtte tværsektorielle projekter vedrørende idræt og fysisk aktivitet og til at fremme en sund livsstil, samt oprettelsen af nationale, regionale og/eller lokale systemer til monitorering af fysisk form, f.eks. gennem Erasmus +, EU4Health-programmet, Horisont Europa eller InvestEU.

OPFORDRER IDRÆTSBEVÆGELSEN OG ANDRE RELEVANTE INTERESSETER TIL:

34. at overveje at anvende eksisterende gratis platforme ⁽¹³⁾ i overensstemmelse med GDPR til monitorering af borgernes fysiske form som et diagnostisk og motiverende redskab til livslang fysisk aktivitet.
35. yderligere at fremhæve mulighederne for, at borgerne gennem hele livet deltager i idræt og fysisk aktivitet, i deres aktiviteter, projekter og initiativer, herunder for forskellige målgrupper.
36. at arbejde tæt sammen med interessenter fra andre sektorer om at håndtere de eksisterende forskelle i udbuddet af muligheder for deltagelse i idræt og fysisk aktivitet i forskellige sammenhænge i hverdagen.
37. aktivt at engagere sig, hvis det er relevant, i udviklingen af nationale, regionale og lokale systemer til monitorering af fysisk form og strategier til at øge borgernes livslange fysiske aktivitet.
38. at tilpasse kommunikationsværktøjer til målgrupperne på grundlag af konkrete tiltag i overensstemmelse med GDPR.

⁽¹³⁾ F.eks. en onlineplatform, der støtter oprettelsen af programmer til monitorering af fysisk form, som giver tilbagemeldinger om specifikke individuelle resultater vedrørende den fysiske form.

BILAG I

Definitioner i forbindelse med disse konklusioner:

Fysisk aktivitet defineres generelt som »enhver legemsbevægelse, der er frembragt ved hjælp af skeletmuskulaturen, og som forudsætter et energiforbrug«⁽¹⁾. Det omfatter al form for bevægelse, herunder i forbindelse med fritid, transport til og fra et sted eller som led i en persons arbejde.

Fysisk form er evnen til beslutsomt og årvågent at udføre daglige opgaver uden unødigt træthed og med rigelig energi til at kunne nyde fritidsgøremål og imødegå uforudsete nødsituationer.

Livslang fysisk aktivitet er enhver fysisk aktivitet, der udøves gennem hele livet med det formål at forbedre helbredet, forebygge ikkesmitsomme sygdomme og opretholde en sund vægt, livskvalitet og velvære rent personligt, samfundsmæssigt, socialt og/eller beskæftigelsesmæssigt.

⁽¹⁾ Baseret på Verdenssundhedsorganisationen (2020): »WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour« (WHO's retningslinjer for fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd).

BILAG II

POLITISK BAGGRUND

1. Rådets konklusioner af 27. november 2012 om fremme af sundhedsfremmende fysisk aktivitet.
 2. Rådets henstilling af 26. november 2013 om fremme af sundhedsfremmende aktiviteter på tværs af sektorer.
 3. Rådets konklusioner af 15. december 2015 om fremme af motoriske færdigheder, fysiske aktiviteter og idrætsaktiviteter for børn.
 4. Rådets konklusioner af 29. juni 2020 om konsekvenserne af covid-19-pandemien og sportssektorens genopretning.
 5. Rådets konklusioner af 4. december 2020 om fremme af tværsektorielt samarbejde til gavn for sport og fysisk aktivitet i samfundet.
 6. Resolution vedtaget af Rådet og repræsentanterne for medlemsstaternes regeringer, forsamlet i Rådet, om EU-arbejdsplanen for sport (1. januar 2021 til 30. juni 2024) 2020/C 419/01).
 7. Europa-Parlamentets beslutning af 10. februar 2021 om covid-19's indvirkning på unge og på sport og idræt (2020/2864(RSP)).
-