

I

(Resolutioner, rekommendationer och yttranden)

REKOMMENDATIONER

RÅDET

RÅDETS REKOMMENDATION

av den 26 november 2013

om befrämjande av hälsofrämjande fysisk aktivitet i alla sektorer

(2013/C 354/01)

EUROPEISKA UNIONENS RÅD UTFÄRDAR DENNA
REKOMMENDATION

med beaktande av fördraget om Europeiska unionens funktions-
sätt, särskilt artikel 292 jämförd med artiklarna 165 och 168,

med beaktande av Europeiska kommissionens förslag,

och av följande skäl:

- (1) Fördelarna med fysisk aktivitet, inbegripet regelbundet utövande av idrott och motion, under hela livet är omfattande och inbegriper bland annat lägre risk för hjärt- och kärlsjukdomar samt för vissa typer av cancer och diabetes, förbättring av muskel- och skeletthälsa och kontroll av kroppsvikten, samt positiva effekter på utvecklingen av psykisk hälsa och de kognitiva processerna. Enligt Världshälsoorganisationens (WHO) rekommendation är fysisk aktivitet viktig för alla åldersgrupper och särskilt för barn, den arbetande befolkningen och äldre människor.
- (2) Eftersom fysisk aktivitet är en förutsättning för en sund livsstil och en frisk arbetskraft bidrar den till att uppnå huvudmålen i Europa 2020-strategin, särskilt vad gäller tillväxt, produktivitet och hälsa.
- (3) Trots att myndigheterna i somliga medlemsstater under de senaste åren intensifierat ansträngningarna för att stödja hälsofrämjande fysisk aktivitet (HFA) förblir andelarna av fysisk inaktivitet i unionen oacceptabelt höga. De flesta europeiska medborgare utövar inte tillräckligt någon fysisk aktivitet, 60 % av dem utövar aldrig eller sällan någon sport eller motion. Bristen på fysisk aktivitet på fritiden tenderar att vara vanligare i de lägre socio-

ekonomiska grupperna. Det finns för närvarande ingen indikation på att dessa negativa trenderna vänder för unionen som helhet.

- (4) Man har fastställt att fysisk inaktivitet är en ledande riskfaktor för död i förtid och sjukdom inom höginkomstländer i hela världen och orsakar cirka en miljon dödsfall per år bara i WHO:s Europaregion. De men för hälsan som orsakas av bristen på fysisk aktivitet i unionen är välkända, likaså de stora direkta och indirekta ekonomiska kostnaderna i samband med bristen på fysisk aktivitet och därtill kopplade hälsoproblem, särskilt med tanke på att de flesta europeiska samhällen åldras snabbt.
- (5) Aktuell forskning tyder på att en stillasittande livsstil kan vara en riskfaktor för hälsoresultaten, oberoende av effekterna av fysisk aktivitet. I unionen bör dessa forskningsresultat beaktas när man överväger ytterligare åtgärder på detta område.
- (6) Vad gäller nivåer på fysisk aktivitet finns det stora skillnader mellan medlemsstaterna. Medan somliga av dem gjort avsevärda framsteg när det gäller att öka andelen invånare som uppnår miniminivån av rekommenderad fysisk aktivitet, har många andra inte gjort några framsteg alls eller till och med gått tillbaka. Aktuella åtgärder har hittills inte haft någon avgörande effekt när det gäller att minska nivån på fysisk inaktivitet för unionen som helhet. Det finns avsevärd potential för lärdomar från framgångsrika modeller när det gäller att utarbeta och genomföra policy för HFA.
- (7) Gymnastik och idrott i skolan kan vara ett effektivt verktyg för att öka medvetenheten om hur viktigt det är med HFA, och man kan på ett enkelt och effektivt sätt rikta sig till skolorna med målet att genomföra åtgärder i detta hänseende.

- (8) Ett antal politikområden, särskilt idrott och folkhälsa, kan bidra till att främja fysisk aktivitet och ge unionens invånare nya tillfällen att motionera. För att man ska utnyttja denna potential till fullo och på så sätt höja nivåerna för fysisk aktivitet är det nödvändigt med en strategisk hållning över sektorsgränserna för att stödja hälsofrämjande fysisk aktivitet, vilket innebär att alla berörda ministerier, organ och organisationer, särskilt idrottsrörelsen, måste delta på alla nivåer, med beaktande av tidigare och pågående politiskt arbete. Ett väsentligt inslag är att mer information och bättre uppgifter om nivåer av fysisk aktivitet och policy för att gynna HFA blir tillgängliga för att stödja denna process, och detta är ett krav för utvärdering av policyn så att man i framtiden kan utarbeta och genomföra en mer verkningsfull policy.
- (9) I EU:s riktlinjer för fysisk aktivitet (nedan kallade *riktlinjerna*)⁽¹⁾, som rådet och företrädarna för medlemsstaternas regeringar, församlade i rådet, hänvisar till i sina slutsatser av den 27 november 2012⁽²⁾ om underlätande av HFA och av rådet i sina slutsatser med titeln *Hälsosamt åldrande under hela livet*⁽³⁾, förespråkas en sektorsövergripande modell som omfattar alla tematiska områden och har ansvaret för att stödja HFA.
- (10) I 2011 års meddelande från kommissionen till Europaparlamentet, rådet, Europeiska ekonomiska och sociala kommittén samt Regionkommittén *Utveckling av idrottens europeiska dimension* uppmanas kommissionen och medlemsstaterna att fortsätta arbetet, med ledning av riktlinjerna, mot inrättandet av nationella riktlinjer, inbegripet en process för översyn och samordning, och att överväga en rekommendation från rådet på området.
- (11) I resolutionen från rådet och företrädarna för medlemsstaternas regeringar, församlade i rådet, om en unionsarbetsplan för idrott för 2011–2014⁽⁴⁾ bekräftas behovet att förstärka samarbetet mellan kommissionen och medlemsstaterna inom idrott på några prioriterade områden, däribland gynnande av HFA. I juli 2012 uttryckte expertgruppen "Idrott, hälsa och deltagande", inrättad i mitten av 2011 inom ramen för den arbetsplanen, sitt stöd till ett nytt unionsinitiativ för att gynna HFA.
- (12) I rådets slutsatser av den 27 november 2012 om underlätande av HFA bekräftades behovet av vidare insatser på unionsnivå och kommissionen uppmanades att lägga fram ett förslag till rådets rekommendation, inbegripet en viss övervakning med ledning av en rad indikatorer som täcker de tematiska områden som ingår i riktlinjerna.

(1) EU:s riktlinjer för fysisk aktivitet, som välkomnades i ordförandeskapets slutsatser från det informella mötet för EU:s ministrar med ansvar för idrott i november 2008.

(2) EUT C 393, 19.12.2012 s. 22.

(3) EUT C 396, 21.12.2012, s. 8.

(4) EUT C 162, 1.6.2011, s. 1.

HÄRIGENOM REKOMMENDERAS medlemsstaterna att:

1. Sträva efter en verkningsfull policy för HFA genom att utarbeta sektorsövergripande tillvägagångssätt som inbegriper olika politikområden, bland annat idrott, folkhälsa, utbildning, miljö och transport, med beaktande av riktlinjerna, samt andra relevanta sektorer, och i överensstämmelse med nationella förhållanden. Arbetet bör inbegripa följande:
 - a) Gradvis utveckling och gradvist genomförande av nationella strategier och sektorsövergripande policyer som ska gynna HFA i linje med nationell lagstiftning och praxis.
 - b) Fastställande av konkreta åtgärder för att förverkliga dessa strategier eller policyer, vilka vid behov kan anges i en handlingsplan.
2. Övervaka nivån av fysisk aktivitet och policyn för HFA genom att använda en lös övervakningsram⁽⁵⁾ och de indikatorer som anges i bilagan i överensstämmelse med nationella förhållanden.
3. Inom sex månader efter antagandet av denna rekommendation i enlighet med nationell lagstiftning och praxis utse nationella kontaktpunkter för HFA⁽⁶⁾, i syfte att stödja övervakningsramen, och underrätta kommissionen om att de har utsetts.

De nationella HFA-kontaktpunkterna kommer i första hand att ha i uppgift att samordna tillgängliggörandet av uppgifter om fysisk aktivitet för övervakningsramen; dessa uppgifter bör matas in i WHO:s befintliga europeiska databas om kost, fetma och fysisk aktivitet (NOPA); de bör också underlätta samarbetet mellan olika förvaltningar om HFA-policy.

4. Föra ett nära samarbete sinsemellan och med kommissionen genom regelbundna utbyten av information och bästa praxis beträffande HFA-främjande i de relevanta unionsstrukturerna för idrott och folkhälsa som en grund för förstärkt policy-samordning.

(5) Övervakningsramen kommer att innehålla minimikrav på rapportering om allmänna aspekter av HFA-främjande som alla medlemsstater kan möta. Den kommer att genomföras i nära samverkan och samarbete med WHO i syfte att undvika dubbel uppgiftsinsamling.

(6) Kontaktpunkten kommer att vara den huvudsakliga kontaktpersonen i medlemsstaten med uppgift att tillhandahålla information och uppgifter som motsvarar indikator Tabellen i bilagan, vilken kommer att ingå i det frågeformulär som WHO kommer att skicka till kontaktpunkterna.

HÄRIGENOM UPPMANAS kommissionen att:

1. Bistå medlemsstaterna när de antar nationella strategier, utarbetar sektorsövergripande metoder för en HFA-policy och genomför motsvarande handlingsplaner, genom att underlätta utbytet av information och god praxis, effektivt ömsesidigt lärande, nätverksarbete och fastställande av lyckade sätt att gynna hälsofrämjande fysisk aktivitet.
 2. Verka för inrättandet och den praktiska tillämpningen av övervakningsramen för HFA, i linje med de indikatorer som anges i bilagan, med ledning av befintliga former av övervakning och uppgiftsinsamling på detta område och genom att i största möjliga utsträckning använda befintlig information och befintliga uppgifter, genom följande åtgärder:
 - a) Med hjälp av vetenskapliga experter tillhandahålla riktat stöd för kapacitetsuppbyggnad av och utbildning för de nationella HFA-kontaktpunkterna, bland annat med tanke på förfarandet för uppgiftsinsamling, och där det är lämpligt till andra företrädare för relevanta myndigheter.
 - b) Undersöka om de uppgifter som samlats in i samband med denna övervakningsram kan användas till att vart tredje år framställa europeisk statistik om nivån av fysisk aktivitet.
 - c) Stödja VHO i vidareutvecklingen av NOPA gällande fysisk aktivitet genom att anpassa den till den övervakningsram som anges i bilagan.
 - d) Stödja och föra ett nära samarbete med VHO i utarbetandet och utfärdandet av landsspecifika översikter av HFA och analyser av tendenser inom HFA.
3. Vart tredje år rapportera om framstegen i genomförandet av denna rekommendation med ledning av den information som framkommer genom övervakningsramens rapporteringssystem och annan relevant information om utvecklingen och genomförandet av HFA-policyn som medlemsstaterna tillhandahåller, och utvärdera mervärdet av denna rekommendation.

Utfärdad i Bryssel den 26 november 2013.

På rådets vägnar
D. A. BARAKAUSKAS
Ordförande

BILAGA

Föreslagna indikatorer för att utvärdera nivån av och policyn för HFA i EU, med beaktande av EU:s riktlinjer för fysisk aktivitet (nedan kallade *riktlinjerna*) ⁽¹⁾

Tematiska områden i riktlinjerna	Föreslagna indikatorer och variabler/enheter	Tillgång till uppgifter
Internationella rekommendationer och riktlinjer för fysisk aktivitet (riktlinjer 1–2)	1. Finns en nationell rekommendation om fysisk aktivitet i hälsosyfte? Ja/Nej	(****)
	2. Vuxna som uppfyller WHO:s minimirekommendation om fysisk aktivitet i hälsosyfte eller motsvarande nationella rekommendationer Procentandel vuxna som varje vecka ägnar minst 150 minuter åt måttligt intensiv fysisk aktivitet eller 75 minuter åt högintensiv fysisk aktivitet eller motsvarande kombination	(****)
	3. Barn och ungdomar som uppfyller WHO:s minimirekommendation om fysisk aktivitet i hälsosyfte eller motsvarande nationella rekommendationer Procentandel barn och ungdomar som varje dag eller minst fem dagar i veckan ägnar minst 60 minuter åt måttligt intensiv till högintensiv fysisk aktivitet	(****)
Sektors-övergripande strategi (riktlinjer 3–5)	4. Finns en nationell samordningsmekanism för HFA-främjande? Ja/Nej. Om ja, närmare upplysningar	(****)
	5. Särskilt avsatta medel för HFA-främjande Per sektor (hälsa, idrott, transport etc.): — Total finansiering. — Per capita. — I BNP vid köpkraftsparitet per capita, i euro	(*)
"Idrott" (riktlinjer 6–13)	6. Finns en nationell policy och/eller handlingsplan för idrott för alla? Ja/Nej. Om ja, närmare upplysningar	(****)
	7. Hälsorienterade idrottsklubbar (programmet Idrottsklubbar för hälsa) Genomförs de riktlinjer som tagits fram inom ramen för projektet HEPA Europe/TAFISA? Ja/Nej. Om ja, beskrivning	(**)
	8. Ramverk till stöd för möjligheterna att ökalåginkomstgruppers tillgång till fritids- eller motionsanläggningar Finns det ett ramverk? Ja/Planeras inom de närmsta två åren/Nej. Om ja, beskrivning	(***)
	9. Målgrupper för den nationella HFA-policyn Per målgrupp (grupper i extra stort behov av fysisk aktivitet (t.ex. låginkomstgrupper, personer med låg fysisk aktivitetsnivå, äldre, etniska minoriteter etc.))	(****)
"Hälsa" (riktlinjer 14–20)	10. Övervakning och bevakning av fysisk aktivitet och stillasittande livsstil Omfattar det nationella systemet för hälsoövervakning fysisk aktivitet och stillasittande livsstil? Ja/Nej. Om ja, närmare upplysningar	(***)
	11. Rådgivning om fysisk aktivitet från hälso- och sjukvårdspersonal Förekommer rådgivning om fysisk aktivitet? Ja/Nej. Om ja, betalas ersättning ut inom ramen för primärvården? Ja/Nej.	(***)

⁽¹⁾ Den information och de uppgifter som medlemsstaterna rekommenderas att tillhandahålla inom den lösa övervakningsramen förväntas bli bättre med tiden. Stöd till den ramen föreslås komma från de verksamheter för samarbete och kapacitetsuppbyggnad som anges i denna rekommendation.

Tematiska områden i riktlinjerna	Föreslagna indikatorer och variabler/enheter	Tillgång till uppgifter
	12. Utbildning i fysisk aktivitet i kursplanen för hälso- och sjukvårdspersonal — Antal timmar för sjuksköterskor och läkare — Obligatorisk eller frivillig — Tydliga strukturer för utvärdering och ackreditering för att återspegla i vilken utsträckning ämnet leder till nya kunskaper	(**)
"Utbildning" (riktlinjer 21–24)	13. Gymnastik och idrott i grundskola och gymnasium — Antal timmar per skolnivå — Obligatorisk eller frivillig — Bestämmelser på nationell eller lägre nivå	(***)
	14. Program för främjande av skolrelaterad fysisk aktivitet Finns det ett program på nationell eller lägre nivå? Ja/Nej. Om ja, närmare upplysningar	(**)
	15. HFA i idrottslärarutbildningen Är HFA en del av idrottslärarutbildningen på kandidat- och/eller magisternivå? Ja/Nej. Obligatorisk/frivillig	(**)
	16. Program för att främja aktivt resande till skolan Finns program på nationell nivå eller lägre (i förekommande fall) för att främja aktivt resande till skolan (t.ex. promenadbuss, cykling)? Ja/Nej. Om ja, beskrivning	(***)
"Miljö, stadsplanering och allmän säkerhet" (riktlinjer 25–32)	17. Cykling/gång som transportmedel Huvudsakligt transportmedel för den dagliga verksamheten (bil, motorcykel, lokaltrafik, gång, cykling, annat)	(****)
	18. Europeiska riktlinjer för att förbättra infrastrukturer för fysisk aktivitet på fritiden Tillämpas de europeiska riktlinjerna för att förbättra infrastrukturer för fysisk aktivitet på fritiden systematiskt för att planera, bygga upp och förvalta infrastrukturer? Ja/Inte ännu, men planeras inom de närmsta två åren/Nej	(**)/(***)
"Arbetsmiljö" (riktlinjer 33–34)	19. Program för att främja aktivt resande till arbetet Finns program på nationell nivå eller lägre (i förekommande fall) för att ge företag eller anställda incitament till att främja aktivt resande till arbetet (t.ex. gång eller cykling)? Ja/Nej. Om ja, beskrivning	(***)
	20. Program för att främja fysisk aktivitet på arbetsplatsen Finns det program på nationell nivå eller lägre (i förekommande fall) för att ge företag eller anställda incitament till att främja fysisk aktivitet på arbetsplatsen (t.ex. gym, duschar, gå i trappor etc.)? Ja/Nej.	(***)
"Äldreomsorg" (riktlinjer 35–37)	21. Program för samhällsinsatser för att främja fysisk aktivitet bland äldre Finns det ett program för samhällsinsatser för att främja fysisk aktivitet bland äldre? Ja/Nej. Om ja, beskrivning	(***)
"Indikatorer/utvärdering" (riktlinje 38)	22. Nationell HFA-policy som inbegriper en utvärderingsplan x av y nationella HFA-policyer (idrott, hälsa, transport, miljö, per sektor) inbegriper en tydlig målsättning eller utvärderingsplan	(****)
"Allmänhetens medvetenhet" (riktlinje 39)	23. Finns det en nationell upplysningskampanj om fysisk aktivitet? Ja/Nej. Om ja, beskrivning	(***)

Tillgång till uppgifter:

(*) Uppgifter har inte samlats in ännu.

(**) Uppgifter har inte samlats in ännu, men planeras inom NOPA.

(***) Uppgifter finns tillgängliga (dvs. ingår i landets mallar eller genom andra tillgängliga källor) men har antingen inte validerats ännu eller behöver uppdateras.

(****) Uppgifter finns tillgängliga och har validerats i NOPA.