

## IV

*(Informácie)*INFORMÁCIE INŠTITÚCIÍ, ORGÁNOV, ÚRADOV A AGENTÚR EURÓPSKEJ  
ÚNIE

## RADA

**Záver Rady a zástupcov vlád členských štátov zasadajúcich v Rade o celoživotnej pohybovej  
aktivite***(2021/C 501 I/01)*

## RADA A ZÁSTUPCOVIA VLÁD ČLENSKÝCH ŠTÁTOV ZASADAJÚCI V RADE

## PRIPOMÍNAJÚC, ŽE:

1. V odporúčaní Rady z 26. novembra 2013 o podpore zdraviu prospešných pohybových aktivít (HEPA) vo všetkých sektoroch sa okrem iného odporúča, aby členské štáty pracovali na účinných politikách zameraných na HEPA prostredníctvom vypracovania medzisektorového prístupu zahŕňajúceho oblasti politiky vrátane športu, zdravia, vzdelávania, životného prostredia a dopravy, ako aj ďalšie odvetvia, a to v súlade s vnútroštátnymi osobitosťami.
2. V záveroch Rady z 15. decembra 2015 o podpore motorických schopností a pohybových a športových aktivít pre deti sa členské štáty vyzývajú, aby zväzili vykonávanie medzisektorových politík zahrňujúcich okrem iného odvetvie vzdelávania, mládeže a zdravotníctva na účely podpory pohybovej aktivity a motorických schopností v ranom detstve.
3. V záveroch Rady z 29. júna 2020 o vplyve pandémie COVID-19 a oživení odvetvia športu sa členské štáty vyzývajú, aby presadzovali medzisektorovú spoluprácu a konzultácie v oblastiach, ktoré sú relevantné pre šport na všetkých úrovniach, vrátane športového hnutia, podnikania v oblasti športu a ďalších príslušných zainteresovaných strán.
4. V záveroch Rady zo 4. decembra 2020 o podpore medzisektorovej spolupráce v prospech športu a pohybovej aktivity v spoločnosti sa zdôrazňuje, že medzisektorová spolupráca môže zohrávať dôležitú úlohu pri vytváraní alebo optimalizácii podmienok pre aktívny a zdravý životný štýl.
5. V pracovnom pláne Európskej únie pre šport na roky 2021 – 2024 sa uznáva, že podpora pohybovej aktivity je kľúčovou témou v rámci prioritnej oblasti „podpora účasti na športe a zdraviu prospešných pohybových aktivitách“.

## UZNÁVAJÚC, ŽE:

6. Pohybová neaktivita je pri dnešnom životnom štýle príčinou rozsiahlych zdravotných problémov. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) zaradila pohybovú neaktivitu medzi hlavné rizikové faktory úmrtnosti <sup>(1)</sup>. Pandémia COVID-19 ešte viac zdôraznila zdravotné riziká pohybovej neaktivity.

<sup>(1)</sup> Svetová zdravotnícka organizácia (2020). Usmernenia WHO týkajúce sa pohybových aktivít a sedavého spôsobu života.

7. Európa čelí značnému nárastu už teraz badateľných trendov pohybovej neaktivity celej svojej populácie, najmä medzi mladými ľuďmi. Európske politiky nabádajú členské štáty, aby podporovali a monitorovali pohybovú aktivitu; jej vykonávanie by sa však malo ďalej posilniť <sup>(?)</sup>.
8. Aj v iných európskych a medzinárodných dokumentoch <sup>(?)</sup> sa uvádza kľúčový význam monitorovania úrovne pohybovej aktivity ako súčasti komplexného prístupu k HEPA. Monitorovanie fyzickej zdatnosti v súlade so všeobecným nariadením o ochrane údajov <sup>(\*)</sup> môže poskytnúť spoľahlivé výsledky pohybovej aktivity založené na dôkazoch, ako aj upozorniť na prípadné zdravie ohrozujúce správanie.

#### KONŠTATUJÚC, ŽE:

9. Pohybová aktivita je jedným z najdôležitejších a najúčinnejších faktorov pre zachovanie telesného a duševného zdravia počas celého života. Má tiež pozitívny vplyv na prevenciu určitých zdravotných ťažkostí a ochorení, ako sú kardiovaskulárne choroby, cukrovka 2. typu atď.
10. Systémy monitorovania fyzickej zdatnosti môžu posúdiť rozsah problému pohybovej neaktivity a vyhodnotiť účinnosť akýchkoľvek politík, akčných plánov alebo iniciatív prijatých na miestnej, vnútroštátnej úrovni alebo na úrovni EÚ.
11. Konceptia celoživotnej pohybovej aktivity by mala byť založená na pravidelnej pohybovej aktivite jednotlivca počas celého života. Možno ju podporiť celoživotným monitorovaním fyzickej zdatnosti založeným na dôkazoch s cieľom zachovať zdravie každého jednotlivca počas celého života.

#### ZDÔRAZŇUJÚC, ŽE:

12. Pravidelná a dostatočná <sup>(?)</sup> pohybová aktivita je dôležitá pre zdravý vývoj detí a dospelujúcich, a to tak po fyzickej stránke, ako aj z hľadiska ich mentálnych a sociálnych schopností.
13. V kontexte aktívneho a zdravého životného štýlu dospelých je pravidelná pohybová aktivita mimoriadne dôležitá, a to aj v prípade, ak jednotlivec začne cvičiť až v dospelosti. Pravidelná pohybová aktivita je tiež dôležitým faktorom pri prevencii poklesu pracovného výkonu. Vzhľadom na to, že dospelí trávia tretinu svojho života v práci, je pracovné prostredie mimoriadne dôležité pri podpore pohybovej aktivity zamestnancov.
14. Znevýhodnené skupiny <sup>(6)</sup> vo všetkých vekových kategóriách sú často nedostatočne pohybovo aktívne z dôvodu menšieho počtu príležitostí a obmedzeného prístupu, čím sú vystavené vyššiemu riziku vzniku určitých ochorení. Týmto cieľovým skupinám by sme mali poskytnúť rovnaké príležitosti a umožniť im účasť na prispôbených programoch pravidelnej pohybovej aktivity a športu.
15. V súlade s koncepciou celoživotnej pohybovej aktivity by dlhodobým výsledkom mala byť vyššia úroveň pohybovej aktivity európskych občanov s cieľom zlepšiť ich telesné a duševné zdravie a znížiť tlak na naše systémy zdravotnej starostlivosti a náklady na zdravotnú starostlivosť <sup>(?)</sup>. V rámci možností a na účel dosiahnutia čo najlepšieho výsledku by sa mali koordinovať politické programy a podporovať medzisektorová spolupráca.

<sup>(?)</sup> Správa Komisie o vykonávaní odporúčania Rady o podpore zdraviu prospešných pohybových aktivít vo všetkých sektoroch, COM/2019/565 final.

<sup>(?)</sup> Napríklad stratégia WHO v oblasti pohybovej aktivity pre Európsky región na roky 2016 – 2025, akčný plán EÚ na boj proti detskej obezite na obdobie 2014 – 2020 a Globálny akčný plán WHO pre podporu pohybovej aktivity na roky 2018 – 2030 (Svetová zdravotnícka organizácia, 2018).

<sup>(\*)</sup> Nariadenie Európskeho parlamentu a Rady (EÚ) 2016/679 z 27. apríla 2016 o ochrane fyzických osôb pri spracúvaní osobných údajov a o voľnom pohybe takýchto údajov, ktorým sa ruší smernica 95/46/ES (všeobecné nariadenie o ochrane údajov) (Ú. v. EÚ L 119, 4.5.2016, s. 1).

<sup>(?)</sup> Svetová zdravotnícka organizácia (2020). Usmernenia WHO týkajúce sa pohybových aktivít a sedavého spôsobu života.

<sup>(6)</sup> Definícia podľa Európskeho inštitútu pre rodovú rovnosť (EIGE): „Skupiny osôb, ktoré sú vystavené vyššiemu riziku chudoby, sociálneho vylúčenia, diskriminácie a násillia ako bežná populácia, vrátane, ale nielen, etnických menšín, migrantov, osôb so zdravotným postihnutím, izolovaných starších ľudí a detí.“

<sup>(?)</sup> Medzinárodná asociácia pre šport a kultúru (ISCA): Hospodárske náklady súvisiace s pohybovou inaktivitou v Európe, správa ISCA/Cebr, 2015, jún 2015.

## BERÚC DO ÚVAHY, ŽE:

16. Zdravý životný štýl: v mnohých krajinách je cieľom politik v oblasti verejného zdravia a športu predovšetkým povzbudiť občanov k aktívnemu a zdravému životnému štýlu počas celého života a k účasti na pohybovej aktivite a športe<sup>(8)</sup>. Cieľom niekoľkých európskych projektových iniciatív je taktiež začleniť pohybovú aktivitu do učebných osnov zdravotnej výchovy s cieľom zabezpečiť lepšie poradenstvo a podporu pohybovej aktivity v klinickom prostredí<sup>(9)</sup>.
17. Monitorovanie: v niektorých krajinách pozostáva zo sledovania zmien vo fyzickej zdatnosti obyvateľstva a z dobrovoľnej individuálnej spätnej väzby o vývoji fyzickej zdatnosti jednotlivca. Niektoré krajiny zaviedli systémy, pomocou ktorých môžu každoročne monitorovať a hodnotiť fyzickú výkonnosť žiakov a mladých ľudí<sup>(10)</sup>.
18. Medzisektorová spolupráca: podpora a monitorovanie pohybovej aktivity by sa mali vykonávať medzisektorovo a v súlade so všeobecným nariadením o ochrane údajov. Úlohu pri podpore pohybovej aktivity a monitorovaní fyzickej zdatnosti zohrávajú nielen športové inštitúcie, ale aj inštitúcie pôsobiace v oblasti verejného zdravia, infraštruktúry, vzdelávania a odbornej prípravy, pracovného prostredia, mládeže atď. Preto by sa na ňom mali podieľať všetky zložky verejnej správy, občianska spoločnosť, športové kluby, miestne komunity atď.
19. Zmena správania je otázkou dlhodobého vývoja a dodržiavania usmernení o pohybovej aktivite<sup>(11)</sup>, ktoré vyzývajú na začlenenie dostatočnej pohybovej aktivity do každodenného života. To znamená, že aj politika by mala byť vykonávaná integrovaným spôsobom a mala by sa zameriavať na rôzne časti dňa v odlišných kontextoch každodenného života.
20. Média môžu zohrávať úlohu pri propagovaní sociálnej zodpovednosti, športových aktivít a kampaní zameraných na zvyšovanie povedomia o výhodách pohybovej aktivity a znižovaní neaktivity.
21. Európske iniciatívy a projekty: rôzne európske projekty a iniciatívy prispievajú k rozvoju politik zameraných na podporu zdravého životného štýlu a k rozvoju systémov monitorovania fyzickej zdatnosti s cieľom poskytovať porovnateľné, platné a spoľahlivé údaje v členských štátoch EÚ. Môžu tak pomôcť tvorcom politik umožňovať celoživotnú pohybovú aktivitu a dosiahnuť jej väčší vplyv na zdravie.

## VYZÝVAJÚ ČLENSKÉ ŠTÁTY, ABY V SÚLADE SO ZÁSADOU SUBSIDIARITY A NA PRIMERANÝCH ÚROVNIACH:

22. Pokračovali v propagácii a podpore celoživotnej pohybovej aktivity obyvateľstva vrátane znevýhodnených skupín so zameraním na znižovanie pohybovej neaktivity prostredníctvom výmeny osvedčených postupov, napríklad využívaním mobilných a bezdrôtových technológií, ako aj médií a iných komunikačných kanálov.
23. Podporovali iniciatívy a kampane na vnútroštátnej, regionálnej a/alebo miestnej úrovni, ktoré podporujú pohybovú aktivitu, rozvoj monitorovacích systémov a kolektívnu účasť na športe, ako napríklad Európsky týždeň športu, HealthyLifestyle4All, Eurobarometer v oblasti športu a pohybových aktivít, Európsky prieskum zdravia – dotazník o fyzickej aktivite (EHIS-PAQ) atď.
24. V prípade potreby a v súlade so všeobecným nariadením o ochrane údajov zaviedli a podporovali vnútroštátne, regionálne a/alebo miestne systémy monitorovania fyzickej zdatnosti založené na dôkazoch, ktoré motivujú obyvateľstvo k celoživotnej pohybovej aktivite s príslušnou individuálnou spätnou väzbou a sledovaním zmien fyzickej zdatnosti na báze dobrovoľnosti a poskytujú cenné informácie pre tvorbu politik<sup>(12)</sup>.
25. Podporovali medzisektorovú spoluprácu na všetkých úrovniach politik zameraných na vytváranie prístupných a udržateľných verejných priestorov, ako sú štvrte, novovybudované oblasti, chodníky pre bicykle alebo bežecké dráhy, športové zariadenia v školách a na univerzitách atď., kde sa všetci občania môžu venovať športovým aktivitám alebo celoživotnej pohybovej aktivite, napríklad prostredníctvom fondov politiky súdržnosti.

<sup>(8)</sup> Napríklad na úrovni EÚ spustila Európska komisia iniciatívu HealthyLifestyle4All – dvojjazyčnú kampaň, ktorej cieľom je prepojiť šport a aktívny životný štýl s politikami v oblasti zdravia a potravín a so súvisiacimi politikami. Výzva z Tartu za zdravý životný štýl bola spustená v roku 2017.

<sup>(9)</sup> Svetová zdravotnícka organizácia (2018). Podpora pohybových aktivít v zdravotníctve.

<sup>(10)</sup> Napríklad Cyprus (očakáva sa čoskoro), Fínsko, Maďarsko, Litva, Holandsko, Portugalsko, Slovinsko atď.

<sup>(11)</sup> Svetová zdravotnícka organizácia (2018). Globálny akčný plán pre podporu pohybovej aktivity na roky 2018 – 2030: aktívnejší ľudia pre zdravší svet.

<sup>(12)</sup> Napríklad poskytovaním nástrojov na monitorovanie fyzickej zdatnosti, ktoré umožňujú skúmať trendy zdravotného stavu obyvateľstva, dôsledky vnútroštátnych politik v oblasti fyzickej zdatnosti a intervencií v oblasti zdravia na miestnej, regionálnej a/alebo vnútroštátnej úrovni.

26. Identifikovali a synchronizovali na všetkých úrovniach, so zapojením všetkých príslušných verejných orgánov a vedeckej komunity, tie politiky a opatrenia, ktorých cieľom je podnietiť ľudí k športovým aktivitám alebo celoživotnej pohybovej aktivite, a povzbudiť rozhodovacie orgány v jednotlivých sektoroch, aby vo svojich príslušných politikách viac zohľadňovali výhody, ktoré môže priniesť celoživotná pohybová aktivita a monitorovanie fyzickej zdatnosti obyvateľstva.
27. Uskutočňovali výmenu osvedčených postupov zameranú na motiváciu ľudí k pohybu a cvičeniu počas dňa, a vymieňali si informácie o účinných nástrojoch a politických iniciatívach v rôznych prostrediach každodenného života na stimuláciu pohybovej aktivity vrátane škôl a pracovísk.
28. Podľa možností posilňovali spoluprácu so zdravotníckym sektorom pri predpisovaní cvičenia a poradenstve zo strany zdravotníckych a špecializovaných odborníkov.

#### VYZÝVAJÚ KOMISIU, ABY:

29. Preskúmala možnosť podpory rozvoja harmonizovaného systému údajov, ktorý by umožnil monitorovanie pohybovej aktivity na európskej úrovni s cieľom presnejšie posúdiť zdravotné, sociálne a ekonomické dôsledky.
30. Rozširovala povedomie a zviditeľňovala potvrdenia o nákladoch najmä na zdravotnú starostlivosť pri zdravotných ťažkostiach spojených s pohybovou inaktivitou, s cieľom pomôcť verejnosti pri rozhodovaní o investíciách do tejto oblasti na európskej úrovni.
31. Podporovala výmenu osvedčených postupov existujúcich úspešných projektov a sietí zameraných na podporu celoživotnej pohybovej aktivity a monitorovanie fyzickej zdatnosti, s prípadným zapojením sietí kontaktných miest HEPA. Propagovala tieto postupy spolu so sieťou kontaktných miest HEPA na vhodnej európskej platforme s cieľom uľahčiť monitorovanie fyzickej zdatnosti v celej Európe a vytvoriť základ pre rýchle vytváranie politiky založenej na dôkazoch.
32. Zvážila financovanie zo strany EÚ, napríklad prostredníctvom programu Erasmus+, InvestEU atď., ktoré by mohlo podporiť európsku spoluprácu s cieľom dopomôcť k vytvoreniu vnútroštátnych, regionálnych a/alebo miestnych systémov monitorovania fyzickej zdatnosti.
33. Informovala členské štáty a športové hnutie o príslušných programoch a iniciatívach EÚ v oblasti financovania, ktoré možno využiť na podporu medzisektorových projektov súvisiacich so športom a pohybovou aktivitou a na podporu zdravého životného štýlu, ako aj na vytvorenie vnútroštátnych, regionálnych a/alebo miestnych systémov monitorovania pohybovej aktivity, napríklad prostredníctvom programov Erasmus+, EU4Health, Horizont Európa, InvestEU atď.

#### VYZÝVAJÚ ŠPORTOVÉ HNU Tie A ĎALŠIE RELEVANTNÉ ZAJINTERESOVANÉ STRANY, ABY:

34. Zvážili využitie existujúcich bezplatných platforiem <sup>(13)</sup> v súlade so všeobecným nariadením o ochrane údajov na monitorovanie fyzickej zdatnosti občanov ako diagnostického a motivačného nástroja pre celoživotnú pohybovú aktivitu.
35. Vo svojich aktivitách, projektoch a iniciatívach naďalej zdôrazňovali možnosti celoživotného zapájania sa občanov do športu a pohybovej aktivity, a to aj pre rôzne cieľové skupiny.
36. Úzko spolupracovali so zainteresovanými stranami z iných sektorov pri riešení existujúcich nedostatkov v poskytovaní príležitostí na zapojenie sa do športu a pohybových aktivít v rôznych kontextoch každodenného života.
37. Sa v prípade potreby aktívne zapájali do rozvoja vnútroštátnych, regionálnych a miestnych systémov monitorovania fyzickej zdatnosti a stratégií na zvýšenie celoživotnej pohybovej aktivity občanov.
38. Prispôsobili komunikačné nástroje cieľovým skupinám v súlade so všeobecným nariadením o ochrane údajov a na základe konkrétnych opatrení.

---

<sup>(13)</sup> Napríklad online platforma, ktorá podporuje vytvorenie programov monitorovania fyzickej zdatnosti, ktoré poskytujú spätnú väzbu o konkrétnych individuálnych výsledkoch fyzickej zdatnosti.

## PRÍLOHA I

Definície na účely týchto záverov:

Pohybová aktivita je všeobecne definovaná ako „akýkoľvek pohyb tela vykonávaný kostrovým svalstvom, ktorý si vyžaduje výdaj energie“<sup>(1)</sup>. Vztahuje sa na všetky pohyby vrátane aktivít v rámci voľného času, presunu z miesta na miesto alebo výkonu pri práci.

Fyzická zdatnosť je schopnosť vykonávať každodenné úlohy vitálne a pohotovo bez nadmernej únavy a s dostatkom energie na trávenie voľného času a riešenie nepredvídaných núdzových situácií.

Celoživotná pohybová aktivita je fyzická aktivita vykonávaná počas celého života s cieľom zlepšiť zdravie, predchádzať neprenosným ochoreniam, udržať si zdravú váhu, kvalitu života a pohodu v osobnom, občianskom, sociálnom a/alebo pracovnom živote.

---

---

<sup>(1)</sup> Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (2020): Usmernenia WHO týkajúce sa pohybových aktivít a sedavého spôsobu života.

## PRÍLOHA II

## POLITICKÉ SÚVISLOSTI

1. Závery Rady z 27. novembra 2012 o podpore zdraviu prospešných pohybových aktivít (HEPA).
  2. Odporúčanie Rady z 26. novembra 2013 o podpore zdraviu prospešných pohybových aktivít vo všetkých sektoroch.
  3. Závery Rady z 15. decembra 2015 o podpore motorických schopností a pohybových a športových aktivít pre deti.
  4. Závery Rady z 29. júna 2020 o vplyve pandémie COVID-19 a oživení odvetvia športu.
  5. Závery Rady zo 4. decembra 2020 o podpore medzisektorovej spolupráce v prospech športu a pohybovej aktivity v spoločnosti.
  6. Uznesenie Rady a zástupcov vlád členských štátov zasadajúcich v Rade o pracovnom pláne Európskej únie pre šport (1. január 2021 – 30. jún 2024), 2020/C 419/01.
  7. Uznesenie Európskeho parlamentu z 10. februára 2021 o vplyve pandémie COVID-19 na mladých ľudí a šport (2020/2864(RSP)).
-