

CALL TO ACTION

Pravidelná pohybová aktivita, úprava jídelníčku a celkově aktivnější životní styl jsou jednou z nejdůležitějších a zároveň nejsnazších věcí, které mohou občané České republiky udělat pro zlepšení svého zdraví a kvality svého života. Zdravý životní styl může snížit zátěž chronickými nemocemi, jako jsou nadváha, obezita, srdeční choroby, cukrovka a některé druhy rakoviny, a v konečném důsledku tak může zabránit předčasnému úmrtí.

Navzdory zdravotním přínosům splňuje doporučení WHO pro minimální pravidelnou pohybovou aktivitu* pouze 24 % dospělých obyvatel České republiky. Jen obezitou je přitom v ČR postiženo asi 25 % žen, 22 % mužů a nadváha významně omezuje více než 50 % populace středního věku.

Nadační fond Aktivní ČESKO je multisektorová platforma podporovatelů aktivního životního stylu napříč nejrůznějšími oblastmi života od vzdělávání a zdravotnictví přes pohybové aktivity, zaměstnavatele až po další významné oblasti společenského života.

Subjekty sdružené v Aktivním ČESKU proto:

1. Důrazně vyzývají vládu České republiky, poslance a senátory Parlamentu České republiky, čelní představitele resortních ministerstev i krajské a komunální politiky, aby podporu zdravého životního stylu včetně pohybových aktivit zařadili mezi hlavní strategické priority státu. Zároveň žádají, aby dlouhodobými koncepčními i konkrétními dílčími kroky podporovali zdravý životní styl v oblasti pohybu i výživy všech občanů České republiky bez ohledu na jejich věk, aktuální fyzickou a duševní kondici nebo výkonnostní cíle.
2. Vnímají řadu pozitivních počinů, které jsou v oblasti zdravého životního stylu realizovány a dále vznikají. Při příležitosti své 1. výroční konference dne 15. 5. 2024 v Senátu Parlamentu České republiky zvláště oceňují tyto iniciativy:
 - a. Plán podpory pohybu dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních a státní politiky školního a vysokoškolského sportu pro období 2024-2028 zpracovaný Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a Koncept podpory pohybových aktivit žáků základních a středních škol s názvem Aktivní škola zpracovaný Českou školní inspekcí.
 - b. Založení Meziresortní pracovní skupiny pro rozvoj pohybových aktivit jako poradního orgánu Ministerstva zdravotnictví ČR k projednávání zásadních otázek v oblasti pohybových aktivit v souladu s cíli definovanými WHO pro roky 2018-2030, kterou koordinuje Státní zdravotní ústav, jako instituce věnující se prevenci a podpoře zdraví.
3. Vidí výrazný prostor pro zlepšení podpory pohybových aktivit a podpory dostupnosti zdravé stravy zejména:
 - a. V oblasti zaměstnaneckých benefitů, kde by měla být pohybová aktivita jednoznačně zařazena mezi zdravotní benefity a tyto by následně měly být vyjmuty z aktuálně nastaveného stropu roční výše benefitů osvobozených od daně.
 - b. Časté změny v oblasti pracovního práva představující vysoké administrativní nároky významně komplikují zaměstnávání trenérů a instruktorů formou dohod o provedení práce a pracovní činnosti.
 - c. V oblasti podpory sportu a pohybových aktivit ze strany státu, jehož základní parametry jsou sice definovány v Konceptu podpory sportu 2026-2035 (Sport 2025), ale jejich realizace je velmi nízká, a kde je nezbytné připravit navazující koncepci na další období. Podpora pohybových aktivit by se měla významně odrazit

i v připravovaném zákonu o sportu, kde by měl být kladen důraz i na pohybové aktivity podporující zdraví široké veřejnosti, nikoliv jen výkonnostní sport navíc významně limitovaný prioritizací minoritní části sportů.

- d. V oblasti fiskální i další politiky státu v oblasti výživy, např. ve formě zdanění slazených nápojů, označování potravin a dalších opatřeníh cílících na lepší dostupnost zdravé stravy v souladu s existujícími doporučeními WHO.
4. Nabízí svoji aktivní účast při implementaci strategií podpory aktivního životního stylu do každodenního života obyvatel České republiky např. formou realizace národních kampaní podpory pohybové aktivity jako je Aktivní září. To proběhne i v letošním roce a zapojí se do něj nejen široká škála sportovišť, ale i města, firmy, úřady a další subjekty veřejného a soukromého života společnosti.

V Praze dne 15.5.2024

Správní rada Nadačního fondu Aktivní ČESKO

*Doporučení WHO pro minimální pravidelnou pohybovou aktivitu

KAŽDÝ POHYB SE POČÍTÁ

Pravidelná fyzická aktivita má významné zdravotní přínosy pro srdce, tělo i mysl, ať už se věnujete chůzi, jízdě na kolečkových bruslích nebo na kole, tanci, sportu či hraní s vašimi dětmi.



Doporučení WHO (2020) k pohybovým aktivitám a omezování sedavého způsobu života.
Pro více informací navštivte: www.who.int/health-topics/physical-activity

LET'S
Be active
Everyone
Everywhere
Everyday

 World Health
Organization