



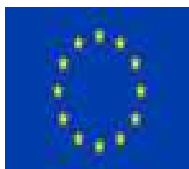
ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΥΓΙΩΝ ΠΟΛΕΩΝ

17η Συνάντηση Εργασίας, Μαρούσι, 15 Δεκεμβρίου 2017

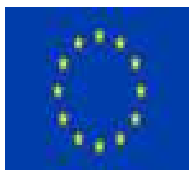
Συμμαχία για την Σωματική Άσκηση για την Βελτίωση της Υγείας (ΣΑΒΥ) στο σχολικό περιβάλλον

Ευρωπαϊκό έργο ACTIVEVOICE, Πρόγραμμα Erasmus+ Sport

Εθνικός εταίρος: ΠΡΑΣΙΝΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΚΟΙΝ.Σ.ΕΠ.

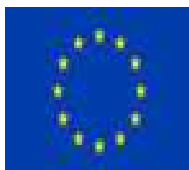


Τον Δεκέμβριο του 2013, το Συμβούλιο υιοθέτησε για πρώτη φορά **συστάσεις σχετικά με την προώθηση της σωματικής άσκησης για τη βελτίωση της υγείας (ΣΑΒΥ) σε όλους τους τομείς**, προτείνοντας την παρακολούθηση των επιπέδων σωματικής άσκησης και των πολιτικών ΣΑΒΥ, με τη χρήση ενός ευέλικτου **πλαισίου παρακολούθησης και συγκεκριμένων δεικτών** με την δημιουργία **Εθνικών Κομβικών Σημείων ΣΑΒΥ**, σύμφωνα με την εθνική νομοθεσία και πρακτική. Τον Μάιο του 2014, το Συμβούλιο ψήφισε το πρόγραμμα εργασιών της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τον αθλητισμό (2014-2017), το οποίο περιελάμβανε την δημιουργία **Ομάδας Ειδικών το οποίο θα παρακαλουθεί την εφαρμογή του**. Η αναγκαιότητα των Κατευθυντήριων Οδηγιών για την σωματική άσκηση για τη βελτίωση της υγείας (ΣΑΒΥ) κρίνεται επιτακτική μετά και από τα αποτελέσματα του Ευρωβαρόμετρου για τον Αθλητισμό του 2014 που παρουσιάζουν **ανησυχητικές τάσεις σχετικά με την συμμετοχή των Ευρωπαίων πολιτών σε δραστηριότητες σωματικής άσκησης**.



Το πλαίσιο παρακολούθησης της σωματικής άσκησης για τη βελτίωση της υγείας αποτελείται από **23 δείκτες** που καλύπτουν διάφορους θεματικούς τομείς σχετικούς με τη ΣΑΒΥ: **διεθνείς συστάσεις και κατευθυντήριες γραμμές για τη σωματική άσκηση, διατομεακή προσέγγιση, αθλητισμός, υγεία, εκπαίδευση, περιβάλλον** (συμπεριλαμβανομένου του πολεοδομικού σχεδιασμού και της δημόσιας ασφάλειας), **εργασιακό περιβάλλον, ηλικιωμένοι, αξιολόγηση και ευαισθητοποίηση του κοινού**.

Στο πλαίσιο της σύστασης του Συμβουλίου, κάθε κράτος μέλος κλήθηκε να ορίσει ένα **Εθνικό Κομβικό Σημείο** για τη σωματική άσκηση, το οποίο **θα συντονίζει τη συλλογή πληροφοριών για το πλαίσιο παρακολούθησης της ΣΑΒΥ σε εθνικό επίπεδο**. Και τα 28 κράτη μέλη της ΕΕ όρισαν τα κομβικά τους σημεία έως τα μέσα του 2014 και το δίκτυο των κομβικών σημείων για τη σωματική άσκηση εγκαινιάστηκε στη Ρώμη τον Οκτώβριο του 2014.

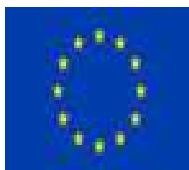


ActiveVoice Σκοπός του έργου



Για να επιτευχθεί σημαντική πρόοδος όσον αφορά την εφαρμογή των κατευθυντήριων γραμμών της ΕΕ για τη σωματική άσκηση, **οι οργανισμοί της κοινωνίας των πολιτών πρέπει να διαδραματίσουν έναν πιο σημαντικό ρόλο, ιδιαίτερα ως συνήγοροι των κατευθυντήριων γραμμών** προς τις εθνικές και τοπικές κυβερνήσεις. Ωστόσο, η τρέχουσα ικανότητα είναι πολύ άνισα κατανομημένη μεταξύ των οργανώσεων σε διάφορα κράτη μέλη και συνολικά δεν είναι καθόλου επαρκής για να διαδραματίσει ουσιαστικό ρόλο στη χάραξη πολιτικής.

Το έργο ActiveVoice θα διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην οικοδόμηση αυτής της δυνατότητας, με την **ανάπτυξη σχετικών εργαλείων και πόρων για να διευκολύνει το έργο υπεράσπισης όλων των εμπλεκόμενων φορέων**. Οι εταίροι είναι ευρωπαϊκές οργανώσεις με εμπειρία στην υπεράσπιση σε επίπεδο ΕΕ. Θα μπορούν, με τη σειρά τους, να συμμετέχουν με τις ενώσεις μέλη τους και να προχωρήσουν **στην ανάπτυξη ικανοτήτων, στη δημιουργία συμμαχιών και ειδικής υποστήριξης για παρεμβάσεις σε τοπικό και εθνικό επίπεδο**.

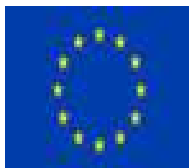


#ACTIVEVOICE

The limited progress made since 2008 to implement the EU's Physical Activity Guidelines, as mapped so far by the former Expert Group on Sport, Health and Participation, and most recently by the National Focal Points, points to several gaps in policy making and structures in the field of health-enhancing physical activity (HEPA) in the EU. Over these years, HEPA promotion has either not been treated as a major issue by national and local governments, or it has been addressed in a narrow policy context (i.e. by one ministry only) or in a fragmented way (multiple, non-coordinated policy interventions).



The ActiveVoice project partners believe that guidelines, recommendations and the corresponding soft monitoring of them are not likely sufficient in themselves to ensure an effective and consistent implementation across Europe. This approach, which we may call “top-down” is important for the policy context and – awareness and the benchmarking implied can have some agenda-setting effects. However, without a consistent push from other stakeholders beyond the EU and the governments themselves, i.e. a “bottom-up” policy implementation approach, the progress is likely to remain limited.



To achieve better progress, civil society organisations need to play a more significant role in pushing the agenda forward, in particular by advocating for better implementation of the guidelines to national and local governments. However, many organisations promoting grassroots sport and physical activity in the EU member states do not have the capacity to deliver advocacy, and many simply do not know where to start.

Giving grassroots sport organisations a more “ActiveVoice” in physical activity policy

The ActiveVoice project aims to develop relevant tools and resources that will help enhance these organisations' influence on physical activity policy and make their advocacy efforts more effective overall. The project partners are European umbrella organisations with experience in advocacy at an EU level. During the project, they will engage with their member associations (the national project partners and beyond) to deliver capacity building and facilitate alliance creation and specific advocacy interventions on national and local levels.

ActiveVoice project partners

International partners:

International Sport and Culture Association (ISCA), EPODE International Network (EIN), European Cyclists' Federation (ECF), European Healthy Stadia Network, European Physical Education Association (EUPEA),

National partners:

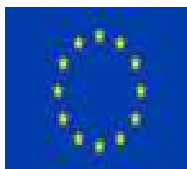
International Association of Sport and Leisure Infrastructure (Slovenia), UFOLEP (France), V4Sport (Poland), BG Be Active (Bulgaria), UISP (Italy) and Greenways SCE (Greece).

Project period: January 2016—December 2018

Total project budget: € 625,510

Co-funding: € 500,000 (EU Erasmus+ Sport Collaborative Partnerships)

Project manager and contact person: ISCA Head of Projects, Saska Benedicic Tomat, sbt@isca-web.org



EUROPEAN PARTNERS



NATIONAL PARTNERS



Contacts

ISCA Secretariat
Vester Voldgade 100, 2
DK-1552 Copenhagen, Denmark
Tel.: +45 29 48 55 51
info@isca-web.org



Disclaimer

"This project has been funded with support from the European Commission. This website reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."



Πράσινες Διαδρομές Κοιν.Σ.Επ.

Κοινωνική Συνεταιριστική Επιχείρηση Συλλογικής και Κοινωνικής Ωφέλειας
Μητρώο Κοινωνικής Επιχειρηματικότητας Α.Γ.Ε.Μ.Κ.Ο. 000047803090
Υπουργείο Εργασίας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Κοινωνικής Αλληλεγγύης

Μέλος του Διεθνή Οργανισμού για τον Αθλητισμό και τον Πολιτισμό
International Sport and Culture Association (ISCA), 2014



Εθνικός Συντονιστής για την Ελλάδα της Ευρωπαϊκής Καμπάνιας NowWeMOVE





GREENWAYS

SOCIAL COOPEATIVE ENTERPRISE



**ACTIVE Network
Closing Conference
Birmingham, UK
12.6. – 14.6.2014**

**How to raise awareness of
politicians, local and regional
authorities for the benefits of
cycling, for health and
environment issues, for
sustainable economy and green
jobs**



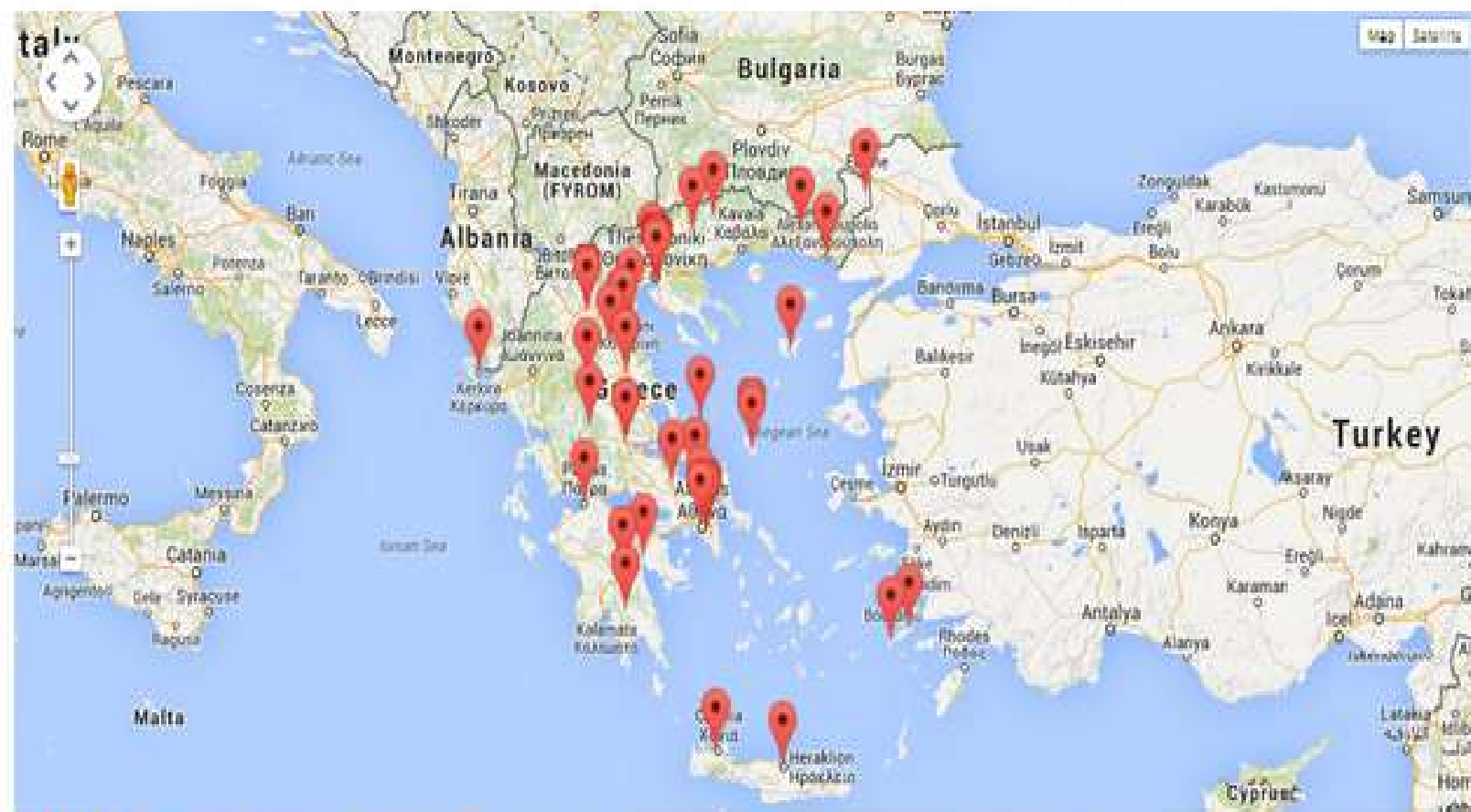


Τίτε Διαργανυής MOVE

Εισόδος

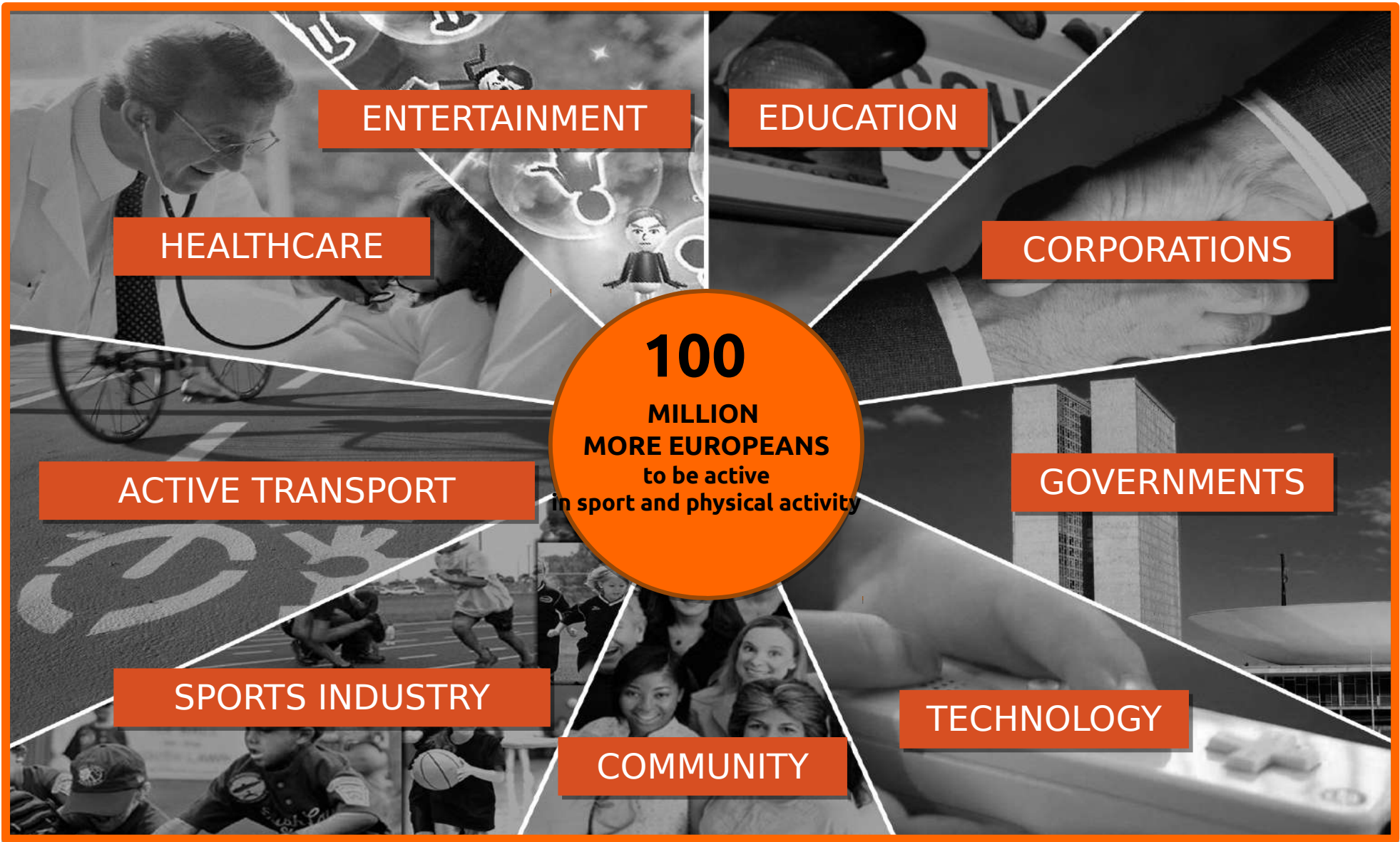
ΑΡΙΘΜΗ ΝΕΑ ΕΓΓΗΛΩΣΕΙΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΤΕΣ MOVE ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΠΟΡΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ [Icon]

Εκδηλώσεις Εβδομάδας MOVE κονιά σας



ENGAGING DIFFERENT SECTORS

FINDYOURMOVE
MOVEWEEK
29/9 - 5/10



Graphic development from Designed to Move



Με την υποστήριξη

MOVEWEEK.EU FINDYOURMOVE
GREENWAYS



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



FIND YOUR MOVE

MOVEWEEK
29/9-5/10

Το ΑΠΘ στην Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κίνησης

PARTNERS



ΠΕΜΠΤΗ
02/10

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

03/10/2014

Πρόσκληση εκδήλωσης
ενδιαφέροντος για συντήρηση
ηλεκτρονικών μικροσκοπίων

Προμήθεια και εγκατάσταση με
τίτλο «Ανακατασκευή πίνακα
φωτισμού τύπου Pillar του πυλώνα
φωτισμού του Πανεπιστημιακού
Γυμναστηρίου»

Το Κέντρο Βυζαντινών Ερευνών
του ΑΠΘ οργανώνει Σεμινάρια
Επιμόρφωσης Πτυχιούχων ΑΕΙ

Πρόσκληση εκδήλωσης
ενδιαφέροντος για την προμήθεια
γραφείου υπεύθυνου με θέση
εργασίας και γραφείου
συνεδριάσεων

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

Το Κέντρο Βυζαντινών Ερευνών
του ΑΠΘ οργανώνει Σεμινάρια
Επιμόρφωσης Πτυχιούχων ΑΕΙ

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Το Κέντρο Βυζαντινών Ερευνών
του ΑΠΘ κατά το ακαδημαϊκό έτος
2014-2015 οργανώνει στους...

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Εγκαίνια της έκθεσης "Έλληνες &
Κύπριοι Καλλιτέχνες, '60-'70" και
Εκδήλωση του Συλλόγου
Αποφοίτων Α.Π.Θ. (ΣΑΑΠΘ)

Τις νέες Πρυτανικές Αρχές του
Α.Π.Θ. θα υποδεχτεί το Διοικητικό
Συμβούλιο του Συλλόγου
Αποφοίτων του Α....

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

Παροχή μειωμένου εισιτηρίου
στους πρωτοετείς φοιτητές

Παροχή μειωμένου...

 **NOW**
we move





ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ

MOVEWEEK

29/9-5/10

ΚΥΡΙΑΚΗ 28/9

«ΣΚΕΨΟΥ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ – ΔΡΑΣΕ ΤΟΠΙΚΑ»

19:00 - ΚΕΝΤΡΙΚΟΣ ΠΕΖΟΔΡΟΜΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ 29/9

«ΠΟΙΟΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΔΡΟΜΟΣ;»

17:00 - ΑΦΕΤΗΡΙΑ: ΔΗΜΑΡΧΕΙΟ

ΤΡΙΤΗ 30/9

«ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΑΛΛΙΩΣ – ΗΜΕΡΑ ΧΩΡΙΣ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ»

10:00 - 21:00 - ΟΔΟΣ ΜΑΚΕΔΟΝΟΜΑΧΩΝ

«ΕΝ ΧΟΡΩ»

11:00 & 17:00 - ΚΕΝΤΡΙΚΟΣ ΠΕΖΟΔΡΟΜΟΣ

«ΣΕΒΟΜΑΙ ΤΟΥΣ ΠΕΖΟΥΣ, ΣΤΑΜΑΤΩ ΣΤΙΣ ΔΙΑΒΑΣΕΙΣ - ΑΝΤΙΣΤΕΚΟΜΑΙ ΣΤΑ ΝΤΕΣΙΜΠΛ ΚΑΙ ΣΤΗ ΡΥΠΑΝΣΗ»

12:00 - ΑΡΧΗ ΤΗΣ ΠΑΥΛΟΥ ΜΕΛΑ

ΤΕΤΑΡΤΗ 01/10

«ΠΡΩΤΑΡΧΙΚΗ ΑΝΑΓΚΗ»

11:00 - ΠΡΟΑΥΛΙΟ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

«Η ΚΟΖΑΝΗ ΑΠΟ ΜΑΚΡΙΑ»

16:00 - ΑΦΕΤΗΡΙΑ: ΠΛΑΤΕΙΑ ΣΚ'ΡΚΑΣ

ΠΕΜΠΤΗ 02/10

«ΠΑΜΕ ΜΙΑ ΒΟΛΤΑ;»

11:00 - ΑΦΕΤΗΡΙΑ: ΔΗΜΑΡΧΕΙΟ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 03/10

«ΜΙΚΡΕΣ ΑΠΟΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΜΑΣ»

16:00 - ΑΦΕΤΗΡΙΑ: ΠΑΡΚΟ ΗΠΕΙΡΩΤΩΝ

«ΠΡΟΛΨΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ»

20:00 - ΚΟΒΕΝΤΑΡΕΙΟ

ΣΑΒΒΑΤΟ 04/10

«ΙΧΝΗΛΑΤΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΠΟΛΗ»

16:00 - ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΑΓ. ΝΙΚΟΛΑΟΥ

«ΒΟΛΤΑ ΜΕ ΤΟ ΣΚΥΛΟ ΜΟΥ»

17:00 - ΔΗΜ. ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΡΙΣΙΟΥ ΜΟΥΚΑ

«ΑΓΑΠΗΜΕΝΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ»

17:00 - ΠΛΑΤΕΙΑ ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ

«ΓΕΜΑΤΑ ΚΑΛΛΟΘΙΑ»

17:00 - ΑΥΛΕΣ ΣΧΟΛΕΙΩΝ

(ΒΑΛΤΑΔΟΡΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ, ΔΗΜ. ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΡΙΣΙΟΥ ΜΟΥΚΑ)

ΚΥΡΙΑΚΗ 05/10

«ΑΕΡΟΓΕΦΥΡΑ»

11:00 - ΔΗΜΟΤΙΚΟΣ ΚΗΠΟΣ

«STREET - BMX SKATE»

19:00 - ΚΕΝΤΡΙΚΟΣ ΠΕΖΟΔΡΟΜΟΣ

KOZANΗ MOVE

Organized by



Remember when exercise was fun? It can be again if you join us, and millions across Europe, for MOVE Week on 29 Sept. - 5 Oct. 2014. During MOVE Week you'll rediscover the pure fun of running, leaping, climbing, dancing and being active together. So find the event, group, team, sport or activity that moves you at moveweek.eu and join in.

ΧΟΡΗΓΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ WE MOVE:

With the support of



Municipality of Kozani



MOVE WEEK







LEARN HOW TO CYCLE WITH SAFETY
Girls, Women, Immigrant or Refugee background



Centre for the Support of Employment
and Entrepreneurship of Women



CITY OF **THESSALONIKI**



Greenways Social Cooperative Enterprise

Learn how to cycle with safety

Theory of Change

January 2016




UNHCR GREECE



UNHCR
The UN Refugee Agency
Υπατή Αρχιστεία του ΟΗΕ
για τους Πρόσφυγες

 Liked
  Share
  Save
  More


UNHCR GREECE added 3 new photos.

October 26 at 12:07pm · €

Στο κέντρο προσωρινής φιλοξενίας προσφύγων στα Λαγκαδίκια ξεκίνησε πριν λίγες μέρες μια πρωτότυπη δράση. Οι Εθελοντές Θεσσαλονίκης-Αγάπη χωρίς Σύνορα Love without Borders, η Πράσινη Διαδρομή ΚοινΣΕπ Greenways Social Cooperative Enterprise και η οργάνωση People in Need - Official συναντήθηκαν με πρόσφυγες και συμφώνησαν να ξεκινήσουν «ορθοπεταλιές». Στόχος της πρωτοβουλίας είναι να διατεθούν ποδήλατα στα Λαγκαδίκια, ώστε να δοθούν περισσότερες δυνατότητες φυσικής άσκησης, κοινωνικής δραστηριότητας, μετακίνησης αλλά και τεχνικών γνώσεων κατασκευής και επισκευής ποδηλάτων σε όποιον θέλει να συμμετέχει καθώς και να δημιουργηθεί ένας σταθμός ποδηλάτων κοινής χρήσης.

Η πρώτη συνάντηση στέφθηκε από επιτυχία και ήδη οι εθελοντές συγκεντρώνουν ποδήλατα για όλες τις ηλικίες. Είναι βέβαιο πως θα δούμε σύντομα πολλά ποδήλατα, πολλούς νέους ποδηλάτες και ακόμα πιο πολλά παιδικά χαμόγελα.

[Home](#)
[About](#)
[Photos](#)
[Likes](#)
[How2help](#)





Τον Νοέμβριο του 2016, στην Νις της Σερβίας φοιτητές/-τριες του Πανεπιστημίου Μακεδονία παρακολούθησαν εκπαιδευτικό εργαστήριο για την χρήση του αθλητισμού και του παιχνιδιού ως μέσο για την κοινωνική ένταξη των νέων



Ενημερωτική ημερίδα και εργαστήριο
Κυριακή 15 Ιανουαρίου 2016

Δημαρχιακό Μέγαρο Θεσσαλονίκης, Αίθουσα Νερού
Μετά το τέλος της ημερίδας, ακολούθησε ποδόσφαιρο
στον Λευκό Πύργο και την Πλατεία Αριστοτέλους



Εταίροι του έργου “PLAY FOR INCLUSION”

Do-Lo-Ri NGO
Red Cross Novo Sarajevo NGO
Int. Development Alliance NGO
United Societies of Balkans NGO
Beyond Borders NGO
SPPMD NGO
KOM 018 NGO



KOM
018



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Με την υποστήριξη του Δήμου Θεσσαλονίκης
Υπο την αιγίδα της Αντιδημαρχίας Πολιτισμού
και Αθλητισμού του Δήμου Ενόςμου



Με την υποστήριξη και συμμετοχή



ΑΓ. ΣΟΦΙΑΣ
ΕΧΕΛΩΡΟΥ



SIWBKING

NORTH PARK



KOM
018

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Κοινωνική ένταξη των νέων
με παραβατική συμπεριφορά
ή σε κίνδυνο μέσω του
αθλητισμού και του παιχνιδιού



ΑΣ ΞΙΦΟΜΑΧΟΣ

*Play
for
Inclusion*

ΣΑΒΒΑΤΟ 11 ΜΑΡΤΙΟΥ 2017

16:00 – 19:00

ΦΙΛΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΞΙΦΑΣΚΙΑΣ

«ΑΤΣΑΛΙΝΟ ΞΙΦΟΣ»



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



« S L O W » B I K I N G



Υπό την Αιγίδα της Αντιδημαρχίας Διοικητικών Υπηρεσιών, Διαφάνειας και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης, Πολιτισμού και Αθλητισμού του Δήμου Ευόσμου



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



I ♥ Slowbiking
www.slowbiking.org



Τετάρτη 29 Μαρτίου 2017, 6 μμ, Πλ. Ευόσμου

Υπό την Αιγίδα της Αντιδημαρχίας Διοικητικών Υπηρεσιών, Διαφάνειας και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης, Πολιτισμού και Αθλητισμού του Δήμου Ευόσμου



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



I ♥ Slowbiking
www.slowbiking.org





*Play
for
Inclusion*



Τετάρτη 29 Μαρτίου 2017, 6 μμ, Πλ. Ευόσμου

Υπό την Αιγίδα της Αντιδημαρχίας Διοικητικών Υπηρεσιών, Διαφάνειας και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης, Πολιτισμού και Αθλητισμού του Δήμου Ευόσμου



KOM
18



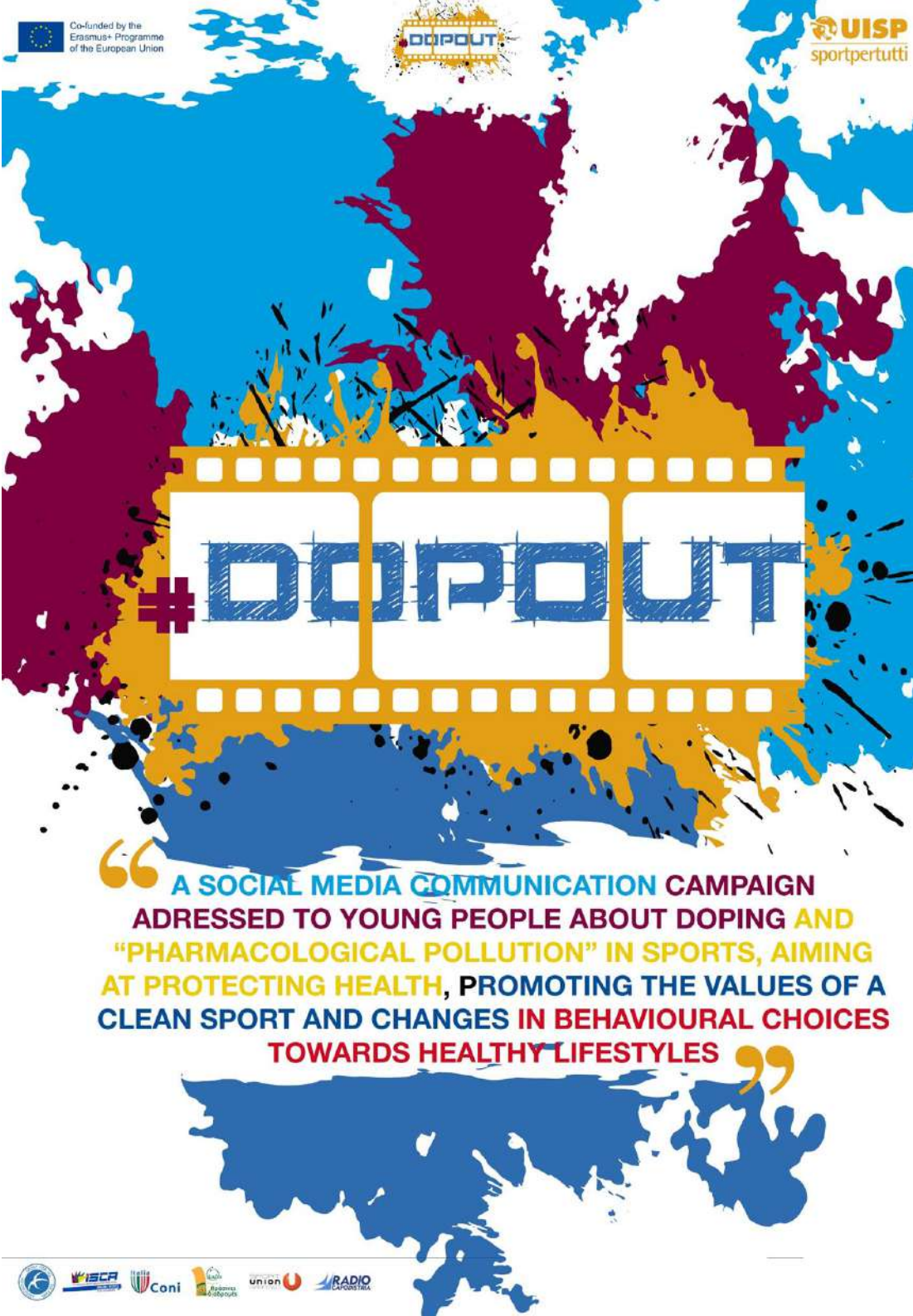
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



I ♥ Slowbiking
www.slowbiking.gr



NORTH PARK
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΚΑΤΟΠΑΤΙΑ



#DopOut: Social network and peer education against doping

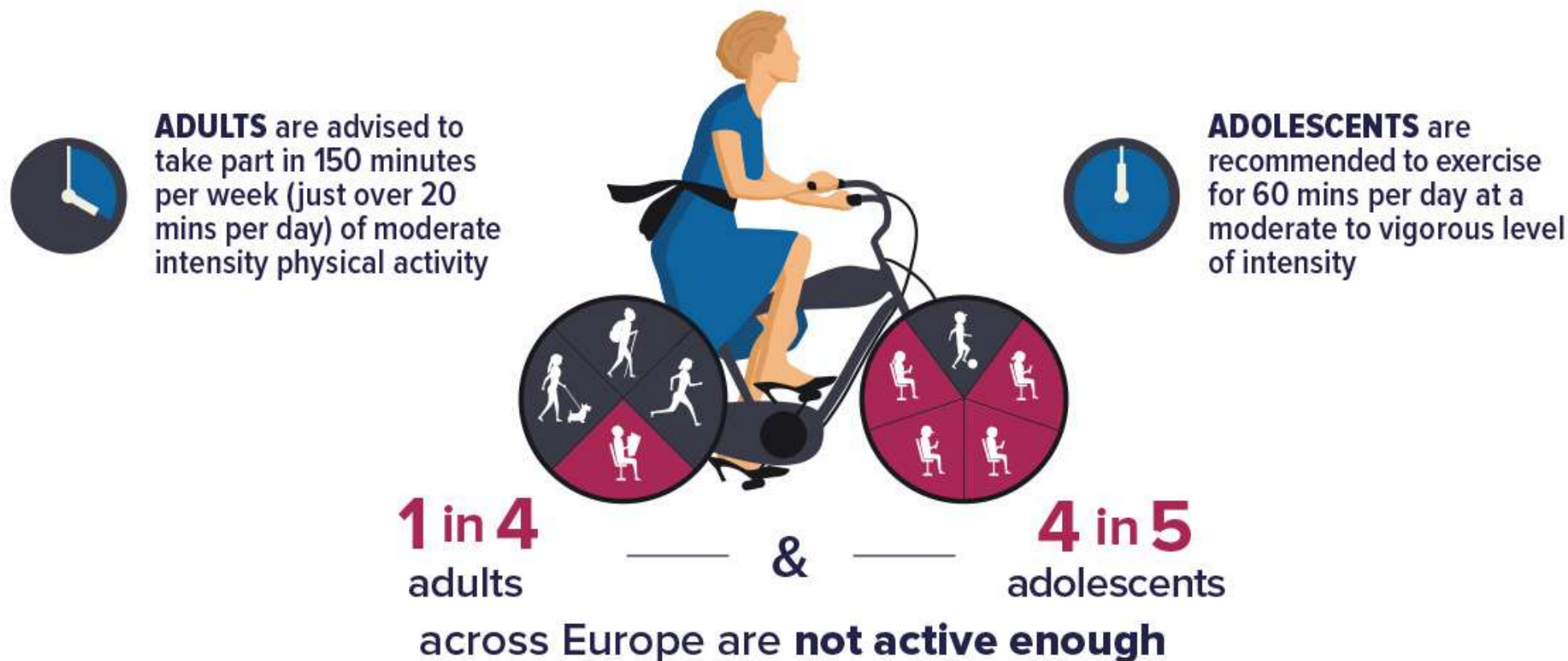
National partner in 2 year project (2017-2018) under European Programme Erasmus+ Sport.
Leader:UISP (Italy)

A photograph of a group of young children running down a paved street. They are wearing bright orange jumpsuits with a white circular patch on the chest. In the background, a large group of adults, mostly women in white coats, are standing and watching the children. The scene appears to be outdoors on a sunny day.

The economic cost of physical inactivity in Europe

An ISCA / Cebr report
June 2015

The Problem: Europe's not moving



Inactivity kills, and we're sitting on a ticking time bomb

Deaths caused in Europe every year by not moving enough:



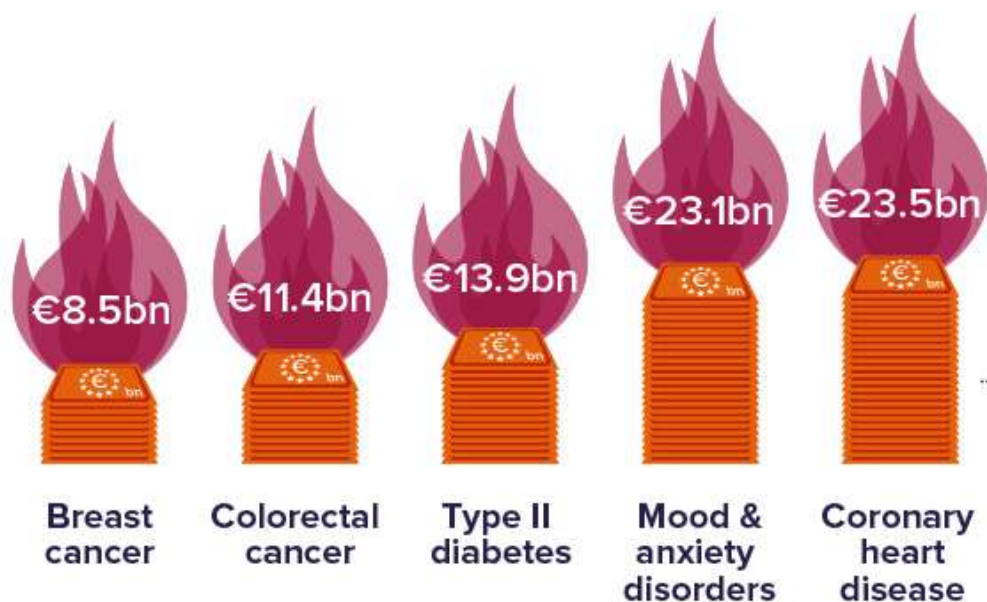
(over 1 in 10 deaths)



If we do nothing, lack of exercise could soon cause **more deaths than smoking**. But the burden isn't shared equally – some countries are more inactive than others.

There is a high cost to doing nothing

Lack of exercise contributes to diseases that cost Europe over 80 billion Euros every year



Total: €80.4bn

which is more than:



The Solution: Simply move more



Exercise and sport are great for health, but simply moving more is what matters most.

Just over 20 minutes of activity a day lowers the risk of many diseases.

20 minutes of moving more could mean:

- Playing football with friends
- Taking the stairs instead of the elevator
- Cycling to work instead of driving

Let's get mobilised

If only 1 in 5 inactive people took up exercise...



We'd save **LIVES**

Over **100,000** deaths averted per year. That's one life saved every 5 minutes.



We'd save **MONEY**

Annual savings: **16.1** billion Euros. Three quarters of these savings (**11.8bn**) would be made in just six countries: UK, Italy, France, Germany, Spain & Poland.



We'd save **MINDS**

There are many mental benefits of moving more including better sleep, lower stress, and higher productivity.

GREECE PHYSICAL ACTIVITY FACTSHEET

This is one of the 28 European Union Member States factsheets on health-enhancing physical activity, developed as a part of a joint initiative between the European Commission (EC) and WHO Regional Office for Europe in the context of the implementation of the Recommendation of the Council of the European Union on promoting health-enhancing physical activity across sectors and the European Noncommunicable Diseases Action Plan 2012-2016.

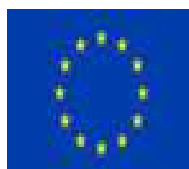
The Regional Office is grateful to the European Commission (EC) for its financial support for the preparation of this country profile.



GREECE

PREVALENCE (%) OF ADOLESCENTS REACHING THE
RECOMMENDED PHYSICAL ACTIVITY LEVELS, 2009/2010

%	ADOLESCENTS		
	11 YEARS	13 YEARS	15 YEARS
MALES	21	21	18
FEMALES	12	8	5



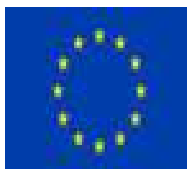


Ευρωπαϊκή
Επιτροπή

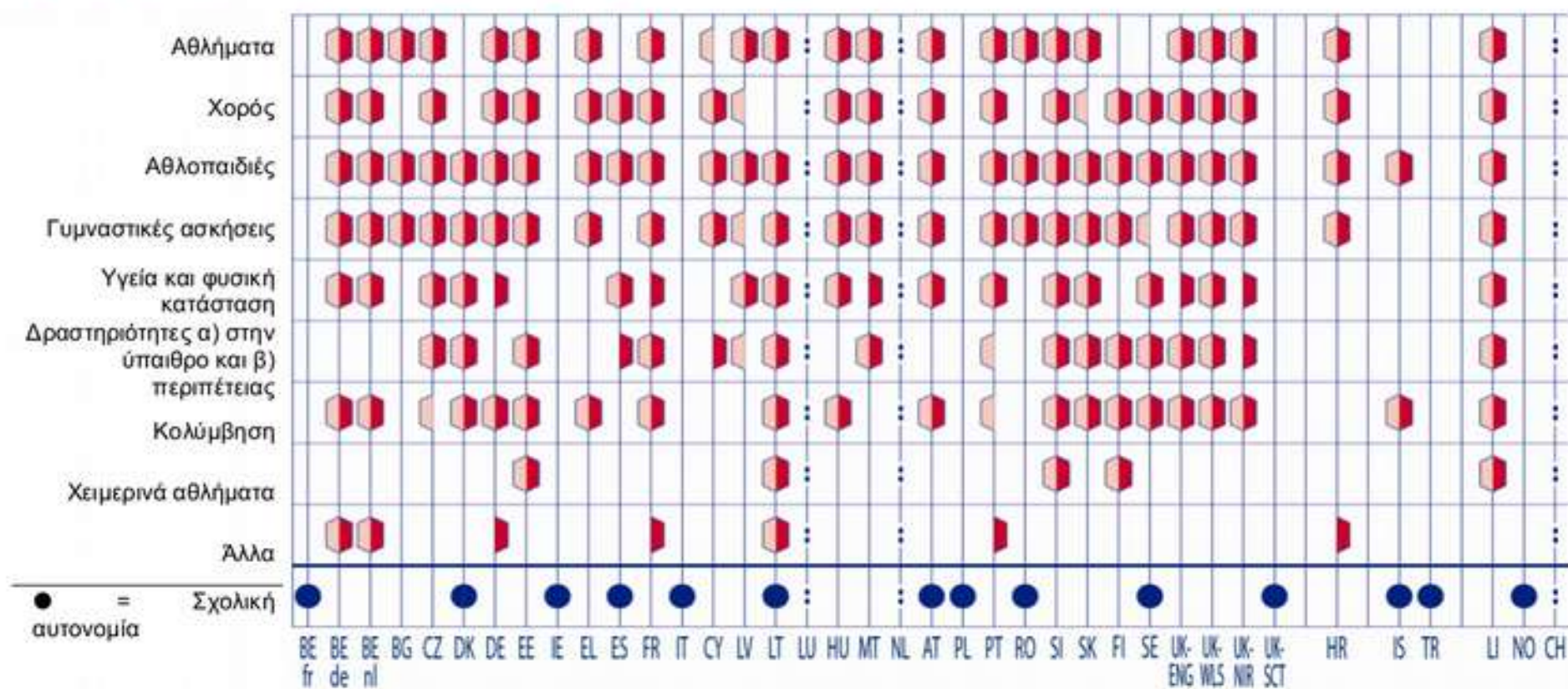
Το Δίκτυο ΕΥΡΥΔΙΚΗ

Το Δίκτυο Ευρυδική παρέχει πληροφορίες και αναλύσεις για τα εκπαιδευτικά συστήματα και πολιτικές στην Ευρώπη. Αποτελείται από 40 εθνικές μονάδες στις 36 χώρες που συμμετέχουν στο πρόγραμμα δια Βίου Μάθησης της ΕΕ. Ο συντονισμός και η διαχείριση του Δικτύου υπάγονται στον Εκτελεστικό Οργανισμό Εκπαίδευσης, Οπτικοακουστικών Μέσων και Πολιτισμού της ΕΕ που εδρεύει στις Βρυξέλλες, ο οποίος εκπονεί τις εκδόσεις και διαχειρίζεται τις βάσεις δεδομένων του Δικτύου.

Κύριες Επισημάνσεις του Δικτύου ΕΥΡΥΔΙΚΗ Φυσική Αγωγή και Σχολικός Αθλητισμός στην Ευρώπη



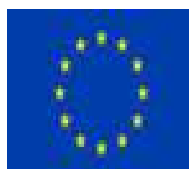
Υποχρεωτικές δραστηριότητες στο αναλυτικό πρόγραμμα διδασκαλίας των κεντρικών αρχών/σε διοικητικά έγγραφα στην πρωτοβάθμια (ISCED 1) και κατώτερη δευτεροβάθμια εκπαίδευση (ISCED 2), 2011/12



Αριστερά
ISCED 1



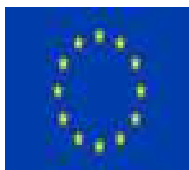
Δεξιά
ISCED 2



Το Συμβούλιο έχει ζητήσει από την Επιτροπή **να υποβάλλει ανά τριετία έκθεση όσον αφορά την πρόοδο που σημειώνεται στην εφαρμογή της σύστασης του Συμβουλίου** σχετικά με την *προώθηση της σωματικής άσκησης για τη βελτίωση της υγείας (ΣΑΒΥ)* σε όλους τους τομείς.

Τα δεδομένα προς χρήση στο πλαίσιο παρακολούθησης της ΣΑΒΥ συλλέχθηκαν το 2015, σε συνεργασία με τον ΠΟΥ. Με τη στήριξη της Επιτροπής, πραγματοποιήθηκαν συνεδριάσεις του δικτύου τον Ιανουάριο του 2015 και τον Ιούνιο του 2015 με σκοπό την ανταλλαγή εμπειριών και τη διεξαγωγή συζήτησης σχετικά με τις δυσκολίες που ανέκυψαν, καθώς και τον Απρίλιο και τον Σεπτέμβριο του 2016 για να συζητηθούν τα διδάγματα που αντλήθηκαν και οι μελλοντικοί γύροι συλλογής δεδομένων.

Η Ελλάδα δεν πήρε μέρος στις συναντήσεις ούτε στην έκθεση προόδου που καλύπτει την περίοδο 2014-2016.



Ποιές πολιτικές για τη ΣΑΒΥ εφαρμόζονται στον τομέα της εκπαίδευσης?

- **Υποχρεωτικές ώρες** φυσικής αγωγής στα σχολεία, εφαρμογή συνδυασμού υποχρεωτικών και προαιρετικών μαθημάτων φυσικής αγωγής
-
- Προγράμματα προώθησης της ΣΑΒΥ στα σχολεία: διαλείμματα για **σωματική άσκηση μεταξύ των μαθημάτων**, διαλείμματα για **σωματική άσκηση στη διάρκεια των σχολικών μαθημάτων**, **εξωσχολικές δραστηριότητες**
-
- **Προγράμματα ενεργητικής μετακίνησης προς και από το σχολείο**, μέτρα που καθιστούν ασφαλέστερη τη μετάβαση στο σχολείο με τα πόδια ή με ποδήλατο.
-
- Η ΣΑΒΥ στην **κατάρτιση των καθηγητών φυσικής αγωγής**

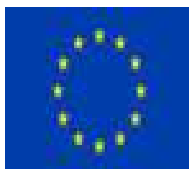
ActiveVoice project

Έκθεση προόδου



Πολιτικές για τη ΣΑΒΥ εφαρμόστηκαν στον **τομέα της εκπαίδευσης** σε 19 χώρες.

Παρότι όλα τα κράτη μέλη εφάρμοσαν μέτρο βάσει του οποίου απαιτείται συγκεκριμένος αριθμός **υποχρεωτικών ωρών φυσικής αγωγής** στα σχολεία (που κυμαίνεται από μία έως σχεδόν πέντε ώρες ανάλογα με την τάξη και τη χώρα/περιφέρεια), **έξι χώρες επέτρεψαν την εφαρμογή συνδυασμού υποχρεωτικών και προαιρετικών μαθημάτων** φυσικής αγωγής στα σχολεία πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, ενώ σε πέντε χώρες αυτό επιτράπη στα σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.



ActiveVoice project

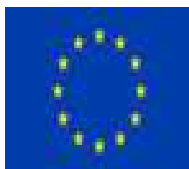
Έκθεση προόδου



Αρκετές χώρες ανέφεραν επίσης ότι έχουν εφαρμόσει διάφορα προγράμματα προώθησης της ΣΑΒΥ στα σχολεία: διαλείμματα για **σωματική άσκηση μεταξύ των μαθημάτων** (οκτώ χώρες), διαλείμματα για **σωματική άσκηση στη διάρκεια των σχολικών μαθημάτων** (τέσσερις χώρες) και **εξωσχολικές δραστηριότητες** (11 χώρες).

Προκειμένου να ενθαρρυνθεί η **ενεργητική μετακίνηση προς και από το σχολείο**, εννέα χώρες ανέφεραν ότι έχουν εφαρμόσει προγράμματα στα οποία περιλαμβάνονται μέτρα που καθιστούν ασφαλέστερη τη μετάβαση στο σχολείο με τα πόδια ή με ποδήλατο.

Η ΣΑΒΥ συμπεριλήφθηκε στην **κατάρτιση των καθηγητών φυσικής αγωγής** σε 20 χώρες.





ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ "HERS"

(Healthy Eating and Physical Activity in Schools)

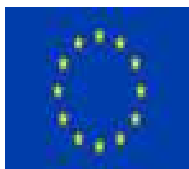
Τα σχολεία παροτρύνονται να παρέχουν δυνατότητες στα παιδιά να είναι σωματικά ενεργά καθημερινά κατά τα διαλείμματα. Ευκαιρίες για φυσική άσκηση μπορούν να δημιουργηθούν καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας σε προ-σχολικές εγκαταστάσεις, στη διάρκεια του παιχνιδιού, καθώς και στη διάρκεια των διαλειμμάτων για φαγητό.

Η φυσική άσκηση μπορεί να είναι μέρος της ζωής εκτός του σχολικού ωρολογίου προγράμματος, μέρος του ολοήμερου σχολείου, αλλά μπορεί να συμβαίνει και κατά τη διάρκεια του χρόνου αναψυχής (συμπεριλαμβάνοντας τα σαββατοκύριακα, τις αργίες και τις διακοπές).

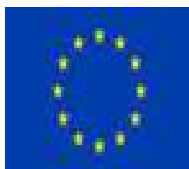
Οι δραστηριότητες μπορούν να ποικίλουν ανταγωνιστικά αθλήματα, μέχρι σύντομες αεροβικές ασκήσεις. Είναι πάντα σημαντικό να δίνεται κίνητρο και ενθουσιασμός στα παιδιά και τους νέους με το να τους προτείνονται νέες ενδιαφέρουσες δραστηριότητες φυσικής άσκησης.

Τα σχολεία ενθαρρύνονται ώστε να εμπνεύσουν τα παιδιά να γράφουν σε αθλητικά σωματεία.

Μπορούν να συνεργαστούν με τοπικούς αθλητικούς οργανισμούς, οι οποίοι θα μπορούσαν να προσφέρουν ανιδιοτελώς κάποια εισαγωγικά μαθήματα στα παιδιά, ανεξάρτητα από το μάθημα φυσικής αγωγής του σχολείου. Έτσι τα παιδιά γνωρίζουν ποιες δραστηριότητες και αθλήματα τους αρέσουν.



Τα σχολεία ενθαρρύνονται να σχεδιάσουν, να εφαρμόσουν και να προάγουν ένα οδικό σχέδιο πρόσβασης στο σχολείο. Τα σχολεία μπορούν να φτιάξουν έναν ασφαλή οδικό χάρτη για το σχολείο. Τα σχολεία μπορούν να οργανώσουν μέρες περιπάτου ή ποδηλασίας προς το σχολείο, καθώς και μια δράση με το όνομα «τα λεωφορεία που περπατούν» ('walking buses'), στην οποία τα παιδιά και οι νέοι άνθρωποι οργανώνονται ώστε να κάνουν ποδήλατο ή να περπατήσουν όλοι μαζί προς το σχολείο συνοδευόμενοι από έναν ενήλικα για την ασφάλειά τους. Επιπρόσθετα τα σχολεία μπορούν να οργανώσουν εκπαιδευτικά μαθήματα για την ασφάλεια στο δρόμο και την ασφαλή ποδηλασία, όπου τα παιδιά μαθαίνουν να είναι προσεκτικά στο δρόμο. Δραστηριότητες αυτές, μπορούν να εισαχθούν στα μαθήματα φυσικής άσκησης. Τα σχολεία παροτρύνονται να ενθαρρύνουν τη συμμετοχή των παιδιών, των νέων, των γονέων και κηδεμόνων τους, της τοπικής κοινότητας και των εξωτερικών φορέων στην εφαρμογή του οδικού σχεδίου πρόσβασης στο σχολείο.

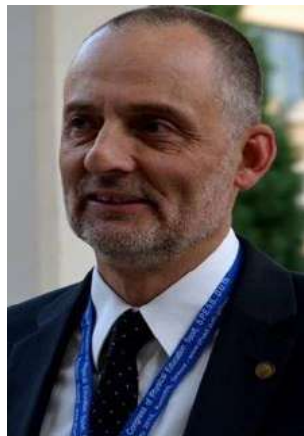


**Συμμαχία για την Σωματική Άσκηση
για την Βελτίωση της Υγείας (ΣΑΒΥ)
στο σχολικό περιβάλλον**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης,
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής
και Αθλητισμού**

Ελληνική Ομοσπονδία Ποδηλασίας

**Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών
Πόλεων**



m



**ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΔΙΚΤΥΟ ΥΓΙΩΝ ΠΟΛΕΩΝ**



ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΚΑΘΙΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ: ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ & ΕΦΗΒΟΥΣ;

Αντώνης Καμπάς, Αναπληρωτής Καθηγητής
Προπονησιολογίας της Κινητικής Ανάπτυξης



Ελληνική Εταιρία
Κοινωνικής Παιδιατρικής
και Προαγωγής της Υγείας



www.socped.gr

29ο ΣΥΝΕΔΡΙΟ

Παιδιά, Έφηβοι και Οικογένεια στην Νέα Εποχή
Ανάγκες Υγείας & Ψυχοκοινωνικής Ευεξίας



Θέματα Ειδικού Ενδιαφέροντος

Ρυθμιστικές Διαταραχές Υγείας: Παρεμβάσεις
Παρεμβατικές Ρυθμίσεις: Αλλάξεις και Μάθημα
Νεότερα για τα Εμβόλια: Τα Ανταξιοδοτικά Κέντρα
Εκπαίδευση για Σωματική Άσκηση
Κοινωνική Θεραπευτική (Παιδοψυχολογία)
Ανταξιοδοτικές Διαταραχές στην Παιδική Ψυχολογία
Πώς Βελτιώνεται το Παιδί/Έφηβος στο Διεύθυνση
Πρόσβαση Σελήνη από την Κρήτη
Νεανική Παραβατικότητα
Εκπαίδευση στην Επαγγελματική Θεραπευτική

ΚΑΒΑΛΑ

14-17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2017

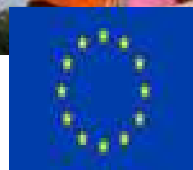
ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ



29ο Συνέδριό Ελληνικής Εταιρίας
Κοινωνικής Παιδιατρικής και
Προαγωγής της Υγείας (ΕΕΚΠΠΥ)

Καβάλα, 14 - 17 Σεπτεμβρίου 2017

Παιδιά, έφηβοι και οικογένεια στη νέα
εποχή: ανάγκες υγείας και
ψυχοκοινωνικής ευεξίας



join the European
NO ELEVATORS DAY
and step up for the cause of Movement
25.04.2018

RESOURCES



Poster

[VIEW](#)



PVC Line

[VIEW](#)



Sticker

[VIEW](#)



Social covers

[VIEW](#)



The kit "AFTER NED"

[VIEW](#)



Participant KIT

[VIEW](#)



#NowWeTakeTheStairs

NO ELEVATORS DAY 2015 REPORT

GREECE

Greece participated with 7 cities and 40 buildings.

The NowWeMOVE Greek partners moved



