

## النشاط البدني من أجل الصحة

### تعزيز نشاط الأشخاص من أجل عالم أوفر صحة: مسودة خطة عمل عالمية بشأن النشاط البدني للفترة ٢٠١٨-٢٠٣٠

#### تقرير من المدير العام

١- نظر المجلس التنفيذي في دورته الثانية والأربعين بعد المائة في نسخة سابقة من هذا التقرير<sup>١</sup> واعتمد القرار م٤٢ق٥. وهذه النسخة المحدثة من التقرير تأخذ المناقشات التي أُجريت في تلك الدورة (عُدلت الفقرات من ١١ إلى ١٦) في الاعتبار، بما في ذلك التغييرات الطفيفة التي أُدخلت على الإجراء السياسي ٣-١. كما حُدثت مسودة خطة العمل العالمي بناءً على مدخلات الدول الأعضاء (عُدلت الفقرات ١ و ١٧ و ٢٤ و ٣١ و ٣٥ وأضيف بند جديد إلى المسرد)، وهذه التغييرات مجسدة في المسودة ٣ لخطة العمل العالمية<sup>٢</sup>.

#### النشاط البدني: الوضع الحالي

٢- الخمول البدني<sup>٣</sup> هو عامل رئيسي من عوامل خطر الوفاة المبكرة بسبب الأمراض غير السارية. وعلى النقيض من ذلك، يقترن النشاط البدني المنتظم بانخفاض مخاطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري وسرطان الثدي وسرطان القولون وتحسن الصحة النفسية ونوعية الحياة.

٣- وعلى نطاق العالم، لا يفي ٢٣٪ من البالغين و ٨١٪ من المراهقين (المتروحة أعمارهم بين ١١ و ١٧ سنة) بالتوصيات العالمية بشأن النشاط البدني. ويختلف معدل انتشار الخمول اختلافاً شديداً ضمن البلدان وفيما بينها ويرتفع إلى ٨٠٪ لدى بعض السكان البالغين ويزداد الخمول مع التنمية الاقتصادية بسبب تأثير أنماط النقل المتغيرة واستخدام التكنولوجيا والتوسع الحضري والقيم الثقافية.

١ انظر الوثيقة م١٨/١٤٢ والمحاضر الموجزة للمجلس التنفيذي في دورته الثانية والأربعين بعد المائة، الجلسة التاسعة، الفرع ٢، والجلسة العاشرة، الفرع ١ (بالإنكليزية).

٢ انظر الرابط التالي: [http://www.who.int/ncds/governance/physical\\_activity\\_plan/en/](http://www.who.int/ncds/governance/physical_activity_plan/en/) (تم الاطلاع في ٢ آذار/ مارس ٢٠١٨).

٣ يعرف على أنه مستوى النشاط البدني الذي لا يفي بالتوصيات العالمية الصادرة عن المنظمة بشأن النشاط البدني من أجل الصحة مما يعني ممارسة ١٥٠ دقيقة من النشاط المعتدل (أو ما يعادل ذلك) في الأسبوع لدى البالغين ويقاس كنشاط بدني مركب يمارس في ميادين متعددة على النحو التالي: للعمل (مدفوع الأجر وغير مدفوع الأجر بما في ذلك العمل المنزلي) والسفر (المشي وركوب الدراجات) والترفيه (بما في ذلك الأنشطة الرياضية). المصدر: تقرير الحالة العالمي عن الأمراض غير السارية ٢٠١٤، جنيف: منظمة الصحة العالمية؛ ٢٠١٤ (الغاية العالمية الاختيارية ٣) (على الموقع الإلكتروني التالي: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/148114/1/9789241564854\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/148114/1/9789241564854_eng.pdf))، تم الاطلاع في ٢٣ شباط/ فبراير ٢٠١٨).

٤- وتوجد أوجه إجحاف شديد إذ تتاح للفتيات والنساء والبالغين الأكبر سناً والفتات المحرومة والفقراء والأشخاص ذوي الإعاقة والأشخاص المصابين بأمراض مزمنة وسكان المجتمعات الريفية بأسرهم فرص أقل لاستخدام مساحات وأماكن آمنة وميسرة وملائمة وميسورة الكلفة لممارسة النشاط البدني فيها.

٥- والمشي وركوب الدراجات وسيلتان رئيسيتان من وسائل النقل تمكنان الأشخاص من ممارسة النشاط البدني المنتظم يومياً إلا أن دورهما ومستوى شيوعهما يتراجعان في عدة بلدان. والرياضة نشاط لا يمارس ممارسة كافية على الرغم من أنه يساهم مساهمة مهمة في النشاط البدني لدى الأشخاص من جميع الأعمار ويعود بفوائد اجتماعية وثقافية واقتصادية لا يستهان بها على المجتمعات والأمم.<sup>١</sup> ويمكن أن تساهم الرياضة أيضاً في حالات الطوارئ والأزمات كجزء من البرامج الإنسانية التي تستهدف الاحتياجات الصحية والاجتماعية. ووفقاً لما يسلم به في خطة عمل قازان،<sup>٢</sup> تعتبر الألعاب والأنشطة الترفيهية الحركية عناصر مهمة من النمو والنماء الصحيين لدى الأطفال ولإسيما الأطفال دون سن الخامسة ويمكن غرس المعارف البدنية والصحية عن طريق التربية البدنية والبيئة المدرسية من أجل تكوين أنماط حياة صحية ونشطة مدى الحياة والوقاية من الأمراض غير السارية. وبالنسبة إلى العديد من البالغين يمثل مكان العمل المكان الرئيسي لممارسة النشاط البدني (ذهاباً وإياباً من مكان العمل وإليه وأثناء ساعات العمل) والحد من سلوك الجلوس/ قلة الحركة مما يزيد الإنتاجية ويبقي من الإصابات والتعب عن العمل. ويمكن أن يساعد مقدمو الرعاية الصحية الأولية والثانوية المرضى على تعزيز نشاطهم والوقاية من الأمراض غير السارية في إطار مسارات العلاج والتأهيل. ويمكن للبالغين المسنين بوجه خاص الاستفادة من النشاط البدني المنتظم للحفاظ على الصحة البدنية والاجتماعية والنفسية والوقاية من السقوط والتمتع بالصحة في مرحلة الشيخوخة.

٦- ويعود النشاط البدني بفوائد صحية واجتماعية واقتصادية مضاعفة ويمكن للاستثمار في العمل السياسي المتصل بأنشطة المشي وركوب الدراجات والترفيه الحركي والرياضة والألعاب أن يساهم مباشرة في تحقيق العديد من أهداف التنمية المستدامة. وعليه، أن الأوان للاستناد إلى الالتزامات السابقة وتسريع وتيرة التقدم من أجل تحقيق فوائد المجتمعات الأكثر نشاطاً عبر شراكات فعالة مع القطاعات المتعددة والمجتمع المدني والمجتمعات المحلية والقطاع الخاص.

٧- ومع ذلك، لا يوجد حل سياسي واحد. فالإجراءات الوطنية الفعالة الرامية إلى عكس الاتجاهات الحالية والتصدي لأوجه الإجحاف في الفرص المتاحة لممارسة النشاط البدني تتطلب مجموعة استراتيجية من أنشطة الاستجابة السياسية المختارة والمنفذة وفقاً للسياق القطري والمضطلع بها على نطاق السياقات الرئيسية والمصممة لتلبية احتياجات مختلف الولايات القضائية دون الوطنية ومختلف الفئات السكانية وأخذ طائفة واسعة من القدرات في الحسبان.

٨- وتتعترف مسودة خطة العمل العالمية بشأن النشاط البدني للفترة ٢٠١٨-٢٠٣٠ بحدود التقدم وتفتتح بناءً على ذلك حلولاً لتدعيم القيادة وتصريف الشؤون والشراكات المتعددة القطاعات وقدرات القوى العاملة ونظم المعلومات والدعوة. ونقر بطلبات الدول الأعضاء الداعية إلى توطيد التنسيق على المستوى العالمي والإقليمي والوطني والحاجة إلى حركة اجتماعية وتحول نموذجي فيما يتصل بالنشاط البدني.

١ Lindsey I, Chapman T. Enhancing the contribution of sport to the Sustainable Development Goals. London: Commonwealth Secretariat; 2017 ([https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing\\_the\\_contribution\\_of\\_sport\\_to\\_the\\_sustainable\\_development\\_goals\\_.pdf](https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing_the_contribution_of_sport_to_the_sustainable_development_goals_.pdf), accessed 23 February 2018).

٢ اعتمدت في ١٥ تموز/ يوليو ٢٠١٧ أثناء مؤتمر اليونسكو الدولي السادس للوزراء وكبار الموظفين المسؤولين عن التربية البدنية والرياضة.

٩- وقد وُضعت مسودة خطة العمل العالمية من خلال عملية تشاور عالمية شاركت فيها لجنة توجيهية داخلية متعددة التخصصات وتابعة للمنظمة واجتماع استشاري عالمي متعدد القطاعات للخبراء وست مشاورات إقليمية وثمانية حلقات دراسية عامة على الإنترنت وجلسات إعلامية مع وكالات الأمم المتحدة والبعثات الدائمة ووسائل التواصل الاجتماعي ومشاورة إلكترونية عامة. وانطوت العملية على مشاركة ٨٣ دولة عضواً (بما في ذلك ممثلون من وزارات التعليم والرياضة والنقل والتخطيط) وتلقت ١٢٥ اقتراحاً إلكترونياً من الجهات صاحبة المصلحة الرئيسية (بما فيها الدول الأعضاء والجمعيات الرياضية الدولية وجمعيات الصحة والنقل وأصحاب المهن الصحية وأعضاء المجتمع المدني ومعاهد الصحة العمومية وأوساط الباحثين/ الأوساط الأكاديمية والقطاع الخاص).

### معلومات موجزة عن مسودة خطة العمل العالمية بشأن النشاط البدني للفترة ٢٠١٨-٢٠٣٠

١٠- تم مسودة خطة العمل العالمية الدول الأعضاء بقائمة ذات أولوية بالإجراءات السياسية التي يمكن أن تتخذها من أجل التصدي لمحددات الخمول الثقافية والبيئية والفردية المتعددة من خلال العمل المشترك مع قطاعات أخرى. وتتمثل أولويات المسودة في زيادة المستويات الإجمالية للنشاط البدني والحد من أوجه التفاوت في المشاركة عبر حلول شاملة. وسيسترشد تنفيذ المسودة بسبعة مبادئ هي التالية: نهج قائم على حقوق الإنسان؛ والإنصاف طيلة العمر؛ والممارسة المسندة بالبيانات؛ والشمول التناسلي؛ والاتساق السياسي وإدماج الصحة في جميع السياسات؛ والمشاركة والتمكين؛ والشراكات المتعددة القطاعات المنطوية على تنسيق العمل من أجل تحقيق خطة التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠.

١١- والهدف المنشود من مسودة خطة العمل العالمية هو تحقيق انخفاض نسبي قدره ١٥٪ باستخدام البيانات الأساسية لعام ٢٠١٦ في معدل انتشار الخمول البدني على الصعيد العالمي لدى البالغين والمراهقين ٣ بحلول عام ٢٠٣٠.

١٢- وستتحقق رؤية مسودة خطة العمل العالمية الرامية إلى "تعزيز نشاط الأشخاص من أجل عالم أوفر صحة" عن طريق مهمة مشتركة أي ضمان أن تتاح للجميع بيانات آمنة ومواتية وفرص متنوعة لممارسة النشاط البدني في حياتهم اليومية كوسيلة لتحسين صحة الأفراد والمجتمعات والمساهمة في تنمية جميع الأمم من النواحي الاجتماعية والثقافية والاقتصادية.

١ تتاح مسودة خطة العمل العالمية على الموقع الإلكتروني التالي:

١. [http://www.who.int/ncds/governance/physical\\_activity\\_plan/en/](http://www.who.int/ncds/governance/physical_activity_plan/en/)، (تم الاطلاع في ٢٣ شباط/ فبراير ٢٠١٨).

٢ ستتاح البيانات المعنية في الوثيقة المقبلة المعنونة بتقديرات المنظمة القابلة للمقارنة بين البلدان والمتصلة بالخمول البدني لعام ٢٠١٦ والجاري إعدادها لنشرها في عام ٢٠١٨.

٣ يعرف لدى البالغين على أنه ممارسة أقل من ١٥٠ دقيقة من النشاط المعتدل أو ما يعادل ذلك في الأسبوع وتتوفر وتستخدم أدوات للقياس عبر الاستبيان العالمي الخاص بالنشاط البدني مثلاً على النحو الموصى به في نهج المنظمة التدريجي لترصد عوامل الخطر المرتبطة بالأمراض غير السارية. ويعرف لدى المراهقين على أنه ممارسة أقل من ٦٠ دقيقة من النشاط اليومي الذي يتراوح بين معتدل ونشط وتتوفر وتستخدم أدوات للقياس عبر المسح الصحي العالمي للطلاب على سبيل المثال.

٤ تبين هذه الغاية أن الدول الأعضاء وافقت على الغاية الاختيارية المحددة في الإطار العالمي لرصد الوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها والتمثلة في تحقيق انخفاض نسبي قدره ١٠٪ في معدل نقص النشاط البدني بحلول عام ٢٠٢٥ وأن فترة ١٥ سنة (٢٠٣٠-٢٠١٥) تنتج الفرص للاستفادة من تعجيل أثر أوجه التآزر السياسي الناشئ عن العمل المترابط والمتعدد القطاعات في إطار خطة التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠ مما سيعزز إلى حد كبير أثر تنفيذ الخطة.

١٣- وإذ تقر مسودة خطة العمل العالمية باختلاف مستويات التقدم الذي أحرزته البلدان من أجل تناول مسائل الخمول البدني والقدرات والموارد، تتضمن أربعة أغراض استراتيجية وتوصي بعشرين إجراءً سياسياً. وهذه الأغراض والإجراءات مبيّنة في الإطار الوارد أدناه.

**الإطار - الأغراض الاستراتيجية والإجراءات السياسية الموصى بها في مسودة خطة العمل العالمية بشأن النشاط البدني ٢٠١٨-٢٠٣٠**

<p><b>الغرض الاستراتيجي ١: تكوين مجتمع نشط - القواعد والمواقف الاجتماعية</b></p> <p>تحقيق تحول نموذجي في كل شرائح المجتمع من خلال تعزيز الإلمام بالفوائد المتعددة للنشاط البدني المنتظم حسب القدرة وفي جميع الأعمار وفهم هذه الفوائد وتقديرها.</p>
<p><b>الإجراء ١-١:</b> تنفيذ حملات للتبليغ بأفضل الممارسات ترتبط ببرامج مجتمعية لزيادة إدراك الفوائد الصحية المتعددة للنشاط البدني المنتظم والسلوك الأقل خملاً حسب القدرة من أجل عافية الفرد والأسرة والمجتمع والإلمام بهذه الفوائد وفهما وتقديرها.</p>
<p><b>الإجراء ٢-١:</b> شن حملات وطنية ومجتمعية لتعزيز إدراك الفوائد الاجتماعية والاقتصادية والبيئية المشتركة للنشاط البدني وخصوصاً لتكثيف المشي وركوب الدراجات وغير ذلك من أشكال الحركة المنطوية على استخدام العجلات (بما فيها الكراسي المتحركة والسكوتر والزلاجات المزودة بعجلات) وفهم هذه الفوائد وتقديرها مما يسهم إسهاماً كبيراً في تحقيق خطة التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠ (أهداف التنمية المستدامة ٢ و ٣ و ٤ و ٥ و ٩ و ١٠ و ١١ و ١٣ و ١٥ و ١٦).</p>
<p><b>الإجراء ٣-١:</b> تنفيذ مبادرات منتظمة للمشاركة الجماهيرية في الأماكن العامة بإشراك مجتمعات بأسرها لإتاحة تجارب ممتعة وميسورة الكلفة وملئمة من الناحيتين الاجتماعية والثقافية لممارسة النشاط البدني بالمجان.</p>
<p><b>الإجراء ٤-١:</b> تعزيز تدريب المهنيين قبل الخدمة وخلالها ضمن قطاع الصحة وخارجه، بهدف زيادة المعارف والمهارات المتعلقة بأدوارهم ومساهماتهم في إتاحة فرص شاملة ومنصفة لتكوين مجتمع نشط، بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر قطاعات النقل والتخطيط الحضري والتعليم والسياحة والترفيه والرياضة واللياقة البدنية في الفئات المجتمعية على مستوى القاعدة الشعبية ومنظمات المجتمع المدني.</p>
<p><b>الغرض الاستراتيجي ٢: إنشاء بيئات نشطة - المساحات والأماكن</b></p> <p>إنشاء بيئات تعزز وتضامن حقوق جميع الأشخاص من كل الأعمار في الاستفادة على قدم المساواة من أماكن ومساحات آمنة في مدنهم ومجتمعاتهم لممارسة النشاط البدني المنتظم حسب القدرة والحفاظ على هذه البيئات.</p>
<p><b>الإجراء ١-٢:</b> تدعيم تكامل سياسات التخطيط الحضري وتخطيط النقل التي تمنح الأولوية لمبادئ الاستخدام المتراص والمختلط للأراضي على جميع مستويات الحكومة حسب الاقتضاء بهدف توفير أحياء شديدة الترابط لتسمح وتنهض بالمشي وركوب الدراجات وغير ذلك من أشكال الحركة المنطوية على استخدام العجلات (بما فيها الكراسي المتحركة والسكوتر والزلاجات المزودة بعجلات) واستخدام وسائل النقل العام في المجتمعات الحضرية وشبه الحضرية والريفية.</p>

<p><b>الإجراء ٢-٢:</b> تحسين مستوى الخدمات<sup>١</sup> التي تتيحها الهياكل الأساسية للشبكات المخصصة للمشاة وراكبي الدراجات بهدف السماح بالمشي وركوب الدراجات وغير ذلك من أشكال الحركة المنطوية على استخدام العجلات (بما فيها الكراسي المتحركة والسكوتر والزلاجات المزودة بعجلات) واستخدام وسائل النقل العام في المجتمعات المحلية الحضرية وشبه الحضرية والريفية والنهوض بذلك، مع إيلاء العناية الواجبة لمبادئ الأمن والشمول والإنصاف في استفادة الأشخاص المنتمين إلى جميع الفئات العمرية والتمتعين بجميع القدرات وبالمواومة مع التزامات أخرى.<sup>٢</sup></p>
<p><b>الإجراء ٣-٢:</b> تعجيل تنفيذ الإجراءات السياسية لتحسين السلامة على الطرق والسلامة الشخصية للمشاة وراكبي الدراجات والأشخاص المشاركين في غير ذلك من أشكال الحركة المنطوية على استخدام العجلات (بما فيها الكراسي المتحركة والسكوتر والزلاجات المزودة بعجلات) ومستخدمي وسائل النقل العام، بمنح الأولوية للإجراءات التي تحد من المخاطر التي يتعرض لها مستخدمو الطرق الأشد ضعفاً وفقاً لنهج نظم السلامة على الطرق وبالمواومة مع التزامات أخرى.<sup>٣</sup></p>
<p><b>الإجراء ٤-٢:</b> تعزيز إتاحة مساحات مفتوحة عامة وخضراء ذات نوعية جيدة وشبكات خضراء ومساحات ترفيهية (تشمل المناطق النهرية والساحلية) ومرافق رياضية لجميع الأشخاص المنتمين إلى جميع الفئات العمرية والتمتعين بمختلف القدرات في المجتمعات الحضرية وشبه الحضرية والريفية، بضمان اتساق التصميم مع هذه المبادئ للإتاحة الآمنة والشاملة والمراعية للمسنين والمنصفة ومنح الأولوية للحد من أوجه عدم المساواة.</p>
<p><b>الإجراء ٥-٢:</b> تدعيم المبادئ التوجيهية والأطر السياسية والتنظيمية والتصميمية على المستويين الوطني ودون الوطني، عند الاقتضاء، بهدف النهوض بالمرافق العامة والمدارس ومرافق الرعاية الصحية والرياضة والترفيه وأماكن العمل والمساحات الاجتماعية المصممة لتمكين المقيمين فيها وزوارها ذوي القدرات المختلفة من ممارسة النشاط البدني داخل المباني وحولها، ومنح الأولوية لإتاحة المرافق لجميع المشاة وراكبي الدراجات ووسائل النقل العام.</p>
<p><b>الغرض الاستراتيجي ٣: تهيئة أشخاص نشطين - البرامج والفرص</b></p> <p>إتاحة الفرص والبرامج وتعزيزها على نطاق سياقات متعددة لمساعدة الأشخاص المنتمين إلى جميع الفئات العمرية والتمتعين بجميع القدرات على ممارسة النشاط البدني المنتظم كأفراد وأسر ومجتمعات.</p>

<sup>١</sup> يشير مستوى الخدمات إلى خصائص السلامة والجودة والترابط والاكتمال؛ وتتاح أدوات التقييم الخاصة بالمشي وركوب الدراجات في العديد من البلدان.

<sup>٢</sup> الخطة الحضرية الجديدة التي اعتمدت في عام ٢٠١٦ في مؤتمر الأمم المتحدة المعني بالإسكان والتنمية الحضرية المستدامة (الموئل الثالث) وأبديتها الجمعية العامة للأمم المتحدة في القرار ٢٥٦/٧١ (٢٠١٦). انظر أيضاً المرجع التالي: Planning and design for sustainable urban mobility: global report on human settlements 2013.

Oxford: United Nations Human Settlements Programme (UN-Habitat); 2013.

<sup>٣</sup> انظر الخطة العالمية للأمم المتحدة الخاصة بعقد العمل من أجل السلامة على الطرق ٢٠١١-٢٠٢٠ ([http://www.who.int/roadsafety/decade\\_of\\_action/plan/en/](http://www.who.int/roadsafety/decade_of_action/plan/en/))، تم الاطلاع في ١ آذار/ مارس ٢٠١٨، وقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة ٢٥٥/٦٤ (٢٠١٠) بشأن تحسين السلامة على الطرق ([http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/road\\_traffic/UN\\_GA\\_resolution-54-255-en.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/road_traffic/UN_GA_resolution-54-255-en.pdf))، تم الاطلاع في ١ آذار/ مارس ٢٠١٨؛ واتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل؛ واتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة؛ والتقارير عن دورة العمل الثامنة للفريق العامل المفتوح باب العضوية المعني بالشيخوخة والمنشأ بهدف تعزيز حماية حقوق الإنسان لكبار السن (على الموقع الإلكتروني التالي):

<https://social.un.org/ageing-working-group/eighthsession.shtml>، تم الاطلاع في ٢٣ شباط/ فبراير ٢٠١٨؛ والتقارير العالمي لعام ٢٠١٤ عن وضع الوقاية من العنف، جنيف: منظمة الصحة العالمية؛ ٢٠١٤، الذي شارك في رعايته برنامج الأمم المتحدة الإنمائي ومكتب الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة (على الموقع الإلكتروني التالي): [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/status\\_report/2014/en/](http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/status_report/2014/en/)، تم الاطلاع في ١ آذار/ مارس ٢٠١٨.

<p><b>الإجراء ٣-١:</b> تعزيز إتاحة التربية البدنية الجيدة والمزيد من التجارب والفرص الإيجابية للترفيه الحركي والرياضة واللعب للفتيات والفتيان، بتطبيق مبادئ النهج الشامل للمدارس ككل في جميع مؤسسات التعليم قبل الابتدائي والابتدائي والثانوي والجامعي لإرساء المعارف الصحية والبدنية طيلة العمر وتدعيمها وتشجيع ممارسة النشاط البدني والمشاركة فيه حسب الإمكانيات والقدرة.</p>
<p><b>الإجراء ٣-٢:</b> تنفيذ وتعزيز نظم لتقييم المرضى وإرشادهم بخصوص تعزيز النشاط البدني والحد من سلوك قلة الحركة من جانب مقدمي الرعاية الصحية والمجتمعية والاجتماعية المدربين على النحو الملائم، عند الاقتضاء، في مرافق خدمات الرعاية الصحية الأولية والثانوية والرعاية الاجتماعية في إطار الرعاية الصحية الشاملة، بضمان مشاركة المجتمعات والمرضى وتنسيق الصلات بموارد المجتمعات حيثما يكون ملائماً.</p>
<p><b>الإجراء ٣-٣:</b> تعزيز توفير برامج إضافية للنشاط البدني وإتاحة الفرص لإرسائها والترويج في المتنزهات وسائر البيئات الطبيعية (مثل الشواطئ والأنهار والشواطئ الأمامية) وفي أماكن العمل في القطاعين الخاص والعام والمراكز المجتمعية ومرافق الترفيه والرياضة والمراكز الدينية والمساحات، لدعم مشاركة جميع الأشخاص ذوي القدرات المختلفة في النشاط البدني.</p>
<p><b>الإجراء ٣-٤:</b> النهوض بتوفير برامج وخدمات مصممة على النحو الملائم وإتاحة الفرص لإرسائها بهدف تعزيز النشاط البدني والحد من سلوك قلة الحركة لدى البالغين المسنين حسب القدرة في السياقات الرئيسية مثل الأماكن المحلية والمجتمعية وسياقات الرعاية الصحية والاجتماعية والرعاية الطويلة الأمد ومرافق الرعاية الدائمة والبيئات الأسرية لدعم التمتع بالصحة في مرحلة الشيخوخة.</p>
<p><b>الإجراء ٣-٥:</b> تدعيم إرساء البرامج والخدمات وتنفيذها على نطاق مختلف السياقات المجتمعية للمشاركة في النشاط البدني وتعزيز فرص ممارسة النشاط البدني في صفوف الفئات الأقل حركة وفقاً لما يحدده كل بلد مثل الفتيات والنساء والبالغين المسنين والمجتمعات الريفية ومجتمعات السكان الأصليين والسكان المستضعفين أو المهمشين بما يشمل المساهمات الإيجابية من جميع الأشخاص.</p>
<p><b>الإجراء ٣-٦:</b> تنفيذ مبادرات شاملة للمجتمع ككل على مستوى المدينة أو البلدة أو المجتمع تحفز مشاركة جميع الجهات صاحبة المصلحة وتستخدم مجموعة من النهج السياسية على النحو الأمثل على نطاق مختلف السياقات لتشجيع زيادة المشاركة في النشاط البدني والحد من سلوك قلة الحركة في صفوف الأشخاص المنتمين إلى جميع الفئات العمرية والمتمتعين بمختلف القدرات بالتركيز على مشاركة المجتمعات على مستوى القاعدة الشعبية وتنميتها المشتركة وملكيته.</p>
<p><b>الغرض الاستراتيجي ٤: إرساء نظم نشطة - عوامل تمكين تصريف الشؤون ووضع السياسات</b></p> <p>إرساء وتعزيز القيادة وتصريف الشؤون والشراكات المتعددة القطاعات وقدرات القوى العاملة والدعوة ونظم المعلومات على نطاق القطاعات لتحقيق الامتياز في تعبئة الموارد وتنفيذ إجراءات منسقة على المستوى الدولي والوطني ودون الوطني بهدف تعزيز النشاط البدني والحد من سلوك قلة الحركة.</p>
<p><b>الإجراء ٤-١:</b> تدعيم أطر السياسات ونظم القيادة وتصريف الشؤون على المستويين الوطني ودون الوطني، لدعم تنفيذ الإجراءات الرامية إلى زيادة النشاط البدني والحد من سلوك قلة الحركة، بما في ذلك آليات المشاركة والتنسيق المتعددة القطاعات؛ واتساق السياسات على نطاق القطاعات؛ والمبادئ التوجيهية والتوصيات وخطط العمل بشأن النشاط البدني وسلوك قلة الحركة في جميع الأعمار؛ ورصد التقدم المحرز وتقييمه في سبيل تعزيز المساءلة.</p>
<p><b>الإجراء ٤-٢:</b> الارتقاء بالنظم والقدرات الخاصة بالبيانات على المستوى الوطني وعلى المستوى دون الوطني عند الاقتضاء لدعم ترصد النشاط البدني وسلوك قلة الحركة بانتظام لدى السكان من كل الأعمار ومن ميادين متعددة؛ وتطوير تكنولوجيات رقمية جديدة واختبارها لتعزيز نظم الترخيد؛ وإنشاء نظم رصد المحددات الاجتماعية والثقافية والبيئية الأوسع نطاقاً للنشاط البدني؛ والرصد والتبليغ بانتظام على نطاق قطاعات متعددة بشأن تنفيذ السياسات لضمان المساءلة وتوجيه السياسات والممارسات.</p>

<p><b>الإجراء ٤-٣:</b> تدعيم القدرات الوطنية والمؤسسية في مجالي البحث والتقييم وحفز تطبيق التكنولوجيات الرقمية والابتكار لتعجيل وضع حلول سياسية فعالة وتنفيذها بهدف تعزيز النشاط البدني والحد من سلوك قلة الحركة.</p>
<p><b>الإجراء ٤-٤:</b> تكثيف جهود الدعوة لتعزيز إدراك الإجراءات المشتركة والإلمام بها والمشاركة فيها على المستوى العالمي والإقليمي والوطني باستهداف الفئات المعنية الرئيسية التي تشمل على سبيل المثال لا الحصر القادة الرفيعة المستوى وواضعي السياسات على نطاق القطاعات المتعددة ووسائل الإعلام والقطاع الخاص وقادة المدن والمجتمعات والمجتمع الأوسع نطاقاً.</p>
<p><b>الإجراء ٤-٥:</b> تدعيم آليات التمويل لضمان استمرار تنفيذ الإجراءات الوطنية ودون الوطنية وتطوير النظم المواتية التي تدعم وضع السياسات وتنفيذها بهدف تعزيز النشاط البدني والحد من سلوك قلة الحركة.</p>

١٤- وسيُصد التقدّم المحرز من أجل تحقيق الغاية لعام ٢٠٣٠ المحددة في مسودة خطة العمل العالمية بشأن النشاط البدني باستخدام المؤشرين الراهنين اللذين اعتمدهما جمعية الصحة في القرار ج ص ٦٦-١٠ (٢٠١٣) وأدرجا في الإطار العالمي الشامل لرصد الوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها وهما التاليان:

- معدل انتشار نقص النشاط البدني لدى الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم ١٨ سنة وأكثر؛
- معدل انتشار نقص النشاط البدني لدى المراهقين (المتراوحة أعمارهم بين ١١ و١٧ سنة).<sup>١</sup>

١٥- وتشجّع الدول الأعضاء على تدعيم التبليغ عن البيانات المصنفة وفقاً للتوصيات المتفق عليها<sup>٢</sup> وتجسيد الأولويات المزدوجة الواردة في مسودة خطة العمل العالمية هذه، أي على ما يلي: خفض المستوى الإجمالي للخمول البدني لدى السكان، الحد من أوجه التفاوت ومستويات الخمول البدني ضمن البلدان في صفوف السكان الأقل حركة وفقاً لما يحدده كل بلد.

١٦- ومن الضروري تحديد مجموعة ملائمة من مؤشرات تقييم العمليات والآثار بهدف رصد تنفيذ الإجراءات السياسية الموصى بها في مسودة خطة العمل العالمية بشأن النشاط البدني مما ينبغي أن يستند، حيثما يكون ممكناً، إلى المؤشرات الراهنة والمؤشرات قيد الإعداد في إطار رصد تحقيق التزامات أخرى (مثل الاستراتيجية وخطة العمل العالميتين بشأن الصحة في مرحلة الشيخوخة) والغايات المحددة في سياق أهداف التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠. وستضع الأمانة الصيغة النهائية لمجموعة موصى بها من مؤشرات العمليات والآثار بحلول كانون الأول/ديسمبر ٢٠١٨ باستخدام التعليقات المنبثقة عن عملية التشاور الجارية في عام ٢٠١٧ لوضع مسودة خطة العمل العالمية بشأن النشاط البدني وعن مشاورات تقنية أخرى وتطبيق مبادئ الاقتصاد والكفاءة

١ لا تُقترح أي مؤشرات خاصة بالأشخاص الذين تقل أعمارهم عن ١١ سنة نتيجة لعدم توفر بيانات أساسية عالمية وعدم وجود توافق عالمي في الآراء بشأن أدوات القياس أو النقاط الحدية المعتمدة على التبليغ الذاتي أو الموضوعية بشأن هذه الفئة العمرية.

٢ انظر خطة العمل العالمية والإطار العالمي لرصد الوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها (الوثيقة ج ص ٦٦/٢٠١٣/سجلات/١، القرار ج ص ٦٦-١٠ والملحق ٤)؛ والتقارير الختامي للمؤتمر الدولي السادس للوزراء وكبار الموظفين المسؤولين عن التربية البدنية والرياضة، قازان، الاتحاد الروسي، ١٤-١٥ تموز/يوليو ٢٠١٧. باريس: اليونيسكو؛ أيلول/سبتمبر ٢٠١٧: الملحق ١ من خطة عمل قازان (الوثيقة SHS/2017/5 REV)؛ واتفاقية حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة، المادة ٣١ المعنونة جمع الإحصاءات والبيانات (الفقرة الثانية).

٣ على سبيل المثال السلامة على الطرق (الغاية ٣-٦)، ونوعية الهواء (الغايتان ٣-٩ و ١١-٦)، والتصميم الحضري والمساحات الخضراء (الغايتان ١١-٧ و ١١-١)، واستدامة الحركة (الغايتان ١٢-٨ و ١٢-ج)، والحد من العنف ضد النساء والفتيات (الغاية ٥-٢).

والمرونة<sup>١</sup> وبناءً على ذلك، ستنتشر الأمانة مذكرة تقنية على الموقع الإلكتروني للمنظمة ببيان سبل رصد المنظمة للتقدم المحرز وتقييمها لتنفيذ البلدان على الصعيدين العالمي والإقليمي.

١٧- وستقدّم تقارير عن التقدم المحرز في تنفيذ مسودة خطة العمل العالمية بشأن النشاط البدني إلى جمعية الصحة تمشياً مع الفقرة ٣-٩ من القرار ج ص ٦٦-١٠ (٢٠١٣). وسيقدّم أول تقرير من هذا القبيل بالتالي في عام ٢٠٢١ (باستخدام البيانات المستمدة من عام ٢٠٢٠) ويصدر التقرير الثاني في عام ٢٠٢٦ (باستخدام البيانات المستمدة من عام ٢٠٢٥). أما التقرير الختامي فسيقدّم إلى جمعية الصحة في عام ٢٠٣٠ في إطار التقرير عن الأهداف والغايات المتعلقة بالصحة والواردة في خطة التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠. وستقدم التقارير إلى الجمعية العامة للأمم المتحدة في إطار دورة تقديم التقارير السنوية ويتواصل رفعها حتى عام ٢٠٣٠ بشأن التقدم المحرز في تحقيق أهداف التنمية المستدامة.

## دور الأمانة

١٨- تماشياً مع الوظائف الأساسية للمنظمة، ستظل الأمانة تضع المبادئ التوجيهية المعيارية والإرشادات بشأن التنفيذ وتشرها لدعم الإجراءات الإقليمية والقطرية. وستقدم الأمانة بناءً على الطلب الدعم التقني لتمكين الدول الأعضاء من تنفيذ مسودة خطة العمل العالمية ووضع خطط عمل إقليمية ووطنية وأطر للرصد.

١٩- وستضمن الأمانة تلبية الاحتياجات المتغيرة وتواظب على تحديث إرشاداتها التقنية العالمية عن طريق دمج الأدوات والاستراتيجيات الابتكارية التي أثبتت فعاليتها. وعلاوة على ذلك، ستعزز قدراتها وطاقاتها على المستوى العالمي والإقليمي والقطري كي تكون في وضع يمكنها من قيادة الجهود العالمية المنسقة وتيسيرها بهدف الحد من الخمول البدني بمنح الأولوية لتيسير الشراكات المتعددة القطاعات والدعوة وتعبئة الموارد وتبادل المعارف والابتكار.

٢٠- وسترصد الأمانة التنفيذ وتقدم التقارير عن التقدم المحرز من أجل تحقيق الغاية المحددة لعام ٢٠٣٠.

## الإجراء المطلوب من جمعية الصحة

٢١- جمعية الصحة مدعوة إلى اعتماد مشروع القرار الذي يوصي به المجلس التنفيذي في القرار م ٤٢ (ق ٥).

= = =

١ ينبغي أن يهدف إطار التقييم حيثما يكون ممكناً إلى تخفيف عبء جمع البيانات إلى أدنى حد باستخدام النظم الراهنة لجمع البيانات وإلى تحقيق الكفاءة والتأزر بالمواعمة مع نظم الرصد التي أرسيت من أجل مؤشرات صحية واجتماعية وبيئية أخرى ذات صلة ضمن أهداف التنمية المستدامة على سبيل المثال.