

# ВОСЕМЬ ИНВЕСТИЦИЙ НАПРАВЛЕННЫХ НА ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

1

## ОБЩЕШКОЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

Программы, которые стимулируют школы предоставлять учащимся разнообразные возможности для физической активности в течение дня, способствуют улучшению академической успеваемости и поведения в классе.



2

## АКТИВНЫЙ ТРАНСПОРТ

Транспортная политика, направленная на поддержку ходьбы, езды на велосипеде и общественного транспорта, стимулирует спрос на активный транспорт, что имеет множество сопутствующих преимуществ для достижения целей устойчивого развития.



3

## АКТИВНЫЙ ГОРОДСКОЙ ДИЗАЙН

Политика, поддерживающая равный доступ к паркам, местное благоустройство и улучшение пешеходной, велосипедной и транспортной инфраструктуры, делает активный образ жизни более привлекательным.



8

## ОБЩЕСТВЕННЫЕ ПРОГРАММЫ

Рекомендуется использовать более одного подхода к продвижению физической активности. Комплексный подход к физической активности принесет обществу много дополнительных преимуществ помимо здоровья.



Призыв к действию для всех включить физическую активность в национальную и региональную политику.

4

## ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

Медицинские работники, такие как врачи общей практики, должны продвигать физическую активность среди своих пациентов для профилактики и лечения заболеваний



7

## РАБОЧИЕ МЕСТА

Программы по обеспечению физической активности на рабочем месте, которые позволяют быть активными в течение дня, будут способствовать сохранению физического, психического и социального здоровья, а также снижать число случаев отсутствия на работе и выгорания среди сотрудников.



6

## СПОРТ И ОТДЫХ ДЛЯ ВСЕХ

Равный доступ к различным спортивным возможностям на протяжении всей жизни для повышения участия населения в спорте будет способствовать достижению многих целей устойчивого развития.



5

## ПРОСВЕЩЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ СМИ

Кампании по просвещению общественности, которые транслируют четкие сообщения о физической активности, могут охватить широкие слои населения и повысить осведомленность о важности физической активности.

