



Почитувани претставници на граѓанските организации,

Ви благодариме на интересот за учество на Повикот до граѓанскиот сектор за придонес во подготвувањето на Програмата за работа на Владата на Република Македонија за 2019 година. Пополнетиот образец (заедно со прилозите, доколку ги има) доставете го до Одделението за соработка со невладини организации на Генералниот секретаријат на Владата на Република Македонија, бул.Илинден бр.2, 1000 Скопје, до 14.9.2018 година. Со доставување на образецот потврдувате дека се согласувате вашата иницијатива да биде објавена на веб-страницата www.nvosorabotka.gov.mk.

Општи податоци за здружението / фондацијата

Република Македонија			
ВЛАДА НА РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА			
СКОПЈЕ			
Примено:	17-09-2018		
Орг.Един.	Датум:	Прилог:	Вредност:
43-8705/1			

Име на здружението/фондацијата: **ХЕПА Македонија Национална организација за унапредување на здравјето со физичка активност**

ЕМБС (матичен број на правниот субјект според податоците во Централен регистар):

Седиште и адреса (улица, број, општина): **Козара 68-2/16, Центар, Скопје**

Застапник: **Вера Симовска**

Веб страница: www.cindi.makedonija.com, www.facebook.com/Hepa.Macedonia

Електронска пошта (e-mail): hepa.mk@yahoo.com

Телефонски број за контакт: **02/60 90 775**

Лице за контакт: **Вера Симовска**

**Предлог- иницијатива
за годишна Програма за работа на Владата на Република Македонија
за 2019 година**

Наслов на иницијативата: Изготвување и имплементација на Национална стратегија за унапредување на јавното здравје низ подобрување на физичката активност и редуцирање на седентарното однесување на населението во Република Македонија.

-Развој на стратегијата се темели на претходно развиена и имплементирана **Рамка за мониторинг на физичка активност и спорт поврзани со здравствената состојба на населението (EU/WHO HEPA monitoring framework).**

-Континуирано да се следи примената на физичката активност кај населението, а информациите за популационото ниво на физичка активност да се добиени со примена на акцелеметар со што би се добиле објективни податоци наспроти примена на анкетните прашалници.

-Да се добијат стандардизирани податоци за физичката активност кај возрасното население.

Стратешки приоритет: (придонес-поврзаност со определен стратешки приоритет на Владата на Република Македонија): Унапредување на здравјето и превенција на хроничните незаразни болести (ХНБ) кај населението со имплементација на стратегија за физичка активност поврзана со подобрување на здравјето (*EU/WHO HEPA strategy, recommendations and guidelines*) применувајќи мулти-секторски пристап.

Приоритетна цел: (придонес-поврзаност со определена стратешка цел на Владата на Република Македонија): Промоција на здравјето.

Редуцирање на морбидитетот од хронични незаразни болести (ХНБ) низ зголемување на физичка активност, на популационо ниво кај населението во Република Македонија.

Примарни цели:

1. Да се редуцира преваленцијата на физичката неактивност меѓу возрасните лица од 64% на 49%, односно за 15% до 2030 година.
2. Да се редуцираат хроничните незаразни болести (ХНБ) кои се поврзани со физичката неактивност за 10% (дијабет-тип 2, коронарна срцева болест, канцер на дојка и колон како и предвремена смртност) во Република Македонија.
3. Да се зголеми процентот на научните публикации и истражувачки студии фокусирани на поврзаноста на физичката неактивност со ризикот за развој на ХНБ и другите здравствени последици во Република Македонија (во однос на ниво, тренд, корелации, последици, интервенции и политики), а притоа да се применува лонгитудинален дизајн на следење.

Секундарни цели:

4. Да се зголемат индексираниите публикации за применетите интервенции за зголемување на физичката активност кои се темелат на информациски и комуникациски технологии (ICT).
5. Да се зголеми бројот на стандардизирани податоци за физичката активност кај возрасното население, како и за адолесцентната популација со имплементација на мониторинг систем за физичка активност.

НППА (поврзаност со пристапни партнерства, како и соодветна идентификација на поглавје и подрачје): Мулти-секторска политика вклучувајќи ги првенствено секторите: образование, спорт, млади и здравство, а потоа и секторите просторно планирање и транспорт.

Образложение: (Краток опис на иницијативата: причини за предлагање, предмет на уредување доколку се работи за закон или подзаконски акт и надлежен орган на државната управа):

Намалената физичка активност (хипокинезијата) кај населението е една од трите клучни ризик фактори одговорни за зголемениот морбидитет и морталитет од најчестите хронични болести во земјата како што се кардиоваскуларните, дијабетот тип 2 и некои типови на карциноми. Податоци за преваленција на хипокинезијата кај населението се неопходни при утврдување на здравствените потреби, изготвување на здравствената стратегија и проценка на ефикасноста на превентивните интервенции во Републиката.

Тековна состојба

1. Во услови кога намалената физичка активност како независен ризик фактор постана јавно-здравствен проблем, во Републиката сеуште не е изготвена Национална стратегија и програма за унапредување на здравјето низ физичка активност кај децата, адолесцентите, адултната популација и стрите лица.
2. Нема Национален Акционен план за развој и имплементација на Програма за физичка активност и здравје предложена од Светската здравствена организација (*WHO Health-Enhancing Physical Activity- WHO HEPA Strategy*).

3. Училишните деца во Републиката имаат намалени кардиореспираторни способности, под предвидениот аеробен праг за дадената возраст и пол.

4. Утврден е растечки тренд на хипокинезија кај адултната популација. Во 2013 година, хипокинезијата беше утврдена кај 63% од вкупното адултно население што влијае на зголемување на инциденцата на хроничните незаразни болести.

5. Нема поддршка од креаторите на политиката во земјата, а досегашните активности беа реализирани од невладиниот сектор (НВО ХЕПА Македонија).

6. Иницијативата започна во 2003 год. со одбележување на Светскиот ден Движење за здравје во рамките на СИНДИ програмата (*WHO Move for Health*, 2003/2004), продолжи со активности во Европската ХЕПА мрежа (*WHO HEPA Europe*) и со учество во повеќе проекти на Европската унија (*WHO HEPA Europe*, 2005, *EUNAAPA*, 2006-08, *PASEO*, 2009-2010, *ЕУПАСМОС*, 2018) од страна на ХЕПА Македонија.

7. Целта на здравствените, спортско медицински прегледи е да се избегне ризикот од негативни последици и компликации, особено на срцето, мускуло-скелетниот, ендокриниот систем и другите органски системи при постоење на зона на ризик во просторот на физичкото вежбање.

Од тука произлезе потребата од индивидуално програмирање на физичката активност како интерактивен, континуиран и динамичен процес и индивидуално дозирање на интензитетот, честотата и видот на физичката активност, на ниво на здравствениот систем и тоа во рамките на спортската медицина, како и примарната здравствена заштита (*Exercise is Medicine*).

Предлог за изготвување Национална стратегија и програма за унапредување на здравјето низ физичка активност кај децата и адолесцентите, како и адултната популација и старите лица беше поднесен до Министерството за здравство во 2003 год., од националниот координатор на програмата на СЗО СИНДИ, Д-р Вера Симовска, во согласност со предложената методологија на СЗО. <<http://www.cindi.makedonija.com>.

Првиот чекор во таа насока, во 2003 година беше одбележувањето на Светскиот ден Движење за здравје во македонија која беше вклучена меѓу првите четири земји во светот. <http://apps.who.int/infobase/uploadfiles/Move%20for%20Health%20Day_Macedonia_2003.pdf

Одбележување на Светскиот ден Движење за здравје, на 10 мај секоја година е препорака на СЗО, усвоена со Резолуцијата број 55/23 од Светскиот здравствен совет во 2002 год.

Целта беше да се поттикнат сите земји во светот да ја промовираат физичката активност како есенцијална за здравјето, добрата психо-физичка состојба, како и за превенција на хроничните незаразни болести (ХНБ) низ интегриран, мултисекторски пристап.

<<http://www.scribd.com/doc/4373012/Physical-Activity-in-Public-Health-Nutritionpresentation-2007> .

Поттик за прославување на Светскиот ден Движење за здравје, мир и развој беше успешното организирање на Светскиот ден за здравје, на 7 април во 2002 год. што генерира голем ентузијазам и широка поддршка на иницијативата во сите земји во светот.

Воедно, Светскиот ден Движење за здравје беше предложен како искра да го иницира развитокот и унапредувањето на националните политики и програми за физичка активност ширум светот, на локално и национално ниво.

Воедно, Светската федерација за срце (WHF) ги повикува националните влади да развијат политики насочени кон креирање на околина која ќе овозможи активно и здраво живеење и ги повикува националните организации да ги поддржат таквите политики помагајќи во нивната имплементација и мониторинг, 2018.

Очекувани влијанија: (Кои се очекуваните влијанија од предлог-иницијативата)

1. Европските препораки за физичка активност вклучуваат 23 индикатори: интернационални препораки за физичка активност, интер-секторски пристап, образование, спорт, здравство, животна средина и урбано планирање, работна средина, евалуација, зголемување на свесноста и други.
2. Зголемување на пристап до обука и развој на инфраструктурата за професионално работење во областа на физичката активност и здравјето.

3. Зголемување на мулти-секторски партнерства во насока на спроведување на стратегиите за физичка активност.
4. Зголемување на владините можности за финансирање на упатствата за промовирање на физичката активност врз основа на докази (пр. NICE, Водич за превентивни услуги на заедницата), генерирани за унапредување на физичката активност.
5. Да се зголеми процентот на комплетни улици, со зелени површини на регионално, урбано и градско ниво.
6. Да се зголеми бројот и големината на зелените/отворени површини како што се парковите и рекреативните места.
7. Да се зголеми зачестеноста и активно време на часовите по физичко воспитување во училиштата, училишен спорт и вон-часовни програми за училишен спорт.
8. Да се зголемат на регионално, урбано и градско ниво планирањата и политиките на ниво на заедницата кои ќе ги подржат програмите за физичка активност низ редукција на социо-културните и структурни бариери за активен живот.
9. Да се зголеми зачестеноста на вклучување на културните и специфични медиуми и промотивен материјал за физичка активност низ сите гласила и печатени медиуми.
10. Зголемување на процентот на училишта со политики кои бараат дневно физичко образование и физичка активност.
11. Зголемување на бројот на земји што ја распределуваат буџетската ставка за мерење на преваленцата и трендовите на физичката активност.
12. Зголемување на процентот на заедниците со планови за превоз, како приоритетни за одење и велосипед.
13. Редуцирање на процентот на возрасни лица кои повеќе од четири саати дневно минуваат во седење за 5%.
14. Да се редуцира процентот на адолесцентите кои два и повеќе часа дневно минуваат во гледање ТВ за 10%.

Можни решенија

1. Да се дополни Националната стратегија за јавно здравје во Република Македонија, во делот **унапредување на здравјето** (*Health promotion*) со изготвување на Акционен план за имплементација на Национална стратегија и програма за унапредување на здравјето низ физички и спортски активности.
2. Министерството за здравство да завземе централна улога во имплементација на оваа мултисекторска стратегија и програма во која би требало да земат учество секторите спорт, образование, транспорт и урбано планирање.
3. Се јави потреба од индивидуално програмирање на физичката активност како интерактивен, континуиран и динамичен процес со индивидуално дозирање на интензитетот, честотата и видот на физичката активност, на ниво на здравствениот систем. Со цел, да се опфати целото население, освен спортско-медицински служби кои се дефицитарни во земјата, треба да се вклучи и примарната здравствена заштита во креирање на препораки за физичка активност кај пациентите низ едукација на матичните доктори.

Финансиски импликации: (Дали предлог-иницијативата предизвикува финансиски импликации? Ако има, дали потребните средства се обезбедени и од кои извори?)

-Европската комисија: Ерасмус+ Спорт, ХОРИЗОН2020

-Буџет на РМ, сектори: здравство, спорт и млади, и образование.

Прилози (со наведување на авторот на документот):

1. Erasmus+ the European Union Programme for education, training, youth and sport, EACEA, 2018.
2. EU: *Physical Activity Guidelines*



3. Симовска Вера: Придонеси кон Програмата на Владата за 2018 година.

4. Simovska V.: MACEDONIA: A PHYSICAL ACTIVITY CARD – ASSESSING AND MONITORING PHYSICAL ACTIVITY PREVALENCE, RESEARCH AND POLICY. International Journal of Scientific and Professional Issues in Physical Education and Sport "Activities in Physical Education and Sport" 2016; 6 (2):246-249. Simovska Vera: "MACEDONIAN Physical Activity country card". Global Observatory for physical activity. < <http://www.globalphysicalactivityobservatory.com/card/?country=MK>

5. Simovska V.: Monitoring Physical Activity, a New Idea and Integration into Public Health Nutrition. Editorial. *Journal of Nutrition Disorder and Therapy*, an open access journal 2017; 7 (2):1-2.

6. Simovska, V.: FYR of Macedonia: Plan of action for integrated community and control of cardiovascular and other diseases in Macedonia, 2002-2007, 2002. In WHO: Preventing Chronic Diseases: A Framework for Country Action. Background document 1/7, WHO Expert Consultation Meeting 5-8 February 2007. Retrieved April 21, 2014.

13.09.2018 година



Потпис на застапникот

Универзитетски професор
специјалист по физичка активност
супспецијалист по физичка активност

Началник на Одделение за соработка со невладини организации
М.П. ТА
МАКЕДОНИЈА
СКОПЈЕ
ФЗ-21/1
13.09.2018 год.
СКОПЈЕ