



Το νέο Ευρωβαρόμετρο για τον αθλητισμό και τη σωματική άσκηση δείχνει ότι το 55 % των Ευρωπαίων αθλείται*

Βρυξέλλες, 19 Σεπτεμβρίου 2022

Σήμερα η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δημοσιεύει το πέμπτο [Ευρωβαρόμετρο](#) που είναι αφιερωμένο στον αθλητισμό και τη σωματική άσκηση. Η έρευνα δείχνει ότι το 38 % των Ευρωπαίων ασχολείται με κάποιο άθλημα ή κάνει γυμναστική τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα, ενώ το 17 % αθλείται λιγότερο από μία φορά την εβδομάδα. Επί του παρόντος, οι Ευρωπαίοι, σε ποσοστό έως και 45 %, δεν κάνουν ποτέ γυμναστική ούτε συμμετέχουν σε σωματική άσκηση. Μολονότι τα στοιχεία αυτά μαρτυρούν μια σταθεροποίηση σε σύγκριση με το Ευρωβαρόμετρο του 2017, είναι σαφές ότι η συνεχής προώθηση του αθλητισμού και της σωματικής άσκησης εξακολουθεί να είναι απολύτως αναγκαία. Η έρευνα αποκαλύπτει επίσης ότι κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19 οι μισοί Ευρωπαίοι μείωσαν τη σωματική τους άσκηση ή τη σταμάτησαν εντελώς.

Ο κ. Μαργαρίτης **Σχοινάς**, αντιπρόεδρος αρμόδιος για την προώθηση του ευρωπαϊκού τρόπου ζωής μας, δήλωσε σχετικά: «Ο αθλητισμός από μόνος του δεν θα επιλύσει όλα τα προβλήματά μας, αλλά, πέραν των πολύ προφανών οφελών για την υγεία μας, έχει και μια μοναδική δυνατότητα να μας συνδέει μεταξύ μας και να μας δίνει την αίσθηση ότι ανήκουμε σε μια κοινότητα. Ο αθλητισμός μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην οικοδόμηση συνεκτικών κοινωνιών, που είναι μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις που αντιμετωπίζει σήμερα η Ευρώπη. Οι πρωτοβουλίες μας έχουν ήδη επηρεάσει εκατομμύρια ανθρώπους, αλλά το σημερινό Ευρωβαρόμετρο μάς δείχνει ότι πρέπει να συνεχίσουμε να βρίσκουμε νέους τρόπους για να παρακινήσουμε τους Ευρωπαίους στη σωματική άσκηση.»

Η επίτροπος Καινοτομίας, Έρευνας, Πολιτισμού, Εκπαίδευσης και Νεολαίας, κ. Μαρίγια **Γκαμπριέλ**, δήλωσε σχετικά: «Τα αποτελέσματα που παρουσιάζουμε σήμερα δείχνουν ότι είναι ζωτικής σημασίας να συνεχίσουμε και να εντείνουμε τις προσπάθειές μας για την προώθηση της σωματικής άσκησης, του υγιεινού τρόπου ζωής και των παγκόσμιων αξιών —από την ισότητα των φύλων μέχρι τη συμπεριληπτικότητα— μέσω του αθλητισμού. Έχουμε ήδη δρομολογήσει ορισμένες πολύτιμες πρωτοβουλίες για να ενθαρρύνουμε τους πολίτες να είναι πιο δραστήριοι, και μία από αυτές τις πρωτοβουλίες είναι η [Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού](#), η οποία θα ξεκινήσει στο τέλος αυτής της εβδομάδας με εκδηλώσεις και δράσεις σε κάθε γωνιά της Ευρώπης! Σε συνεργασία με τα κράτη μέλη και εταίρους από την ευρωπαϊκή αθλητική οικογένεια —από αθλητές μέχρι προπονητές και συνοικιακούς συλλόγους— και με ιδιαίτερη έμφαση στους νέους σ' αυτό το Ευρωπαϊκό Έτος Νεολαίας, θα χρησιμοποιήσουμε και πάλι την Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού για να παρακινήσουμε κάθε Ευρωπαίο και κάθε Ευρωπαία στη σωματική άσκηση.»

Οι ερωτηθέντες ηλικίας 15-24 ετών σημείωσαν τα υψηλότερα ποσοστά μεταξύ εκείνων που κάνουν γυμναστική ή ασχολούνται με κάποιο άθλημα σχετικά τακτικά (54 %). Το ποσοστό αυτό μειώνεται με την ηλικία: από 42 % για την ηλικιακή ομάδα των 25-39 ετών, σε 32 % για τα άτομα 40-54 ετών και σε 21 % για τα άτομα 55 ετών και άνω. Συνολικά, το Ευρωβαρόμετρο δείχνει ότι οι ερωτηθέντες που κάνουν τακτικά σωματική άσκηση για ψυχαγωγικούς ή μη αθλητικούς σκοπούς δεν αποτελούν την πλειοψηφία σε κανένα κράτος μέλος της ΕΕ.

Σύμφωνα με τα άτομα που συμμετείχαν στην έρευνα, το κύριο εμπόδιο για την άσκηση είναι πρωτίστως η έλλειψη χρόνου και δευτερευόντως η έλλειψη κινήτρου ή απλώς η έλλειψη ενδιαφέροντος για την άθληση. Σαν απάντηση, η εκστρατεία [HealthyLifeStyle4All](#) της Επιτροπής θα συνεχίσει να ευαισθητοποιεί σχετικά με τη σημασία που έχει ο δραστήριος και υγιεινός τρόπος ζωής για όλες τις γενιές και τις κοινωνικές ομάδες.

Από την έρευνα προκύπτει ότι ο κύριος λόγος της σωματικής άσκησης είναι η βελτίωση της υγείας, και μετά η επιθυμία βελτίωσης της φυσικής κατάστασης και η χαλάρωση. Κάθε χρόνο, κατά τη διάρκεια της [Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού](#), η Επιτροπή προωθεί τα οφέλη της άθλησης για τη σωματική και την ψυχική ευεξία. Οι μισοί από τους ερωτηθέντες εξέφρασαν επίσης την επιθυμία τους να αθλούνται σε υπαίθριους χώρους, κάτι που υποστηρίζεται από τις προσπάθειες της Επιτροπής για πιο πράσινο και βιώσιμο αθλητισμό και σωματική άσκηση. Στο πλαίσιο μιας νέας τάσης που καταγράφηκε, και η οποία ενδεχομένως ενισχύθηκε από την πανδημία COVID-19, περίπου το ένα τρίτο προτιμά να αθλείται στο σπίτι.

Τέλος, η σημασία των προσπαθειών της Ευρωπαϊκής Επιτροπής προκειμένου να [βελτιωθεί η ισότητα των φύλων στον αθλητισμό](#) υπογραμμίζεται απερίφραστα από τα αποτελέσματα του Ευρωβαρόμετρου, δεδομένου ότι, μεταξύ των ατόμων που αθλούνται τακτικά, οι άνδρες εξακολουθούν να αποτελούν την πλειονότητα. Στο πλαίσιο αυτό, είναι ενθαρρυντικό το γεγονός ότι οι περισσότεροι από τους ερωτηθέντες σε 25 κράτη μέλη της ΕΕ δηλώνουν ότι επιθυμούν να παρακολουθούν εξίσου αθλητικές διοργανώσεις ανδρών και γυναικών στα μέσα ενημέρωσης.

Ιστορικό

Ειδική έρευνα του Ευρωβαρόμετρου

Η Επιτροπή διενεργεί τακτικά ειδική έρευνα του Ευρωβαρόμετρου για τον αθλητισμό (οι τελευταίες έρευνες πραγματοποιήθηκαν το 2013 και το 2017) με σκοπό την παρακολούθηση των τάσεων όσον αφορά τη συμμετοχή στον αθλητισμό και τη σωματική άσκηση, συμπεριλαμβανομένων των επιπέδων σωματικής άσκησης στην ΕΕ-27 και πληροφοριών σχετικά με τα πλαίσια στα οποία πραγματοποιείται η άθληση.

Το σημερινό Ειδικό Ευρωβαρόμετρο για τον αθλητισμό και τη σωματική άσκηση βασίζεται στις απαντήσεις που έδωσαν σε περίπου 20 ερωτήσεις 26 580 Ευρωπαίοι και από τα 27 κράτη μέλη. Αποτυπώνει, ως βάση μελλοντικών πολιτικών, τις τάσεις όσον αφορά τα επίπεδα συμμετοχής, τα εμπόδια και τις προτιμήσεις στην άθληση. Τα αποτελέσματα θα τροφοδοτήσουν τις δράσεις της Επιτροπής για την προώθηση του αθλητισμού, της σωματικής άσκησης με στόχο τη βελτίωση της υγείας, και ενός υγιεινού τρόπου ζωής συνολικά στην Ευρώπη.

Το πρόγραμμα εργασιών της ΕΕ για τον αθλητισμό (2021-2024), που εγκρίθηκε από το Συμβούλιο, τόνισε τη σημασία των δεδομένων για την άθληση και τα σχετικά επίπεδα συμμετοχής στην ΕΕ. Τα νέα συμπεράσματα του Ευρωβαρόμετρου σχετικά με τις τάσεις στη σωματική άσκηση και τη συμμετοχή στον αθλητισμό θα τροφοδοτούν τις δραστηριότητες που θα αναλαμβάνονται σε ενωσιακό επίπεδο όσον αφορά την επιχειρησιακή και την πολιτική πτυχή του αθλητισμού. Η έρευνα βασίζεται επίσης στις προηγούμενες έρευνες του Ευρωβαρόμετρου, καθιστώντας εφικτή τη συνεχή σύγκριση και παρέχοντας στέρεη βάση για την περαιτέρω ανάπτυξη της πολιτικής για τον αθλητισμό σε επίπεδο ΕΕ, σε στενή συνεργασία με τα κράτη μέλη.

Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού

Η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού είναι μια πρωτοβουλία της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την προώθηση του αθλητισμού και της σωματικής άσκησης σε ολόκληρη την Ευρώπη, συμπεριλαμβανομένων των Δυτικών Βαλκανίων και των χωρών της Ανατολικής Εταιρικής Σχέσης. Ο αθλητισμός και η σωματική άσκηση συμβάλλουν σημαντικά στην υγεία και την ευημερία των Ευρωπαίων πολιτών. Ωστόσο, το επίπεδο σωματικής άσκησης στην Ευρώπη παραμένει επί του παρόντος στάσιμο και, μάλιστα, σε ορισμένες χώρες μειώνεται. Η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού αποτελεί κοινή απάντηση σ' αυτή την πρόκληση, καθώς και έκκληση για δράση προκειμένου να αντιμετωπιστεί το φαινόμενο της αδράνειας, ενθαρρύνοντας τους Ευρωπαίους κάθε ηλικίας να υιοθετήσουν έναν υγιεινό και δραστήριο τρόπο ζωής. Αποτελεί μέρος της εκστρατείας #BeActive, η οποία ξεκίνησε επίσημα στις 23 Ιουνίου, τη Διεθνή Ολυμπιακή Ημέρα. Η εκστρατεία #BeActive του 2022 θα προβάλει άτομα με τα οποία μπορεί να ταυτιστεί κανείς και να αντλήσει από αυτά έμπνευση, και θα διαρθρώνεται γύρω από 3 βασικούς πυλώνες: τη νεολαία, την ένταξη και ισότητα, και τον υγιεινό τρόπο ζωής.

HealthyLifestyle4All

Η πρωτοβουλία *HealthyLifestyle4All* δρομολογήθηκε τον Σεπτέμβριο του 2021 ως διετής εκστρατεία για τη σύνδεση του αθλητισμού και του δραστήριου τρόπου ζωής με τις πολιτικές για την υγεία, τα τρόφιμα και άλλα θέματα. Στόχος της είναι να αναδείξει τη δέσμευση της Επιτροπής να προωθήσει υγιεινούς τρόπους ζωής για όλους, σε κάθε γενιά και κοινωνική ομάδα, επισημαίνοντας ότι όλοι μπορούν να επωφεληθούν από δραστηριότητες που βελτιώνουν την υγεία και την ευημερία. Η πρωτοβουλία είναι ανοικτή στο αθλητικό κίνημα, τις δημόσιες αρχές και τις οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών που μπορούν να συμμετάσχουν στην πρωτοβουλία με τις δικές τους δεσμεύσεις, οι οποίες δημοσιεύονται σε ηλεκτρονικό [πίνακα δεσμεύσεων](#).

Για περισσότερες πληροφορίες

[Ευρωβαρόμετρο 525 — Αθλητισμός και σωματική άσκηση](#)

[Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού | Sport \(europa.eu\)](#)

[Πρωτοβουλία HealthyLifestyle4All | Sport \(europa.eu\)](#)

*Επικαιροποιήθηκε στις 21/9/2022

Αρμόδιοι επικοινωνίας:

[Sonya GOSPODINOVA](#) (+32 2 296 69 53)

[Flore BOUTIER](#) (+32 2 296 60 43)

Ερωτήσεις του κοινού: [Europe Direct](#) τηλεφωνικά [00 800 67 89 10 11](#) ή με [ηλεκτρονικό μήνυμα](#)