

به نام خدا

## گزارش نشست آیین رونمایی و نقد و بررسی کتاب "مردمی فعال تر برای دنیایی سالم تر - برنامه عملیاتی جهانی فعالیت بدنی ۲۰۳۰ - ۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری: ۱۴۰۰/۱۱/۲۴

مدت زمان برگزاری: ۲ ساعت

محل برگزاری: در فضای مجازی به صورت وینار

تعداد اعضای میزگرد: ۴

مدعوین:

سرکار خانم نرگس معدنی پور - عضو محترم شورای اسلامی شهر تهران و همچنین عضو کمیسیون فرهنگی و اجتماعی شورای شهر

جناب آقای دکتر حمید سوری - عضو محترم علمی ستاد مبارزه با کرونا / عضو محترم هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی و مترجم کتاب "مردمی فعال تر برای دنیایی سالم تر - برنامه عملیاتی جهانی فعالیت بدنی ۲۰۳۰ - ۲۰۱۸"

جناب آقای دکتر حمید صاحب - مدیر کل محترم سلامت شهرداری تهران

جناب آقای دکتر فرشید رضایی - رئیس محترم اداره ارتقای سلامت و آموزش بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

جناب آقای دکتر محمد اسماعیل مطلق - رئیس دبیرخانه شورای عالی سلامت و امنیت غذایی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دبیر نشست: دکتر حسنی السادات شمس دولت آبادی



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات

یکپارچه و حقوق

شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین

رونمایی و نقد و

بررسی کتاب "مردمی

فعال تر برای دنیایی

سالم تر - برنامه

عملیاتی جهانی

فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -

۲۰۱۸

تاریخ برگزاری نشست:

۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد



آیین رونمایی و نقد و بررسی کتاب

برنامه عملیاتی جهانی فعالیت های بدنی

۲۰۱۸-۲۰۳۰

# مردمی فعال تر

برای دنیایی سالم تر

یکشنبه ۲۴ بهمن ساعت ۱۴ الی ۱۶



سکسنان ها

نرگس معدنی پور عضو شورای اسلامی

شهر تهران / حمید صاحب مدیر کل

سلامت شهرداری تهران / حمید سوری

عضو هیئت علمی دانشگاه شهید

بهشتی و مترجم کتاب / فرشید رضایی

رئیس اداره ارتقای سلامت و آموزش و

بهداشت وزارت بهداشت، درمان و

آموزش پزشکی / محمد اسماعیل

مطلق رئیس دبیرخانه شورای عالی

سلامت و امنیت غذایی وزارت

بهداشت، درمان و آموزش پزشکی /

دبیر بانل: حسنی السادات شمس

دولت آبادی



## مقدمه

نشست "نقد و بررسی کتاب "مردمی فعال تر برای دنیایی سالم تر- برنامه عملیاتی جهانی فعالیت بدنی ۲۰۳۰ - ۲۰۱۸" از مجموعه نشست‌های مرکز مطالعات و برنامه ریزی شهر تهران در خصوص نشر آثار علمی این مرکز است.

ترجمه این کتاب، برنامه‌ای عملیاتی را برای فعال کردن مردم به‌ویژه در شرایط کرونایی ارائه می‌دهد (که عوارض متعددی بر سلامت شهروندان داشته است) و این امر را تنها با ارائه رویکردی سیستمی و مشارکتی چندبخشی میسر می‌داند.

نشست در راستای تلاش‌های مرکز مطالعات در زمینه موضوع سلامت شهری برگزار شده و هدف آن تبدیل مفاد کتاب به برنامه‌های اجرایی و عملیاتی برای افزایش میزان فعالیت بدنی در سطوح و ارگان‌های مختلف است.

امید است با توجه به اهمیت موضوع وزارت بهداشت، آموزش و پرورش، وزارت ورزش و جوانان و همینطور سایر سازمان‌ها با جدی گرفتن موضوع این برنامه را در کشور عملیاتی کنند. هرچند، تصمیم‌گیری‌های اولیه برای تشکیل کمیته فنی در وزارت بهداشت و زیرمجموعه اداره کل آموزش از دستاوردهای نشست است.



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات

یکپارچه و حقوق

شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین

رونمایی و نقد و

بررسی کتاب "مردمی

فعال تر برای دنیایی

سالم تر- برنامه

عملیاتی جهانی

فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -

۲۰۱۸

تاریخ برگزاری نشست:

۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد

## شرح جلسه

**سخنران اول؛ دکتر حمید سوری**

عضو محترم علمی ستاد مبارزه با کرونا

عضو محترم هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی

و مترجم کتاب "مردمی فعال تر برای دنیایی سالم تر- برنامه عملیاتی جهانی فعالیت بدنی ۲۰۳۰ - ۲۰۱۸"

مترجم بیش از ۳۱ عنوان کتاب و محقق و مدرس در حوزه اپیدمیولوژی

## شرح سخنرانی

ارائه مفاهیم کلیدی کتاب مردمی فعال تر دنیایی سالم تر

کلیات و آمار در زمینه موضوع:

❖ متأسفانه روند افزایش وزن و کاهش فعالیت بدنی در کشورهای کم‌درآمد و دارای درآمد

متوسط از جمله کشور ما بالا است که سازمان جهانی بهداشت بار ناشی از این امر را در این

کشورها نسبت به کشورهای با درآمد بالا ۲ برابر می‌داند.

❖ شیوع فعالیت بدنی ناکافی در ایرانیان بالاتر از ۱۸ سال ۳۳/۲ درصد بوده که در زنان بسیار بالاتر

از مردان است (۴۳/۴ درصد در مقابل ۲۳/۱ درصد). این رقم برای مثال در فنلاند ۱۶/۶ و در

کویت ۶۷/۰ درصد است).



- ❖ در حال حاضر در سراسر جهان، ۱ نفر از ۴ نفر بزرگسال و ۳ نفر از ۴ نوجوان (۱۱ تا ۱۷ سال) توصیه‌های جهانی را برای فعالیت بدنی تعیین شده توسط سازمان جهانی بهداشت برآورده نمی‌کنند. با توسعه اقتصادی کشورها، سطح عدم فعالیت افزایش می‌یابد.
- ❖ هزینه سالانه جهانی بی‌حرکی جسمی برای مراقبت‌های بهداشتی مستقیم ۵۴ میلیارد دلار، به علاوه ۱۴ میلیارد دلار اضافی ناشی از کاهش بهره‌وری برآورد می‌شود.

### از این رو، افزایش فعالیت بدنی نیازمند رویکردی مبتنی بر سیستم است. هیچ سیاست واحدی راه‌حل نیست.

- ❖ **چشم‌انداز کتاب:** مردمی فعال‌تر برای دنیایی سالم‌تر
- ❖ **مأموریت:** اطمینان از دسترسی همه مردم به محیط ایمن و توانمند و داشتن فرصت‌های متنوع برای فعالیت جسمی در زندگی روزمره، به‌عنوان ابزاری برای بهبود سلامت فردی و اجتماعی و کمک به توسعه اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی همه ملل
- ❖ **هدف:** کاهش نسبی ۱۵ درصدی شیوع جهانی بی‌حرکی جسمی تا سال ۲۰۳۰
- هدف ۱: ایجاد جوامع فعال
- هدف ۲: ایجاد محیط‌های فعال
- هدف ۳: مردم را فعال کنید
- هدف ۴: نظام‌های فعال ایجاد کنید
- ❖ **پیاده‌سازی:** اجرای ملی رویکرد «مبتنی بر سیستم»، ترکیب استراتژیک از سیاست‌های پاسخگو را برای پیاده‌سازی کوتاه‌مدت (۳-۲ ساله)، میان‌مدت (۶-۳ ساله) و بلندمدت (۱۲-۷ ساله) باشد.
- ❖ **خواست، تعهد، پایش و گزارش‌دهی، در تمامی مراحل پیاده‌سازی لازم و ضروری است.**

### برنامه اقدام جهانی برای فعالیت بدنی

۲۰۱۸-۲۰۳۰

### اصول کلی برنامه

- اجرای این برنامه اقدام را باید بر اصول زیر استوار باشد:
- بر اساس نیازهای مراحل مختلف زندگی (از جمله کودکی، نوجوانی، بزرگسالی و سن بالاتر)، سطوح مختلف فعالیت فعلی و توانایی با اولویت در رفع اختلافات و کاهش نابرابری‌ها در نظر بگیرد.
- باید از رویکرد مبتنی بر حق استفاده کند و برای درگیر کردن و توانمندسازی افراد و جوامع برای مشارکت فعال در پیشرفت راه‌حل‌ها تعهد داشته باشند.
- اقدام مبتنی بر شواهد: اقدامات سیاستی توصیه شده توسط پایگاه قوی مبتنی بر مستندات علمی، همچنین عملیات مبتنی بر شواهد از ارزشیابی فعال و تأثیر آن‌ها، اطلاع‌رسانی می‌شوند.
- همگرایی سیاست و سلامت در همه سیاست‌ها



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

تنظیم:  
مدیریت مطالعات  
یکپارچه و حقوق  
شهری

موضوع:  
گزارش نشست آیین  
رونمایی و نقد و  
بررسی کتاب "مردمی  
فعال‌تر برای دنیایی  
سالم‌تر - برنامه  
عملیاتی جهانی  
فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -  
۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:  
۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد



تخصیص متناسب منابع برای اقدامات لازم با تمرکز بر مشارکت افراد با کمترین فعالیت و کسانی که با بیشترین موانع افزایش مشارکت روبرو هستند، باید در اولویت باشد. مشارکت‌های چندبخشی و تقویت همکاری ذی‌نفعان همه سطوح (سازمان‌های وابسته به دولت، سمن‌ها، موسسات توسعه‌ای کشوری و بین‌المللی، انجمن‌های تخصصی، مردم، رسانه‌های جمعی، WHO، رهبران شهری و دولت محلی، بنیادهای بشردوستانه، مؤسسات دانشگاهی و تحقیقاتی، بخش خصوصی و رهبران صنعتی) تعامل و توانمندسازی سیاست‌گذاران، مردم، خانواده‌ها و جوامع

### هدف ۱: ایجاد جوامع فعال

- ❖ ارتقای سطح آگاهی، دانش و فهم مزایای متعدد فعالیت بدنی منظم و کاهش رفتار کم‌تحرك بر سلامت، با توجه به توانایی فرد، خانواده و جامعه
- ❖ انجام بسیج ملی و مبتنی بر جامعه برای افزایش آگاهی، درک و فهم مزایای اجتماعی، اقتصادی و زیست‌محیطی فعالیت‌های بدنی
- ❖ اجرای برنامه‌های منظم فعالیت‌های بدنیا درگیر کردن همه جوامع و مشارکت جمعی، در فضاهای عمومی و در مناسبت‌های اجتماعی و فرهنگی
- ❖ تقویت آموزش‌های قبل و ضمن خدمت متخصصان در داخل و خارج حوزه سلامت، از جمله بخش‌های حمل‌ونقل، برنامه‌ریزی شهری، آموزش، گردشگری و تفریح و ورزش و تربیت‌بدنی

### هدف ۲: ایجاد محیط‌های فعال

- ❖ تقویت ادغام سیاست‌های برنامه‌ریزی شهری و حمل‌ونقل، با اولویت‌بندی مناسب اصول استفاده متراکم و مختلط اراضی در همه سطوح حکومت، برای ایجاد محله‌های متصل‌به‌هم برای پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری، سایر اشکال تحرک و استفاده از وسایل حمل‌ونقل عمومی، در جوامع شهری و روستایی.
- ❖ ارتقای سطح خدمات ارائه‌شده زیرساختی شبکه پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری، ایجاد امکان و ارتقای پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری، سایر اشکال تحرک شامل استفاده از چرخ (از جمله ویلچر، اسکوتر و اسکیت) و استفاده از وسایل حمل‌ونقل عمومی، در مناطق شهری، جوامع شهری و روستایی، با رعایت اصول دسترسی ایمن، همگانی و عادلانه افراد در هر سن و توانایی و همسو با سایر الزامات
- ❖ اولویت دادن به اقداماتی که ایجاد خطر به آسیب‌پذیرترین کاربران راه را کاهش می‌دهد
- ❖ تقویت دسترسی به فضای عمومی و سبز با کیفیت، شبکه فضای سبز، فضاهای تفریحی (از جمله رودخانه‌ها و مناطق ساحلی) و امکانات ورزشی برای همه افراد
- ❖ تقویت خط‌مشی‌ها، دستورالعمل‌ها و چارچوب‌های نظارتی و طراحی مناسب در سطح ملی و محلی برای ارتقای امکانات عمومی، مدارس، مراقبت بهداشتی، امکانات ورزشی

### هدف ۳: مردم را فعال کنید

- ❖ ایجاد و تقویت فرصت‌های بیشتر آموزش فعالیت بدنی و تجارب مثبت برای فعالیت‌های تفریحی، ورزشی و بازی دختران و پسران با به‌کارگیری اصول با رویکرد مدرسه محور



مرکز مطالعات و برنامه‌ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات

یکپارچه و حقوق

شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین

رونمایی و نقد و

بررسی کتاب "مردمی

فعال تر برای دنیایی

سالم‌تر - برنامه

عملیاتی جهانی

فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -

۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:

۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد



- ❖ پیاده‌سازی و تقویت سیستم‌های ارزیابی بیمار و در صورت لزوم مشاوره مناسب در مورد افزایش فعالیت بدنی و کاهش کم‌تحركی، توسط ارائه‌دهندگان مراقبت‌های بهداشتی، اجتماعی و جامعه، در مراقبت‌های بهداشتی اولیه و ثانویه و خدمات اجتماعی
- ❖ افزایش ایجاد فرصت‌های بیشتر برای برنامه‌های فعالیت بدنی در سطح پارک‌ها و سایر محیط‌های طبیعی (مانند ساحل، رودخانه‌ها و کنار دریا) همچنین در محل‌های کار خصوصی و عمومی، مراکز اجتماعی، امکانات تفریحی و ورزشی و مراکز مذهبی
- ❖ افزایش و ایجاد فرصت‌ها، برنامه‌ها و خدمات مناسب و متناسب، باهدف افزایش فعالیت بدنی و کاهش کم‌تحركی در افراد سالمند
- ❖ تقویت، توسعه و اجرای برنامه‌ها و خدمات در محیط‌های مختلف اجتماعی، ایفای نقش همه مردم برای افزایش فرصت‌های فعالیت بدنی در گروه‌های کم‌فعال مانند دختران، زنان، افراد مسن، جوامع روستایی و بومی و جمعیت‌های آسیب‌پذیر یا حاشیه‌نشین
- ❖ تقویت، توسعه و اجرای برنامه‌ها و خدمات در محیط‌های مختلف اجتماعی، ایفای نقش همه مردم برای مشغول شدن و افزایش فرصت‌های فعالیت بدنی در گروه‌های کم‌فعال مانند دختران، زنان، افراد مسن، جوامع روستایی و بومی و جمعیت‌های آسیب‌پذیر یا حاشیه‌نشین

#### هدف ۴: نظام‌های فعال ایجاد کنید

- ❖ تقویت چارچوب‌های سیاستی، نظام‌های رهبری و حاکمیت در سطح ملی و محلی برای حمایت از اجرای اقداماتی باهدف افزایش فعالیت بدنی و کاهش کم‌تحركی، از جمله مشارکت چندبخشی و بخشی
- ❖ تقویت سیستم‌ها و قابلیت‌های داده‌ها در سطح ملی و در صورت لزوم سطح محلی برای حمایت از: مراقبت منظم جمعیتی از فعالیت بدنی و رفتار کم‌تحرك در همه سنین و حوزه
- ❖ تقویت ظرفیت تحقیق و ارزشیابی ملی و موسسه‌ای و تحریک استفاده از فن‌آوری‌های دیجیتال و نوآوری برای تسریع در توسعه و اجرای راه‌حل‌های مؤثر سیاستی باهدف افزایش فعالیت بدنی و کاهش رفتار کم‌تحرك.
- ❖ تلاش برای حمایت از تبلیغات برای افزایش آگاهی و دانش، مشارکت در یک اقدام مشترک در سطح جهانی، منطقه‌ای و ملی، هدف قرار دادن مخاطبان اصلی از جمله رهبران سطح بالا، سیاست‌گذاران در چندین بخش، رسانه‌ها، بخش خصوصی، رهبران شهری و جامعه و اجتماعات وسیع‌تر
- ❖ تقویت مکانیسم‌های تأمین مالی برای اطمینان از اجرای پایدار اقدامات ملی و محلی و گسترش سیستم‌های توانمند که از توسعه و اجرای سیاست‌ها

#### پیاده‌سازی

- ❖ هیچ سیاستی واحدی برای حل مسئله وجود ندارد.
- ❖ توجه به فرهنگ، زمینه و منابع متفاوت
- ❖ اولویت‌بندی، قابلیت اجرا و سرعت به اجرا درآوردن با توجه به بسترها متفاوت خواهد بود.
- ❖ اجرای کوتاه‌مدت (۲-۳ سال)، متوسط (۳-۶ سال) و بلندمدت (۷-۱۲ سال)



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات  
یکپارچه و حقوق  
شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین  
رونمایی و نقد و  
بررسی کتاب "مردمی  
فعال تر برای دنیایی  
سالم تر - برنامه  
عملیاتی جهانی  
فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -  
۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:

۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد



- ❖ رهبری و تعهد قوی و قابل مشاهده برای تعیین یک چشم انداز ملی که ارتقای فعالیت بدنی و کاهش رفتار کم تحرک را در اولویت قرار دهد و مشارکت فعال چندین بخش را در همه سطوح تأمین کند.
- ❖ همه مشارکت کننده ها باید سیاست و حاکمیت خود را ارزیابی و تقویت کنند تا در دستور کارشان، هم افزایی های موجود برای ارتقای فعالیت بدنی و کاهش رفتار کم تحرک را شامل و به حداکثر برسانند.
- ❖ هماهنگی برنامه ریزی ملی، اجرا، ارزیابی و نظارت بر پیشرفت و مشارکت همه ذینفعان، کاری اساسی است.
- ❖ بسیج منابع
- ❖ مشارکت جوامع
- ❖ ترویج و جلب حمایت همه ذینفعان
- ❖ اقدام مبتنی بر شواهد

## برخی اقدامات توصیه شده برای کشورهای عضو، دبیرخانه سازمان جهانی بهداشت و ذینفعان

### تشکیل انجمن های فعال

- ❖ تدوین یک راهبرد ارتباطی ملی برای فعالیت بدنی به عنوان بخشی از برنامه کشوری فعالیت بدنی
- ❖ اجرای برنامه های مداوم آموزش عمومی، بسیج آگاهی و تغییر رفتار با استفاده از کانال های ارتباطی سنتی و مجازی اجتماع
- ❖ استفاده از رویدادهای ورزشی، هنری، فرهنگی، بهداشتی و سایر وقایع به عنوان فرصت هایی برای افزایش گسترده آگاهی و ارتقای مشارکت در فعالیت های بدنی و کاهش رفتار کم تحرکی برای تماشاگران، طرفداران و جامعه
- ❖ مشارکت بین بخش بهداشت و سایر بخش ها را برای مشارکت در روزها، هفته ها و یا ماه ها در ارتقا و افزایش آگاهی از فعالیت بدنی و رفتار کم تحرک
- ❖ همه ذینفعان باید از افزایش سرمایه گذاری در فعالیت های بدنی، بر اساس شواهد قوی موجود در مورد فواید سلامت، سودهای مشترک قابل توجه و احتمال بازگشت سرمایه حمایت کنند.

## برخی اقدامات توصیه شده برای کشورهای عضو

### جوامع فعال ایجاد کنید

- ❖ انجام کمپین های قابل دسترسی گسترده
- ❖ پشتیبانی و در صورت لزوم مشارکت در کارزارهای ملی، منطقه ای و بین المللی در مورد موضوعات مربوط به فعالیت بدنی
- ❖ اجرای برنامه های رایگان و در دسترس همگان در کل جامعه که فرصت هایی را برای فعالیت در فضاهای عمومی محلی فراهم می کند



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات

یکپارچه و حقوق

شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین

رونمایی و نقد و

بررسی کتاب "مردمی

فعال تر برای دنیایی

سالم تر - برنامه

عملیاتی جهانی

فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -

۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:

۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد



- ❖ تدوین و انتشار راهنماهای ملی
- ❖ تقویت برنامه‌های آموزشی قبل و حین خدمت به حرفه‌های پزشکی و حوزه‌های سلامت
- ❖ مشارکت بخش آموزش در آموزش قبل و بعد خدمت کادر آموزشی و مدیران آموزش
- ❖ اطمینان از گنجاندن فعالیت‌های بدنی در آموزش حرفه‌ای بخش‌های مربوطه در خارج از حوزه سلامت، از جمله و نه تنها در بخش‌های حمل و نقل، برنامه‌ریزی شهری، آموزش، مراقبت‌های اجتماعی، گردشگری
- ❖ اقدام کارشناسان بخش ایمنی برای تقویت درک درست ذی‌نفعان از سیستم‌های ایمن و گسترش ایمنی عابران پیاده، دوچرخه‌سواران و کاربران حمل و نقل عمومی

### محیط‌های فعال ایجاد کنید

- ❖ همه سطوح دولت باید در صورت لزوم، پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و حمل و نقل عمومی را به‌عنوان روش‌های ترجیحی سفر در سیاست‌های مربوط به حمل و نقل، فضایی و برنامه‌ریزی شهری به‌ویژه موارد مرتبط با مراکز شهری در اولویت قرار دهند.
- ❖ حمایت از اجرای ارزیابی‌های جامع بهداشتی و اقتصادی سیاست‌های حمل و نقل و برنامه‌ریزی شهری برای ارزیابی تأثیر آن‌ها بر سلامتی و فعالیت‌های بدنی و همچنین تأثیرات زیست‌محیطی آن‌ها
- ❖ حمایت از توسعه و اجرای برنامه‌ریزی و سیاست حمل و نقل، دستورالعمل‌ها و مقرراتی که به‌طور مناسب فضای شهری را از حمل و نقل موتوری شخصی برای حمایت از پیاده‌روی، دوچرخه-سواری و استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی
- ❖ تقویت و حمایت از اجرای بهداشت در کلیه سیاست‌ها در سطح ملی و فرعی، با تمرکز بر گنجاندن موضوعات مربوط به فعالیت
- ❖ حمایت از مشارکت مؤثر جوامع در مشارکت مستقیم در فرآیندهای برنامه‌ریزی شهری و حمل و نقل‌بدنی در سیاست‌های مربوطه در بخش‌های اصلی مانند برنامه‌ریزی، حمل و نقل، مسکن اجتماعی، آموزش و ورزش



مرکز مطالعات و برنامه‌ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات  
یکپارچه و حقوق  
شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین  
رونمایی و نقد و  
بررسی کتاب "مردمی  
فعال تر برای دنیایی  
سالم‌تر - برنامه  
عملیاتی جهانی  
فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -  
۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:  
۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد

### اهم مباحث دکتر سوری

- ❖ مسایل مرتبط با افزایش فعالیت بدنی و یا کاهش آن چند متغیره بوده و وابسته به عوامل متعددی هستند.
- ❖ تأثیرات منفی کاهش فعالیت بدنی همچنان مورد بحث و بررسی است و بخش اعظم آن مانند کوه یخ، همچنان مورد توجه قرار نگرفته است.
- ❖ مطالعات معتبر جهانی نشان می‌دهد که هیچ امری تأثیرگذارتر از افزایش سطح فعالیت بدنی در تأمین سلامت مردم نیست.
- ❖ در نظر داشتن رویکرد فعال در مقابل رویکرد passive بسیار مهم است. مسأله کشف بیماری و یا آینده‌نگری نسبت به مشکلات آینده از اهمیت بالایی برخوردار است که تنها با دستیابی به اطلاعات صحیح ممکن خواهد بود.



- ❖ کتاب مورد بحث قطعا چارچوب‌های لازم جهت ریل‌گذاری را ارائه می‌دهد، اما باید توجه داشت که بومی‌سازی و همراهی این اصول با شرایط فرهنگی، مورد توجه قرار گیرد.
- ❖ در سیاست‌های کلان نظام و بیانات تصمیم‌گیرندگان هیچ‌گاه منعی برای فعال کردن مردم وجود نداشته است و حتی بارها مردم را به این امر تشویق کرده‌اند. ممکن است در برخی زمینه‌ها محدودیت‌هایی وجود داشته باشد، اما ممنوعیت نداریم.
- ❖ باید در این خصوص جهانی فکر کرده و محلی و بومی همراه با مقتضیات فرهنگی عمل کنیم.

## سخنران دوم:

دکتر حمید صاحب

پزشک عمومی

دارای مدرک Maste of public health از دانشگاه تهران

کارشناس رسانه و ارتباطات

مدیر گروه اجتماعی و خانواده شبکه سلامت

مدیر کل سلامت شهرداری تهران

موضوع سخنرانی؛ **نقدی بر تعریف سلامت** و ارائه پیشنهادات برای برنامه عملیاتی

فعالیت بدنی در شهرداری تهران

### شرح سخنرانی

راه کارهای برون رفت از این مسأله واحد نیست و ابعاد متفاوتی را دربرمی‌گیرد.

سهم سیاست‌های بهداشتی در بروز فعالیت‌های فیزیکی مؤثر و مطلوب آنچنان که ارزیابی می‌شود بالا نیست.

حال این سوال مطرح است که آیا بی‌تحركی مردم در اثر سیاست‌های سلامت است؟

آموزه‌های ما سهم مهمی در رفتار ما دارند اما مسایل عمده دیگری نیز در این زمینه موثرند که داشتن حال خوب از آن جمله است.

حال خوب الزاما با اشراف به مزایای رفتار سالم تأمین نمی‌شود.

حال خوب بی‌انگیزگی، تنبلی و چاقی را از ما دور می‌کند سلامت نتیجه حال خوب است که سیاست‌گذاران باید به این امر توجه و اشراف لازم داشته باشند.



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات

یکپارچه و حقوق

شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین

رونمایی و نقد و

بررسی کتاب "مردمی

فعال تر برای دنیایی

سالم تر - برنامه

عملیاتی جهانی

فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -

۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:

۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد





موضوع سلامت انسان است و تعریف سلامت نیازمند تعریف انسان است. انسان تعریف شده در مکاتب غربی با نگرش ما به این موضوع متفاوت است.

وجود انسان تنها امری مادی نیست. وجودی است واحد و مجرد که بعد نیز یافته است. بعد تظاهر مادی انسان است. انسان در این تعریف مشخصا با تعریف غربی آن متفاوت است. اگر این وجود به هر نحوی دچار اختلال شود، تشخیص‌های آن درست نخواهد بود. خلق آن درست نخواهد بود. در تعریف غربی داشتن زندگی اجتماعی و اقتصادی مثر ثمر از ملاک‌های سنجش سلامت شناخته می‌شوند، درحالیکه این امر با نگاه ما متفاوت است. آنچه مطابق ذات ماست حال ما را خوب کرده و خلاف آن به حال بد و عدم سلامتی می‌انجامد. حال چگونه باید حال خوب را در افراد ایجاد و تقویت کرد؟ این امر وابسته به ورودی‌ها به وجود فرد است.

برنامه عملیاتی شهرداری تهران، برای افزایش سطح فعالیت بدنی در شهر تهران دربرگیرنده توانمندسازی مردم در تمامی زمینه‌ها است. یعنی این توانمندی از طریق؛ خواستن، دانستن و توانستن در آنها ایجاد شود تا قادر باشند تغییرات مورد نظر را در خود انجام دهند. هدف کلان ما، مراجعه ما به مردم و نه بالعکس است. در واقع، تلاش داریم مردم را کنشگر و طلبمند بسازیم.

تاکنون در این راستا، کانون‌هایی را در سطح محلات تشکیل دادیم که البته هنوز سازماندهی موثری نیافته است. تلاش داریم کارت‌هایی شهروندی را طراحی کنیم که برای افراد مختلف خانواده فعالیت‌های تشویقی تعریف شود. یعنی اگر فرد آموزش‌های خاصی را دریافت کند می‌تواند از مجموعه‌ای از مزایا بهره‌مند شود. در قشر سالمندان توانسته‌ایم این امر را محقق کنیم اما همچنان برای سایر گروه‌ها نیازمند تلاش بیشتر در این زمینه هستیم.

در واقع هدف اصلی ما فعال کردن گروه‌های متفاوت مردمی و سپس پشتیبانی از آنان است.



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

تنظیم:

مدیریت مطالعات  
یکپارچه و حقوق  
شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین  
رونمایی و نقد و  
بررسی کتاب "مردمی  
فعال تر برای دنیایی  
سالم تر - برنامه  
عملیاتی جهانی  
فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -  
۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:  
۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد

## اهم مباحث دکتر صاحب

- ❖ تغییر رفتار با تغییر نگرش صورت می‌گیرد که ایجاد تغییر رفتاری نیز امری بسیار مشکل است.
- ❖ در برخی کشورها همچون؛ انگلستان و سوئیس، شهرداری‌ها به افرادی که داوطلب آموزش محلی برای گروه‌های مختلف هستند، وجه نقد پرداخت می‌کنند و به این ترتیب از توانمندسازی جامعه حمایت می‌کنند.
- ❖ سهم سیاست‌های بهداشتی در بروز فعالیت‌های فیزیکی مؤثر و مطلوب آنچنان که ارزیابی می‌شود بالا نیست.
- ❖ برای افزایش سطح سلامت اجتماعی و به تبع آن افزایش سطح فعالیت بدنی نیازمند ایجاد حال خوب در شهروندان هستیم.
- ❖ حال خوب الزاما با اشراف به مزایای رفتار سالم تأمین نمی‌شود که سیاستگذاران باید به این امر توجه و اشراف لازم داشته باشند.
- ❖ در تعریف غربی داشتن زندگی اجتماعی و اقتصادی مثر ثمر از ملاک‌های سنجش سلامت شناخته می‌شوند، درحالیکه این امر با نگاه ایرانی اسلامی ما متفاوت است.



- ❖ برنامه عملیاتی شهرداری تهران، برای افزایش سطح فعالیت بدنی دربرگیرنده توانمندسازی مردم در تمامی زمینه‌ها است. یعنی این توانمندی از طریق؛ خواستن، دانستن و توانستن در آنها ایجاد شود.
- ❖ هدف اصلی در این زمینه فعال کردن گروه‌های متفاوت مردمی و سپس پشتیبانی از آنان است.

## سخنران سوم؛

دکتر فرشید رضایی

رئیس اداره ارتقای سلامت و آموزش بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی  
متخصص بیماری‌های عفونی



مرکز مطالعات و برنامه ریزی  
شهر تهران

## اهم مباحث دکتر رضایی

- ❖ مسائل عمده مورد توجه دفتر آموزش وزارت بهداشت شامل سه موضوع؛ سرطان، بهداشت دهان و دندان و فعالیت بدنی است.
- ❖ کتاب مورد بحث جلسه، به عنوان چراغ راه برای تنظیم برنامه فعالیت بدنی در این وزارت خانه مورد توجه قرار خواهد گرفت.
- ❖ کمیته‌ای فنی در اداره کل آموزش وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با حضور اعضای از اداره کل سلامت شهرداری تهران، وزارت ورزش و جوانان و وزارت آموزش و پرورش برای تنظیم برنامه عملیاتی فعالیت بدنی و نهایتاً اجرائی کردن آن در آینده‌ای نزدیک تشکیل خواهد شد.

تنظیم:

مدیریت مطالعات

یکپارچه و حقوق

شهری

موضوع:

گزارش نشست آیین

رونمایی و نقد و

بررسی کتاب "مردمی

فعال تر برای دنیایی

سالم‌تر - برنامه

عملیاتی جهانی

فعالیت بدنی ۲۰۳۰ -

۲۰۱۸"

تاریخ برگزاری نشست:

۱۴۰۰/۱۱/۲۴

پیوست: ندارد