

ÁSKORUN TIL STJÓRNVALDA – LÝÐHEILSA OG FORVARNIR

TILLAGA FRÁ STJÓRN UMFI

54. Sambandsþing UMFI haldið á Fosshóteli, Stykkishólmi 10.-12. október 2025, samþykkir, að skora á stjórnvöld og ríkisstjórn að efla lýðheilsu þjóðarinnar með því að hrinda af stað þjóðarátaki í lýðheilsu og forvörnum, þar sem kraftar íþrótta- og ungmennafélagshreyfingarinnar verða nýttir til fulls.

Áhersla skal lögð á að styrkja þátttöku og aðstöðu fyrir:

- íþróttir barna og ungmenna,
- hreyfingu og íþróttastarf fullorðinna,
- heilsueflandi æfingar fyrir eldri borgara.

Greinargerð:

Lýðheilsa er eitt mikilvægasta viðfangsefni samfélagsins og hefur bein áhrif á lífsgæði, vellíðan og heilbrigði þjóðarinnar. Samkvæmt rannsóknum hefur regluleg hreyfing jákvæð áhrif á bæði líkamlega og andlega heilsu, dregur úr líkum á alvarlegum sjúkdómum og eykur samfélagslega virkni og samheldni. Íþróttastarf á Íslandi hefur forvarnargildi eins og sýnt hefur verið fram á ítrekað í rannsóknum undanfarin ár.

Íþrótta- og ungmennafélagshreyfingin gegnir lykilhlutverki í þessu starfi. Hún er á landsvísi samtök með sterkar rætur í nærumhverfi fólks, þar sem áhersla er lögð á jafnræði, þátttöku og fjölbreytt tækifæri fyrir einstaklinga á öllum aldri. Hreyfingin nýtur trausts í samfélaginu og hefur áratuga reynslu af því að skapa vettvang fyrir heilbrigða hreyfingu, félagslega þátttöku og uppbyggilegt starf.

Með því að virkja krafta íþrótta- og ungmennafélaganna enn frekar geta stjórnvöld stuðlað að:

- þátttöku barna og ungmenna í íþróttum, sem leggur grunn að heilbrigðum lífsstíl,
- fjölbreyttu framboði á íþróttum fyrir fullorðna, sem styrkir bæði líkamlega og andlega heilsu,
- markvissum heilsueflandi úrræðum fyrir eldri borgara, sem geta dregið úr einangrun og bætt lífsgæði.

Þannig er fjárfesting í hreyfingu og lýðheilsu ekki einungis til hagsbóta fyrir einstaklinga, heldur einnig fyrir samfélagið í heild, með minni heilbrigðiskostnaði, aukinni framleiðni og sterkari félagslegum tengslum.

Vísað til: