

Portal Województwa Lubuskiego



Lubuszanie najbardziej aktywni fizycznie w Polsce



Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -19 lipca 2019 godz. 09:11

56 proc. Lubuszan to ludzie aktywni fizycznie co najmniej raz w tygodniu. Ten wskaźnik jest najwyższy w Polsce - wynika z badań przeprowadzonych przez Multisport Index 2019, które publikuje Gazeta Wyborcza. - Zdrowie i jakość życia to nasza inteligentna specjalizacja. Od lat promujemy aktywność fizyczną i profilaktykę i to przynosi efekty. Lubuszanie ruszają się coraz więcej, bo wiedzą, że od tego zależy nie tylko ich dobra forma, ale także zdrowie, nawet życie - mówi marszałek Elżbieta Anna Polak.

Według badań Multisport Index 2019 wynika, że co trzeci dorosły Polak nie podejmuje żadnej aktywności fizycznej, a blisko połowa populacji spędza w pozycji siedzącej ponad pięć godzin każdego dnia. Jak czytamy na łamach Gazety Wyborczej, ze statystyk Światowej Organizacji Zdrowia wynika, że brak ruchu przyczynia się do ponad 3 mln zgonów rocznie. Z badań wynika, że najbardziej aktywni są ludzie młodzi. Znacznie mniej rusza się osób starszych. – Regularny ruch wpływa nie tylko na zdrowie, ale też jakość życia seniorów, bo pozwala dłużej zachować samodzielność, sprawność fizyczną i naukową – czytamy na łamach GW.

Lubuskie od lat stawia na promocję zdrowego stylu życia, w tym aktywności fizycznej. - Rolą samorządu jest promocja aktywnego spędzania czasu, zwiększanie aktywności fizycznej mieszkańców, propagowanie aktywnych form spędzania wolnego czasu. Dbamy także o zapewnienie odpowiedniej infrastruktury. Jak widać te działania przynoszą efekty. Lubuszanie są fit! – mówi marszałek Elżbieta Anna Polak. Samorząd województwa mocno inwestuje w sport. Najpierw tworząc niezbędną infrastrukturę. W 2015 roku Lubuskie znalazło się na pierwszym miejscu rankingu pisma samorządowego Wspólnota pod względem wydatków na sport i od tego czasu nie zwalania tempa. Perłą lubuskiej infrastruktury sportowej jest Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji w Drzonkowie. Tylko w latach 2011-2014 na modernizację i utrzymanie obiektów Ośrodka wydano 37 mln zł. Dzięki wsparciu samorządu województwa w Drzonkowie funkcjonują dziś obiekty na europejskim i światowym poziomie. Ale sport w regionie to nie tylko Drzonków. Województwo było

aktywnym uczestnikiem rządowego programu „Moje Boisko – Orlik (powstało 87 takich obiektów), realizowało także swoje autorskie projekty: nowatorski projekt budowy boisk do plażowej piłki siatkowej „Lubusik – sportowe Lubuskie na lato”, czy siłownię pod chmurką, czy projekt modernizacji kąpielisk. Jednak infrastruktura to nie wszystko. To także akcje społeczne, jak pikniki zdrowia czy marszkiada oraz inne działania m.in. stypendia sportowe, współpraca z organizacjami pozarządowymi, wspieranie sportu w szkołach itp.