

歐盟舉辦年度運動週，提倡健康生活習慣

駐歐盟兼駐比利時代表處教育組

歐盟執委會本週(2018年9月23至30日)舉辦第四屆「歐洲運動週(European Week of Sport)」，旨在激勵人們積極參與體育活動並意識到身體活動的重要性。9月22日由歐盟主管教育、文化、青年和體育事務執委納提伯(Tibor Navracsics)於維也納宣布啟動，一系列體育賽事和宣傳活動於未來一週正式展開，同時並由知名的體育大使團隊結合各界合作夥伴，推展歐洲各地的活動，包括學校、上班場所、運動俱樂部及戶外場地等，以喚起全歐體認運動的重要性。

「歐洲運動週」始於2015年，已激勵32個歐洲國家的數百萬人在日常生活中保持運動習慣。歐盟新伊拉斯莫斯計畫也於2017年首次編列專款鼓勵運動相關計畫經費，未來新伊拉斯莫斯新一期(2021-2027年)計畫，對於運動相關補助經費將倍增，突顯歐盟對於運動議題的日漸重視。

根據調查，59%的歐洲人從不或很少鍛煉或從事運動，而37%的歐洲人每天久坐5.5小時以上，不活動的結果，導致健康出問題，醫療支出上升。上述警訊，似也呼應了歐盟提倡多運動以維持身體健康是必須的舉措。

譯稿人：陳秀娟

資料來源：歐盟運動週官網

<https://ec.europa.eu/sport/week>