



# Fit 4 Health

*страст към спорта и спортуване в безопасна среда*

Проектът Fit 4 Health е финансиран от Европейската комисия в рамките на програмата „Подготвителни дейности - европейско партньорство в областта на спорта“ - EAC/S03/, договор № EAC-2013-0476. Заглавието на проекта е “Здравето на младите спортисти – основна задача по време на спортни тренировки и състезания”

Цел на проекта Fit 4 Health: да допринесе за разработването на концепция за обучение за спортуване за здраве за младите спортисти, с акцент върху предотвратяването на наранявания и развитието на здравословна и безопасна среда за обучение.

## Проектът Fit 4 Health е насочен към:

разработване на превенции за подобряване на и предпазване при спортуване за здраве, особено при младите спортисти, с цел избягване на странични ефекти от травми и свръхтрениране по време на тренировки;

насърчаване на спортуването за здраве сред младите спортисти в контекста на дефиницията на Световната здравна организация: “Здравето е състояние на пълно физическо, психическо и социално благосъстояние, а не е просто отсъствие на болест или недъг”;

осигуряване моралното и образователно развитие и професионалните интереси на спортистите;

стартране на социален диалог на европейско ниво за целия сектор на спорта и отбиха, с цел повишаване качеството на спортните центрове и техния персонал, и тяхното обучение за специфичните рискове, касаещи връзката между отпадането от спорта и нивото на общественото здраве;

стимулиране прилагането на цялостен и интегриран подход към младите спортисти, касаещ съобразена физическа подготовка;

коучинг (психическо благосъстояние);

хранене, начин на живот и допинг;

пряко предизвикателство по отношение укрепване на здравето чрез спорт, социални и образователни функции на „неадаптираните системи за свързване на спорта с образованието“.

## Цели на проекта Fit 4 Health:

Цел 1 – Да допринесе за изясняване условията по време на тренировки и състезания;

Цел 2 – Да се предприемат и обменят образователни/обучителни инициативи за оценка на риска и предотвратяване на/предпазване от травми

Цел 3 – Да се ангажират заинтересованите лица на местно ниво

Цел 4 – Да се подобри осведомеността на заинтересованите лица на местно ниво

Цел 5 – Да се даде принос към спортуването за здраве, предлагайки „златни правила“ за стандарти за безопасност в 5 дисциплини (волейбол, крикет, финландски скуош, художествена гимнастика и баскетбол)

## Участници в проекта Fit 4 Health

Проектът включва институционални организации и спортни асоциации от пет страни от ЕС: Италия, България, Великобритания, Финландия и Хърватия, и представители на пет дисциплини.

Координатор на проекта:  
**CONI CR MARCHE** [www.marche.coni.it](http://www.marche.coni.it)

Партньори по проекта:  
**ASSOCIAZIONE SPORTIVA ANKON VOLLEY** [www.ankonvolley.it](http://www.ankonvolley.it)  
**EUROPEAN HEALTHY STADIA NETWORK CIC** [www.healthystadia.eu](http://www.healthystadia.eu)  
**LANCASHIRE COUNTY CRICKET CLUB** [www.lccc.co.uk](http://www.lccc.co.uk)  
**GRADANSKI KOŠARKAŠKI KLUB ŠIBENIK** [www.gkk-sibenik.com](http://www.gkk-sibenik.com)  
**GRAD VRGORAC** [www.vrgorac.hr](http://www.vrgorac.hr)  
**KARIER OY** [www.karier.fi](http://www.karier.fi)  
**FERA RY** [www.fera.fi](http://www.fera.fi)  
**DIA-SPORT ASSOCIATION** [www.diasport.org](http://www.diasport.org)  
**N&A LTD** [www.nnabg.com](http://www.nnabg.com)

Адрес за контакти на координатора на проекта:  
**CONI CR MARCHE**  
Palasport Rossini - Strada Prov.le Cameranesse 60029 - ANCONA ITALY  
[info@fit4healthproject.eu](mailto:info@fit4healthproject.eu)

Този проект е финансиран с подкрепата на Европейската комисия.

Тази публикация отразява само личните виждания на нейните автори и от Комисията не може да бъде търсена отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.