



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

"تحدي دبي للياقة" 2018 يعزز من تحول دبي إلى المدينة الأكثر نشاطاً على مستوى العالم

- زيادة حجم المشاركة بنسبة 34 في المائة ليصل عدد المشاركين إلى 1,053,100
- 92 في المائة من المشاركين إلتزموا بممارسة التمارين الرياضية طوال فترة التحدي يومياً لمدة 30 دقيقة على الأقل
- ساهم التحدي في تغيير أسلوب حياة المشاركين من خلال زيادة اتباع عادات صحية حيوية بما في ذلك التمارين الرياضية (76 في المائة) وشرب الماء (73 في المائة) والنوم الكافي (70 في المائة)

دبي، 4 فبراير 2019: تمكّن "تحدي دبي للياقة" 2018 من تحقيق نتائج إيجابية والمساهمة في تعزيز مسيرة دبي نحو التحول إلى المدينة الأكثر نشاطاً على مستوى العالم، مع حرص سكان وزوار دبي على الإنخراط في هذه المبادرة التي أطلقها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي، والمشاركة بفاعلية في الأنشطة الرياضية والاجتماعية التي تضمنتها.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وشهد "تحدي دبي للياقة" الذي أقيم على مدار 30 يوماً في الفترة من 26 أكتوبر حتى 24 نوفمبر 2018، وامتدت فعالياته لتشمل المدينة بأكملها، مشاركة عدد غير مسبوق من الراغبين بتغيير أسلوب حياتهم، حيث بلغ عددهم 1,053,100 مشاركاً. وبالإضافة إلى تسجيل زيادة في عدد المشاركين بنسبة 34 في المائة مقارنة بعام 2017 (786000 مشارك)، شهدت الدورة الثانية تفاعلاً أوسع وبنسبة 92 في المائة، وذلك بالمقارنة مع المستوى المرتفع الذي شهدته دورة عام 2017 والذي بلغ 90 في المائة.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وتضمن تحدي 30×30 برنامجاً تفاعلياً أوسع وأشمل، مع مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية وتمارين اللياقة بما في ذلك 8000 حصة لياقة، إضافة إلى قرى اللياقة الخمس الجديدة لدورة 2018 التي سُيّدت في مجمعات رئيسية في دبي، وتم تجهيزها بمعدّات متكاملة حولت المدينة بأكملها إلى وجهة للأنشطة الرياضية المجانية للجميع، إلى جانب إقامة فعاليات مجانية للجمهور، وورش عمل للعناية بالصحة العامة والجلسات التدريبية في 250 موقعاً، ما أتاح لجميع المقيمين والزوار من مختلف الفئات العمرية ومستويات اللياقة البدنية تحقيق الحد الأدنى من النشاط البدني اليومي وهو عبارة عن 30 دقيقة. بالإضافة إلى ذلك، ومن أجل تحفيز الجماهير وتمكينها وإلهامها، حظي التحدي بدعم العديد من المشاهير ونجوم الرياضة من حول العالم، ومنهم ماركوس سميث الذي أتم 30 ماراتوناً في 30 يوماً، والسير مو فرح، أفضل الرياضيين البريطانيين في تاريخ الألعاب



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

الأولمبية الحديث، وفريق "أينجل وولف" برنامج "معاً نستطيع" المجتمعي #TogetherWeCan المعد خصيصاً لأصحاب الهمم، وكريس وهايدي باول الشهيران في عالم اللياقة اللذان قدما إلى دبي لتشجيع وإلهام المشاركين لتعزيز نشاطهم البدني والالتزام بأسلوب حياة أكثر صحة وسعادة حتى ما بعد فترة التحدي.



وقال أحمد الخاجة، المدير التنفيذي لمؤسسة دبي للمهرجانات والتجزئة: "لقد تمكّنت الدورة الثانية من مبادرة تحدي دبي للياقة، التي أطلقها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي، رئيس المجلس التنفيذي، من إحداث تغيير في مفاهيم العديد من الأشخاص وجعلتهم يحققون نتائج إيجابية إنعكست بشكل ملحوظ على أسلوب حياتهم. ولقد أظهرت



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

الدراسة المقارنة لسلوك المشاركين ما قبل التحدي وبعده وتقييم تأثيره الملموس، ارتفاع معدلات الرضا لتشمل مختلف جوانب المبادرة، بالإضافة إلى تحسن ملحوظ في خيارات أسلوب الحياة. ولاشك أنّ هذه المؤشرات القوية تدل على أنّ هذا النشاط على مستوى المدينة يتحوّل إلى منصّة إجتماعية تساهم في زيادة صحة أفراد المجتمع، وبالتالي، تحقيق الرفاهية والسعادة لمجتمع دبي بأكمله".





26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

وأضاف قائلاً: "إنّ التعاون المثمر والبناء بين القطاعين العام والخاص ساهم في نجاح الدورة الثانية لتحدي دبي للياقة. وبالفعل، فإن الإهتمام الفردي، والجهود الجماعية، بالإضافة إلى الشغف لدى جميع الشركاء سواء من الجهات الحكومية أو المؤسسات التعليمية، أو مزودي الرعاية الصحية بالإضافة إلى شركات الخدمات والمرافق، والمصارف والمطورين، مكنتنا من جني ثمار هذه المبادرة والحصول على فوائد مستدامة".

ووفقاً للتقرير الذي تم نشره حول تأثير هذه المبادرة، فقد حقق "تحدي دبي للياقة" 2018 نسبة رضا إجمالية بلغت 85% مع مشاركة فئة الأشخاص "النشطين جداً" بنسبة أعلى بلغت 87%. وأبرز التقرير 3 عوامل مهمة ساهمت في تحقيق أعلى درجات الرضا، وبالتالي التفاعل والمشاركة والتأييد، حيث بلغت نسبة عامل السلامة والأمن 89 في المائة، فيما حقق عامل التعامل الودي للقائمين على الفعاليات ما نسبته 88 في المائة، والأجواء العامة سواء البيئة/ المكان بنسبة 84 في المائة.

ويعكس "تحدي دبي للياقة" عبر استقطابه للمشاركين من مختلف الفئات العمرية والجنسيات، التنوع الكبير والتناغم الواضح الذي يتميز به مجتمع إمارة دبي، حيث كانت نسبة المشاركة الأوسع من قبل الجالية الهندية (31 في المائة)، تلتها الجالية الفلبينية (11 في المائة)، ومن ثم المواطنين الإماراتيين (10 في المائة)، بالإضافة إلى مشاركة الآلاف من السكان من الجالية الباكستانية ومصر والمملكة المتحدة الذين شاركوا بحماس كبير في هذه الفعالية على مدار شهر كامل. وشكل طلاب المدارس أكثر من نصف المشاركين خلال العام 2018، حيث كانت نسبتهم 55 في المائة بزيادة ملحوظة عن العام 2017 والتي كانت 44 في المائة. ويأتي هذا الانجاز متوافقاً مع أهداف التحدي في ترسيخ أهمية اتباع أسلوب حياة صحي بين الطلاب والتأكيد على استدامة اتباع العادات الصحية لرفع مستوى اللياقة بين جيل الشباب.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

وبالإضافة إلى النمو الملحوظ في الأرقام، استطاع 92 في المائة من المشاركين تحقيق هدف تحدي 30 × 30 مقارنة مع 90 في المائة خلال دورة العام 2017 مع تسجيل 61 في المائة من المشاركين على الأقل 30 إلى 60 دقيقة يومياً و21 في المائة 60 إلى 90 دقيقة، و10 في المائة حققوا أكثر من 90 دقيقة باليوم من التمارين الرياضية. وشارك 41 في المائة في أنشطة تحدي دبي للياقة مقارنة بـ 33 في المائة خلال العام 2017. وشهدت قرى اللياقة الخمس مشاركة واسعة وخاصة قرى مركز دبي للسلع المتعددة وكايت بيتش والنخلة جميرا وهذا يعكس النجاح الكبير لمبادرة "تحدي دبي للياقة" ونوعية الفعاليات والأنشطة التي قدمتها وأتاحها أمام الجميع .

ومن جهة أخرى وبالنسبة إلى تغيير أسلوب الحياة على المدى البعيد، ساهم "تحدي دبي للياقة" بشكل كبير في زيادة اتباع عادات صحية حيوية، حيث أكد 76 في المائة من المُستطلعة آراؤهم ممارستهم للتمارين الرياضية 3 مرات أسبوعياً، و50 في المائة اتباعهم لحميات غذائية، و73 في المائة شربهم لأكثر من ثمانية أكواب من الماء يومياً، و70 في المائة أخذهم لحاجتهم من النوم الكافي بمعدل 6 ساعات يومياً. وأظهرت النتائج الفرق خلال فترة ما قبل "تحدي دبي للياقة" وما بعده، حيث كانت نسبة زيادة اتباع العادات الصحية 28 في المائة خلال العام 2018 وهو ضعف زيادة العام 2017 التي كانت نسبتها 14 في المائة.

واختتم الخاجة حديثه قائلاً: "بالنظر إلى الاقبال الواسع على المشاركة من قبل الجميع والنجاح الكبير لـ"تحدي دبي للياقة"، يدفعنا الحماس أكثر وأكثر إلى رؤية هذا الحدث الهام يحقق نتائجاً تتماشى مع رؤية وتوقعات سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم. ونحن على ثقة تامة أن دورة العام المقبل ستستقطب المزيد من المشاركين وسنستمر بدعمنا لشركائنا ومختلف الهيئات لضمان المساهمة الفعالة في تغيير حياة الناس وتعزيز مستويات السعادة لديهم".



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

وبشكل عام، فقد نجح "تحدي دبي للياقة" وعلى مدار 30 يوماً في تحقيق أهدافه المتمثلة في تشجيع الجمهور على اتباع أسلوب حياة صحي والتأكيد على ضرورة ممارسة الأنشطة الرياضية باستمرار والتي كان من أبرزها خلال فترة التحدي، الأيروبيك ورياضة المشي والجري والهرولة واليوغا والزومبا والباليه ورفع الأثقال وكرة القدم والسلة والكريكيت والسباحة والكاياك والغوص .

وكذلك شهدت فعاليات "تحدي دبي للياقة" خلال العام 2018 مشاركة أوسع خاصة بعد تطوير التطبيق الجديد الخاص بالحدث والذي ساعد بشكل ملحوظ في استقطاب المزيد من المشاركين إلى الفعاليات التي تم تنظيمها على مدار 30 يوماً، حيث استخدم نسبة 54 في المائة من السكان هذا التطبيق بشكل يومي خلال فترة التحدي وهو أعلى بقليل من النسبة التي سجلت خلال العام 2017. وسجلت رياضة المشي نسبة التسجيل والمتابعة الأعلى (30 في المائة) ورياضة الجري (20 في المائة) بين مستخدمي التطبيق .

وسيستمر تطبيق " دبي للياقة" في دعم مستخدميه لتحقيق 30 دقيقة يومياً من التمارين الرياضية حتى بعد اختتام هذا الحدث، حيث يستمر 18 في المائة من المسجلين باستخدامه لتحفيزهم على ممارسة الرياضة. ويتوفر هذا التطبيق المتوافق مع كافة الأجهزة مجاناً في " آب ستور" App Store لمستخدمي آي أو إس iOS و"غوغل بلاي" Google Play لأجهزة الأندرويد Android، ويمكن ربطه مع تطبيقات أخرى تعنى باللياقة مثل "فيتبيت" Fitbit و"سترافا" Strava و"آبل هيلث" Apple Health.

-انتهى-

الشركاء والرعاة لتحدي دبي للياقة 2018

- الشركاء الاستراتيجيون: "هيئة كهرباء ومياه دبي" (ديوا)؛ "شركة الإمارات للاتصالات المتكاملة" (دو)؛ "مجلس دبي الرياضي"؛ "دائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي"؛ "هيئة المعرفة والتنمية البشرية"؛ "بنك الإمارات دبي الوطني"؛ "شركة بتروال الإمارات الوطنية (إينوك)"؛ "هيئة الطرق والمواصلات".



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

- الشركاء الرسميون: شبكة الإذاعة العربية؛ الشركة الوطنية للضمان الصحي (ضمان)؛ طيران الإمارات؛ شركة غلانيا؛ موانئ دبي العالمية؛ ميداكلينيك؛ ناكي؛ أبو قوس؛ تكنوجيم؛ المنطقة الحرة بمطار دبي (دافزا)؛ غرفة تجارة وصناعة دبي؛ دائرة التنمية الاقتصادية (اقتصادية دبي)؛ هيئة الصحة بدبي؛ واحة دبي للسيليكون؛ بلدية دبي؛ دبي أوبرا.
- شركاء المواقع: دبي فستيفال سيتي؛ مركز دبي المالي العالمي؛ مركز دبي للسلع المتعددة؛ إعمار؛ مراس؛ نخيل.
- الرعاية الداعمون: ديكاثالون؛ لجنة تأمين الفعاليات؛ هواوي؛ افكو العالمية للأغذية؛ ماي دبي؛ بيبسيكو.
- الشريك الرسمي للتجارة الالكترونية: نون

حول "تحدي دبي للياقة":

تم إطلاق مبادرة "تحدي دبي للياقة" لتحفيز كافة المقيمين في إمارة دبي وزوارها على تعزيز نشاطهم البدني والالتزام بممارسة النشاطات الرياضية لمدة 30 دقيقة يومياً على مدار 30 يوماً. ويضم التحدي الذي ينطلق بتاريخ 26 أكتوبر ويستمر حتى 24 نوفمبر 2018، جميع أشكال الأنشطة البدنية الرياضية، بدءاً من كريكيت الشاطئ وركوب الدراجات الهوائية وكرة القدم إلى التجديف على الألواح وقوفاً، والألعاب الجماعية والمشي وتمارين اليوغا والكثير غيرها. ويدعو التحدي الجميع للمشاركة فردياً أو برفقة الأصدقاء وأفراد العائلة والزلاء للاستمتاع بتجربة طرق جديدة ومشوقة لتحسين لياقتهم البدنية. ويمكن للمشاركين مراقبة مستوى أدائهم عبر تطبيق "تحدي دبي للياقة" والمساهمة في تحويل دبي إلى إحدى أكثر المدن نشاطاً وصحة وسعادة وذكاء على مستوى العالم.