



**Ávarp
forseta Íslands
Guðna Th. Jóhannessonar
á unglingsmóti UMFÍ
29. júlí 2022**

Ráðherra og forystusveit Ungmennafélags Íslands, Árborgar
og Héraðssambandsins Skarphéðins,
ágætu þátttakendur á unglingsmóti
og aðrir áheyrendur.

Mér er það heiður og ánægja að taka til máls á opunarhátíð þessa landsmóts, þessa frábæra viðburðar í samfélagi okkar. Hér gefst ungmennum gott tækifæri til þess að reyna á sig í leik og keppni, hitta vini og kunningja – og eignast nýja vini og kunningja. Við hin eldri fylgjumst með og fyllumst bjartsýni yfir því að yngri kynslóðin standi sig enn betur en við í því að bæta hag okkar allra.

„Ræktun lýðs og lands.“ Þau einkunnarorð Ungmennafélags Íslands eru enn í fullu gildi. Þar haldast hreyfing og hollusta í hendur. Góð lýðheilsa er eitt mikilvægasta verkefnið í því velferðarríki sem við búum í og hana viljum við rækta hvern einasta dag. Þetta mót er svo sannarlega til þess fallið og glæsileg íþróttamannvirki hér í bæ vitna um vilja til þess að efla æskulýðsstarf, og lýðheilsu um leið.

Það hefur kostað sitt. En ég leyfi mér samt að halda því fram að hér hafi verið sparað stórfé. Þetta mót er alls kyns forvörn á sinn hátt og við þurfum að huga betur að þeim þætti í þjóðfélaginu, ekki aðeins í þágu okkar sjálfra – sem er nú nógu mikilvægt – heldur líka fyrir ríkiskassann og misdigrá sjóði sveitarfélaganna. Því hefur verið haldið fram með gildum rökum að nú renni um 2-3% af útgjöldum á sviði heilbrigðismála

til forvarna af ýmsu tagi. Drjúgur meirihluti fari hins vegar í glímuna við langvinna lífsstílstengda sjúkdóma.

Já, hreyfing og keppni eru gulls ígildi – en öllu má ofgera. Það bætir svo sannarlega ekki líkama og sál ef manni finnst stöðugt að maður sé ekki í nógu góðu formi, ekki nógu grannur, að maður fari ekki eins oft og öll hin í fjallgöngur, hjólatúra og þríþrautir, að ég tali nú ekki um að maður hafi ekki hlaupið Laugaveginns eins og annar hver vinur á Fésbók. Öflug lýðheilsa snýst ekki um þetta, eilífan samanburð, eilíft álag og eilífa keppni við sjálfan sig og aðra. Aðgerðir á sviði lýðheilsu eiga að snúast um jákvæða hvata og heilbriggt sjálfstraust án alls metings og monts. Gott lýðheilsustarf snýst um virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, listina að vilja reyna á sig en kunna líka að njóta hvíldar og þekkja sín takmörk – að kunna að þakka fyrir góða heilsu þótt maður sé ekki vöðvabúnt eða fjallageit.

Með öðrum orðum: Gott lýðheilsustarf snýst í raun um ungmennafélagssanda. En góðir áheyrendur: Stundum er það svo að fólk hefur þann ágæta anda í flimtingum: Við erum ekki í einhverju ungmennafélagsdúttli hérna, heyrir sagt – við erum að æfa og keppa til sigurs. Við ætlum að vera best, við ætlum ekkert að gefa eftir, við förnum öllu fyrir árangur.

Nú skal ég viðurkenna að fátt þykir mér eins skemmtilegt og að fylgjast með okkar besta fólki í afreksíþróttum. Ég nefni sem dæmi frá þessu ári tvö Evrópumót, öfluga frammistöðu strákanna okkar í handbolta og svo stelpnanna okkar í fótbolta, að ekki sé minnst á glæsilegt frjálsíþróttamót hér á Selfossi fyrir í sumar.

En allt hefur sinn stað og sína stund. Nýlega var rifjað upp að eitt sinn vann kvennalandslið okkar í fótbolta mótherja sinn með yfir tíu marka mun. „Voruð þið ekki farnar að vorkenna þeim?“ var ein okkar stúlkna spurð. „Vorkenna?“ svaraði hún að bragði. „Þetta er enginn firmabolti.“ Það var satt og rétt og vel að orði komist. Og ég er nokkuð viss um að Danir vorkenndu okkur ekki þegar við töpuðum 14-2 fyrir þeim í fótbolta karla fyrir nær hálfri öld.

En hversu snemma á krókurinn að beygjast? Byrjum við of fljótt að leggja áherslu á keppni í stað leiks í íþróttum? Ég held að við séum í meginatriðum á góðum stað og réttri braut en ég hef samt séð fótboltaleik hjá tíu ára krökkum þar sem lið var komið 20 mörkum yfir og áfram var kné látið fylgja kviði, engum til gagns. Ég hef séð vítakeppni þar sem foreldrar klöppuðu og hrópuðu af gleði þegar barni í liði mótherjanna brást bogalístin. Ég hef séð stjórnanda í stóru fyrirtæki hrópa að táníngi, sem var að dæma leik, hvað sé eiginlega að henni og hún sé til skammar.

Ég hef séð föður hrópa að dreng sínum að hlaupa upp kantinn, gefa fyrir, „Nei, takt‘ hann á!“ – og allt saman eflaust í blóra við leiðsögn þjálfara – þar til sá stutti tók boltann, dúndraði honum upp í stúku og hrópaði: „Ert þú að spila eða ég?“

Loks get ég líka vitnað í rannsóknir sem sýna að of mikið álag á unglunga getur hæglega aukið líkur á meiðslum og ekki síður valdið því að ánægja og tilhlökkun breytist í kvíða og kulnun. Þá er til lítils unnið – þá skilar harkan ekki árangri.

Ágætu áheyrendur á unglungalandsmóti: Auðvitað eigum við að leyfa krökkum að keppa og reyna á sig – og styðja þau ungmenni sem vilja leggja hart að sér. Við hin eldri eigum samt að vita um leið að það eru ekki stundarsigrar á unga aldri hér og þar sem skipta máli þegar til lengdar lætur. Í góðri íþróttastefnu er hlúð að öllum, öllum gert kleift að njóta sín á eigin forsendum. Á góðu íþróttamóti ungmenna er ekki hrópað að keppendum og dómurum. Og góðir þjálfarar efla jákvæðan keppnisanda þar sem áhersla er lögð á heilbriggt sjálfstraust, mikilvægi samvinnu og stuðnings í eigin liði ef svo ber undir, auk virðingar fyrir dómurum og mótherjum, í friði frá þessum fáu foreldrum sem missa sig í hita leiksins.

Þegar allt kemur til alls held ég því þess vegna fram að við njótum alltaf góðs af ungmennafélagsandanum í okkar íþrótt-, æskulýðs- og lýðheilsustarfi. Því meiri ungmennafélagsandi, þeim mun meiri líkur á því að fólki líði vel í samfélaginu, og þeim mun meiri líkur á að við eignumst öflugt afreksfólk sem við viljum styðja til dádá. Lifi því ungmennafélagsandinn og lifi unglungalandsmót og við skulum hrópa ferfalt húrra fyrir Ungmennafélagi Íslands – það lengi lifi!