



Přijmi a vydej 2009

Tisková zpráva k zahájení kampaně se soutěží od 15. 8. – 15. 11. 2009

Nedostatečný pohyb a nadbytečný příjem potravy provázejí náš každodenní život a jsou příčinou nadváhy a obezity ve světě i v ČR. Jsou i důvodem k vyhlášení 4. ročníku kampaně „**Přijmi a vydej**“ spojené se soutěží o ceny. Kampaň vyhláší společně Ministerstvo zdravotnictví a Státní zdravotní ústav, je realizována jako projekt podpory zdraví č. 9945/09 s názvem „Přijmi a vydej“ v rámci dotačního řízení Národní program zdraví – projekty podpory zdraví.

Kampaň začíná dnem **15. srpna a trvá do 15. listopadu 2009**, po zpracování výsledků soutěže bude provedeno losování o výhru cen. V loňském ročníku kampaně Přijmi a vydej se do její soutěžní části přihlásilo 1 084 osob.

Kampaň je součástí aktivit navazujících na programy Světové zdravotnické organizace, která prevenci nadváhy a obezity považuje za jeden z hlavních úkolů veřejného zdravotnictví v 21. století. Podle aktuálních údajů (studie Životní styl a obezita 2005, STEN MARK) má nadměrnou hmotnost 52 % dospělé české populace, z toho 17 % trpí obezitou. V ČR je téměř 16% dětí s nadváhou či obezitou a to je o 6% více než před osmi lety (průzkum v rámci preventivních prohlídek dětí ve věku 5, 13,17 let u praktických lékařů pro děti a dorost, 2006). Z celkového počtu respondentů mělo 8,2% nadváhu, 7,1% obezitu, 4,6 % podváhu. Nadváha a obezita je spojena s mnohými dalšími onemocněními, jejich známkou je mj. zvýšená hladina cholesterolu a vysoký krevní tlak. Přestože se v posledních letech mírně zlepšily stravovací návyky, je zaznamenán nedostatek pohybových aktivit a to je varovný příznak především u dětí. Rozhodující ve výživě dětí jsou stravovací návyky v rodině, pokud je upřednostňována pestrá strava a dostatek pohybu, je to vklad do života každého dítěte.

Cílem kampaně „Přijmi a vydej 2009“ je zvýšení motivace lidí ke zlepšení návyků v oblasti stravování a pohybové aktivity tak, aby vedly k rovnováze mezi energetickým příjmem a výdejem. Cílovou skupinou plošné celorepublikové kampaně **tvoří rodiny s dětmi**. Podstatnou částí kampaně bude motivační soutěž, v níž účastníci po dobu několika dnů budou sledovat vlastní energetický příjem potravou a energetický výdej pohybem. Poté zvolí jeden den a podle návodu si vypočtou přijatou a vydanou energii a výsledek zašlou jako součást přihlášky.

Soutěžící se mohou přihlásit na tištěných přihláškách nebo elektronicky na www.szu.cz s elektronickou kalkulačkou hodnocení spotřeby a pohybu. Po zaslání výsledků budou zařazeni do slosování o horská kola, sportovní a turistické vybavení. Vlastním cílem není ovšem výhra ceny, ale zamyšlení se nad způsobem života ve smyslu sloganu soutěže „**Vyhraj nad leností a nadváhou – vyhraješ zdraví.**“

Realizátory kampaně jsou Státní zdravotní ústav a jeho dislokovaná pracoviště podpory zdraví v jednotlivých krajských městech ČR.

Mediálními partnery a sponzory jsou:



Kontakt:

MUDr. Věra Kernová

Hlavní řešitel projektu

Tel: 26708 2493

267082488

e-mail: soutez@szu.cz

www.szu.cz