



## **Přijmi a vydej 2010** **Tisková zpráva k zahájení kampaně se soutěží od 1. 8. – 15. 11. 2010**

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 5. 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. 9945/10 s názvem „Přijmi a vydej“ v rámci dotačního řízení Národní program zdraví – projekty podpory zdraví.

Kampaň začíná dnem **1. srpna a trvá do 15. listopadu 2010**, po zpracování výsledků soutěže bude provedeno losování o výhru cen. V loňském ročníku kampaně Přijmi a vydej se do její soutěžní části přihlásilo 1 846 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 (Evropské výběrové šetření o zdravotním stavu v ČR – EHIS CR 2008) má nadměrnou hmotnost 54 % dospělé české populace, z toho 17 % trpí obezitou. Nadváha byla zjištěna u 63% mužů a 46% žen, pravděpodobnost výskytu nadváhy u mužů je 2,4x vyšší než u žen.

Prevalence obezity u sedmiletých dětí v roce 2008 byla 8,2% u chlapců a 5,4% u dívek ( v roce 2001 to bylo 7,3% a 7,7%). Dohromady mělo nadváhu či obezitu 15% chlapců a 12,7% dívek ( v roce 2001 15,2% a 16,7%). Výsledky naznačují pozitivní trend ve vývoji prevalence nadváhy a obezity u sedmiletých dětí, zejména dívek (Zdroj: studie WHO: „Childhood obesity surveillance initiative“ 2008 a studie SZÚ - 6. celostátní antropologický výzkum dětí 2001).

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 2010“ 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](http://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: kernova@szu.cz

e-mail: soutez@szu.cz

www.szu.cz