



Přijmi a vydej 2009

Tisková zpráva k závěru kampaně 10.12.2009

Nedostatečný pohyb a nadbytečný příjem potravy provázejí náš každodenní život a jsou příčinou nadváhy a obezity. Byly i důvodem vyhlášení dalšího ročníku kampaně „Přijmi a vydej“. Kampaň vyhlásilo společně Ministerstvo zdravotnictví a Státní zdravotní ústav a byla realizována jako projekt PPZ č. 9945 „Přijmi a vydej“ dotačního programu Ministerstva zdravotnictví Projekty podpory zdraví. Kampaň byla součástí aktivit navazujících na programy Světové zdravotnické organizace, která prevenci 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. Životní styl dospělých včetně stravovacích návyků a pohybového režimu přebírají i jejich děti, proto zdravý způsob života pro zdravý vývoj dítěte musí být zaměřen i na rodiče a širší rodinu.

Cílem kampaně „Přijmi a vydej“ bylo zvýšení motivace lidí ke zlepšení návyků v oblasti stravování a pohybové aktivity tak, aby vedly k rovnováze mezi energetickým příjmem a výdejem. Podstatnou částí kampaně byla **motivační soutěž**, v níž účastníci sledovali vlastní energetický příjem potravou a energetický výdej pohybem a výsledky jednoho dne zaslali koordinátorům projektu. Vodítkem jim byla tištěná nebo elektronická přihláška, v níž byl návod na výpočet přijaté energie i výpočet energie vydané. Po zaslání výsledků byli účastníci zařazeni do slosování o horská kola a mnoho dalších cen. Vlastním cílem nebyla ovšem výhra ceny, ale zamyšlení se nad způsobem života ve smyslu sloganu soutěže „Vyhrať nad leností a nadváhou – vyhraješ zdraví.“

Realizátory kampaně byl Státní zdravotní ústav a dislokovaná pracoviště podpory zdraví v jednotlivých regionech.

Přihlášky do soutěže byly zasílány poštou, nebo e-mailem na adresu soutez@szu.cz Bylo možné použít interaktivní nástroj s přímým přihlášením do soutěže, který byl na webových stránkách SZÚ www.szu.cz. Na webových stránkách jednotlivých partnerů byly prolinky na webové stránky SZÚ.

Hlavními partnery kampaně byly následující subjekty:

Albert – propagace a distribuce přihlášek v síti prodejen Albert v celé ČR a věnování cen do soutěže,

Ministerstvo zdravotnictví – propagace kampaně a věnování hlavních cen

Na propagaci kampaně se dále podílely: Národní síť zdravých měst, STOB, Liga proti rakovině, Centrum zdraví, Česká obec sokolská, Česká asociace sport pro všechny a mnoho dalších subjektů v krajích ČR.

Kromě distribuce přihlášek a propagace prostřednictvím hlavních partnerů byla kampaň propagována a přihlášky distribuovány poštou do schránek obyvatel jednotlivých regionů v ČR, dále při akcích, které organizovaly nebo se na nich podílely odborní pracovníci podpory zdraví v regionech (např. sportovní akce, dny či festivaly zdraví, vernisáže výstav), na samostatných propagačních dnech „Přijmi a vydej“, v menších prodejnách, na úřadech a dalších veřejných prostorech, ve zdravotnických zařízeních, ve sportovních zařízeních, ve veřejných dopravních prostředcích, v podnicích (především podnicích zapojených do sítě Zdravý podnik), klubech, školách, poradnách. Po dobu 2 měsíců byl každou hodinu vysílán propagační spot na velkoplošných obrazovkách ve třech městech - v Praze, Plzni a Zlíně.

Kampaň byla propagována v regionálních veřejných sdělovacích prostředcích (noviny, rozhlas). Součástí rozhovorů s propagátory kampaně nebyla jen kampaň samotná, ale i informace o významu správného způsobu života pro zdraví. Celkem bylo osloveno odhadem 0,5 milionu lidí, kteří se tak dozvěděli nejen o možnosti aktivní účasti v soutěži, ale i o správné výživové a pohybové životosprávě. Přihláška s návodem k výpočtu zůstala osloveným lidem jako trvalý nástroj ke kontrole vlastní energetické bilance.

Soutěž trvala od 15.8. do 15.11.2009, Celkem bylo do soutěže zasláno 1596 platných přihlášek, z toho od 425 mužů a 1171 žen. Nejmladším účastníkem soutěže bylo 7-leté děvče, nestarším 89-letá paní

V Praze dne 10.12.2009

MUDr. Věra Kernová
hlavní řešitel projektu