

PROGRAM ZDRAVÍ 21 - CÍL: 11 - ZDRAVĚJŠÍ ŽIVOTNÍ STYL

- TUV ŽIVOTNÍHO STYLU SE PROSARUJE V TMOHA ŽIVOT. OBLASTECH
- NEVHODNÁ SKLADBA VÍŽENÍ (POSU. POKY POSUN K LEPŠÍMU, ALE STÁLE SE ZESTĚ NEDA' MLUVIT O IDEÁLNÍCH HODNOTÁCH) - ČASTÁ NADVÁHA → OBEZITA
- SPOJENO S NÍZKOU POHYBOVOU AKTIVITOU POPULACE

→ POZITIVNÍ ZMĚNY ŽIVOT. STYLU JSOU JEDNÍM Z NEOSLOŽITĚJŠÍCH DŮ

DÍLEK ÚKOL 1: ROZŠÍŘIT ZDRAVÉ CHOVÁNÍ VE VÍŽEVĚ A ZVÝŠIT TELESNOU AKTIVITU → EDUKACE VEŘEJNOSTI, ZDRAVOTNICKÝCH I JINÝCH PROFESIONÁLŮ

SOUČASNÝ STAV NENÍ USPOKOJIVÝ (VÍCE NEŽ POLOVINA POPULACE NESPLŇUJE DOPORUČ. ~~AKTIVITU~~ ^{UKOVENÍ} POHYB. AKTIVITY (STŘEDNĚ INTENZIVNÍ POHYB. ZÁTĚŽ) → VADY DRŽENÍ TĚLA, NEHTONÍ NETOČE (OBEZITA, ^{SLABĚT, OSTEOPOROZA} KARDIOVASKULÁRNÍ CHOROBY)

→ ZVÝŠIT UKOVENÍ POHYB. AKTIVIT - BUDOVÁNÍ SPORTOVISŤ, TURIST. A CYCLIST. STEZEK, PODPORA SPORT. AKCÍ PRO VEŘEJNOST, PODPORA REKREACNÍHO SPORTU, PROPAGACE POHYB. AKTIVITY

DÍLEK ÚKOL 2: ZVÝŠIT NABÍDKU VHDNÝCH POTRAVIN (DOPORUČ. ~~SAVNY~~ V ČR - CEREÁLIE 40%, ZELENINA POUŽE 60% DOPORUČ., OVOCÉ 65% DOPORUČ., MLÉKO - 60% DOP., MASO 0 20% VÍŠT NEŽ DOP.)

- DOSTUPNOST NĚKTERÝCH DRUHŮ POTRAVIN, NEVHODNÉ STRAVNACÍ NÁVMY

→ PROGRAMY PODPORY ZDRAVÍ, EDUKACE, PODPORA PRODUKCE BEZPEČNÝCH POTRAVIN