



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

## Pohybová aktivita

Více než polovina české populace nesplňuje doporučovanou úroveň pohybové aktivity. Nedostatek středně intenzivní pohybové zátěže způsobuje časté vady držení těla, podílí se na vzniku mnoha chronických neinfekčních onemocnění (obezity, kardiovaskulárních nemocí, diabetu, osteoporózy aj.), které postihují značný počet lidí produktivního věku a jsou častou příčinou dlouhodobé pracovní neschopnosti ([Zdraví 21, cíl 11.1](#)).

[Kvíz pro zdraví](#) | [Zdravotně výchovné materiály](#) | [Přijmi a vydej](#)

### Kvíz pro zdraví

---

[\\_MARWEL\\_ALL\\_ARTICLE](#) 5. únor 2014 | Ing.Linda Frohlichova

### Zdravotně výchovné materiály

Leták, brožura

---

[\\_MARWEL\\_ALL\\_ARTICLE](#) 9. červenec 2013 | Ing. L. Fröhlichová

### Přijmi a vydej

Kampaň ke zvýšení motivace k pohybové aktivitě

---

[\\_MARWEL\\_ALL\\_ARTICLE](#) 4. leden 2009 | MUDr.Věra Kernová

Soutěž Kvíz pro zdraví <http://www.indigo.cz/clients/szu/kviz/>