



NÁRODNÍ SÍŤ
PODPORY ZDRAVÍ

Možnosti neziskových organizací v podpoře zdraví příklady úspěšných projektů

Kateřina Janovská



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

zdravotní
Gramotnost + cz



Gramotnost • cz

Finanční a zdravotní gramotnost pro veřejnost



finanční
Gramotnost • cz



...a jak dopadnete vy?

Projekt zajišťují: Aisis Kladno, o.s., Unie center pro rodinu a komunitu, NSPZ – lektori ZG, FF UK pedagogika

Cíl:

- ▶ vytvoření metodik pro celoživotní vzdělávání ve společensky významných a aktuálních tématech
- ▶ spojení organizací disponujících sítí odborných a personálních kapacit
- ▶ zvýšení vzdělanosti obyvatel ČR v oblastech, které vyžadují jejich zapojení a znalost
- ▶ Inspirace: Zdravá abeceda.cz

Zdravotní gramotnost

Schopnost přijímat správná zdravotní rozhodnutí (rozhodnutí ve vztahu ke zdraví) v kontextu každodenního života (*Jan Holčík*)

43 Center učení v celé ČR (zejména Mat. centra)

7 dvouhodinových seminářů

7 e-learningových témat (Prezi)

Webináře, on-line prostředí

www.gramotnost.cz



Stále se zvyšující

- zadlužení domácností či spoluúčast na penzijním systému (viz [Finanční gramotnost](#))
- nadváha dětské i dospělé populace či spoluúčast pacientů (viz [Zdravotní gramotnost](#))
- potřeba stále se učit novým věcem a mít k tomu odbornou podporu co nejbliže (viz [Centra učení](#))

jsou argumenty pro zapojení jednotlivců i organizací do našeho projektu, jehož náklady jsou účastníkům i poskytovatelům služeb hrazeny z veřejných zdrojů.

E-LEARNING

Postupně rozšiřujeme nabídku "klikacích" kurzů, můžete si je projít na Gramotnost.cz/e-learning

Úvod Životní gramotnosti Moje stránka E-learning Webináře Centra učení Zpětná vazba O projektu

FG-Ochrana spotřebitele



Aktuální nabídka [webinářů](#) - zapište si do diáře

- 12) 6.6.2013 18:45 [Hospodaření domácnosti](#)
 - 13) 10.6.2013 18:45 [Hospodaření domácnosti](#)
 - 14) 17.6.2013 20:00 [Hospodaření domácnosti](#)
- ... na [webináře](#) se není nutné registrovat

1. **Zdravotní rizika dnešní populace** ... aneb
O čem se mluví a o čem se ani nemluví
2. **Životní styl**, jeho složky a determinanty ... aneb
Co brát v potaz a co si už tolik nebrat
3. **Zdravý pohyb** ... aneb
Málo je málo, moc je někdy příliš
4. **Zdravá výživa** ... aneb
Dodržovat základní principy, nepanikařit a pochutnat si
5. **Vnitřní pohoda** ... aneb
Jaké si to uděláme, takové to máme
6. **Zdravé prostředí** ... aneb
Nakažlivé mohou být i návyky
7. **Spolutvorba zdravého prostoru** ... aneb
Pokud chcete změnu, řekněte si o ni!



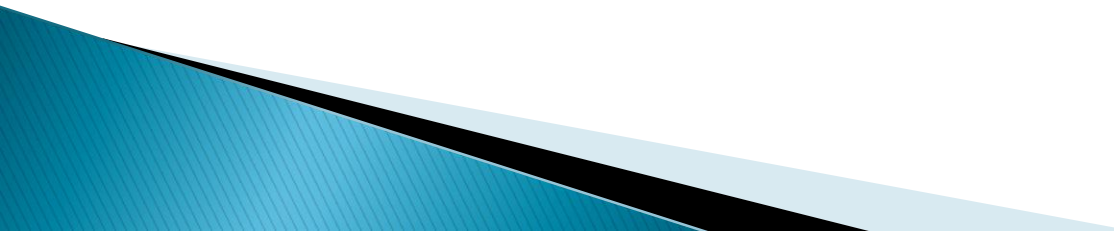
PŘIVÍTEJME PODZIM POHYBEM !

říjen 2013 - 7. ročník



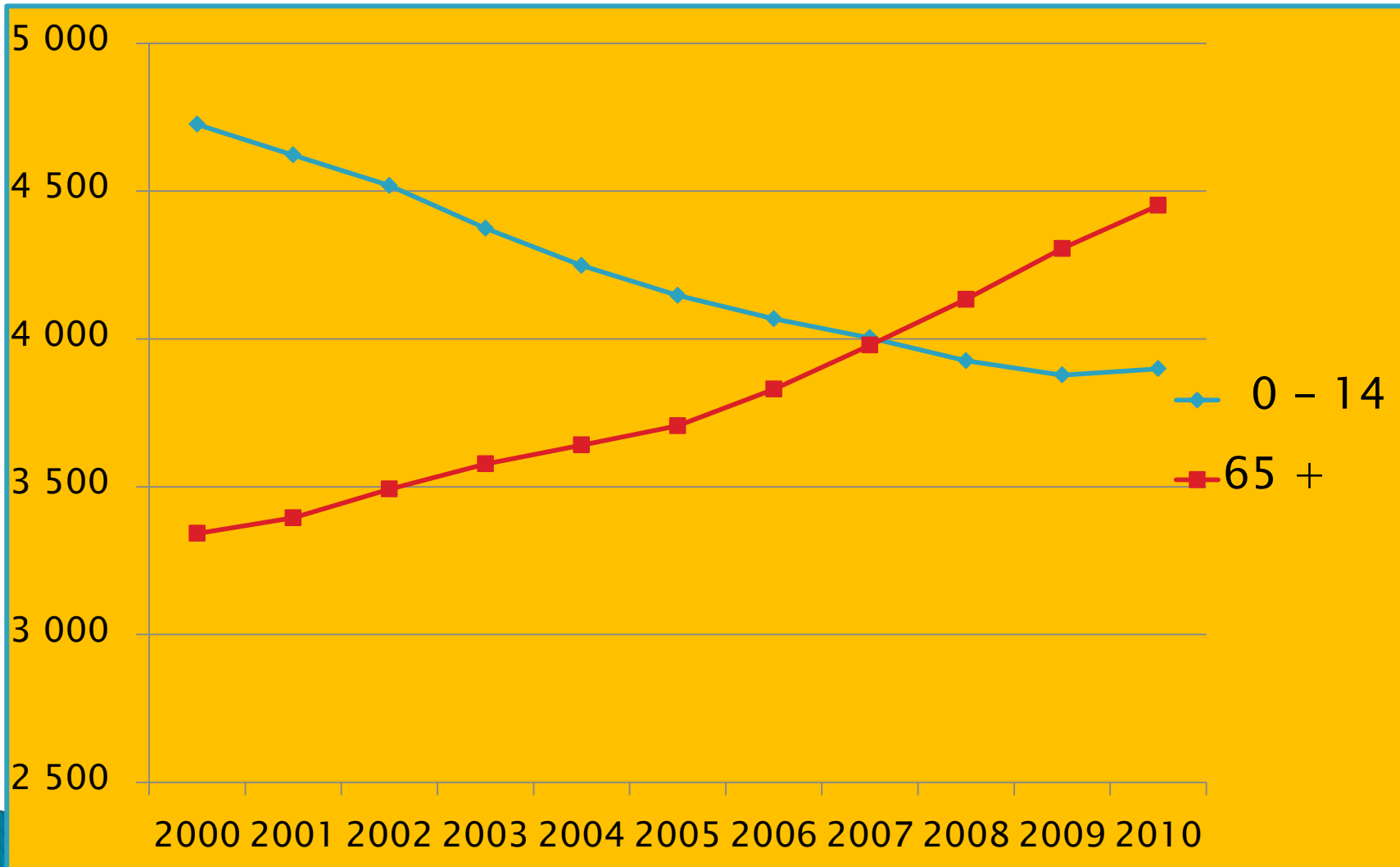
Rotopedtours
a
Pěškotours

Proč programy pro seniory

- ▶ 21. století – doba dlouhověkosti
 - ▶ Od r. 1950 zvýšení průměrné délky života o 20 let
 - ▶ Do r. 2050 bude více jak 1 / 3 obyvatel vyspělých zemí starší 60ti let
 - ▶ Do r. 2050 bude z občanů nad 60 let 25% starších než 80 let
- 

Demografie českých měst

Obyvatelé	2000	2003	2006	2010	ROZDÍL
celkem	27 731	27 481	27 332	27 071	- 660
0-14	4 726	4 374	4 068	3 899	- 827
15- 64	19 663	19 530	19 434	18 720	- 943
>64	3 342	3 577	3 830	4 452	+ 1 110
Průměrný věk	37,8	38,8	39,7	40,8	+ 3,0







TO SVAZU DŮCHODCŮ ČKD Slaný, p. Nunvář
Svazu důchodců ČKD Slaný, p. Nunvář
Vedoucí DPS Slaný, Ing. Zahradková
veřejněním:
Slánská radnice, www stránky města
Slaný
Slánský kapesník
Plakáty na vybrané akce



OD 1. ŘÍJNA DO 31. ŘÍJNA NA ROTOPEDU NEBO PĚŠKY

- ▶ KAŽDÝ UJEDE NEBO UJDE TO, CO ZVLÁDNE
- ▶ KAŽDÝ METR JE ÚSPĚCHEM
- ▶ DOKÁŽEME, ŽE VĚK NEROZHODUJE, KDYŽ CHCEME NĚCO UDĚLAT PRO SVÉ ZDRAVÍ
- ▶ POJEDEME S OHLEDEM NA SVŮJ ZDRAVOTNÍ STAV, ALE VÍME, ŽE :

***VŽDY DOKÁŽI O TROŠKU VÍC,
NEŽ SI MYSLÍM***

MOŽNÁ OBJEDEME I ROVNÍK !

- ▶ NA INTERNETU PRAVIDLENĚ SČÍTÁME VÝSLEDKY JEDNOTLIVÝCH ZAŘÍZENÍ PRO SENIORY
- ▶ KAM SPOLEČNĚ VŠICHNI DOJEDEME A DOJDEME ?
- ▶ ADRESA: WWW.NSPZ.CZ
- ▶ V r. 2011 i 2012 přihlášeno vždy více jak 50, resp.60 zařízení a více jak 1200 účastníků !
- ▶ Akce je ojedinělá svým rozsahem nejen v ČR, ale i v Evropě.

Kam jsme již dojeli?

- Londýn - 1036km ✓
- Moskva - 1672km ✓
- NewYork - 6551km
- Tokio - 9074km
- Rio de Janeiro - 9868km
- Sydney - 16123km

Počítadlo kilometrů

Již jsme ušli a na kolech ušlapali...

2348 km

27.9.2011

[Zdravá Vysočina](#)

[Národní síť zdravých měst](#)

[CINDI](#)

[STOB](#)

[Centrum bezpečnosti potravin](#)

[Zdraví 21](#)

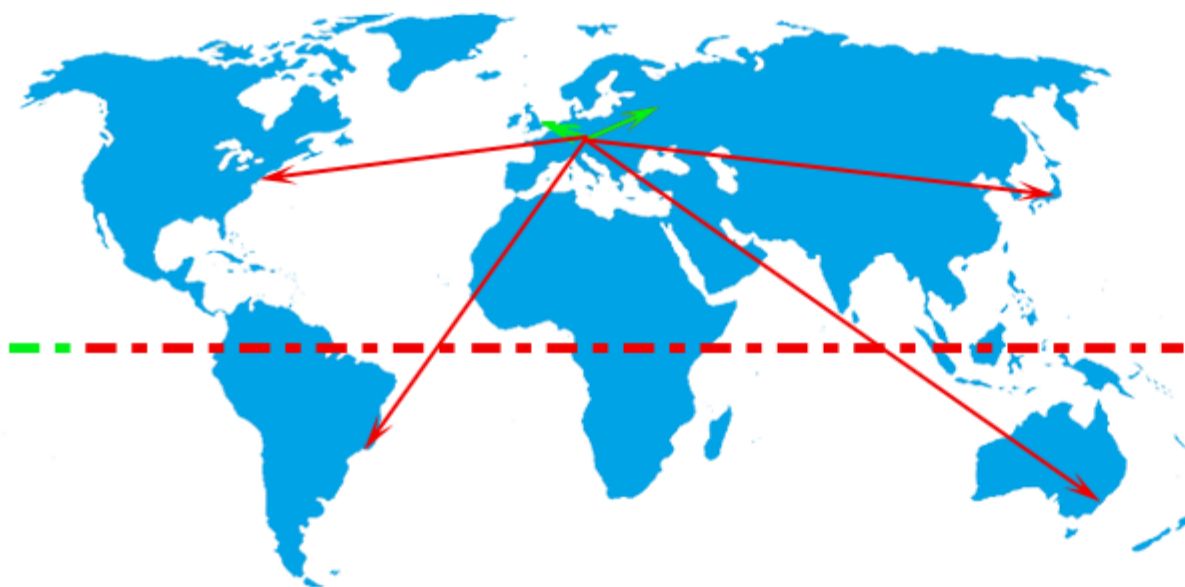
[Nadační fond Albert](#)

[Projekt VINTAGE](#)

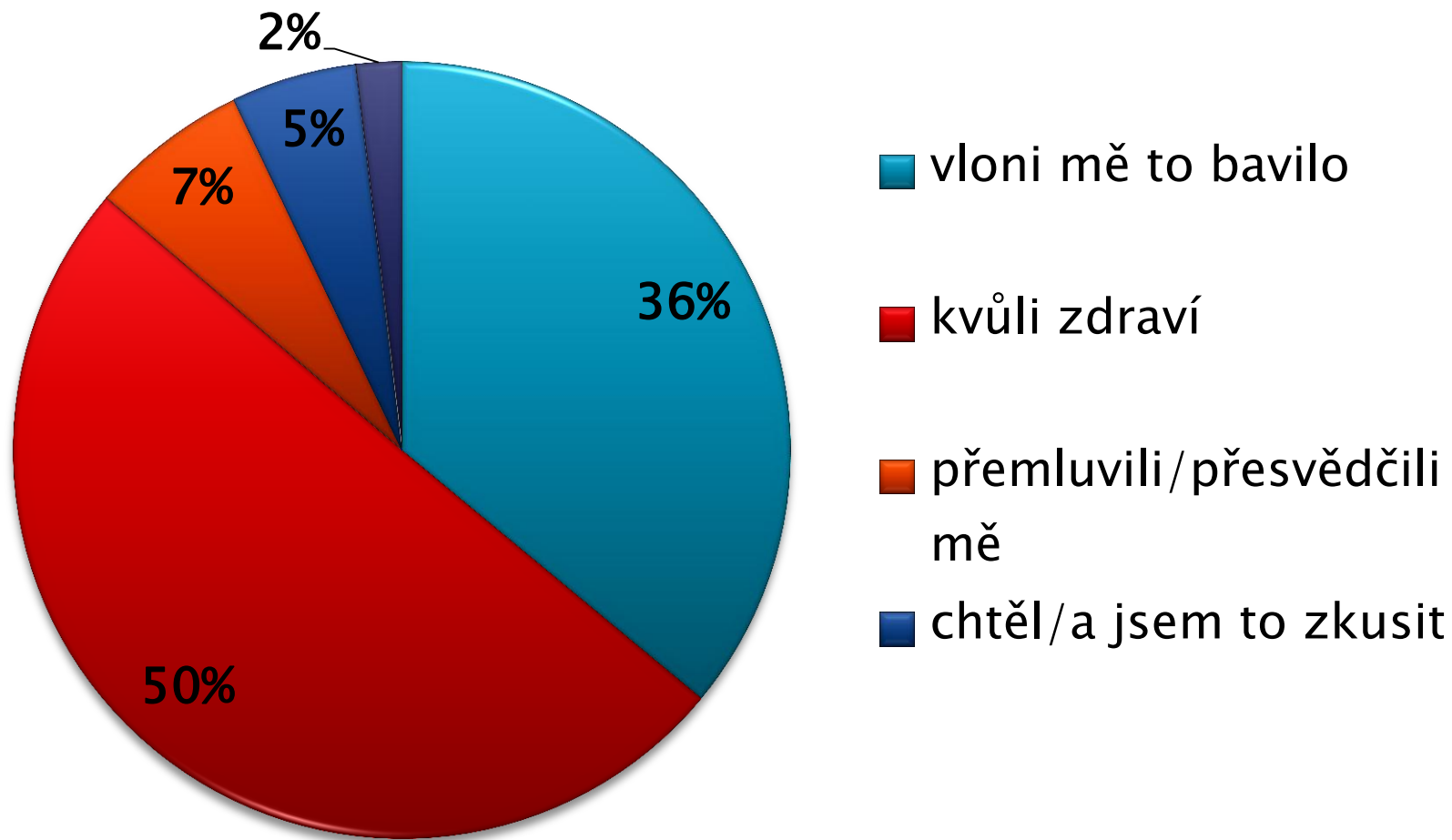
[Poradna podpory zdraví ČB](#)

[Masarykův onkologický ústav](#)

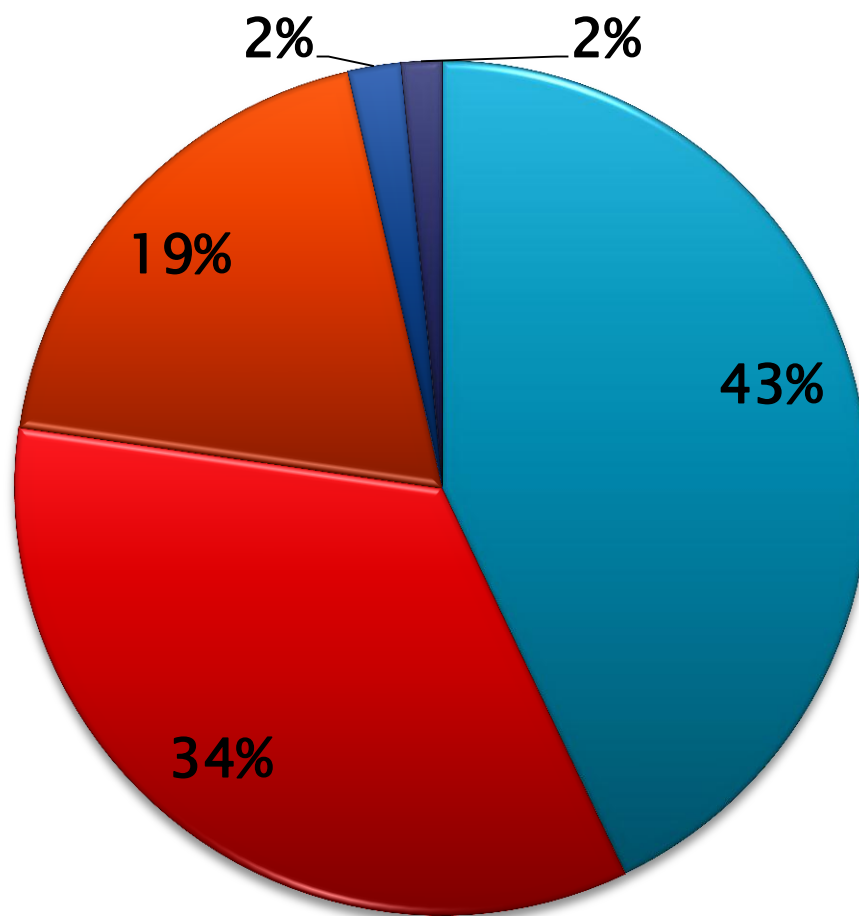
[Společnost Minerva](#)



Proč jste se znovu zúčastnil/a Rotopedtours?

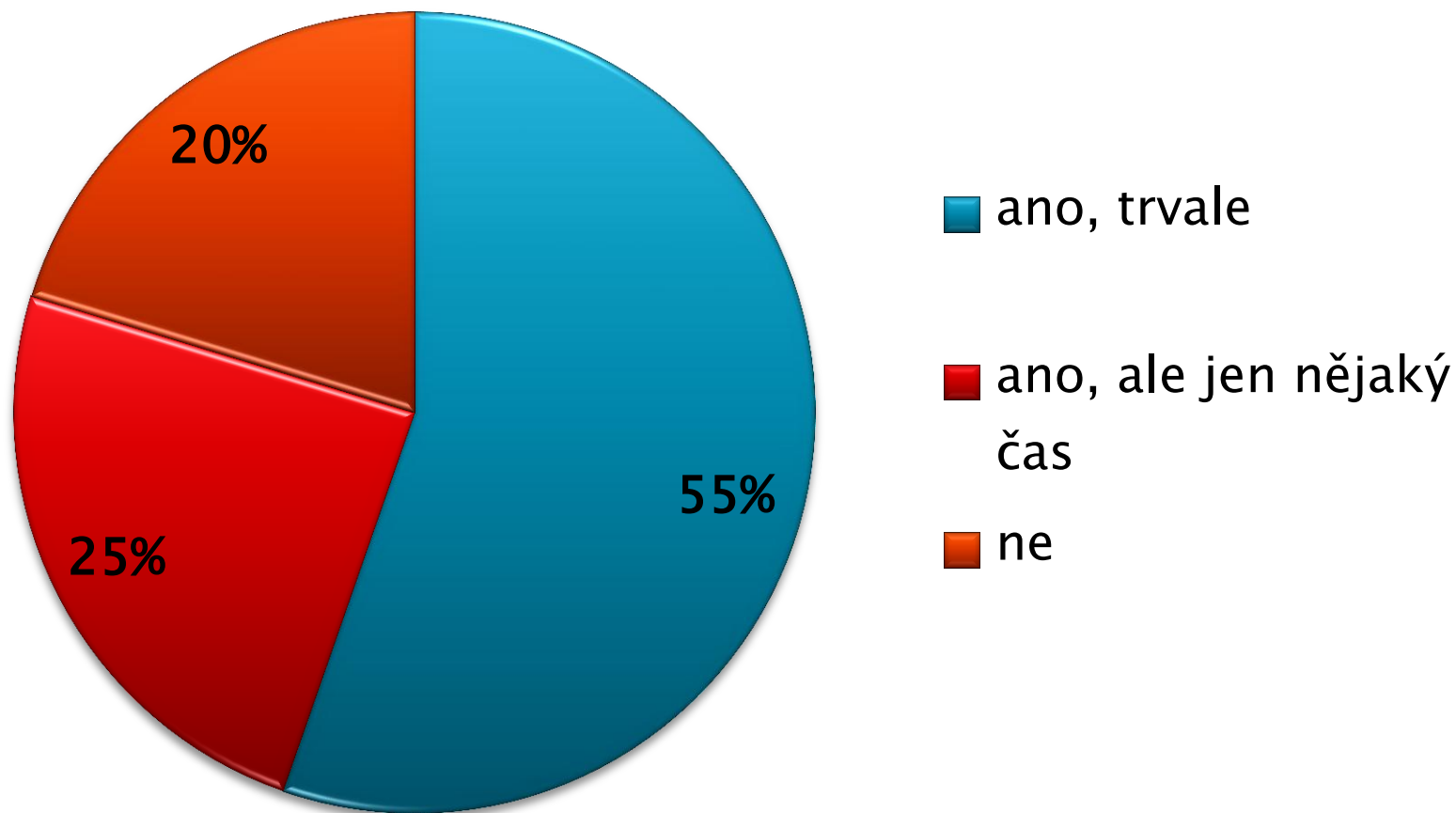


Poznal/a jste na sobě nějaké účinky zvýšeného pohybu?



- ano, cítím, že pohyb celkově prospěl mému zdraví
- ano, lépe se pohybuji (mám lepší kondici)
- nepozoruji změnu
- cítím, že mi pohyb nedělá dobře

Věnoval/a jste se více pohybu po skončení Rotopedtours?



Chtěl/a byste se v příštím roce zúčastnit podobné akce?





Miroslav Čipera

Rodák z Prahy, nyní žije v Domově seniorů Budíškovice.

Po mozkové příhodě, byl 9 měsíců hospitalizován na LDN jako ležící pacient.

S nástupem do DS začal cvičit, jezdí na rotopedu, zvedá činky, denně ujde 500 schodů !

V Rotopedtours 2011 i 2012 sám překonal vzdálenost Budíškovice–Paříž!

Hlavní partner

NADACE TAĚANY KUCHAROVÉ

Krása pomoci



Hry našich babiček



Školka s míčem – Školka se švihadlem – Školka s prádelní gumou –Panák (varianty)

- ▶ Rozvoj obratnosti, vytrvalosti u dětí mladšího školního věku
- ▶ Využití školních družin – kompenzace dopolední pohybové inaktivity ve škole
- ▶ Možnost školních a meziškolních soutěží a přehlídek

- ▶ Zpracování „návodu“ her a metodiky realizace ve školách
- ▶ Zveřejnění videonávodů v on-line prostředí, přístupném pro všechny školy
- ▶ Mediální podpora – jednání s novým dětským programem ČT
- ▶ Ve školním roce 2013/14 pilotní ověření na 30 školách ve Středočeském kraji v rámci projektu zastřešeného n Zdravou abecedou.cz
- ▶ Cíl: celostátní realizace v min. 450 školách ve všech krajích ve školním roce 2014/2015

Radostné srdce hojí rány,
kdežto ubitý duch vysušuje kosti

Kniha přísloví

