

Tento projekt je realizován prostřednictvím programu CentralEurope, který je spolufinancován ERDF

TISKOVÁ ZPRÁVA - 5. října 2012

Česká republika potřebuje změnu životního stylu, ten se vytváří v dětství

Cyklistický veletrh Bike Brno navštívil v pátek ministr zdravotnictví pan Leoš Heger. Zúčastnil se druhého dne cyklokonference, jehož ústředním tématem byl pohyb a jeho vliv na zdraví populace. Pravidelná jízda na kole může přinést přirozenou cestou změnu životního stylu a podle výzkumů má přínos v řádu milionů EUR.

„Za Ministerstvo zdravotnictví bych rád řekl, že je třeba podporovat vhodné pohybové aktivity a aktivní životní styl,“ vzkázal účastníkům cyklokonference ve svém projevu ministr Leoš Heger. *„Pohyb je nesmírně důležitou součástí jak prevence, tak i léčby chronických neinfekčních onemocnění,“* dodal.

Na nedostatek pohybové aktivity u českých dětí poukázala také nedávno zveřejněná studie HBSC[1]. *„České děti dnes tráví většinu volného času pasivně, často u televize nebo počítače. Pouze 20 % z nich splňuje pohybové minimum, za které se obvykle považuje 60 minut pohybové aktivity denně,“* potvrzuje alarmující stav Zdeněk Hamřík, vedoucí Katedry rekreologie na Univerzitě Palackého v Olomouci. Podle něj z toho plyne celá řada problémů, které se mohou naplno projevit až v dospělosti a mezi které patří obezita, karkardiovaskulární onemocnění či nemoci pohybového aparátu. *„Hlavním problémem ale je, že navykly sedavý životní styl se později v dospělém věku mění už jen velmi těžko,“* dodává Zdeněk Hamřík.

„Česká republika potřebuje doslova rozhýbat,“ komentuje výsledky národní cyklokoordinátor Jaroslav Martinek. Návyky získané v dětském věku jsou podle národního cyklokoordinátora rozhodující pro celý zbytek života. Větší podíl tělesné výchovy ve školách je přitom jen částečným řešením *„Stačí, když si vzpomenu na své dětství a vztah k tělesné výchově. Děti s nadvahou, které nestačily v tělocviku ostatním, se často z hodin omlouvaly,“* vzpomíná Jaroslav Martinek. Pravidelná jízda na kole pomáhá velmi účinně změnit negativní trend a podle londýnské studie [2] tak ušetří jen v oblasti zdravotnictví 0,9 EUR za každý ujetý kilometr. Podle této studie stráví pravidelný cyklista ročně na nemocenské o den kratší dobu. Například v Belgii tak program „Do práce na kole“ ušetří ročně zaměstnavatelům 4 miliony EUR, které by jinak zaplatili na nemocenské.

Str. 1 (Celkem 3)

Ing. Jaroslav MARTINEK

koordinátor rozvoje cyklistické dopravy ČR (zkráceně **národní cyklokoordinátor**)
a koordinátor projektu Central MeetBike

Centrum dopravního výzkumu, v. v. i., Krapkova 3, 779 00 Olomouc

tel. 548 423 797, tel. 602 503 617, jaroslav.martinek@cdiv.cz

skype: panathi1, www.cyklostrategie.cz

Press servis - kontakt:

Ing. Radka ŽÁKOVÁ, tel. 777 093 290, cykloradka@seznam.cz, skype: aknudar



Tento projekt je realizován prostřednictvím programu CentralEurope, který je spolufinancován ERDF

Skutečně dlouhodobá změna není možná bez vybudování bezpečných cest ve spolupráci se školami, rodiči a obcemi. „Důležité je pak také zázemí ve školách, to znamená mít k dispozici kolárny nebo jiná místa, kam lze kolo bezpečně uložit,“ myslí si ředitel FN Olomouc Roman Havlík. Podle jiných výzkumů jsou stejně tak důležité chráněné cesty, které umožní dětem bezpečně absolvovat cestu do školy či znalost dopravních pravidel. Ze své zkušenosti to potvrzuje učitel dopravní výchovy na základních školách Jiří Schejbal: „Když vidím děti s odstupem jednoho roku po absolvování základního kursu dopravní výchovy, přesně vidím, kdo skutečně na kole jezdí a kdo ne. Ti, kteří zažili dopravní provoz na vlastní kůži, reagují mnohem rychleji a celkově mají pravidla mnohem lépe zažitá.“

Podle národního cyklokoordinátora chybí zatím v Česku také opravdu účinná celonárodní kampaň, která by změnila výběr dopravních prostředků ve prospěch jízdního kola. „U dětí máme šanci změnou životního stylu ovlivnit mnohé,“ shrnuje Jaroslav Martinek.

Kontakty:

- **doc. MUDr. Leoš HEGER, CSc., ministr zdravotnictví ČR**
v případě dotazů prosím kontaktujte tiskové oddělení, Vlastimil Sršeň, tel. 224 972 166,
E-mail: vlastimil.srsen@mzcr.cz
- **doc. MUDr. Roman Havlík, Ph.D., ředitel Fakultní nemocnice Olomouc**
E-mail: roman.havlik@fnol.cz, tel.: 588 443 151
- **Mgr. Zdeněk Hamřík, Vedoucí Katedry rekreologie FTK UP v Olomouci**
E-mail: Zdenek.hamrik@hbsc.org, tel: 604 156 687
- **Jiří SCHEJBAL, učitel autoškoly a dopravní výchovy na základních školách v okrese Plzeň-sever**
E-mail: jschejbal@seznam.cz, tel. 608 708 919

Přílohy:

(všechny přílohy jsou ke stažení na adrese www.cyklostrategie.cz – sekce Pro média)

[1] **CMB21_priloha1_Narodni_zprava.pdf** - Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků, HBSC – Česká republika – 2010

[2] **London School of Economics (2011): The British Cycling Economy**. „Gross Cycling Product Report“:

corporate.sky.com/documents/pdf/press_releases/2011/the_british_cycling_economy

Ing. Jaroslav MARTINEK

koordinátor rozvoje cyklistické dopravy ČR (zkráceně **národní cyklokoordinátor**)
a koordinátor projektu Central MeetBike

Centrum dopravního výzkumu, v. v. i., Krapkova 3, 779 00 Olomouc

tel. 548 423 797, tel. 602 503 617, jaroslav.martinek@cdv.cz

skype: panathi1, www.cyklostrategie.cz

Press servis - kontakt:

Ing. Radka ŽÁKOVÁ, tel. 777 093 290, cykloradka@seznam.cz, skype: aknudar



Tento projekt je realizován prostřednictvím programu CentralEurope, který je spolufinancován ERDF

Centrum dopravního výzkumu, v.v.i. (CDV) – CDV je veřejnou výzkumnou institucí a jedinou dopravní vědeckovýzkumnou organizací v působnosti Ministerstva dopravy (MD). Základním posláním CDV je výzkumná, vývojová a expertní činnost s celostátní působností pro všechny obory dopravy, veřejný i komerční sektor a zajišťování servisních činností pro MD a další orgány a organizace státního, veřejného i soukromého sektoru.



www.cdv.cz

Projekt Central MeetBike (3CE343P2) je realizován prostřednictvím programu Central Europe, který je spolufinancován ERDF. Projekt Central MeetBike je společným dílem polsko-česko-slovensko-německého partnerství. Zkušenosti z německých měst mají být aplikovány v partnerských státech a jejich vybraných pilotních městech.



Za Českou republiku se projektu účastní Centrum dopravního výzkumu, v.v.i. a města Pardubice a Uherské Hradiště, za Slovensko Výzkumný ústav dopravní v Žilině a města Žilina a Prešov, za Polsko nezisková organizace PSWE a města na severu země Tczew a Gdaňsk a za Německo Technická universita v Drážďanech a města Lipsko a Drážďany.

Program Central Europe – jedná se o program Evropské unie, který posiluje spolupráci mezi státy střední Evropy za účelem podpory inovací, zlepšení dostupnosti, životního prostředí, zvýšení konkurenceschopnosti a atraktivity středoevropských měst a regionů. Central Europe investuje 231mil. euro a zajišťuje tak financování projektů nadnárodní spolupráce, kterých se účastní veřejné i soukromé organizace z Rakouska, České republiky, Německa, Maďarska, Itálie, Polska, Slovenska a Slovinska. Program je financován z Evropských regionálních rozvojových fondů a probíhá v letech 2007 až 2013. www.central2013.eu



Ing. Jaroslav MARTINEK

koordinátor rozvoje cyklistické dopravy ČR (zkráceně **národní cyklokoordinátor**)
a koordinátor projektu Central MeetBike

Centrum dopravního výzkumu, v. v. i., Krapkova 3, 779 00 Olomouc

tel. 548 423 797, tel. 602 503 617, jaroslav.martinek@cdv.cz

skype: panathi1, www.cyklostrategie.cz

Press servis - kontakt:

Ing. Radka ŽÁKOVÁ, tel. 777 093 290, cykloradka@seznam.cz, skype: aknudar

