

Све(т) тежи равнотежи!!!

„Тежи равнотежи“ је национална кампања која је резултат заједничке иницијативе Министарства здравља Републике Србије и Привредне коморе Србије-Удружења за прехранбену индустрију. Кампања „Тежи равнотежи“ покренута је као подршка Националном програму за борбу против гојазности Министарства здравља Републике Србије. Програмом се предвиђа смањење учесталости гојазности код деце, младих, одраслих и старијих особа, као и повећање броја физички активне деце, омладине и одраслих особа.



Циљ кампање је да на занимљив начин информише и едукује грађане о важности усвајања здравих стилова живота, балансиране исхране и редовне физичке активности у циљу превенције гојазности.

Како гојазност није само лични проблем гојазних, већ и друштвени, економски и развојни, неопходно је укључивање свих чинилаца друштва, од медицинске струке, локалних заједница, институција, компанија, представника медија и грађана.

У оквиру кампање покренут је веб сајт „Тежи равнотежи“ на којем сви заинтересовани могу добити тачне и правовремене информације о начелима и правилима превенције гојазности, правилне исхране и значаја редовне физичке активности.

Ако се не предузму одлучне мере у циљу смањења превенције и лечења гојазности, предвиђа се да ће до 2025. године 50% светске популације бити гојазно. Истраживања указују да је до 80% оболелих од болести срца, 90% од шећерне болести типа 2 и једну трећину малигних болести могуће избећи променом стила живота: правилном исхраном, повећањем физичке активности, смањењем седентарним понашањем и престанком пушења.

Све(т) тежи равнотежи, зашто не бисмо и ми?!

