

Teorie, praxe, kritické myšlení

- **41,4 %** školáků věří ve své znalosti a dovednosti
- Méně než **1/5** je přesvědčena, že umí porovnat informace z různých zdrojů

5 SKILLŮ

zdravotní gramotnosti

- Teoretické znalosti** (mám dobré informace o zdraví?)
- Praktické dovednosti** (umím dodržet pokyny od lékařů a zdravotníků?)
- Kritické myšlení** (umím porovnávat informace z různých zdrojů?)
- Sebeuvědomění** (jak moje chování ovlivňuje mé vlastní zdraví?)
- Zdraví, já a svět** (jak moje jednání ovlivňuje okolí?)



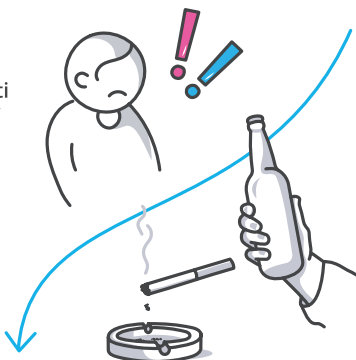
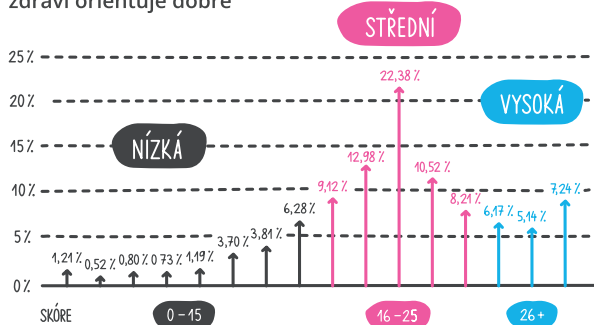
Pětina dětí je zdravotně negramotná

Zorientovaný = zdravý

Děti s vysokou úrovní zdravotní gramotnosti hodnotí svůj celkový zdravotní stav i životní spokojenost několikanásobně lépe

Pětina neví, pětina ví

Pětina dětí má nízkou úroveň zdravotní gramotnosti
Podobný počet školáků se v otázkách zdraví orientuje dobře



Nevíš? Piješ a kouříš!

Dospívající s nízkou úrovní zdravotní gramotnosti

- **2x** vyšší šance opakované opilosti nebo experimentů s marihuanou
- **3x** vyšší riziko pravidelného kouření

Ne-gramotnost → životní styl

Děti s nižší úrovní zdravotní gramotnosti

- jedí málo ovoce a zeleniny
- vynechávají snídani
- více pijí energetické nápoje
- jsou pohybově neaktivní
- málo spí