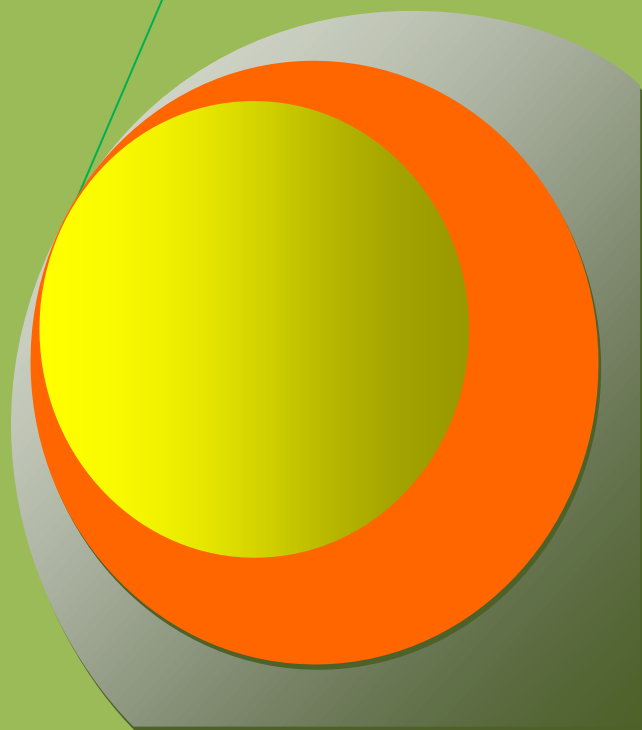


POROČILO O DELU ZDRAVIH ŠOL  
V ŠOLSLEM LETU 2013/2014





POROČILO O DELU ZDRAVIH ŠOL V ŠOLSLEM LETU 2013/2014

---

Izdajatelj:

Nacionalni inštitut za javno zdravje, Trubarjeva 2, Ljubljana

Avtorji:

Nina Scagnetti v sodelovanju z regijskimi koordinatorji Zdravih šol in njihovimi sodelavci na območnih enotah inštituta

Vsebinski pregled:

Mojca Bevc

Oblikovanje:

Andreja Frič

Vir fotografij:

1: Osnovna šola Lava

2: <http://www.schools-for-health.eu/she-network>

3: Nacionalni inštitut za javno zdravje

Logotip:

Brane Žalar

Elektronski vir:

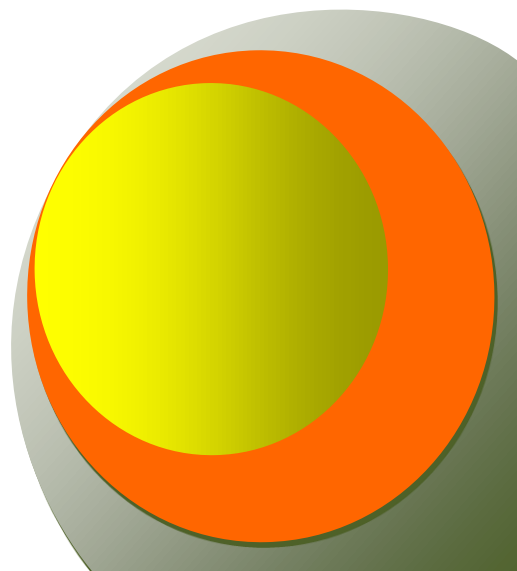
[www.nijz.si](http://www.nijz.si)

Publikacija ni lektorirana.

Ljubljana, december 2014

## VSEBINA

UVOD .....	4
POROČILO O DEJAVNOSTIH ZDRAVIH ŠOL.....	4
REZULTATI Z INTERPRETACIJO .....	5
1. NAČRTOVANJE .....	5
1.1 Vsebina nalog .....	5
1.2 Cilji Zdravih šol.....	10
1.3 Ciljne populacije .....	11
1.4 Izvajalci .....	13
1.5 Trajanje nalog.....	14
1.6 Metode in oblike dela .....	14
1.7 Rdeča nit .....	15
2. EVALVACIJA .....	18
2.1 Ocena uspešnosti izvedenih nalog.....	18
2.2 Kako naprej? .....	18
2.3 Povzetek .....	19
POMEMBNI DOGODKI V ŠOLSLEM LETU 2013/2014 IN PREGLED DEJAVNOSTI PO REGIJAH .....	20



## UVOD

Slovenska mreža zdravih šol od šolskega leta 2011/2012 povezuje že 324 izobraževalnih ustanov. V šolskem letu 2013/2014, so preglednice za načrtovanje in evalvacijo dejavnosti v okviru Zdravih šol skupaj izpolnili 289 vodji šolskih timov (89 %) to je 232 od 257 osnovnih šol, 49 od 60 srednjih šol, vseh 7 vključenih dijaških domov ter Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Kamnik. V primerjavi s šolskim letom pred tem, ko sta o svojih dejavnostih poročali 302 šoli (93 %), je v šolskem letu 2013/2014 o svojih dejavnostih poročalo za 4% manj Zdravih šol.

O dogajanjih na šoli v 21. letu delovanja mreže je torej poročal velik delež šol, ob čimer je treba poudariti, da tako visoke odzivnosti s strani šol ne bi dosegli brez visoko profesionalnega in hkrati osebnega prizadevanja regijskih koordinatorjev Zdravih šol z vseh devetih območnih enot Inštituta za javno zdravje. Ti namreč organizirajo strokovna srečanja vodij šolskih timov Zdravih šol, vezana na promocijo zdravja v šolskem okolju in s stalnim osebnim stikom skrbijo, da pedagoški in drugi delavci na šolah v njihovi regiji najdejo motivacijo za delo v okviru Zdrave šole in se nenehoma strokovno izpopolnjujejo.

## POROČILO O DEJAVNOSTIH ZDRAVIH ŠOL

obsega načrtovanje in evalvacijo programov oz. nalog s področja promocije zdravja na 289 šolah od skupno 324, med katerimi pa 13 šol (od tega 5 podružničnih šol ene matične šole) v šolskem letu 2013/2014 ni aktivno sodelovalo v programu.

Pri **analizi načrtovanih nalog** nas je zanimalo:

- Koliko so se Zdrave šole posvečale posameznim vsebinam?
- Komu so bile dejavnosti v okviru promocije zdravja v šolskem okolju namenjene?
- Kdo je posamezne naloge, akcije in projekte izvajal?
- Kakšen je bil časovni obseg izvedenih nalog? in
- Katere metode so izvajalci nalog pri tem uporabili?

### Evalvacija opravljenih nalog

Sistematično pridobljeni podatki so bili osnova za ugotavljanje, v kakšni meri so bili zastavljeni cilji realizirani. V letu 2013/2014 so standardne preglednice za načrtovanje in evalvacijo, tako kot že leta pred tem, vsi regijski koordinatorji še zadnjič zbrali ter vnesli v elektronsko bazo. S prihodnjim šolskim letom pa se bo sistem poročanja o delu Zdravih šol posodobil. V elektronsko bazo z dejavnostmi Zdravih šol bodo namreč podatke vnašali neposredno vodje šolskih timov Zdravih šol, preko spletnega obrazca 1ka.

## Obdelava podatkov

Podatke o vsaki posamezni izvedeni nalogi na vseh šolah, vpisane v enotne tabelarne preglednice, so najprej kodirali, nato pa jih s programom Microsoft Access 2010 vnesli v bazo. Regijski koordinatorji Zdravih šol so pripravili devet ločenih baz iz posamičnih slovenskih regij, nato pa jih je nacionalni tim Slovenske mreže zdravih šol združil v skupno bazo, ki smo jo v nadaljevanju prenesli v program SPSS 11.0 za Windows in v njem naredili osnovne statistične obdelave.

# REZULTATI Z INTERPRETACIJO

## 1. Načrtovanje

### 1.1 Vsebina nalog

Za šolsko leto 2013/2014 je na Območne enote Nacionalnega inštituta za javno zdravje podatke posredovalo 289 institucij (89 %), vključenih v Slovensko mrežo zdravih šol: 232 osnovnih šoli (90 %), od tega 4 šole s prilagojenim programom, 49 srednjih šol (83 %), vseh 7 v mrežo vključenih dijaških domov in Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Kamnik.

Skupno so šole v okviru Slovenske mreže zdravih šol izvedle 3404 različnih nalog. V eni izmed osnovnih šol, kjer so v preteklem šolskem letu izvedli največ dejavnosti, so poročali kar o 55 različnih nalogah, najmanj pa v dveh izmed osnovnih šol, kjer so izvedli po tri naloge. V povprečju je torej vsaka dejavna Zdrava šola izvedla nekaj manj kot 12 nalog. Ob tem pa je treba opozoriti, da samo iz števila izvedenih nalog ne moremo sklepati o tem, kako dejavna je bila posamezna šola, saj so naloge različno vsebinsko in časovno obsežne ter izvedbeno zahtevne.

Pri tem so bila vsebinska področja promocije zdravja različno močno zastopana.

Še posebej priljubljene vsebine so bile:

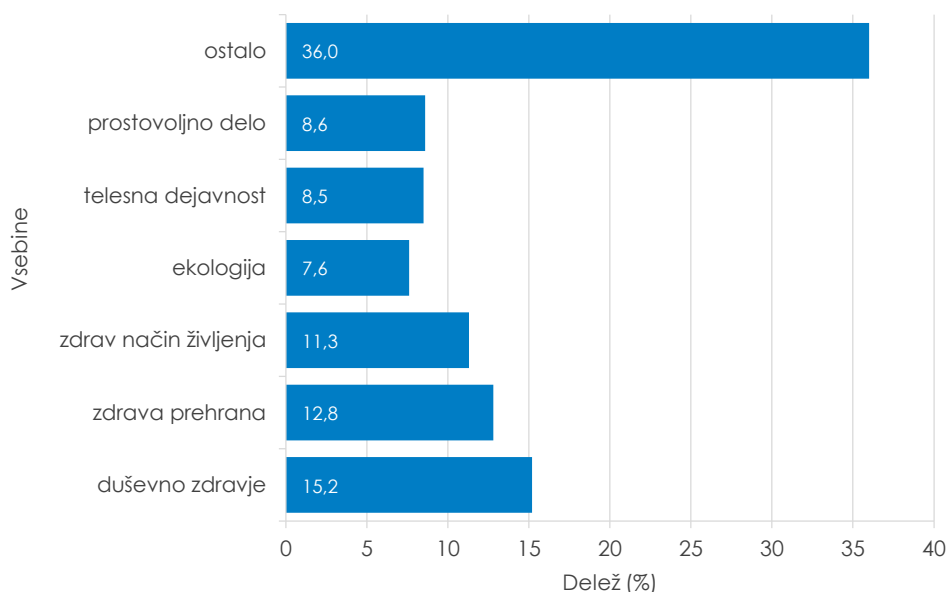
- Krepitev **duševnega zdravja** s projekti *To sem jaz, Šolska in vrstniška mediacija, Fair play učenec, Tačke pomagačke, Na poti k prijaznosti in uspehu, Pravljurna noč (prostočasne dejavnosti namenjene tesnejšemu medsebojnemu povezovanju učencev, krepitevi njihove pozitivne samopodobe in navajanju na samostojnost), Podri predsodke o duševni bolezni, Bonton ni bonbon, Drugačni pa vendar enaki, Štekaš?, Prispela je pošta, Dileme in stiske odraščanja, Lepa beseda lepo mesto najde, trening za odgovorno ravnanje vključen v razredne ure z naslovom Odnos do sebe in drugih, Dan tišine (s pogovori, delavnicami ter praktičnimi vajami joge in meditacije za spodbujanje strpnosti in sprejemanje drugačnosti), Bodi vzor, Vredno se je smejati, Bodi vzor, Povejmo drug drugemu, Jaz tebi ti meni, učenje prepoznavanja in izražanja čustev z naslovom Hišica počutja, učiteljem podajali strategije obvladovanja stresa in zanje priredili izobraževanja o preprečevanju izgorelosti, izvajali Jutranji pozdrav-moto: vsi za enega, eden za vse in priredili Mega žur prijateljstva.*

Kot je zapisala ena izmed vodij šolskega tima v pomurski regiji: »Z realizacijo nalog, ki smo jih poskušali uresničevati na področju duševnega zdravja, smo na začetku. Nekateri, nekoč vsakdanje vrednote (solidarnost, poštenje, medsebojna pomoč) bo potrebno ponovno oživiti in v tem duhu vzgajati mlade. Veliko oviro pri tem predstavlja splošna družbena situacija in vpliv sodobnih medijev«.

- Za spodbujanje **zdravih prehranskih navad** so se na šolah odločili izvajati projekte, kot so: *Domača kuhinja pa to?*, *Solatka nagrajuje*, *Kuhinja za telebane*, *Vrt v razredu*, *Sodobna priprava hrane*, *Odstranitev konzervansov iz šolske prehrane*, *Zdravo se prehranjujem, kaj pa ti?*, *Zlata kuhalnica*, organizirali predavanja dr. Simona Horvata z naslovom *Genetika debelosti* za dijake in učitelje, zdravo proslavljali rojstne dneve in druge praznike, tekmovali v kuhanju in znanju o sladkorni bolezni, urejali šolske vrtove, se učili pripravljati zdrave napitke in namaze, ponujali pitno vodo iz avtomata za zagotavljanje zadostne hidracije, šolsko malico pripravljali po izboru učencev, degustirali zdrave jedi, se pogovarjali o motnjah hranjenja, tretji petek v novembru obeležili Tradicionalni slovenski zajtrk, da bi izboljšali zavedanje o pomenu in razlogih za lokalno pridelano hrano, pomen kmetijstva in čebelarstva ter spodbujali k pravilni in zdravi prehrani. 213 Zdravih šol z vse Slovenije pa je bilo vključenih tudi v *Shemo šolskega sadja in zelenjave*, kar pomeni 51 % od vseh 417 šol, ki so v šolskem letu 2013/2014 sodelovale pri tem skupnem projektu Ministrstvo za kmetijstvo z Agencijo za kmetijske trge in razvoj podeželja, Ministrstvo za zdravje, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, Kmetijsko gozdarske zbornica Slovenije ter Nacionalnega Inštituta za javno zdravje »Na področju zdrave prehrane se aktivnosti dostikrat povezujejo s telesno aktivnostjo, saj je na ta način motivacija učencev bolj uspešna«, je celostno zastavljene naloge komentirala Cecilija Sušec, regijska koordinatorica iz Murske Sobote.
- Prizadevanja za **zdrav način življenja** učencev in dijakov, pa tudi njihovih staršev in učiteljev, so zaznamovale naloge *Zdravo*, *Kisik za vsakega*, *Hojaton*, *Pomagajmo si sami*, *pohodi*, *kotički Zdravih šol*, *raziskovalne naloge o zdravju*, *obeležitev svetovnih dni povezanih z Zdravjem*, *Veter v laseh – s športom proti drogam*. »Na tisoče in tisoče ur, ki jih skupaj z učenci preživimo v šoli je sijajna priložnost, da z različnimi načrtovanimi in usmerjenimi dejavnostmi, izzivi vplivamo na bolj zdrav življenjski slog. V takem okolju, ki skrbi za telesno, duševno in socialno zdravje se počutimo boljše, učenci se raje učijo in delajo, motivacija je večja. Posledice tega procesa se kažejo tudi v boljših učnih rezultatih dela«, je misel, ki se je uveljavila in je prisotna pri delu z regijskimi mrežami.
- Da bi podprli **prostovoljno delo**, so na šolah potekali projekti *Postani moj prijatelj*, *Popoldan na cesti*, *Drevo se na drevo naslanja*, *a človek na človeka*, *Drobtinice*, sodelovanje s prostovoljci v domovih za starejše in v bolnišnicah, *Branje pravljic* in *poustvarjanje s starejšimi občani za medgeneracijsko sodelovanje*, *zbirali zamaške* in druge stvari v humanitarne namene, pa tudi *hrano in odeje za živali v zavetišču*, postali dejavni mladi člani Rdečega križa.

- Spodbujanju **telesne dejavnosti** otrok in odraslih so bile namenjene naloge: Z gozdarjem v gozd, Skok v poletje, Z roko v roki po krožni poti, Peš v šolo: vaš korak za čistejši zrak, Sončkov dan – inovativen način spodbujanja otrok k gibanju v okviru plesnih delavnic, kjer spoznavajo tehnike različnih plesnih zvrsti, Mini olimpijada, Minute za zdravje, Medgeneracijski namizni tenis, Tek podnebne solidarnosti, zimski pohodi v naravo in aktivne zimske počitnice, tretja ura športne vzgoje, Gib gib hura!, Jutranja vadba, Zdrava drža, Frizbi, Plavalno opismenjevanje, Učilnica v gibanju za sprostitev med poukom, za odrasle prirejali ure joge. »V želji spodbuditi čim več gibanja pri učencih, na šolah prirejajo raznovrstne družabno - športne prireditve. tako v organizacijo kot tudi v izvedbo prireditve se vključijo vsi učenci, skupaj z učitelji, starši in drugimi sorodniki. Namen takih prireditev je spodbujanje športne kulture, prijateljstva, pozitivnega vzdušja na tribunah in tudi zdrave tekmovalnosti, kjer zmago uporabijo kot sredstvo za posredovanje miroljubnih, kulturnih in ekoloških načel. Na koncu so vsi zadovoljni, učenci, ki so sodelovali kot organizatorji in tekmovalci, starši, ki so ponosno spodbujali svoje otroke in učitelji, ki so bdeli nad celotnim dogajanjem.«, je dodala Cecilija sušec iz Območne enote NIJZ Murska Sobota.
- Da bi ohranili **zdravo in čisto okolje**, so učenci in učitelji v sodelovanju z lokalno skupnostjo izvajali čistilne akcije, ločeno zbirali odpadke, si urejali učilnice na prostem, spoznavali pomen naravne kozmetike, ter izvajali akcije in projekte z naslovi Modri Jan potuje in okoljevarstvene naloge podeljuje, Zelena straža, Mladi za napredek Pomurja, Za lepšo šolo in okolico. »V same programe dela so Zdravošolci vključili izboljšanje odnosa do okolja, razvijanje skrbi za čisto okolico in odgovornega ravnanja do okolja, uporaba odpadnih materialov v nove namene, razumeti škodljivost divjih odlagališč, iskanje posledic nekontroliranih posegov v okolje, seznaniti se s pomenom zdrave pitne vode, urejanje svojih zelenjavnih in zeliščnih vrtov po načelih permakulture. V številnih šolah dajejo velik poudarek urejanju in čiščenju šolske okolice ter vključevanju v različne akcije zbiranja odpadnega papirja, kartuš, baterij, oblačila, šolskih potrebščin ... in se vključuje v lokalne projekte občin in društev«, je pojasnila regijska koordinatorica pomurskih Zdravih šol. Tudi po opažanjih Janje Jurečič in Janje Janc Jagrič iz Območne enote Novo mesto NIJZ, so vse tamkajšnje šole »izvajale številne aktivnosti na področju odnosa do okolja z zbiranjem odpadkov za recikliranje izkupiček pa namenile za različne ranljive skupine in posameznike. Poudarek je bil na celoviti obravnavi odnosa do zdravja, kar predstavlja odnos do samega sebe, do drugih ljudi in do okolja.«

Kot je razvidno iz spodnjega grafa, so v šolskem letu 2013/2014 Zdrave šole najpogosteje izvajale akcije, projekte in programe s področja duševnega zdravja (15,2 %), spodbujale zdrave prehranske navade (12,8 %), zdrav življenjski slog nasplah (11,3 %), družbeno koristnemu delu (8,6 %), spodbujale gibanje (8,5 %) in se posvečale ekološki problematiki (7,5 %).

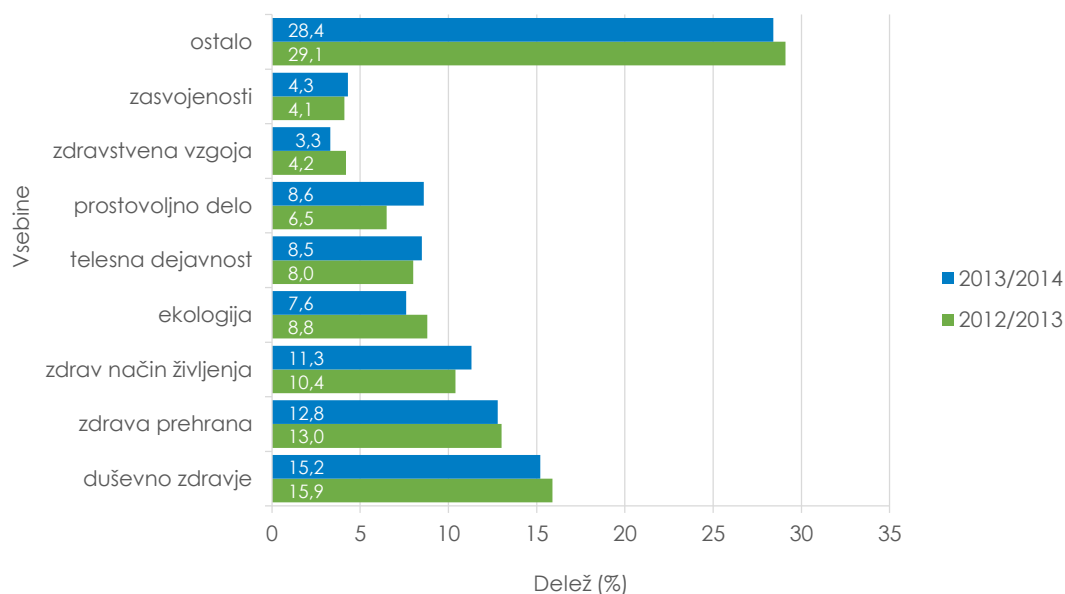


**Graf 1:** 6 najpogostejših vsebin in ostale vsebine (zobozdravstvo, spolna vzgoja, obeležitev svetovnih dni, kvalitetno preživljanje prostega časa, varnost, zasvojenosti, zdravstvena vzgoja, posnetek obstoječega stanja, izboljšanje delovnega okolja, preprečevanje nasilja, učne metode, popestritev pouka, sprejemanje drugačnosti in širitev idej) v šolskem letu 2013/2014

#### Najbolj zastopane vsebine v preteklih dveh šolskih letih

Kot vsa šolska leta, kar Zdrave šole v Sloveniji delujejo, z izjemo šolskega leta 2008/09, ko je bila rdeča nit Zdravih šol bila Zdravi pod soncem, je duševno zdravje ostalo najbolj popularno tudi v šolskem letu 2013/2014. S 15,9 % je bilo najpogosteje izvajana vsebina v šolskem letu 2012/2013 in je s 15,2 % na prvem mestu ostalo tudi v šolskem letu 2013/2014. Tudi zdrava prehrana je z 12,8 % v preteklem šolskem letu ohranila drugo mesto med najpogosteje izvajanimi vsebinami, sledi pa ji je še zdrav način življenja na tretjem mestu z 11,3 %. Četrto in peto mesto med najbolj priljubljenimi vsebinami sta v šolskem letu 2013/2014 zasedla prostovoljno delo in spodbujanje gibanja. Šesto mesto je pripadlo varovanju okolja, sedmo mesto pa preživljanju prostega časa. Naloge z najpogostejših vsebinskih področij so, kot je to razvidno iz spodnje slike, v šolskem letu 2013/2014 obdržale podobne deleže, kot v šolskem letu 2012/2013. Najbolj, kar za 2,1%, se je povečal delež nalog s področja prostovoljnega dela, za 1,2 % pa se je zmanjšal delež dejavnosti s področja ekologije.

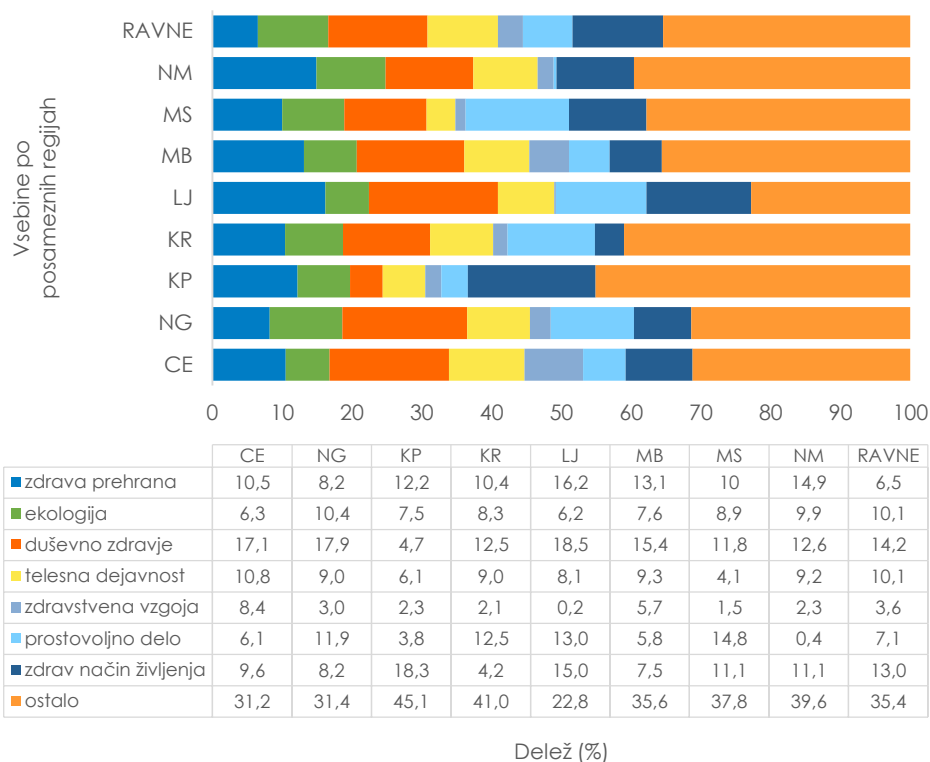




**Graf 2:** Primerjava najpogostejših vsebin med šolskima letoma 2012/2013 in 2013/2014 (v kategorijo ostalo so združene vsebine: zobozdravstvo, spolna vzgoja, obeležitev svetovnih dni, kvalitetno preživljanje prostega časa, varnost, posnetek obstoječega stanja, izboljšanje delovnega okolja, preprečevanje nasilja, učne metode, popestritev pouka, sprejemanje drugačnosti in širitev idej)

### Vsebine po regijah

Kakšna je bila zastopanost posameznih vsebin po regijah, prikazuje spodnja slika. Iz nje je razvidno, na primer, da je duševnemu zdravju kot najpogosteje izvajani vsebini na ravni cele Slovenije, v regiji Ljubljana pripadlo 18,5 % vseh zabeleženih nalog, kar je bil najvišji odstotek sploh, ki ga je v neki regiji dosegla posamična vsebina, v regiji Koper pa le 4,7 %. Podobno je zdravi prehrani kot drugi najpogosteje izvajani vsebini med ljubljanskimi Zdravimi šolami pripadlo kar 16,2 % od vseh izvedenih nalog, med koroškimi šolami pa predstavlja le 6,5 %. Prav tako se kaže razlika pri nalogah za spodbujanje zdravega načina življenja, v regiji Koper mesto jih je bilo največ, 18,3 %, v regiji Kranj pa le 4,2 %.

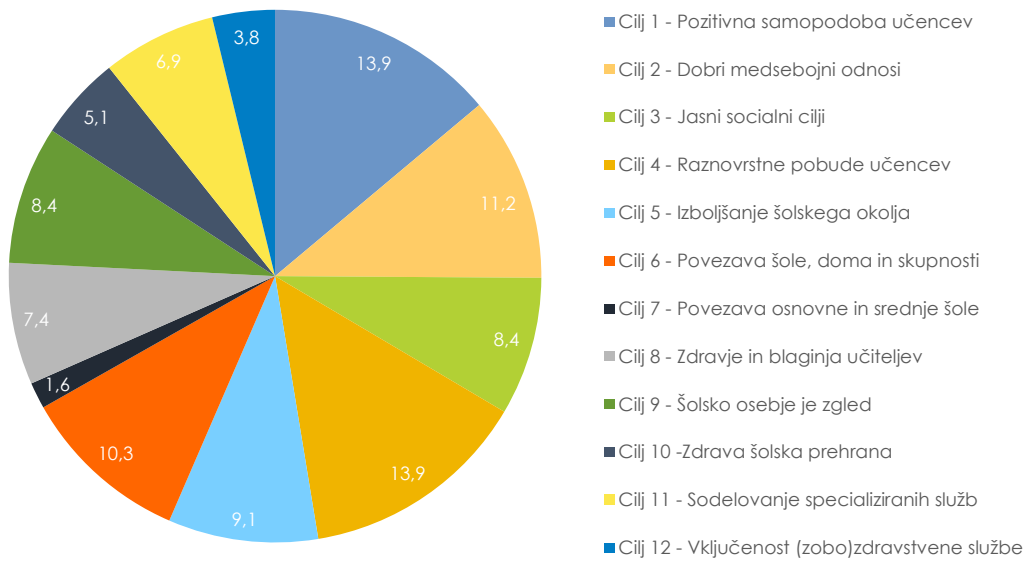


**Graf 3:** Vsebine v šolskem letu 2013/2014 po posameznih regijah ( v kategorijo ostalo so združene naslednje vsebine, ki jim je bilo namenjenih manj kot 5 % vseh nalog: vsebine zobozdravstvo, spolna vzgoja, obeležitev svetovnih dni, kvalitetno preživljanje prostega časa, varnosti, zasvojenosti, posnetek obstoječega stanja, izboljšanje delovnega okolja, preprečevanje nasilja, učne metode, popestritev pouka, sprejemanje drugačnosti in širitev idej.

## 1.2 Cilji Zdravih šol

Med 12 cilji Zdravih šol so šole v šolskem letu 2013/2014, enako kot že v šolskem letu pred tem, najpogosteje sledile:

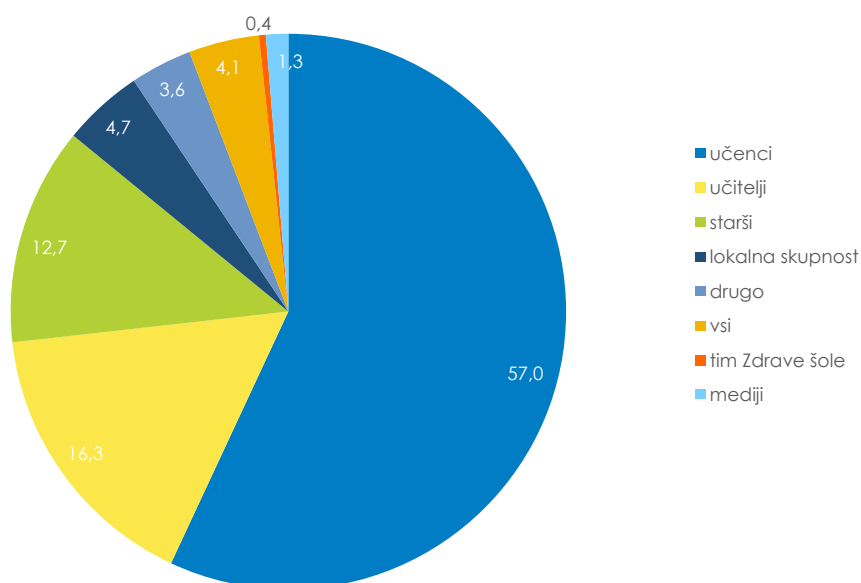
- cilju št. 1: Aktivno bomo podpirali pozitivno samopodobo vseh učencev s tem, da bomo pokazali, da lahko prav vsak prispeva k življenju v šoli. (13,9 %) in cilju št. 4: Vse učence bomo spodbujali k različnim dejavnostim tako, da bodo oblikovali raznovrstne pobude. (13,9 %)
- cilju št. 2: Skrbeli bomo za vsestranski razvoj dobrih medosebnih odnosov med učitelji in učenci, med učitelji ter med učenci. (11,2 %)
- cilju št. 6: Skrbeli bomo za razvoj dobrih povezav med šolo, domom in skupnostjo. (10,3 %) in
- cilju št. 5: Izkoristili bomo vsako možnost za izboljšanje šolskega okolja. (9,1 %)



Graf 4: Cilji v šolskem letu 2013/2014

### 1.3 Ciljne populacije

Tako kot vselej, je bilo tudi v šolskem letu 2013/2014 več kot polovica (57 %) vseh nalog, izvedenih v okviru Zdravih šol, namenjenih učencem in dijakom. V 16,3 % so bili ciljna populacija določenih dejavnosti učitelji, v 12,7 % starši otrok in v 4,7 % lokalna skupnost. V 4,1 % je ciljno populacijo zastopalo celotno šolsko osebje, v 3,6 % so bile dejavnosti Zdravih šol namenjene drugim, specifičnim ciljnim skupinam, v 1,3 % pa izvedene za medije. Šolski tim zdrave šole pa je bil ciljna populacija neke izvedene dejavnosti le v 0,4 %.

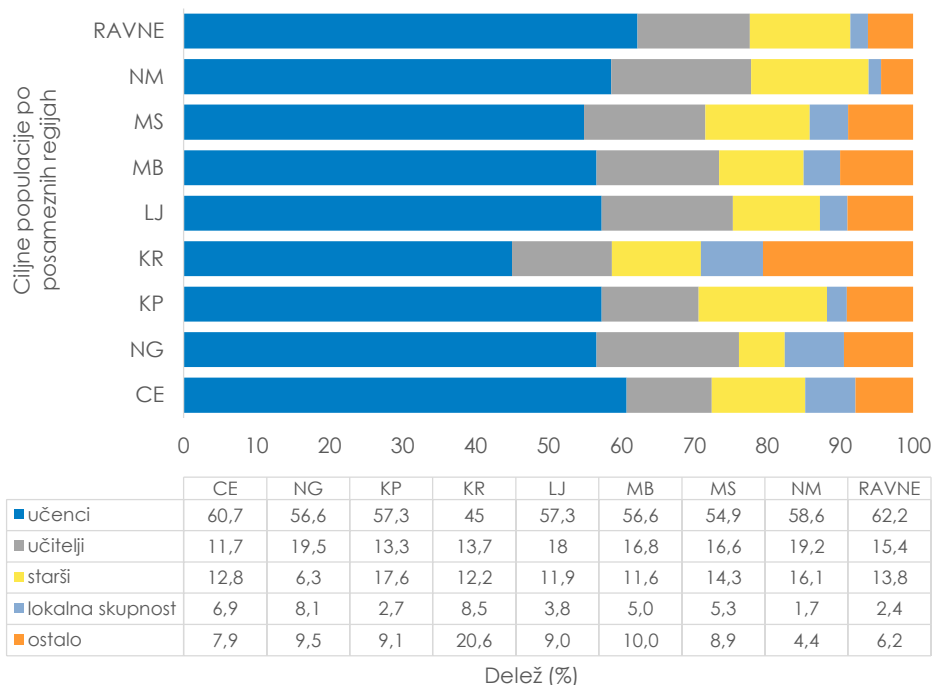


Graf 5: Ciljne populacije v šolskem letu 2013/2014

Če opazujemo, kako so posamezne ciljne skupine zastopane v vsaki posamezni regiji, ugotovimo, da je pri učencih in dijakih, ki jim je namenjenih največ nalog, največja razlika (za 15,7 %) med regijo Celje, kjer jim je namenjenih kar 60,7 % nalog in kranjsko regijo, kjer jim je bilo namenjenih 45 % nalog. Učiteljem je bilo namenjenih največ (19,5 %) nalog v novogoriški regij, v celjski pa samo 11,7 %, torej 7,8 % manj. Starši so bili kot ciljna populacija najbolj zastopani (17,6 %) v koprski, najmanj (6,3 %) oziroma za 11,3 % manj pa v kranjski regiji. Za lokalno skupnost so najvišji delež nalog (8,5 %) izvedli v kranjski regiji, najmanj pa v regiji Novo mesto (1,7 %). Največ nalog namenjenih šoli kot celoti (7 %) so pripravili v celjski regiji, najmanj (0,6 %) pa v pomurski regiji. Za posebne, zelo specifične ciljne populacije, za šolske time in medije so izvajale naloge Zdrave šole le v nekaterih regijah.

»V projekt Zdravih šol smo vključevali in spodbujali poleg učencev tudi učitelje. Množično smo se udeležili rekreacije za učitelje, zato bomo z dejavnostmi z veseljem nadaljevali.« so razložili na eni izmed koprskih šol. »Na šoli organiziramo interesno dejavnost Zdravošolci, ki skupaj z mentorico pomagajo pri oblikovanju programa s ciljem izboljšati zdravje vseh na šoli.« so prizadevanja za skupno dobro opisali v neki drugi šoli iz njihove regije.

Zaradi boljše preglednosti smo v spodnji sliki druge posebne populacije, predstavnike vseh populacij skupaj, time Zdravih šol in medije, ki kot posamične ciljne populacije predstavljajo majhne deleže in nekatere v določenih regijah sploh niso zastopane, združili v eno samo skupino z imenom ostalo.



**Graf 6:** Ciljne populacije (skupine drugo, vsi, tim Zdrave šole in mediji so združene v kategoriji ostalo) v šolskem letu 2013/2014 po posameznih regijah

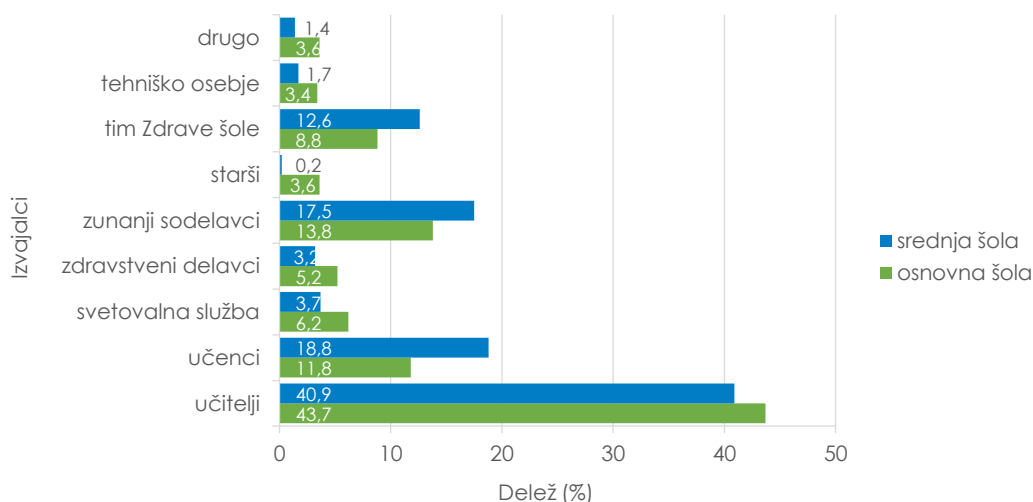
Tabela 1: Najpogostejše vsebine po posameznih ciljnih skupinah

Rang	Učenci	Učitelji	Starši	Lokalna skupnost
1	Duševno zdravje	Duševno zdravje	Duševno zdravje	Prostovoljno delo
2	Zdrava prehrana	Zdrava prehrana	Zdrav način življenja	Duševno zdravje
3	Zdrav način življenja	Zdrav način življenja	Ekologija	Telesna dejavnost
4	Telesna dejavnost	Ekologija	Zdrava prehrana	Zdrav način življenja
5	Prostovoljno delo	Telesna dejavnost	Telesna dejavnost	Ekologija

#### 1.4 Izvajalci

Kot prejšnja leta so največ (43,3 %) vseh dejavnosti v okviru Zdravih šol tudi v šolskem letu 2013/2014 izvedli učitelji. Pri 14,3 % nalog so izvedbo prevzeli njihovi zunanji sodelavci, 12,8 % so jih izvedli kar učenci ali dijaki sami, za izvedbo 9,4 % nalog so poskrbeli celotni šolski timi Zdravih šol, za 5,8 % pa svetovalna služba.

Pri tem so opazne nekatere razlike med izvajalci dejavnosti po osnovnih in srednjih šolah. Tako v osnovnih s 43,7 % kot v srednjih šolah s 40,9 % so največja skupina izvajalcev dejavnosti Zdravih šol učitelji. Kot že v preteklih šolskih letih, se tudi v šolskem letu 2012/2013 največja (za 7 %) razlika med osnovnimi in srednjimi šolami kaže v nalogah, ki jih izvedejo učenci oziroma dijaki sami, saj so srednješolci bili izvajalci 18,8 % nalog, osnovnošolci pa 11,8 %. V srednjih šolah (17,5 %), so v večji meri kot v osnovnih šolah (13,8 %) prisotni zunanji izvajalci, več nalog pa so na srednjih šolah (12,6 %) v primerjavi z osnovnimi šolami (8,8 %) izvedli tudi člani tima Zdravih šol. Obratno sta v osnovnošolskem okolju kot izvajalki vsebin povezanih z zdravjem nekoliko bolj prisotni svetovalna in zdravstvena služba, saj je prva izvedla (6,2 %), druga pa (5,2 %) nalog, medtem, ko so v srednjih šolah svetovalni delavci izvedli 3,7 %, zdravstveni delavci pa 3,2 % nalog. Bolj sodelujoči so v osnovnih šolah, kjer so otroci še mlajši, bili tudi starši, saj so izvedli 3,6 % nalog, v srednjih šolah pa le 0,8 % vseh nalog.



Graf 7: Izvajalci v šolskem letu 2013/2014

Tabela 2: Najpogostejše vsebine po posameznih izvajalcih

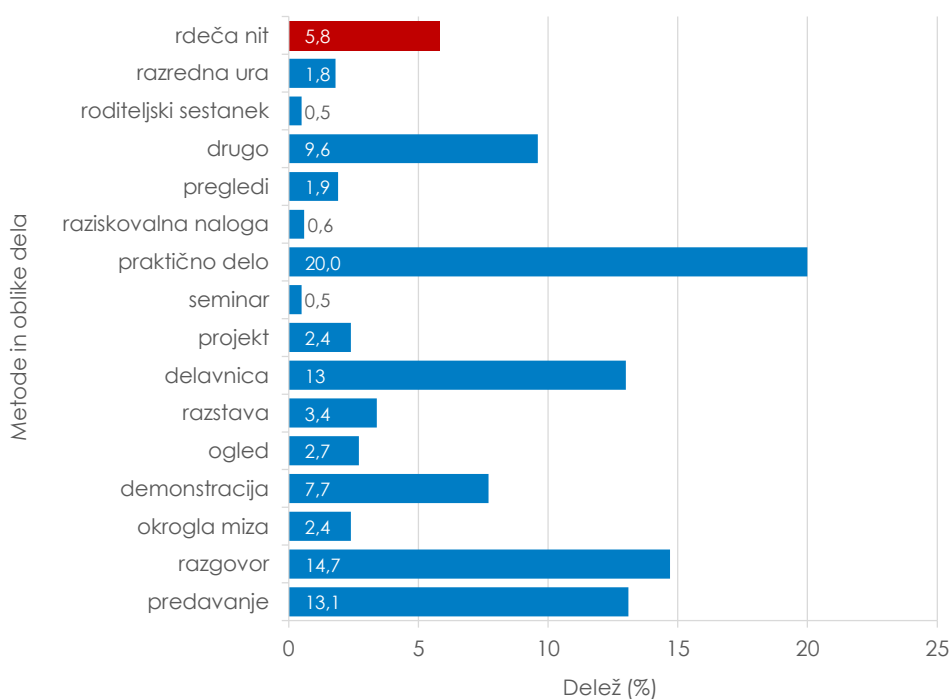
Rang	Učitelji	Zunanji izvajalci	Učenci	Tim
1	Duševno zdravje	Duševno zdravje	Prostovoljno delo	Zdrava prehrana
2	Zdrava prehrana	Zdrav način življenja	Duševno zdravje	Duševno zdravje
3	Zdrav način življenja	Zdrava prehrana	Ekologija	Zdrav način življenja
4	Telesna dejavnost	Zasvojenosti	Zdrava prehrana	Prostovoljno delo
5	Prostovoljno delo	Varnost	Zdrav način življenja	Ekologija

## 1.5 Trajanje nalog

V šolskem letu 2013/2014 je več kot polovica (53,6 %) vseh nalog bilo celoletnih ali celo večletnih, že utečenih projektov, več kot četrtnina (26,4 %) je bilo enkratnih akcij, ki so trajale od enega do treh dni, 8,1 % jih je trajalo najmanj en in največ tri mesece, 7,1 % nalog je bilo tedenskih in 3,1 % polletnih. 1,7 % nalog je takih, za katere podatka o njihovem trajanju ni. Za celotno mariborsko regijo podatka o časovnem obsegu nalog nimamo.

## 1.6 Metode in oblike dela

Ne glede na to, za katero vsebinsko področje je šlo in komu so naloge bile namenjene, so se podobno kot že v prejšnjih šolskih letih, tudi v šolskem letu 2013/2014 vsi izvajalci pri izvedbi svojih nalog v okviru projekta Zdrave šole največkrat posluževali praktičnega dela (20 %), razgovorov (14,7 %), predavanj (13,1 %) ali pa so pripravili delavnice (13 %).



Graf 8: Najpogostejše metode dela v šolskem letu 2013/2014

Tabela 3: Najpogostejše vsebine po posameznih metodah dela

Rang	Praktično delo	Razgovor	Predavanje	Delavnice
1	Zdrava prehrana	Duševno zdravje	Duševno zdravje	Duševno zdravje
2	Ekologija	Zdrava prehrana	Zdrav način življenja	Zdrav način življenja
3	Telesna dejavnost	Zdrav način življenja	Zdrava prehrana	Zdrava prehrana
4	Duševno zdravje	Prostovoljno delo	Zasvojenosti	Prostovoljno delo
5	Zdrav način življenja	Ekologija	Ekologija	Zasvojenosti

## 1.7 Rdeča nit

Rdeča nit je bila v šolskem letu 2013/14 namenjena medgeneracijskemu sodelovanju. Z obravnavo te teme smo želeli povečati ozaveščenost mladih za potrebe starejših, spodbuditi mentorje, da oblikujejo samostojne projekte oziroma se vključijo v projekte s področja medgeneracijskega sodelovanja in prostovoljstva ter preko dejavnosti iskali skupne interese oziroma koristi za mlade in starejše generacije. Na rednih delovnih srečanjih v vseh regijah smo pedagoške delavce spodbujali, da oblikujejo lastne projekte ali pa se vključijo v že uveljavljene projekte drugih institucij, se povežejo z domovi za starejše občane, dnevnimi centri, društvi za starejše, nevladnimi organizacijami, na srečanjih pa predstavijo svoje primere dobrih praks (na primer Dan druženja treh generacij, Posvojiti babico ali dedka ...). Podrobneje smo jim predstavili tudi projekta Simbioze in Matija, v katera so se nekatere šole vključile še bolj dejavno.

Rdečo nit je v šolskem letu 2013/2014 med svoje naloge vključilo 208 od 289 (oziroma 72 %) Zdravih šol, ki so poročale o svojem delu in je ta odstotek nekoliko višji kot leto pred tem, saj je takrat vsaj eno nalogo na temo rdeče niti izvedla 201 šola (oziroma 66,6 %) od 302 Zdravih šol, ki so oddale poročila o svojem delu. Če so v šolskem letu 2012/2013 Zdrave šole po razpoložljivih podatkih na temo rdeče niti oblikovale 449 (oziroma 11,9 %) od vseh nalog, so jih v šolskem letu 2013/2014 457 (oziroma 13,4 %) Od teh največ, tako kot tudi med vsemi nalogami sploh, kar 150 (32,8 %), spada na področje duševnega zdravja. Podatke navajamo le okvirno, saj dopuščamo možnost, da so bile naloge v okviru rdeče niti zaradi kompleksnosti tematike zabeležene po različnih šolah in regijah različno, glede na subjektivno presojo poročevalcev. Iz njih bi sicer lahko sklepali na različno močno obravnavo rdeče niti po posameznih regijah, vendar je pri tem potrebno upoštevati, da so regije po številu Zdravih šol vključenih v mrežo, zelo neenako zastopane. Glede na izbrano temo rdeče niti v šolskem letu 2013/2014 bi k njej lahko prišteli še naloge s področja prostovoljnega dela dela (ki jih je 293 ali 8,6 % od vseh izvedenih dejavnosti) in naloge, katerih namen je sprejemanje drugačnosti (teh so šole izvedle 94 ali 2,8 % od vseh zabeleženih nalog).

Vsebinski rdeče niti pod naslovom *Medgeneracijsko sodelovanje* sledijo še ostala področja: prostovoljno delo (20,6 %), zdrav način življenja (8,5 %), prosti čas (7,2 %), ter sprejemanje drugačnosti (4,8 %). Poglobljeno delo na izbrano temo, ki

predstavlja več kot zgolj izvajanje nalog v okviru spodbujanja dobrih medgeneracijskih odnosov, medsebojne pomoči, naklonjenosti drugačnim, ali zdravih življenjskih navad nasploh, je vključevalo zanimive naloge, kot so: Računalništvo za dedke in babice, Starejši berejo mlajšim, Moj dedek, moja babica, Nitke prijateljstva, dan očkov, mamic, dedkov in babic, Dobra dela združujejo generacije, Občani kot naši mentorji, Preberi mi pravljico, Druženje štirih generacij ob božično-novoletnem bazarju, Mali in veliki prijatelji, Urica Znalka, Tudi če si star si lahko mlad v srcu, Knjižna uganka in knjižna razstava na temo medgeneracijskega sodelovanja, Simbioza za računalniško opismenjevanje starejših, Babica, dodaj me na facebooku, Rad se družim z mlajšimi, Prostovoljec sem, Sorazrednik, Rastoča knjiga, v šolah so sodelovali z domovi za starejše in društvi upokojencev in v svoje dejavnosti prostovoljno vključevale že upokojene učitelje.



Slika 1: Skupna jutranja telovadba, Osnovna šola Lava

*»Vsebine aktualne rdeče niti so v šolah obravnavali bodisi v obliki enodnevnih druženj z različnimi generacijami v domovih starejših, bolnišnicah, vrtcih, bodisi v obliki delavnic z dedki in babicami za spoznavanje dela, izkušenj, kulture, običajev iz preteklosti, medvrstniško učno pomočjo, pa tudi s prostovoljsko akcijo izdelave in prodaje izdelkov za kritje stroškov šolske malice. Namen tovrstnih dejavnosti je učencem privzgojiti spoštovanje do drugačnosti, medsebojnega in medgeneracijskega sodelovanja, strpnosti, spoštovanja svojih korenin in udejanjanju besed.*

*V okviru rdeče niti je večina šol izvedla e. opismenjevanje starejših (preko programa Simbioza ali pa so sami izvedli podobno akcijo). S tako obliko dela so se razvili pristni, strpni in solidarni odnosi med dvema generacijama, okrepila se je samopodoba, spodbudila se je komunikacija, zaupanje, povezovanje obeh generacij, prenos znanja mlajši starejšim. Okrepila se je ozaveščenost mladih o pomenu medgeneracijske solidarnosti in dialogu med mlado in starejšo generacijo, učenci se zavedajo, da so posamezniki potrebni pomoči in da lahko tudi sami pomagajo. Ena izmed šol je dobila nagrado za najboljšo Simbioza šolo*



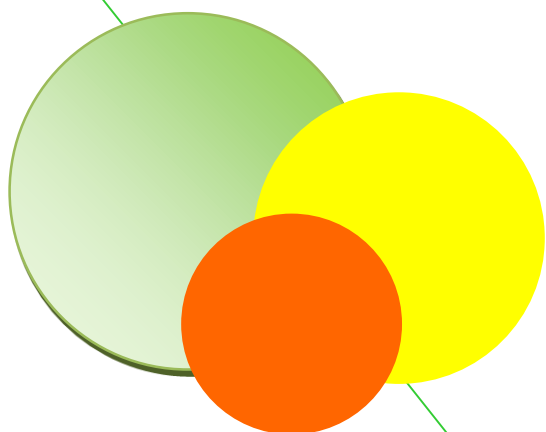
v Sloveniji, saj so povezali največ udeležencev in prostovoljcev.« je dejavnosti v okviru rdeče niti opisala Cecilija Sušec z Območne enote Murska Sobota.

»Vsebinska rdeča nit v šolskem letu 2013/2014 je bila izbrana na podlagi predloga predstavnikov Zdravih šol, ki v današnjem času, ko po mnenju mnogih vlada v slovenskem prostoru kriza vrednot, medgeneracijsko sodelovanje prepoznava kot eno pomembnejših vrednot za obstoj naše družbe. Na večini Zdravih šol v ljubljanski regiji so najbolj zanimive, pozitivno sprejete in uspešno zaključene aktivnosti izvajali prav z namenom povezovanja več generacij: otroke in mladostnike, starše ter »modro in izkušeno« generacijo starejših ljudi. Po šolah in dijaških domovih so otroke in mladostnike spodbujali k razmišljanju o pomenu medgeneracijskega sodelovanja in o lastnem prispevku vsakega posameznika k tej tematiki. Izvajali so aktivnosti bodisi znotraj šolskega okolja med različnimi starostnimi skupinami otrok ali v sodelovanju s starejšimi občani ali pa so obiskali domove starejših občanov in spoznavali, kako se življenje odvija tam. Poleg tega je bil v tem šolskem letu večji poudarek tudi na utrjevanju dobrega počutja, samopodobe in samostojnosti otrok ter na spodbujanju aktivnega prostega časa v duhu zdravega življenja«, je o rdeči niti razmišljala Branka Đukić, regijska koordinatorica ljubljanskih Zdravih šol.

»Z Medgeneracijskim sodelovanjem imajo šole že bogate izkušnje, lahko pa so vseeno pridobile še sveže ideje za bolj sistematično in usmerjeno delovanje. Pri medgeneracijskem sodelovanju se prelivajo različne vrednote, ki bogatijo vse vključene generacije: modrost, znanje, izkušnje, mladostna energija, ideje, podpora, vživljanje v potrebe drugih, druženje, zmanjševanje osamljenosti, krepitev občutka potrebnosti ...« je o vodilni temi šolskega leta 2013/2014 razmišljal Zlatko Zimet, koordinator za mariborsko regijo.

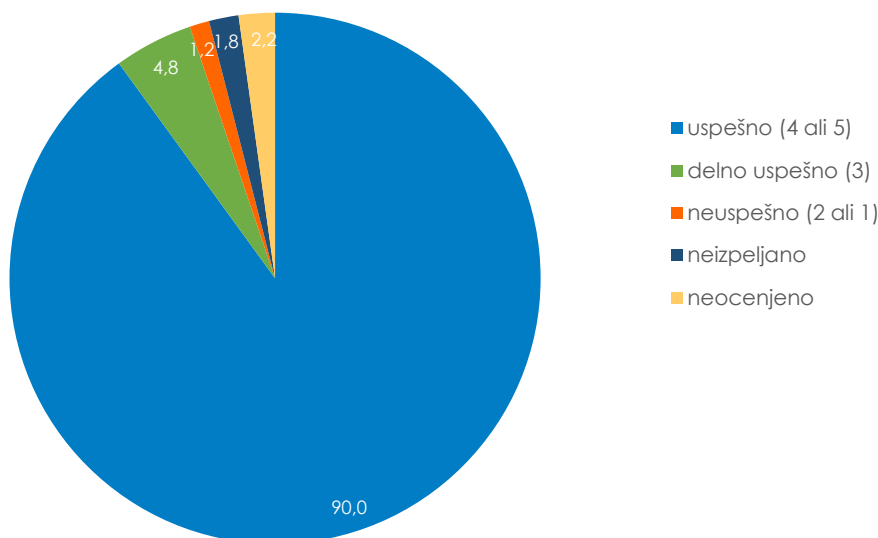
Rdeča nit Medgeneracijsko sodelovanje je zelo zaživela tudi v regiji Koper. »Zaživele so različne aktivnosti, ki so se jih udeleževali tudi starši in stari starši. Vsi so bili navdušeni«, je dodala tamkajšnja koordinatorica Nevenka Ražman.

V novomeški regiji so, kot poročata Janja Jurečič in Janja Janc Jagrič s tamkajšnje območne enote NIJZ: »Šole izvajale veliko nalog namenjenih izboljševanju odnosov v učiteljskih kolektivih, v timu Zdravih šol ter med samimi učenci. Veliko poudarka so dale tudi na prostovoljstvo ter vrstniško in medgeneracijsko povezovanje, na krepitev prijateljstva, strpnost do drugačnih ter pomoč sočloveku.«



## 2. Evalvacija

### 2.1 Ocena uspešnosti izvedenih nalog



Graf 9: Ocena uspešnosti nalog v šolskem letu 2013/2014

V vsakem šolskem letu naj bi načeloma vse izvedene naloge šolski timi evalvirali dvakrat. Ocena uspešnosti temelji na kriterijih, ki si jih šolski tim zastavi za vsako nalogo posebej. V šolskem letu 2013/2014 je od skupno 3404 nalog 76 nalog (2,2 %) ostalo neocenjenih. Sicer je velika večina nalog (90 %) bila izvedenih uspešno (ocenjenih s 4 ali 5), 4,8 % pa delno uspešno (ocenjenih s 3). Za 1,2 % nalog so njihovi ocenjevalci presodili, da so bile izvedene neuspešno (ocenjenih z 2 ali 1), 1,8 % jih predvsem zaradi finančnih, časovnih in kadrovskih omejitev, ki so vplivale na sodelovanje z zunanjimi izvajalci, ni bilo izvedenih.

### 2.2 Kako naprej?

Za 82 nalog (2,4 %) od skupno 3404 se šolski timi niso opredelili glede njihovega nadaljevanja. Za 71,5 % programov, projektov in akcij je znano, da se bodo nadaljevali ali ponovili, 8,2 % jih bodo na šolah ob ponovni izvedbi nekoliko spremenili ali dopolnili, pri 8 % nalog pa bodo izkušnje in pridobljeno znanje uporabili za druge podobne naloge/projekte.

*»Dobro načrtovanje in medsebojno sodelovanje so pripomogli h kvalitetno izpeljanim nalogam v okviru projekta, tako za učence in učitelje, kot tudi za zunanje goste, obiskovalce in sodelavce.«*, se je glasila pohvala z ene izmed koprskih šol. Z neke druge šole v njihovi regiji pa so prav tako potrdili, da: *» ... so na šoli z regijsko koordinatorico zelo zadovoljni, saj je vedno priskočila na pomoč in prinesla na našo šolo veliko novega znanja. S članstvom v Zdravi šoli smo izredno*

zadovoljni. Vedno znova ugotavljamo, da počnemo veliko stvari na temo zdravja, od športnih aktivnosti do zdrave prehrane. Čeprav se pogosto tega ne zavedamo.«, so svoje pozitivne izkušnje izrazili še s tretje kopske šole.

### 2.3 Povzetek

Če povzamemo: 289 osnovnih in srednjih šol ter dijaških domov in ena posebna šola, je skupno izvedlo 3404 nalogi oziroma vsaka med njimi v povprečju skoraj 12. Najbolj intenzivno so se šole posvečale dejavnostim s področij duševnega zdravja, zdravim prehranskim navadam, spodbujale zdrav življenjski slog nasploh, si prizadevale za varovanje okolja, in opravljale družbeno koristna delo ter krepile telesno dejavnost.

Največkrat je bil cilj tega aktivno podpirati samopodobo učencev s spodbujanjem k različnim dejavnostim oziroma dajanju pobud zanje, skrbeti za dobre medosebne odnose in razvoj dobrih povezav med šolo, domom in skupnostjo ter izkoristiti možnosti za izboljšanje šolskega okolja. Največ nalog so na osnovnih kot na srednjih šolah izvedli učitelji sami; najpogosteje so bile namenjene otrokom, pri čemer so največkrat uporabili metodo praktičnega dela. Skoraj tri četrtine šol se je vključilo v rdečo nit na temo medgeneracijskega sodelovanja. Več kot polovica vseh nalog, za katere je čas njihovega trajanja znan, je potekala celo leto in velika večina jih je bila izvedenih uspešno.

Ob tem je Branka Božank, regijska koordinatorica Zdravih šol koroške regije, takole povzela način delovanja mreže. *»Predstavniki Zdravih šol na Koroškem so izrazili predvsem željo po racionalizaciji administrativnih obveznosti ob vodenju šolskih timov, glede vsebin pa si želijo predvsem tistih o zdravi prehrani, medsebojni pomoči, nenasilju, odnosih, prostem času, krepitvi samozavesti, izsiljevanju in nasilju med učenci, o stresu, sprejemanju drugačnosti, za boljše odnose med ljudmi, sodelavci, učenci in starši, terapevtske delavnice in praktične seminarje. V Srednji zdravstveni šoli s Šolskega centra Slovenj Gradec, so opozorili na problematiko preprečevanja samomora in potrebo po tem, da bi dijakom ponudili programe/aktivnosti s tega področja. Na podlagi predavanja strokovnjakov z Inštituta Andrej Marušič, ki smo ga izpeljali v okviru srečanja vodij timov Zdravih šol, se je vodja šolskega tima dogovorila za izvedbo projekta A se štekaš? in ga tudi načrtovala. Žal so jim naknadno sporočili, da tega za dijake 3. in 4. letnikov ne morejo izpeljati, ker nimajo usposobljenega kadra za to ciljno skupino.«*

## POMEMBNI DOGODKI V ŠOLSLEM LETU 2013/2014 IN PREGLED DEJAVNOSTI PO REGIJAH

V preteklem šolskem letu se je nizozemski inštitut CBO, ki vodi evropsko mrežo zdravih šol (SHE mrežo) zelo posvetil spletni strani Evropske SHE mreže. Na njej so objavili celo serijo e-publikacij, namenjenih uporabi v šolah: Šolski priročnik Evropske mreže zdravih šol (SHE online school manual), ter spremljajoče dokumente: Orodje SHE mreže za hitro ocenjevanje (SHE (online) rapid assessment tool), Šolske akcijske smernice (School action planner). Skupaj s Temeljnimi dejstvi Evropske mreže zdravih šol (Schools for health – factsheets) 1 in 2 ter Izjavo iz Odensa (The Odense Statement) smo jih vse prevedli v slovenščino in so dostopna na

<http://www.schools-for-health.eu/si/for-schools/prironik/dokumenti>.

V estonskem Tallinu je med 8. In 10. oktobrom 2014 potekalo delovno srečanje nacionalnih koordinatorjev Zdravih šol, ki se ga je udeležilo 28 nacionalnih in regijskih koordinatorjev SHE mreže in raziskovalcev s področja promocije zdravja v šolskem okolju. Srečanje se je pričelo z letnim zasedanjem generalne skupščine SHE mreže, nadaljevalo pa s štirimi delavnicami: dvema na temo izgradnje kapacitet, eno o uporabi spletnega SHE priročnika, ki je vključevala tudi obisk šole in ene na temo družabnih medijev in promocije zdravja v šolah.



Slika 2: Letnega srečanja SHE mreže se je udeležila tudi koordinatorica Slovenske mreže zdravih šol Mojca Bevc

Na plenarnem zasedanju so se udeleženci srečanja seznanili z delovanjem raziskovalne skupine pri SHE mreži in z novostmi na področju promocije zdravja ter si izmenjali komentarje na Temeljna dejstva 3 (Schools for health – factsheets 3), ki so v pripravi. Ogljedali so si tudi 8 minutni promocijski video z naslovom Kako

postati Zdrava šola? (dostopen na strani SHE mreže), ki prikazuje, kako so pristop promocije zdravja v prakso prenesle štiri šole iz Estonije, Nizozemske in Španije. Začetni izdelek bodo ustvarjalci po vtisih prisotnih nadgradili z dodatnimi vsebinami, saj so se sprva osredotočili zgolj na gibanje, zdravo prehrano in higieno kot osnovo telesnega zdravja, v video pa bodo v nadaljevanju vključili še več šol iz različnih držav.

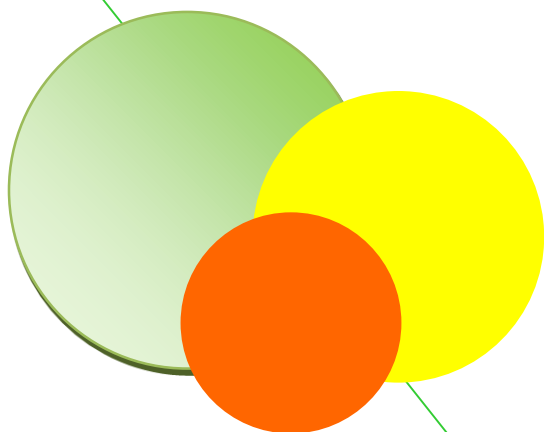
Predstavniki SHE sekretariata so prisotne spodbudili k uporabi spletnega priročnika, in izjave iz Odensa ter jih seznanili z izidom zbornika inovativnih praks in SHE slovarjem pojmom s področja promocije zdravja v šolskem okolju, jim podali vtise iz [poletne šole v Limericku](#) na Irskem ter jih seznanili z odprtjem dodatnega urada SHE mreže v Moskvi v podporo Vzhodno evropskim in srednjeazijskim državam. Prisotnim so predstavili tudi priporočila za Joint Actions on Mental Health – dokument, ki je še v pripravi.

Regijskim mrežam in posameznim šolam je ponujena možnost, da se direktno povežejo s SHE mrežo kot člani.

SHE sekretariat je kot nadaljnjo usmeritev za delo mreže do konca leta 2017 Evropski komisiji predlagal:

- [podporo SHE mreže](#) z letaki, spletno stranjo, družabnimi mediji in podporo šolam uporabnicam in njihovem tesnejšemu povezovanju (iskanju partnerske šole po angleško twinning) znotraj SHE mreže na pobudo petih šol iz Španije;
- [izgradnjo kapacitet](#) v obliki delavnic za koordinatorje Zdravih šol, uporabo SHE spletnega priročnika, poletno šolo in obiskovanjem lokalnih skupnosti;
- [zagovorništvo](#) na osnovi Temeljnih dejstev, slovarja in predstavitev na konferencah;
- [podporo raziskovalne skupine](#) s srečanji delavnicami in novo raziskovalno publikacijo.

Že šesto leto zapored je [26. marca 2014](#) v Cankarjevem domu dom v Ljubljani potekal [Kulturni bazar](#), Namen tradicionalnega dogodka, ki poteka v skupni domeni predstavnikov Ministrstva za kulturo, Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport, Zavoda RS za šolstvo, Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, Ministrstva za zdravje, Ministrstvo za zunanje zadeve, Slovenske nacionalne komisije za Unesco, Center RS za mobilnost in evropske programe izobraževanja in usposabljanja ter kulturne ustanove iz vse Slovenije, je doseči boljše obveščenost o kulturni ponudbi v Sloveniji ter v strokovni in širši javnosti prebuditi interes za kulturno-umetnostno vzgojo oziroma za kulturo.





**Slika 3:** Strokovnjakinje z Nacionalnega inštituta za javno zdravje, ki skrbijo za nacionalno in regijsko koordinacijo Slovenske mreže zdravih šol, so bile zelo dejavne tudi na Kulturnem bazarju 2014

Sodelujoči razstavljalci gradiv in plakatov ter razpravljavci na okroglih mizah Kulturnega Bazarja 2014 so na povabilo Ministrstva za zdravje RS bili tudi strokovnjaki z NIJZ, ki so predstavili svoje programe za promocijo zdravja namenjene otrokom in mladostnikom. Ob Slovenski mreži zdravih šol so to bili še Model zdrav življenjski slog v šoli, Zdravi vrtci, To sem jaz!, Da sije sonce, Vzgoja za zdravo spolnost, Motnje hranjenja, Otroci za varnost v prometu ...

**Nacionalni posvetovalni odbor** Slovenske mreže zdravih šol (NPO) s predstavniki OE NIJZ se je leta 2014 sestel petkrat. Da bi o vsebini in sklepih teh delovnih srečanj bili seznanjeni predstavniki Zdravih šol, so preko regijskih koordinatorjev prejeli zapisnike z informacijami in usmeritvami za nadaljnje delo.

Na osnovi sklepov - nastalih na Nacionalnem posvetu o promociji zdravja v šolskem okolju z naslovom Skupaj za boljše zdravje otrok in mladostnikov – ohranjanje in zagotavljanje enakih možnosti, s katerim smo 17. decembra 2013 na Brdu pri Kranju obeležili 20-letnico delovanja Slovenske mreže zdravih šol, je bila oblikovana **medsektorska skupina strokovnjakov**. V letu 2014 se je skupina dvakrat sestala in oblikovala ter na Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport poslala pisni predlog medsektorskega sodelovanja na področju promocije zdravja v šolskem okolju. Na žalost je zaradi postopka menjave vlade predlog začasno ostal le na papirju. V letu 2015 se nadejamo nadaljevanja dela medsektorske skupine.

Vsi regijski koordinatorji Zdravih šol so pripravili **vsebinsko in družabno zelo bogata regijska srečanja z vodji timov Zdravih šol** in marsikatero so gostili na kakšni izmed šol. »Še naprej bi se srečevali po šolah, ki so vključene v mrežo«, se je ob tem glasilo sporočilo iz koprške regije.

»Šole prepoznavajo priložnosti in izzive za celostni pristop k promociji zdravja v šolskem okolju in uspešno premagujejo ovire. V goriški regiji smo jim zagotovili dobro informiranost na področju aktualnih informacij, s poudarkom na rdeči niti Medgeneracijsko sodelovanje – področju, na katerem so vse Zdrave šole predstavile veliko primerov dobrih praks. V šolskem letu 2013/2014 je Območna

enota NIJZ Nova Gorica organizirala vsa tri regijska srečanja goriških Zdravih šol na šolah – prvega na Osnovni šoli Milojke Štrukelj Nova Gorica, ki je praznovala 20 let uspešnega delovanja v okviru Slovenske mreže zdravih šol, drugo srečanje je potekalo na Osnovni šoli Kanal, tretje pa so gostili na Osnovni šoli Ivana Roba Šempeter pri Novi Gorici. Šole so se seznanile s projektom Simbioza, namenjen spodbujanju prostovoljstva in ga vodi zavod Ypsilon ter se nekatere tudi vključile vanj, spoznale projekt Pazi, uporabi varno!, namenjen kemijski varnosti, v okviru katerega so si petošolci navdušeno ogledali predstavo Napo v kraljestvu nevarnih snovi, imeli preventivno akcijo Otroci za varnost v cestnem prometu, preventivni program Izštekani in preventivni program za krepitev družin na področju preprečevanja zasvojenosti. Povabili smo jih k udeležbi na humanitarni tek in hojo za upanje v Rožnatem oktobru ter ozaveščali starše in šolski kolektiv o škodljivosti sladkih pijač za zdravje. Zagotovili smo jim ključne informacije v okviru javnozdravstvenih akcij kot sta Svetovni dan Zdravja in Svetovni dan tobaka, ter izboljšali informiranost o vzgoji za zdravje otrok in mladostnikov v primarnem zdravstvenem varstvu.« je vtise iz goriške regije povzela tamkajšnja koordinatorica Zdravih šol Irena Jerič.

*»Tudi V Gorenjski regiji smo v šolskem letu 2013/2014 pripravili tri strokovna srečanja za vodje timov Zdravih šol« je povedala tamkajšnja regijska koordinatorica Marija Ješe. »Na srečanja smo povabili tudi šole, ki niso vključene v mrežo Zdravih šol. Dve srečanja nam je uspelo organizirati izven Območne enote NIJZ Kranj in sicer na Osnovni šoli Gorenja vas in Osnovni šoli Antona Tomaža Linhart v Radovljici. Obe šoli sta se izkazali kot dober soorganizator in dober gostitelj.*

*Osnovna šola Gorenja vas je na zelo prijeten način predstavila delo zeliščarskega krožka. V obliki delavnice so prikazali izdelavo zeliščnih lizik in krem. Ogledali smo si tudi njihov lepo urejen zeliščni vrt, za katerega skrbijo učiteljice in učenci, ki so vključeni v krožek. Poleg tega smo si v Gorenji vasi ogledali še zelo urejeno in poznano sirarno na kmetiji Pustotnik.*

*V mesecu marcu je potekalo drugo srečanje na Osnovni šoli Antona Tomaža Linhart v Radovljici, kjer smo se posvetili kemijski varnosti. V sklopu srečanja je na šoli potekala še igrice »V kraljestvu nevarnih snovi« za učence nižje stopnje, ki je so jo otroci zelo dobro sprejeli. V gorenjskih Zdravih šolah se je v tem šolskem letu zamenjalo kar nekaj vodij timov, zato smo posebej za njih pripravili posebno izobraževanje. Na povabilo šol smo se regijski koordinatorji udeleževali sestankov šolskih timov.«*

*Ob tem je regijska koordinatorica kranjskih šol še dodala: »Število izvedenih nalog se sicer od šole do šole močno razlikuje, na osnovi njihovega poročanja pa lahko rečemo, da so lepo sledili rdeči niti – medgeneracijskemu sodelovanju. Opazili smo, da so se šole veliko povezovale z domovi ostarelih.«*

*»Na regijskih srečanjih smo vodjem tima vedno pripravili strokovno temo. Eno od srečanj smo izvedli skupaj z izobraževanjem Sheme šolskega sadja, na zadnjem srečanju pa smo učiteljem ponudili strokovno temo – delavnico o soočanju s*

stresom, ki jo je izvedla sodelavka. Učitelji so jo z navdušenjem sprejeli in pohvalili. Tudi v bodoče si želijo več tem, ki bi bile namenjene njihovem duševnemu zdravju in opolnomočenju. Na vseh srečanjih beležimo zelo dober odziv. Poleg strokovnih tem pa smo se na srečanjih veliko ukvarjali s spletno aplikacijo za vnašanje nalog ter s poenotenim programom Zdravih šol v prihodnjem šolskem letu.«, sta letna dogajanja v novomeški regiji komentirali tamkajšnji koordinatorici Janja Jurečič in Janja Janc Jagrič.

»Kot v preteklih letih smo lahko zelo zadovoljni s prisotnostjo na naših regijskih srečanjih vodij timov Zdravih šol tudi v šolskem letu 2013/2014, saj konstantno ohranjamo velim delež udeleženi. Že tradicionalno so se poleg predstavnikov Zdravih šol srečanj udeleževali tudi vodje zdravstveno vzgojnih centrov zdravstvenih domov. Program srečanj je bil sestavljen po predlogih članic, iz katerih je nastala zanimiva kombinacija predavanj in predstavitev dobrih praks.« se regijske koordinacije koordinacije v preteklem šolskem letu spominja Zlatko Zimet iz Območne enote NIJZ Maribor. »Na srečanjih smo se seznanili z naslednjimi temami: Tveganje z okužbo hepatitisa A in B ter možnost zaščite, Javnozdravstveni vidik tveganega pitja alkohola v slovenskem prostoru, Odraščanje – dve plati medalje, Primer dobre prakse (nevarnosti hrupa, računalništvo brez računalnika, nevarnosti klopov, prva pomoč, učenec uči učenca), Delavnica – medgeneracijsko sodelovanje, kemijske varnosti »Pazi uporabi varno, Kemijska varnost skozi oči zdravnice, Predstava Napo v kraljestvu nevarnih snovi, Središke tikve dobrote, V senco pod soncem, Vektorske bolezni in možnosti zaščite.«

»V šolskem letu 2013/2014 so vse Zdrave šole v naši regiji načrtovale in tudi izvedle številne aktivnosti povezane z zdravim načinom življenja. Tako da smo z delom ZŠ zelo zadovoljni. V tem šolskem letu smo tudi zadovoljni z odzivnostjo šol pri poročanju, malce več težav smo imeli z udeležbo na srečanjih, predvsem kadar smo gostovali na kakšni lokacijsko bolj oddaljeni šoli. Koordinacija programa je potekala v skladu z usmeritvami in brez težav.

Program Zdravih šol je dobro zastavljen in veliko prednost vidimo v tem, da so na šoli timi, ki skupaj načrtujejo najrazličnejše aktivnosti in se med sabo dopolnjujejo. Člani tima se res potrudijo za svoje učence, dijake. Veseli so, ko uspešno zaključijo določeno aktivnost, saj so tako naredili nekaj zase, za šolo in za okolico. Nekatere naloge izvajajo že vrsto let, iščejo pa tudi vedno nekaj novega in zanimivega. Veliko šol je poročalo tudi o pomanjkanju finančnih sredstev, saj ne morejo pokriti materialnih stroškov. Ena koordinatorica je napisala, da šola nima razpoložljivih sredstev, zato sta s sodelavko sami priskrbele potrebne materiale. Učenci in dijaki v okviru tega projekta pridobijo veliko informacij o zdravem načinu življenja, prehranjevanja, o gibanju, duševnem zdravju ... Zato bi vse šole morale biti zdrave«, menita Petra Tratnjak, in Urška Hajdinjak, ki koordinirata Zdrave šole v celjski regiji.

»Šolsko leto 2013/2014 je na našem koncu zaznamovala redna udeležba vodij timov ali njihovih namestnikov na naših srečanjih, sproščeno vzdušje, sodelovanje in približevanje potrebam in pričakovanjem vseh, ki so del mreže. Predvsem pa so



podoba našega dela in rezultatov odzivi in besede naših šol, naših sodelavcev na šolah, ki v svoje delo vnašajo veliko ljubezni do življenja otrok, njihovega počutja in povezanosti s šolo, kar mi ponosno imenujemo promocija zdravja!«, je z zadovoljstvom izjavila Nevenka Ražman, regijska koordinatorica Zdravih šol z Območne enote NIJZ Koper.

»Tako kot prejšnja leta veliko nalog navezovalo na že utečene vsebine, ki vsakič pritegnejo pozornost: zdravo prehranjevanje, gibanje, duševno zdravje, dobrodelnost ...

V okviru regijske koordinacije Slovenske mreže zdravih šol smo predstavnikom Zdravih šol v ljubljanski regiji v šolskem letu 2013/2014 pripravili strokovno izobraževanje o obvladovanju stresa, kemijske (ne)varnosti ter preventivnih pristopih na področju zasvojenosti, seznanili smo se tudi z inovativnim projektom pouka v naravi. Tekom leta smo izmenjali devet primerov dobrih praks tako z osnovnih kot srednjih šol. V tem letu so prvič v času regijske koordinacije eno izmed srečanj vodij timov Zdravih šol iz ljubljanske regije gostili na Osnovni šoli Danile Kumar v Ljubljani. Izkušnja je bila prijetna, gostje smo se počutili dobrodošli in vzdušje je bilo zelo sproščeno, kljub temu da je ravno tiste dni po državi pustošil žled. Kljub različnim spremembam, krčenju finančnih sredstev in kadrov ter varčevalnim ukrepom zaradi recesije in globalne krize ideja o krepitvi in varovanju zdravja in zdravega življenjskega sloga živi še naprej skozi program Slovenske mreže zdravih šol, ki ima za sabo 20-letno tradicijo«, je Branka Đukić povzela koordinacijo v ljubljanski regiji.

Kljub vsej predanosti promociji zdravja na šolah izpostavljajo tudi nekatere skrbi in ovire. V šolah pomurske regije, na primer, opažajo slabšo zobno higieno pri otrocih, oziroma premajhno sodelovanje staršev, ki otrok (predvsem mlajših) ne vodijo k zobozdravniku. »Na področju prehrane je problem, da so zdrava in ekološko pridelana živila praviloma dražja, zato pri nabavi teh živil obstajajo omejitve. Nekateri učenci zavračajo obroke v šoli, namesto tega si v bližnjih trgovinah kupujejo nezdravo hrano in pijače, v šolski jedilnici pa hrana ostaja. Kljub prizadevanju za boljše medsebojne odnose v šolah, med učenci še vedno prihaja do konfliktov in nestrpnosti. Učenci se tudi premalo gibajo in imajo posledično težave pri koordinaciji. Starši, na višji stopnji pa tudi učenci se na ponujena izobraževanja s področja zdravja in aktivnosti ne odzivajo vselej dobro. Še posebej v srednjih šolah opažajo pomanjkanje časa in veliko dela z raznimi obšolskimi dejavnostmi«, je še opozorila ena izmed regijskih koordinatoric, Cecilija Sušec. Za promocijske dejavnosti na različnih področjih zdravja bo torej v prihodnje potrebno najti odgovor, kako učinkovite so, kako dostopati do najbolj rizičnih ciljnih populacij in kako maksimalno izkoristiti vse razpoložljive finančne in človeške vir, da bo življenjski slog otrok, njihovih staršev in učiteljev še bolj zdrav.

The logo for the National Institute for Public Health (NIJZ) consists of the letters 'NIJZ' in a bold, sans-serif font. The 'N' and 'I' are in a dark blue color, while the 'J' and 'Z' are in a lighter blue color. The 'J' has a small downward-pointing arrow at its base.

Nacionalni inštitut  
za **javno zdravje**

Dostopno na spletni strani

[www.nijz.si](http://www.nijz.si)

December 2014

