



NAŠA POT ZDRAVJA

30 let Zdrave šole na
Osnovni šoli Milojke Štrukelj



Nova Gorica, maj 2023



OŠ MILOJKE ŠTRUKELJ
NOVA GORICA



NAŠA POT ZDRAVJA

30 LET ZDRAVE ŠOLE NA OSNOVNI
ŠOLI MILOJKE ŠTRUKELJ

NOVA GORICA, MAJ 2023

NAŠA POT ZDRAVJA
30 LET ZDRAVE ŠOLE NA OSNOVNI ŠOLI MILOJKE ŠTRUKELJ

Avtorica: Lilijana Sulič zbrala in uredila kronološki pregled projekta Zdrava šola na Osnovni šoli Milojke Štrukelj Nova Gorica za obdobje tridesetih let.

Gradiva in fotografije opremila z razlago in spremnimi dopisi.

Ilustrator naslovnice: Lilijana Sulič

Oblikovalec naslovnice: Tanja Batistič Poljšak

Urednica: Katjuša Batič

Lektorica: Špela Sušanj

Izdajatelj in založnik: Osnovna šola Milojke Štrukelj Nova Gorica

Tisk: Copigraf Faganelj d. o. o.

Leto izida: 2023

Število natisnjenih izvodov: 20

Publikacija je bila izdana s pomočjo sponzorskih sredstev. Sponzorji so navedeni na koncu publikacije.

Knjiga je brezplačna.

Daj človeku ribo, nahranil ga boš za en dan.

Nauči ga loviti ribe, prehranil ga boš za vse življenje.

Kitajski pregovor

Jubileji zbudijo spomine, ki smo jih dobili na prehojeni poti. Projekt Zdrava šola se je začel z ljudmi, polnimi idej, vizij in vztrajnosti. Iz načrtovanih idej so nastajale nove, boljše, včasih popolnoma drugačne. Rezultati, s katerimi se srečujemo danes, nam povedo, da noben korak ni bil zaman.

Knjiga je poklon vsem učencem, zaposlenim, staršem in zunanjim sodelavcem, ki so kakorkoli prispevali k rasti, širjenju in iskanju novih projektnih poti za dobro vseh.

Hvala Katjuši Batič za oblikovanje, spodbude in nasvete. Hvala Špeli Sušanj za skrben jezikovni pregled besedila. Spregledati ne smem niti vseh tistih soustvarjalcev, s katerimi sem se pri pripravi srečevala in so mi s pogovorom pomagali oživiti razvojno pot. Hvala vodstvu šole, ki je projekt podprlo. Hvala sponzorjem, ki so omogočili, da je knjiga izšla.

Hvaležna sem za možnost, ki sem jo dobila kot vodja projekta.

Lilijana Sulič, dipl. socialna delavka,

vodja Zdrave šole

Pred tremi desetletji je Osnovna šola Milojke Štrukelj sprejela odločitev, da postane Zdrava šola in v svoje šolsko okolje vključi promocijo zdravja kot del svojega vsakdanjika.

V skrbi za zdravje učencev, zaposlenih na šoli in staršev je bilo v teh treh desetletjih izvedenih ogromno aktivnosti in dejanj, ki so prispevale k dobremu počutju in ohranjanju zdravega bivanjskega okolja.

Skozi raznolike programe in aktivnosti ste pospremili veliko generacij učenk in učencev ter nesebično delili vaše znanje, veščine in izkušnje z ostalimi zdravimi šolami v regiji. S svojim aktivnim sodelovanjem v lokalni skupnosti pa ste dali velik pečat k ozaveščanju, saj sledite razvoju in se prilagajate potrebam okolja in časa.

Brez entuziazma in požrtvovalnosti tima zdravih šol se danes ne bi mogli s ponosom ozirati na prehojeno pot. Tim zdrave šole na OŠ Milojke Štrukelj deluje kot dobro uigran orkester, ki ga ves ta čas uspešno vodi ga. Lilijana Sulič.

Obletnice so čas za razmislek, kaj dobrega je bilo v preteklosti narejenega, iz česa se lahko kaj naučimo in kako najbolje zastaviti pot naprej.

Želim vam še veliko uspeha pri nadaljnjem delu v prihodnjih letih in da bi tudi naslednje obletnice bile v znamenju ponosa, samozavesti, uspešnosti in dobrega sodelovanja.

Iskrene čestitke.

Ingrid Markočič Tadič,
regijska koordinatorica zdravih šol
Nacionalni inštitut za javno zdravje
Območna enota Nova Gorica

KAZALO

ZAČETKI.....	6
1993/1994.....	13
1994/1995.....	20
1995/1996.....	29
1996/1997.....	40
1997/1998.....	48
1998/1999.....	53
1999/2000.....	54
2000/2001.....	61
2001/2002.....	68
2002/2003.....	69
2003/2004.....	74
2004/2005.....	75
2005/2006.....	77
2006/2007.....	79
2007/2008.....	82
2008/2009.....	84
2009/2010.....	90
2010/2011.....	96
2011/2012.....	100
2012/2013.....	105
2013/2014.....	112
2014/2015.....	120
2015/2016.....	122
2016/2017.....	124
2017/2018.....	128
2018/2019.....	131
2019/2020.....	139
2020/2021.....	144
2021/2022.....	147
2022/2023.....	149
ZAKLJUČEK.....	154
VIRI.....	157

ZAČETKI

Evropska mreža zdravih šol (The European Network of Health Promoting Schools) je nastala kot strateški projekt pod okriljem Svetovne zdravstvene organizacije (Urad za Evropo), Sveta Evrope in Evropske komisije.

Slovenija se je z 12 pilotskimi šolami, med katerimi je bila tudi naša, priključila Evropski mreži zdravih šol leta 1993. Projekt sta podpirali Ministrstvo za zdravje in Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport. Inštitut za varovanje zdravja RS (danes Nacionalni inštitut za javno zdravje RS) pa je bil naš nacionalni podporni center.

Februarja 1993 smo se prijavili na natečaj za sodelovanje v projektu Zdrava šola z naslovom *Zdrava prehrana in telesna dejavnost*.

OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ
NOVA GORICA

Številka: 48/93
Datum: 25.2.1993

INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA
REPUBLIKE SLOVENIJE
PROJEKT ZDRAVE ŠOLE
LJUBLJANA - Trubarjeva 2

ZADEVA: PRIJAVA NA NATEČAJ ZA SODELOVANJE V PROJEKTU ZDRAVA ŠOLA

Po razgovoru z Zavodom za socialno medicino in higieno ter Referatom za zdravstveno vzgojo in preventivo, smo se odločili za sodelovanje v projektu ZDRAVA ŠOLA.

Poglobili se bomo predvsem v področje zdrave prehrane in telesne dejavnosti.

Izdelen projekt vam pošljemo naknadno.



OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ
NOVA GORICA

Številka: 48/93
Datum: 4.3.1993

INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA
REPUBLIKE SLOVENIJE
PROJEKT ZDRAVE ŠOLE

LJUBLJANA - Trubarjeva 2

ZADEVA: PRIJAVA NA NATEČAJ ZA SODELOVANJE V PROJEKTU ZDRAVA ŠOLA

Priloženo vam pošiljamo okvirni projekt ZDRAVA ŠOLA na temo ZDRAVA PREHRANA IN TELESNA DEJAVNOST.

PRILOGI: 2

RAVNATELJ
Mirko Brulc

Smatramo, da so potrebne spremembe zaradi vse več deformacij na hrbtenici otrok, veliko poškodb pri športni vzgoji, številnih prekomerno težkih otrok in neprimernih pogojev za opravljanje samega urnika športne vzgoje. S tem je povezano tudi nezadovoljstvo učiteljev, ki pouk izvajajo in trendi za boljšimi odnosi otrok do omenjenega predmeta in do lastnega telesa. Sodelovanje s šolsko zdravstveno službo je prisotno. Pripravljeni so sodelovati še več, če bo potrebno.

Pogoji za izvajanje športne vzgoje so neprimerni. Prostori:

- velika telovadnica,
- mala telovadnica,
- balkon, ki ni primeren za izvajanje pouka športne vzgoje,
- prostor pod balkonom, ki ni primeren za izvajanje pouka športne vzgoje,
- zunanja igrišča, ki so ob slabem vremenu neuporabna.

Te prostore uporabljajo učenci naše šole in dijaki Gimnazije. Kapaciteta prostorov za športno vzgojo je 70 ur tedensko v dopoldanskem času (24 ur Gimnazija, 48 ur naša šola). Naši učenci imajo normalen pouk samo 3 dni v tednu, če izvzamemo eno skupino, ki izvaja športno vzgojo v neprimernem prostoru. Ostala dva dneva 3 skupine nimajo prostora zaradi zasedenosti Gimnazije. Razredna stopnja športna vzgoja nima tudi če je na urniku, zaradi pomanjkanja prostora za izvedbo.

Sam program bi zajemal naslednja področja z dejavnostmi:

- SDLA:
- primeren pouk športne vzgoje,
 - organizacija in izvedba športnih dni,
 - šola v naravi (na morju in na snegu),
 - sodelovanje učiteljev,
 - kultura prehranjevanja,
 - organizacija prehrane,
 - naravoslovni dnevi.

- STARŠI:
- roditeljski sestanki (prehrana, telesna dejavnost, pravilna drža,...),
 - sodelovanje staršev na različne načine (športni dnevi, naravoslovni dnevi, šola v naravi),
 - vzgled staršev.

- SIRSA SKUPNOST:
- trim steza,
 - TVD Partizan,
 - bazen
 - regres za prehrano,
 - stadion - zelenice, ki jih je vse manj.

CILJI:

- urediti pogoje za izvajanje pouka športne vzgoje za vse učence in s tem tudi delavcem zagotoviti primerne pogoje za delo,
- zmanjšati število deformacij na hrbtenici otrok,
- izboljšati rezultate testiranj za karton športne vzgoje,
- omogočiti učencem prostovoljne dejavnosti na šoli (prostor),
- strokovno sodelovanje med učitelji razrednega pouka in športne vzgoje,
- vsak dan bi morali imeti učenci eno šolsko uro rekreacije, če ne že športne vzgoje,
- usmerjati starše, da to izvajajo tudi doma, se vključujejo na športne dneve, šole v naravi, naravoslovne dneve in izlete,
- zmanjšati število prekomerno težkih otrok,
- učencem in delavcem zagotoviti hranilno, biološko in energetsko primerno bogato hrano,
- zdrav in kulturn način razdeljevanja in zauživanja hrane,
- priti do najvišjega možnega nivoja higiene pri pripravi, razdeljevanju in zauživanju hrane,
- čim prijetneje urediti prostor, v katerem se otroci prehranjujejo,
- omogočiti učencem vzdrževanje osebne higiene pred in po hranjenju (umivanje rok),
- omogočiti kuharskemu osebju kar se da normalne pogoje za delo in pri težjih fizičnih delih olajšati delavce z različnimi pripomočki in stroji,
- vzpostaviti čim pristnejši odnos med učenci in kuharji, ki jim hrano delijo; pri tem, kolikor se da upoštevati želje otrok v zvezi s količino hrane, vendar ne v smeri upoštevanja razvad,
- vzpostaviti kontakt med učiteljem, vodjo prehrane in starši predvsem tistih otrok, ki imajo pri prehranjevanju težave ali ovire (bolezen, dieta).

Prijavnica in program projekta Zdrava šola

Postavili smo si naslednje cilje:

- x Izboljšati pogoje za pouk športne vzgoje.
- x Zmanjšati število prekomerno težkih otrok.
- x Zagotoviti hranilno, biološko in energetsko primerno bogato hrano.
- x Zagotoviti najboljši možni nivo higiene.

Naši zastavljeni cilji

Pri prijavi smo morali izpolniti vprašalnik, ki je bil pogoj za udeležbo na razpisu.

*Naši odgovori na
vprašalnik*

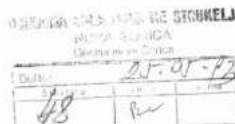
ODGOVORI NA SEZNAM VPRAŠANJ ZA ZDRAVO ŠOLO

1. Prizadevanja za aktivno podporo samooценjevanja vseh učencev so vgrajena v načrt in prizadevanja celotne šole.
2. Vsestranski razvoj dobrih medsebojnih odnosov v vsakdanjem šolskem življenju uresničujemo na vsakem koraku. Konflikte razrešujemo vsi skupaj s pogovori.
3. Socialne cilje šole poznamo vsi. Trudimo se, da bi jih realizirali.
4. Organizirane imamo različne prostovoljne dejavnosti, tekmovanja.
5. Izrabimo vsako ponujeno možnost za izboljšanje naravnega okolja šole.
6. Povezave med šolo, domom in skupnostjo potekajo na različne načine (več pogovornih ur, roditeljski sestanki, prireditve,...).
7. Povezave med osnovno in srednjo šolo zaradi priprave skladnega učnega načrta zdravstvene vzgoje ni.
8. Učitelji imajo možnost rekreiranja na šoli in redni zdravniški pregled.
9. Menimo, da so učitelji in šolsko osebje vzgled otrokom (omejitve pri kajenju, udeležba na športnih dnevih, naravoslovnih dnevih).
10. O vlogi šolske prehrane se učijo pri spoznavanju narave, gospodinjstvu - prehrana je na šoli organizirana za vse učence in delavce šole ter izven.
11. Sodelujemo z Zavodom za socialno medicino in higieno, referatom za zdravstveno vzgojo in preventivo, z ambulanto za motnje v razvoju in s šolsko ambulanto.
12. Šolska zdravstvena služba se vključuje v sam pouk, sodeluje na roditeljskih sestankih, naravoslovnih dnevih. Na sistematskih zdravniških pregledih otrok se posvetujemo z razrednikom, šolsko svetovalno službo in starši.

Na razpisu smo bili izbrani.



INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA REPUBLIKE SLOVENIJE
INSTITUTE OF PUBLIC HEALTH OF THE REPUBLIC OF SLOVENIA



Trubarjeva 2
61000 LJUBLJANA
SLOVENIJA
Poštni predal - Post box 260
Tel. n.č.: 38 61 123 245
Fak.: 38 61 323 955
Zira račun: 50101-603-41773

1015-37/99
21.5.1993

*Dokument o izboru naše šole v
projekt Zdrava šola*

RAVNATELJEM OSNOVNIH IN SREDNIH ŠOL, KI SO SE PRIJAVILE ZA
VKLJUČITEV V MREŽO ZDRAVIH ŠOL

Spoštovani!

Nacionalni posvetovalni odbor projekta Zdrave šole je na svoji tretji seji dne 19. maja 1993 izbral šole, ki bodo vstopile v Evropsko mrežo zdravih šol (seznam je v prilogi tega dopisa).

Zelo smo veseli, da vam lahko sporočimo, da je bila vaša šola izbrana v Evropsko mrežo zdravih šol in da bomo v prihodnjih letih sodelavci.

Na razpis je prispelo 62 prijav. Za izbiro je bila zadolžena tričlanska komisija, ki je podrobno preučila vsako prijavo, nekatere šole pa si je tudi ogledala. Zato je postopek izbire trajal dlje, kot smo pričakovali. Upamo, da boste to obrazložitev in izbiro šol sprejeli z razumevanjem.

O nadaljnjem delu na projektu vas bomo obvestili prihodnji mesec.

Lepo pozdravljeni!

Eva Stergar

mag. Eva Stergar, dipl. psih.
vodja enote za zdravstveno vzgojo
nacionalni koordinator HPS



Metka Mucator Hiti
v.d. direktorica

Poleg naše šole jo bilo v projekt izbranih še deset osnovnih in ena srednja šola.

Seznam izbranih šol

REGIJA LJUBLJANA: **OŠ JANKO KERSNIK BRDO**
61225 LUKOVICA

OŠ KAREL DESTOVNIK KAJUH
61000 LJUBLJANA
JAKČEVA 42

REGIJA MURSKA SOBOTA: IZBIRE ŠE NI

SREDNJA ŠOLA: **SREDNJA AGROŽIVILSKA ŠOLA**
61000 LJUBLJANA
C. V MESTNI LOG 47

EVROPSKA MREŽA ZDRAVIH ŠOL IZBRANE ŠOLE IZ REPUBLIKE SLOVENIJE

REGIJA CELJE: **OŠ MARIJE BROZ**
63256 BISTRICA OB SOTLI

REGIJA NOVO MESTO: **OŠ TREBNJE**
KIDRIČEVA 11
68210 TREBNJE

REGIJA KRANJ: **OŠ ANTON TOMAŽ LINHART**
KRANJSKA C.
64240 RADOVLJICA

REGIJA RAVNE NA KOROŠKEM:
II. OŠ SLOVENJ GRADEC
62380 SLOVENJ GRADEC
KOPALIŠKA ULICA 29
OŠ PREŽIHOV VORANC
62390 RAVNE NA KOROŠKEM
GOZDARSKA POT 11

REGIJA NOVA GORICA: **OŠ MILOJKE ŠTRUKELJ**
65000 NOVA GORICA
DELPINOVA 7

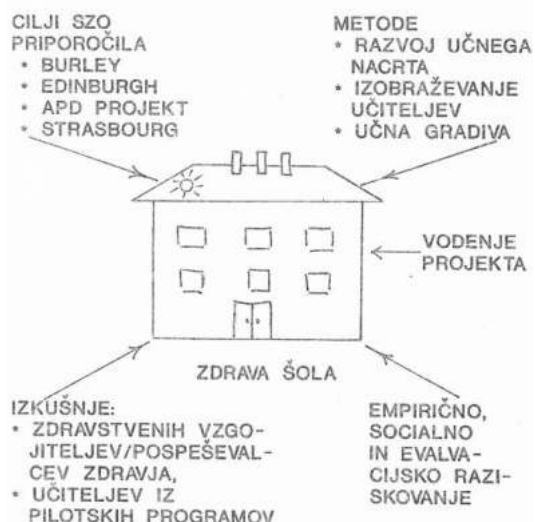
REGIJA KOPER: **OŠ CIRIL KOSMAČ**
66330 PIRAN
BOLNIŠKA 11

REGIJA MARIBOR: **OŠ PREŽIHOV VORANC**
62000 MARIBOR
GOSPOSVETSKA 10

Področja projekta Zdrava šola na nivoju Evrope

Organizacijska mreža projekta Zdrave šole v Sloveniji

PROJEKT ZDRAVE ŠOLE



EVROPSKA MREŽA ZDRAVIH ŠOL ORGANIZACIJSKA SHEMA



ALI „ZDRAVE ŠOLE„ PRINAŠAJO KAJ NOVEGA?

V tabeli so prikazane inovacije, na katere cilja „zdrava šola„

TRADICIONALNA ZDRAVSTVENA VZGOJA

„ZDRAVA ŠOLA„

1. zdravstveno vzgojo pojmuje v na razred omejenem smislu;

- zavzema širši pogled, vključno z vsemi vidiki življenja v šoli in s povezavami v skupnosti;

2. poudarja osebno higieno in telesno zdravje in ne zajema širših aspektov zdravja;

- temelji na modelu zdravja, ki vključuje interakcijo telesnih, duševnih ter družbenih vidikov in vidikov okolja;

3. poudarek je na navodilih v zvezi z zdravjem in na osvajanju dejstev;

- usmerjena je na aktivno sodelovanje učencev in razvijanje njihovih veščin s pomočjo različnih metod;

4. čutiti je pomanjkanje skladnega, usklajenega pristopa, ki bi upošteval tudi druge vplive na učence;

- upošteva širok razpon različnih vplivov na učenčevo zdravje in skuša upoštevati tudi predhodna prepričanja, vrednote in stališča;

5. skuša odgovoriti na vrsto zaznanih problemov in težav na osnovi zaporednosti;

- upošteva, da je mnogo osnovnih veščin in procesov, ki so skupni vsem bistvenim vprašanjem v zvezi z zdravjem, in da bi to morali že vnaprej načrtovati kot del učnega načrta;

6. le omejeno upošteva povezavo psiho-socialnih dejavnikov z zdravjem;

- za krepitev zdravja sta bistvena razvoj pozitivne predstave o sebi in posameznik, ki prevzema nadzor nad svojim življenjem;

7. pomembnost šole in njene okolice upošteva le omejeno;

- priznava pomembnost naravnega okolja šole (estetski vidiki, direktni psihološki vplivi na učence in učitelje);

8. ne upošteva zdravja in blaginje osebja v šoli;

- krepitev zdravja v šoli se nanaša tudi na osebje; poudarja vlogo osebja v smislu modelov;

Inovacije, ki jih prinaša projekt Zdrava šola

Temelj projekta Zdrave šole je predstavljal stalno izobraževanje učiteljev in zdravstvenih delavcev na področju zdravja. V začetku je Inštitut za varovanje zdravja za vodje timov Zdravih šol in njihove sodelavce iz 12 pilotskih šol organiziral brezplačna izobraževanja. Seminarji so zajemali različna področja zdravja, ki jih učitelji niso bili deležni v okviru svojega rednega študija. Za uspešen začetek projekta smo ocenili kot pomembne naslednje teme: promocija duševnega zdravja, obvladovanje stresa, načrtovanje in evalvacija programov promocije zdravja, spolna vzgoja, zdravstvena vzgoja.

Zdrava šola skuša vplivati na zdrav način življenja vseh deležnikov, ki hodijo v šolo. To lahko doseže tako, da razvija različne možnosti za zdravo življenje. Vsem deležnikom omogoča in jih spodbuja, da vplivajo na svoje (telesno, duševno, socialno in okoljsko) zdravje. Pri tem ji je v oporo **12 ciljev Evropske mreže zdravih šol**. Vodstvo in delavci Zdravih šol so se ob vstopu v mrežo zavezali, da si jih bodo prizadevali izpolnjevati.

1. Aktivno bomo podpirali pozitivno samopodobo vseh učencev s tem, da bomo pokazali, da lahko prav vsak prispeva k življenju v šoli.
2. Skrbeli bomo za vsestranski razvoj dobrih medsebojnih odnosov med učitelji in učenci, učitelji med seboj ter med učenci.
3. Potrudili se bomo, da bodo socialni cilji šole postali jasni učiteljem, učencem in staršem.
4. Vse učence bomo spodbujali k različnim dejavnostim tako, da bomo oblikovali raznovrstne pobude.
5. Izkoristili bomo vsako možnost za izboljšanje šolskega okolja.
6. Skrbeli bomo za razvoj dobrih povezav med šolo, domom in skupnostjo.
7. Skrbeli bomo za razvoj povezav med osnovno in srednjo šolo zaradi priprave skladnega učnega načrta zdravstvene vzgoje.
8. Aktivno bomo podprli zdravje in blaginjo svojih učiteljev.
9. Upoštevali bomo dejstvo, da so učitelji in šolsko osebje vzgled za zdravo obnašanje.
10. Upoštevali bomo komplementarno vlogo, ki jo ima šolska prehrana pri učnem načrtu zdravstvene vzgoje.
11. Sodelovali bomo s specializiranimi službami v skupnosti, ki nam lahko svetujejo in pomagajo pri zdravstveni vzgoji.
12. Vzpostavili bomo poglobljen odnos s šolsko zdravstveno in zobozdravstveno službo, da nas bo dejavno podprla pri učnem načrtu zdravstvene vzgoje.

Organizacijski del projekta se je skozi vsa leta dopolnjeval in nadgrajeval.

Prva tri leta smo načrtovali in ovrednotili dejavnosti vsake tri mesece. Nato smo prešli na polletno načrtovanje in vrednotenje. Zadnjih nekaj let pa načrtujemo in vrednotimo enkrat letno. Preglednice z načrtovanji in evalvacijo posredujemo na Nacionalni inštitut za varovanje zdravja, kjer jih območni koordinator pregleda in na njihovi osnovi pripravi letno analizo.

Sestanke z regijskimi koordinatorji imamo vsaj dvakrat letno. Na sestankih obravnavamo različne teme zdravja, informirajo nas o dogodkih, dejavnostih povezanih z zdravjem, skupaj dajemo pobude za razreševanje problemov na šolah. Skupaj izberemo vsebinsko »**rdečo nit**«, ki jo poglobljeno obravnavamo eno šolsko leto. Poleg izbrane obravnavane teme pa se ukvarjamo tudi s svojimi specifičnimi projekti. K zdravju pristopamo celostno. Naše naloge izhajajo iz trenutnih situacij in dejanskega stanja na šoli. K reševanju izzivov in iskanju ustreznih poti povabimo tudi učence, starše, lokalno skupnost, zdravstvene službe.

Svoja prizadevanja šole prikažemo na regijskih srečanjih slovenske mreže zdravih šol, kjer s predstavitvijo ali z delavnico prikažemo primere dobrih praks na svojih šolah.

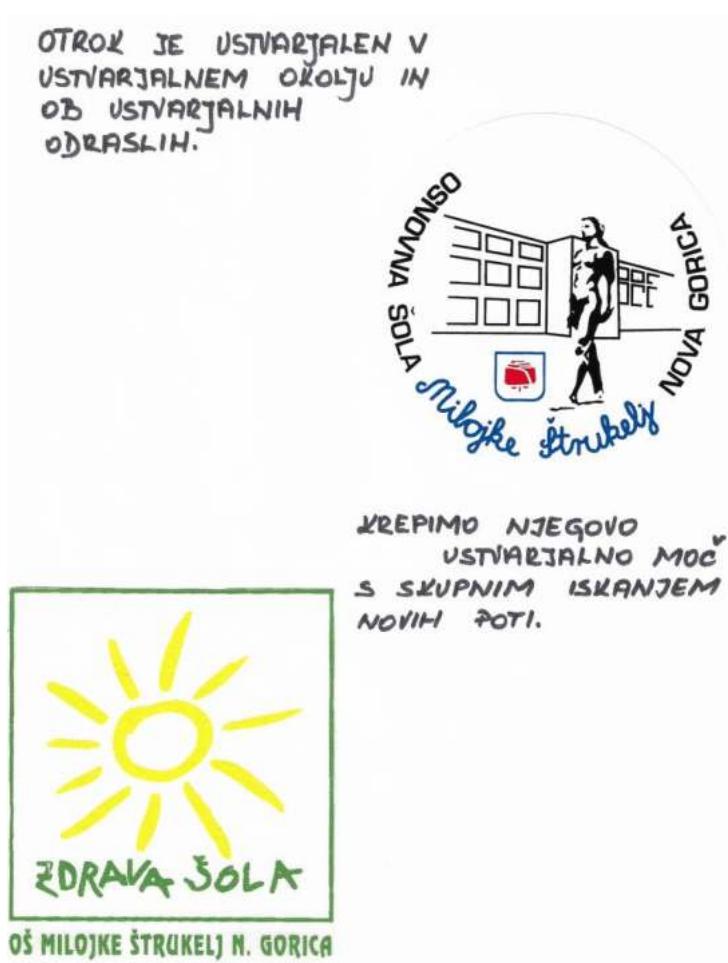
Bistveno je, da šola vključi promocijo zdravja v vse vidike vsakdanjega življenja. Tako kot piše v **Ottavski listini promocije zdravja (1986)**, so ključni elementi promocije zdravja v šolah:

- x Politika zdravja v šolah. Šola oblikuje lastno politiko, ki jo vključi v svoje dokumente. Pred tem pa o prednostnih nalogah, ciljih in izzivih razpravlja z učenci, učitelji in starši.
- x Šolsko fizično okolje zajema vse prostore v šoli in okoli nje.

- x Šolsko socialno okolje je izjemnega pomena, saj vemo, da na vzdušje in klimo bistveno vpliva kakovost medsebojnih odnosov.
- x Individualne veščine/spretnosti in akcijska kompetenca - vključevanje zdravja v formalni in neformalni kurikulum.
- x Zdravstvene službe, ki šoli nudijo oporo pri spremljanju in ocenitvi zdravstvenega stanja.

Slovenska mreža Zdravih šol je **od leta 1993 članica Evropske mreže Zdravih šol (SHE mreže)**. Vsa leta jo koordinira Nacionalni inštitut za javno zdravje.

Trenutno je v slovenski mreži Zdravih šol 389 šol in dijaških domov.



*Naš moto ob pričetku
izvajanja projekta*

1993/1994

Za potrebe izvajanja projekta Zdrava šola smo morali najprej izpolniti vprašalnik, kamor smo vpisali splošne podatke o šoli. Določili smo vodjo projekta, namestnika in člane šolskega odbora. Odbor so sestavljali predstavnica staršev, predstavniki Zavoda za socialno medicino in higieno in šolski zdravnik.

VPRAŠALNIK ZA ZDRAVO ŠOLO

1. IME IN NASLOV ŠOLE: OSNOVNA ŠOLA
MILOJKE ŠTRUKELJ NOVA GORICA
DELPIKOVA 7

2. SPLOŠNI PODATKI O ŠOLI:

- število učencev: 938

- število oddelkov: 37

- število učiteljev: 56

- šolska svetovalna služba: psiholog ☒ DA ☐ NE
pedagog ☒ DA ☐ NE
socialni delavec ☒ DA ☐ NE
drugi (NAPIŠITE): _____

- Ali je v šoli zobozdravstvena ambulanta? DA ☐ ☒ NE

- Ali je za razredno stopnjo organizirano podaljšano bivanje? DA ☐ ☒ NE

3. PODATKI V ZVEZI S PROJEKTOM ZDRAVA ŠOLA:

a) vodja projekta Zdrava šola:

* priimek, ime: SULIČ LILIJANA

* poklic: SOCIALNA DELAVKA

* delo, ki ga opravlja: _____

* koliko časa je že na šoli? 2 LETI

* ali ima namestnika? ☒ DA ☐ NE

* če ima namestnika, zapišite tudi podatke o namestniku:
KRIGL DARJA, SOCIALNA DELAVKA - OPRAVLJA
DELO ROKOVNIČE RAVNATELJA, NA ŠOLI JE 28 LET.

b) Ali ste že oblikovali šolski odbor za projekt Zdrave šole? ☒ DA ☐ NE

Če ste ga že oblikovali, zapišite tudi:

* število članov: 4

* 1. član: VELUŠČEK IRENA
poklic: VIŠJA MEDICINSKA SESTRA
zaposlitev: ZAVOD ZA SOCIALNO
MEDICINO IN HIJENO
vloga: PREDSKUPNIK ZAVODA (starš, učitelj, skupnost, šol. zdravnik ...)
ZA SOCIALNO MEDICINO IN HIJENO

* 2. član: ALENKA SIMČIČ-RUTAR
poklic: ADMINISTRATIVNI TEHNIK
zaposlitev: DOMA
vloga: STARŠ

* 3. član: dr. BOLTAR VALTER
poklic: SPECIALIST ŠOLSKE MEDICINE
zaposlitev: ZDRAVSTVENI DOM
DISPANZER
vloga: ŠOLSKI ZDRAVNIK

* 4. član: BABIČ SLAVICA
poklic: VIŠJA MEDICINSKA SESTRA
zaposlitev: ZAVOD ZA SOCIALNO
MEDICINO IN HIJENO N.G.
vloga: REPREDENT ZAVODA ZA
SOCIALNO-MEDICINO IN
HIJENO

* 5. član: _____
poklic: _____
zaposlitev: _____
vloga: _____

c) V katerem zdravstvenem domu je šolski dispanzer, ki skrbi za vaše učence?
ZDRAVSTVENI DOM NOVA GORICA

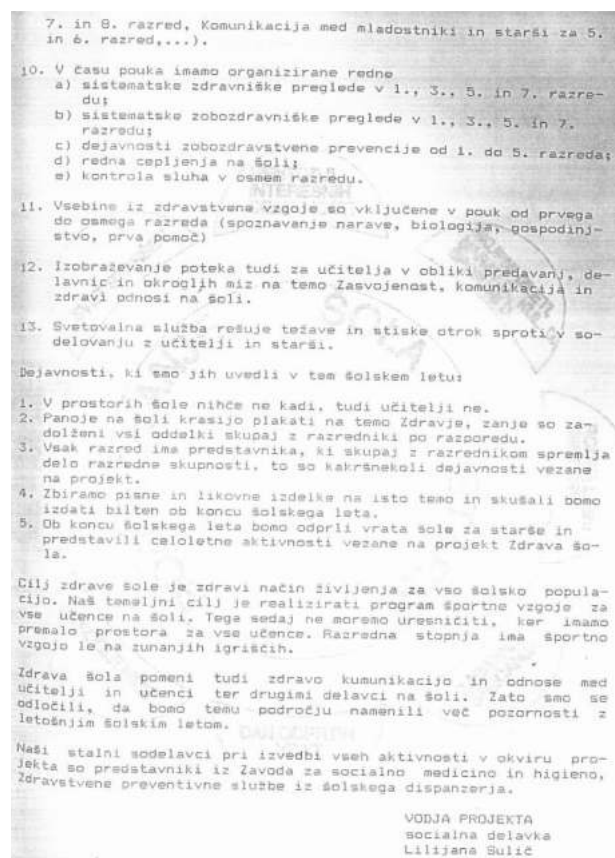
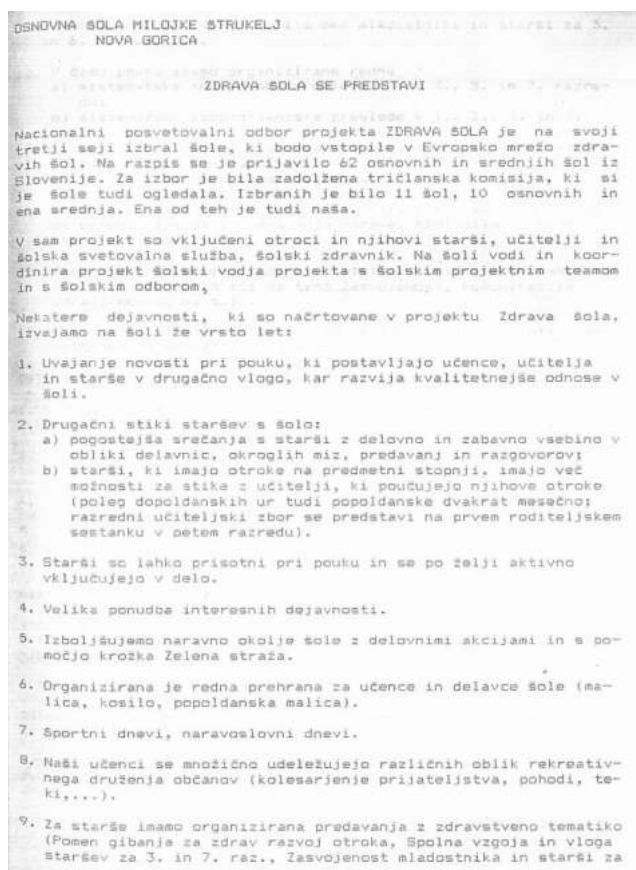
Hvala za odgovore!

Prosimo, da nam izpolnjeni vprašalnik vrnite na naš naslov:
INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA REPUBLIKE SLOVENIJE
Projekt Zdrave šole
61000 LJUBLJANA
Trubarjeva 2

Osnovni podatki o šoli in sestavi šolskega odbora

V letni delovni načrt smo napisali dejavnosti, ki smo jih na šoli že izvajali in so bila izhodišča za nadaljnje delo v okviru projekta Zdrava šola.

Največja sprememba je bil sklep ravnatelja, da se od 1. septembra 1993, v prostorih šole ne kadi, kar je veljalo tudi za zaposlene.



Opis projekta v letnem delovnem načrtu za šolsko leto 1993/1994

Začeli smo se spraševati, kako bi to izpeljali? Na vprašanje nam je odgovoril učenec sedmega razreda:

»V prvi vrsti so učitelji. Oni naj nam bodo vzor. Potem smo na vrsti mi učenci in to vsak posameznik zase. Čez noč se tega ne da narediti, ampak z vztrajnostjo in dobro voljo nas vseh bomo uspeli.«

Začeli smo z akcijo urejanja panojev, ki je potekala celo šolsko leto pod naslovom *Kaj lahko posameznik prispeva k projektu Zdrava šola?* Učenci so izdelovali razne plakate, pisne izdelke in nam dali mnogo idej.

Panoji na temo Kaj lahko posameznik prispeva k projektu Zdrava šola?



Biološki krožek je na šoli izpeljal anketo, s pomočjo katere smo dobili podatke o tem, kako si zdravo šolo predstavljajo učenci in kaj bi si v Zdravi šoli želeli. Ker so bili podatki zelo zanimivi, smo v večini načrtovanj izhajali prav iz nje.

V skupini učencev, ki je vključena v biološki krožek, smo začeli razmišljati, kakšna je naša naloga v tem projektu.

Najprej smo morali ugotoviti, kaj je učencem na naši šoli všeč, kaj jih moti, kakšne spremembe si želijo, o čem bi se radi pogovarjali in še marsikaj drugega. Na osnovi ugotovitev smo si pripravili okvirni načrt dela in povabili učence k sodelovanju. V začetku so bili zadržani, kasneje pa so postali zelo aktivni.

Izdelovali so plakate, izrezovali članke, pripovedovali o svojih doživetjih, v pogovore vpletali svoje misli.

Tako so se na stranski tabli nizali prispevki različnih oddelkov.



*Tako so si učenci
biološkega krožka
predstavljali Zdravo
šolo.*

Nadaljevali smo programe, ki so na šoli potekali že nekaj let in nastavili nove.

Izvajale so se mladinske delavnice za učence sedmih in osmih razredov in socialne igre za učence v nižjih razredih. Program je bil namenjen usposabljanju otrok za odgovornejše in smiselno življenje, kar predstavlja preventivo proti vsem vrstam odvisnosti in nesocialnih oblik vedenja. Mlad človek mora biti telesno, duševno in duhovno aktiven, da lahko kasneje ustvarjalno in odgovorno poseže v življenje. Cilj je bil izboljšati medsebojne odnose v razredu, upoštevati drug drugega, naučiti otroke sodelovanja, spretnosti komuniciranja (poslušanje drug drugega, postaviti se zase, reševanje konfliktnih situacij, govoriti pred drugimi), notranje kontrole in razvijati pozitivno samopodobo pri učencih. Pobuda za delavnico je lahko bila dana s strani razrednika, razrednega učiteljskega zbora, staršev ali učencev v primeru nediscipline, slabih odnosov v razredu in ko je moteno delo učitelja in učencev. Izvajale so jo šolske svetovalne delavke v sodelovanju z razredniki. Delavnica je sestavljena iz različnih socialnih iger. Začne se vedno z ogrevalno vajo, nato sledi vsebinski del, ki je vezan na določeno temo in zaključi z umirjanjem ter kratko evalvacijo. Način dela v delavnicah učence čustveno in intelektualno pritegne in jim omogoča, da glede na svojo motivacijo doživijo zabavno in koristno izkušnjo. Bistvo dogajanja je doživljanje. Socialne veščine omogočajo primerno socialno sporazumevanje ob hkratnem upoštevanju lastnih in sogovornikovih potreb, čustev in spoštovanje različnosti. So tiste veščine, ki posamezniku omogočajo, da se v socialnem prostoru učinkovito vede, da vstopa v zadovoljive socialne odnose, da se nauči sporazumevati z drugimi

in reševati konflikte. To znanje mu pomaga razumeti vrstnike, starše, učitelje in vse ostale. Člani skupine v delavnicah niso obravnavali svojih osebnih problemov ali globljih medsebojnih konfliktov. Vsaka delavnica je prinašala določeno temo, ki predstavlja problem, značilen za posamezno razvojno obdobje. Problemi so lahko povezani s samopodobo, z odnosi v vrstniški skupini, z odnosi s starši, učitelji in avtoriteto.

Učitelji športne vzgoje so vnašali elemente korektivne gimnastike med uro športne vzgoje. Aktivneje smo izvajali minuto za zdravje z namenom izboljšanja počutja in delovne učinkovitosti učencev z aktivno sprostitevjo (dihalne vaje, umirjanje, besedne igre, smeh ...). Pri prehrani smo izboljšali kvaliteto in pestrost obrokov. Učenci predmetne stopnje so prispevali k oblikovanju jedilnika.

Šolska knjižničarka je približevala učencem knjige na prijeten način: z izpeljavo kviza, knjižnih nagrad in ur pravljic.

Nadaljevali smo s programom za preventivo zasvojenosti, s srečanji s starši za novo leto in ob koncu šolskega leta.

Uredili smo notranjost šole z nakupom novih lončnic. Šolske prostore smo popestrili z barvami, ki so jih izbrali učenci.

Zamenjali smo garderobne klopce pred učilnicami.

Trudili smo se za boljšo komunikacijo v zbornici. Organizirali smo več izobraževanj. Dogovorili smo se, da si bomo zaposleni ob različnih priložnostih izkazali drobno pozornost (rojstni dan, upokojitev, novo leto, 8. marec ...). V zbornico smo prinesli nekaj dobrot ali darilc in zapeli kakšno pesem. Pomembna neformalna druženja so bili izleti.



*Izlet
kolektiva na
Čemšeniško
planino*

Vključili so nas v **info bazo Zdravih šol na nivoju Evrope**.

Slovenia

Slovenian network of health promoting schools (HPS)

Start date: March 1993

SVN joined the European HPS network with 12 schools (11 primary, 1 secondary) in March 1993, the purpose of which is for pupils, teachers and other staff to take control of determinants that improve health (physical, psychological and social). SVN interventions at school level were specific to obvious problems, school needs, and children's interests, and health promotion focused on mental health, environment, physical activity, nutrition, drug abuse (tobacco, alcohol, other drugs), and sex education (AIDS). National interventions included giving school project teams intensive training, material in Slovenian, and support and counselling. HPS principles are being incorporated in primary school reform and eventually into all schools, and there is lively cooperation among schools in SVN and even across the border to the SVN minority in Italy. Community involvement produced new types of bread, a forest classroom, sports grounds, painted classrooms, etc.

[Predstavitev slovenske Zdrave šole v info bazi](#)

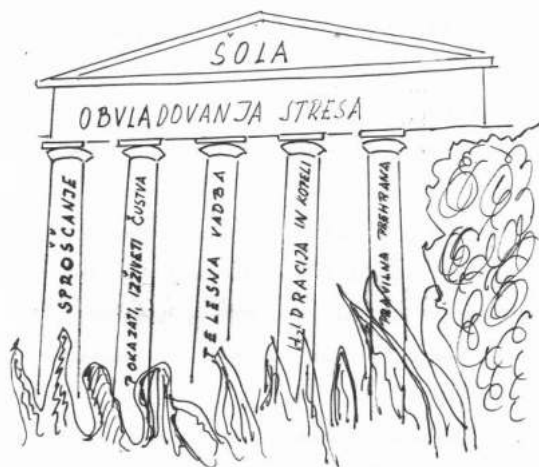
Imeli smo izobraževanja, ki so nam olajšala delo in začetke, ki bi nas popeljali na pot Zdrave šole. V Poljčah je od 25. do 28. novembra potekalo izobraževanje na temo: *Uvajalni seminar zdrave šole in duševno zdravje – 1. del.*



Udeleženci izobraževanja v Poljčanah

V Radovljici je od 16. do 18. junija potekal seminar na temo: *Obvladovanje stresa ali Kako ukrotiti tigra in se pri tem celo zabavati.*

OBVLADOVANJE STRESA (MODIFICIRANO PO FONTANI)



Zdrava šola je bila nekaj novega, zato je tudi javnost zanimalo, kaj bomo počeli. Na šolo se je obrnilo veliko novinarjev in objavili smo nekaj uspešnih prispevkov:

Članek v reviji OKO, 2. decembra 1993

Objava v časopisu DELO

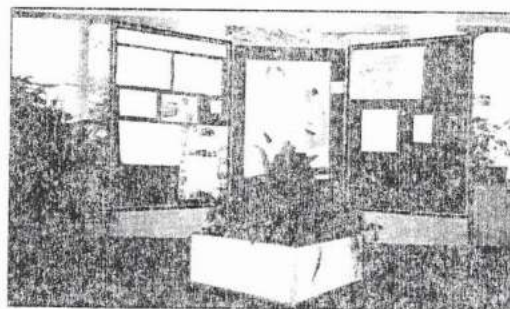
Del gradiva s seminarja Obvladovanje stresa

10. četrtek
2. december 1993

KULT

OSNOVNA ŠOLA MILOJKA ŠTRUKELJ

Akcija Zdrava šola



Panoji oblepljeni z likovnimi in pisanimi izdelki

Nacionalni posvetovalni odbor akcije Zdrava šola je izmed šestdesetih prijavljenih osnovnih šol, ki bodo vstopile v evropsko mrežo zdravih šol, določil tudi novogoriško osnovno šolo Milojke Štrukelj. V akcijo so se na šoli vključili otroci, starši, učitelji, šolska svetovalna služba in šolska zdravstvena ambulanta. Z letosnjim učnim letom je šola bogata šolsko in izvensolsko dejavnost na športnem in kulturnem področju obogatila še z novimi dejavnostmi. Ker so cilji zdrave šole zdrav način življenja, realizacija programa športne vzgoje in poglobljanje in utrjevanje zdravih odnosov med učitelji in učenci, si oboji prizadevajo želje in interese uresničiti. Kljub prostorskim stiskam

in nemogočim razmeram v šolski telovadnici, si šolarji in učitelji prizadevajo uresničiti program športne vzgoje. Stalni sodelavci pri izvedbi aktivnosti zdrave šole so predstavniki Zavoda za socialno medicino in higieno, Zdravstvene preventivne službe in šolskega dispanzerja. Z letošnjim letom so na šoli uvedli prepoved kajenja, ki obsega vse šolske prostore in velja tako za učence kot tudi za učitelje in starše. Panoje na hodnikih so oblepili in okrasili z likovnimi in pisanimi izdelki na temo zdravje, za konec šolskega leta pa načrtujejo dan šolskih odprtih vrat, ko bodo za starše in obiskovalce na ogled celoletne "zdrave" aktivnosti.

Marijana Renziak

SLOVENIJA V EVROPSKEM PROJEKTU (3)

Iz zdravja raste znanje

Iz dela ducata slovenskih osnovnih šol, vključenih v evropski projekt »zdrava šola«, se je mogoče naučiti marsikaj zanimivega za praktično rabo

Še več imamo šol, vključenih v mednarodni projekt zdrava šola. Slavica Klančnik poučuje angleščino na OŠ Prežihovega Voranca na Ravnah na Koroškem. Je razredničarka v osmem razredu. V tem razredu imajo učenci obešena plakati, na njem so prazne kuverte z imeni učencev. Vanje občasno vstavljajo lističe z zapisanimi dobrimi mislimi in željami naslovniku. Podpiše ni, želje mu pošilja njegov tajni prijatelj. Vsak v razredu ima take prijatelje, ki v srečo dobro mislijo in želijo lep dan tudi prijatelju.

Prof. Klančnikova je prepričana, da otrok potrebuje širino, mora začutiti zaupanje, zaupati mora v svoje zmožnosti, v svoje zdravje, in nas spodbuja: dajte, pišite o tem, govorite, moramo kaj storiti za otroke. Ravne so danes v krizi, železarna je v stiski, ljudje so brez dela, polašča se jih brezup. Učitelj pa ob pomoči staršev mora ustvarjati upanje, otrok potrebuje pedagoški mir. V tem duhu je naravnani projekt zdrave šole, ki ga na tej šoli so sodelovanju drugih učiteljev in zunanjih sodelavcev vodi in spodbuja Slavica Klančnik. S kolegico Mojco Furlan z osnovne šole Trnovo v Ljubljani je imela priložnost udeležiti se dveh mednarodnih pogovorov o zdravi šoli na Madžarskem in v Franciji,

na tretjega bosta šli maja v Plovdiv. Pravi: zdrava šola je izpopolnjena enačica prijazne šole, goji zdrave načine dela od vrta navzgor, šola je prijazen kraj, kamor vsi radi prihajajo, tudi starši. Tudi pouk je zastavljen prijazno, prijazni so odnosi. Na tak način naj bi otroci delovali tudi, ko stopijo v trgovino, banko, k prijateljem, znancom.

Parni konvektomat

Na OŠ Marije Štrukelj v Novi Gorici so kupili pečico za pečenje ali emarjenje živil brez masloboje. Učenci so tako pripravljeno hrano hitro sprejeli. Pri kosilih je tudi več zelenjave in stročnic. Pri malicah jedo črn kruh, več sadja, namazi so pakirani za en obrok.

Zdrava prehrana je v zdravi šoli tesno povezana s poziljanjem telesnih dejavnosti, s tem, da bi bilo manj predebelih otrok in manj poškodb. Socialna delavka Lilijana Sulc pravi, da bi radi izboljšali urnik telesne vzgoje, kar bo z novo telovadnico in bazenom tudi mogoče. Zelena straža učencev ozekuje sode in okna, obnavlja grme ob šoli. Čisto okolje šole so tudi nove pisane posode za smeti. Učilnice bodo živahne, vrata raznobarvna. Dobili bodo računalnico in spet uvedli glasbene odmore, kjer učenci izbirajo glasbene. Pripravljajo delavnice za učitelje in učence, kjer pripravijo izbrane pogovore s sociologi in pedagogi za ves razred (kjer je potrebno), pogovarjajo se o odnosih med seboj, z dr. Pavaom Brajso o učiteljevi komunikaciji, z Vesno Deankovič o tem, kako se misel gradi iz pozitivnega izhodišča. Le starši še ne izkoriščajo možnosti, da bi obiskali pouk v razredu. Lahko pa vidite panoje, na katerih učenci puščajo sporočila, kako si predstavljajo zdravo šolo: z več

gibanja, več pristnimi pogovori, več smeha.

Vzgoja za mir

Piranska OŠ Cirila Kosmača je bila lani ob tem času sprejeta v družino 3000 šol iz več kot sto dežel po svetu, ki izvajajo Unesco program vzgoje za mir. Vključena je tudi v mednarodni projekt za razvijanje pomoči otrokom-beguncem. Sodeluje med drugim z eno izmed osnovnih šol na Norveškem, v kateri se šolajo otroci 15 narodnosti; spoznavanje drugih kultur in učenje materinega jezika je za otroke na taki šoli povsem normalna stvar. Tudi na piranski šoli ni to nič novega. Ljudje v Piranu so znali stranke, nazore, poreklo, starost, interese in še kaj dvigniti na eno skupno željo, ta pa je: postaviti si in imeti dobro šolo. In jo imajo, jo delajo. Ravnateljica Alenka Aškerc Mikela pravi, da je že nekaj let medicinska sestra pravzaprav ud šole, deli vedenja in navade za zdravje učencev in staršev, zdravstveno vzgojo imajo v vseh razredih in zlasti v šoli v naravi. Imajo tradicionalna srečanja za starše in druge, imajo interdisciplinarne tedne, ki so namenjeni otrokovemu opazovanju okolja in vplivanju na okolje, življenju z morjem, z zemljo, z ljudmi. O družini in družinski vzgoji so zapisali, kakor jo pojmujejo in kakor se ravna: »Družina je mesto Piran, šola, moja sedanja družina, moja bodoča družina.«

OŠ »MILOJKA ŠTRUKELJ« IZ NOVE GORICE

Česa se velja lotiti za bolj zdravo življenje

Tudi medosebni odnosi so del zdravja v šoli – Poseben odmor za malico, kulturno hranjenje in več korektivne gimnastike – Okoli šole bi radi klopi in igrala

Osnovna šola »Milojka Štrukelj« iz Nove Gorice je od vsega začetka odprta vrata novim dejavnostim. Tako se je tudi prva v severnoprimerški regiji vključila v evropsko mrežo zdravih šol. Gre za projekt, ki je nastal pod okriljem Svetovne zdravstvene organizacije. Evropskega sveta in Komisije evropskih skupnosti. Projekt zdravih šol se v svetu razvija že od leta 1986, pri nas pa je prvih 12 osnovnih šol dobilo certifikat o članstvu v jeseni. Pojem zdrava šola opredeljuje izobraževalno ustanovo, ki krepi zdravje in spodbuja zdrav način življenja.

V okviru projekta se za zdrav razvoj trudijo učitelji in drugi strokovnjaki. Kako poteka nov način dela v Novi Gorici, smo povprašali voditelja projekta na šoli, socialno delavko **Lilijano Sušar**.

Kakšen je projekt vaše zdrave šole in katere teme ste zajeli vanj?

»V okviru projekta zdrava šola, ki poteka pod naslovom Zdrava prehrana in telesna dejavnost, na šoli skrbimo za različne dejavnosti. Veliko pozornost namenimo zdravi prehrani. Čas za malico imamo ločen od aktiv-

nega odmora. Je po drugi šolski uri in traja deset minut. Obvezna je uporaba papirnatih pribljkov, ki jih imamo v vsaki učilnici na zalogi. Malice smo izboljšali tako, da vključujemo različne vrste kruha in vsi namizni so porcijski, kar je v higienskega vidika veliko boljše. Tudi kosila smo izboljšali s tem, da smo črte nadomestili s pečenjem, dušenjem in kuhanjem v parnem konvektomatu. Pri kosilu so napitki brez sladkorja in k obrokom vključujemo vedno več zelenjave. Glede hrane upoštevamo želje učencev, ven-

dar vtrajamo, da pokusijo jedi, ki so zanje nove. Šadove že vidimo. Učenci vedno pogosteje se-gajo po drugih vrstah kruha, manj zelenjave puščajo na krožnikih in hrano zaužijejo kulturno.

Velik poudarek ste dali zdravi prehrani, gotovo pa niste zanemarili fizičnih aktivnosti, ki so potrebne za osebno rast in razvoj?

»V urto športne vzgoje smo vključili več korektivne gimnastike. Uvedli smo minuto za zdravje in aktivni odmor, ki je po tretji šolski uri in traja 15 minut. V tem času imajo učenci na voljo različne rekvizite za aktivno sproščanje. Več je tudi interesnih športnih dejavnosti, katerih namen je sprostiti in razbije telesa ter družjenje in razvijanje medsebojnih odnosov. V šolski stavbi je preproščena kletanje šola v naravi pa je že naš ustaljen projekt.

Medsebojni odnosi so tudi ena izmed ključnih smeric, ki jim zdrave šole dajejo poseben pomen.

»Res je. Veliko pozornosti posvečamo zdravi komunikaciji v kolektivu, ki je temeljni pogoj dobrega sodelovanja in izvajanja skupnih nalog. Starši imajo več stikov s šolo kot doslej. Imamo popoldanske in dopoldanske pogovorne ure, roditeljski sestanki so večinoma v obliki delavnice in starši lahko tudi sodelujejo pri pouku in izletih. Prav tako imamo več delovnih in zabavnih srečanj s starši. Začeli smo izvajati posamezne elemente protistresnega programa, kot so trening boljših metod učenja, socialno učenje in vaje za sproščanje itd. Da pri-
»Kako učenje sprejemajo te nove oblike dela v šoli?

»Učenci se vključujejo v vse našteje dejavnosti. Sodelujejo tudi pri pripravi jedilnika v okviru gospodinjanskega pouka. Prisotni so na pogovornih urah. Na šoli imamo tudi mesečni razpored okraševanja panojev na temo Zdrava šola. Škri učencev sta red in čistota v šoli in okoli nje.

Se miujete kakšne načrte?

»Ob naši podružnici šoli Ledine bomo uredili športna igrališča. Okolišole bomo opremlili s klopi in mizami in kupili bomo igrala in plezala. Vsa naša prizadevanja so usmerjena v to, da ustvarimo učenecem prijetno in sproščeno bivanje v šoli.

SILVIA MUZETIČ

KJE PA VAS ŠOLA ŽULI?

Pri prostih dnevih, še enkrat

Ob okrožnici, na podlagi katere lahko šolarji med šolskim letom izkoristijo dodatne proste dni, so starši porajali precej vprašanj. Ob prebiranju našega članka na to temo, ki smo ga objavili v četrtak, 19. januarja, na strani 4, se je ena od učiteljic spomnila na svoje otroke. Povedala nam je, da so v primerjavi z otroki, katerih starši nimajo pedagoški delavci, v nescakem pohale, saj učitelji med šolskim letom ne morejo dobiti dopusta.

Njene pomenke smo posredovali na ministrstvo za šolstvo in šport. Državna sekretarka mag. Teja Valenčič nam je povedala: »Ministrstvo za šolstvo in šport je z okrožnico, ki jo je poslalo šolam 27. avgusta 1993, v želji, da bi imeli otroci in starši poleg počitnic, ki so določene s šolskim kalendarjem, možnost preživetja skupaj še nekaj dni, ko nam pripravijo da otrokom, vzgojnim staršem, ki izrazijo tako željo in izostanek od pouka vnesejo napovedi, to tudi omogočijo. Tak izostanek naj ne bi bil daljši od pet dni.

Ali bodo otroci odzdravili starši to možnost tudi izkoristili, pa je seveda odvisno od njihove osebne odločitve in možnosti. Njihova odločitev je prav gotovo odvisna tudi od tega, ali starši lahko porabljajo letni dopust vse leto ali ne. Na nekaterih področjih dela letnega dopusta pač ni mogoče dobiti vse leto, ampak tukrat, ko je za počitek, počitnice, dopust, to dobijo izostanek. Tudi za zaposlene v šolstvu je predvideno, da zaradi narave dela vzmemo letni dopust med počitnicami. To pa seveda ne pomeni, da nihče ne more dobiti nekaj dni dopusta tudi med šolskim letom, če je to organizacijsko mogoče in ne ovira vsaj eno izobraževalno procesa v šoli. Vpraša-
»Koliko dodatnih dni bo otrok izostal, pa je odvisno tudi od tega, ali lahko kadarkoli v letu dobi dopust tudi drugi od staršev, saj najbrž ni pravilo, da bi bila ravno ona zaposlena v šolstvu.« D. K.

SLOVENIJA V MEDNARODNEM PROJEKTU

Šole, zdrave ko dren

Eden redkih slovenskih interdisciplinarnih projektov – Zdravje telesa in duha, zdravje odnosov in okolja – Naš ducat šol med tristo evropskimi iz 29 držav

Dren je drevo s trdim lesom in plodovi, polnimi zdravja za človeka. Tudi šola daje človeku obilo zdravja plodu, kadar je ko dren. Na Slovenskem je to pomlad dvajseto šol, ki bi radi take postale. Šol v držini kakšnih 300 podobnih šol v 29 evropskih državah. Druži jih cilj: zdrava šola. Mišljeno je zdravje duha in telesa – otrok, staršev, učiteljev, okolja. Šola naj bi tam postala osrednje gibanje za zdravo življenje, za zdrave odnose ljudi med seboj in z naravo.

Projekt za krepitev zdravja se je začel pred desetletjem v Veliki Britaniji na pobudo Svetovne zdravstvene organizacije. Strokovnjaki s področja zdravstva in izobraževanja pa politiki, raziskovalci, učitelji vsje stopnji so ga postel spodbujali na mnogih mednarodnih srečanjih – organizirali so jih Svetovna zdravstvena organizacija, Evropska skupnost in Evropski svet, kar pomeni, da gre za resno stvar. Preko šol naj bi se družile sile za rast zdravih skupnosti. V sodelovanju s šolskim ministrstvom in ministrstvom za zdravstvo je v Sloveniji prevzel skrb za projekt zdrave šole inštitut za varovanje zdravja. V njegovih gradivih beremo, da se po svetu vključuje v projekt v vsaki državi, ki v projektu so-

deluje, okoli deset šol. Osnovne cilje razvijajo vsaka na svoj način, dogajanja in rezultate sporočajo drugim. Razvijajo poučevanje zdravstvene vzgoje, spodbujajo dobre medsebojne odnose na šoli in v okolju, zraven je prehrana, bivanje, prostori, vez med šolo in skupnostjo, sodelovanje staršev... V treh letih naj bi bil končan prvi del projekta.

Zelo verjetno se bodo šole ukvarjale v teh projektih z vprašanji rasti in razvoja otrok, medosebnimi odnosi in spolno vzgojo, s prehrano in telesnimi dejavnostmi, z rabo in zlorabo legalnih drog (alkohol, tobak) in ilegalnih drog, z vprašanji vzgoje potrošnikov, zdravje in družba, zdravje in okolje.

Mag. Teja Valenčič, državna sekretarka v šolskem ministru: »Del poti, ki jo naškazuje projekt zdrave šole, smo v slovenskem prostoru že prehodili: šolski predmet etika in družba, ekologija v učnem programu, več športne vzgoje, naj jezik v nižjih razredih osnovne šole, boljše učne metode, obogatene s socialni-
»Ob naši podružnici šoli Ledine bomo uredili športna igrališča. Okolišole bomo opremlili s klopi in mizami in kupili bomo igrala in plezala. Vsa naša prizadevanja so usmerjena v to, da ustvarimo učenecem prijetno in sproščeno bivanje v šoli.

Slovenski so v projekt zdrave šole vključene OS v Bistrici ob Sotli (M. B. Benc), v Trzinu (M. Radovljica (A. T. Linhart), Slovenjem Gradcu, Ravnan na Koroski (P. Vranec), Novi Gorici (M. Štrukelj), Piranu (C. Kosmač), Mariboru (P. Vranec), na Brodu pri Lukovici (J. Kresnik), Ljubljani (K. D. Kajuh) in Veržuju ter srednja agroživska

šola v Ljubljani. S ponudbo za sodelovanje v tem mednarodnem projektu so bile seznanjene vse osnovne šole, cimenjenih enajst je bilo izbranih, kot je povedala mag. Eva Stergar z inštituta za varovanje zdravja, izmed 62, ki so pokazale želje in ponudile program. Iz vsake regije je vključena vsaj po ena šola. Tri evropske organizacije, ki stoji za projektom, ga ne podpisajo z denarjem, marveč z znanjem. V Sloveniji je to ena izmed redkih akcij, ki je zasnovana medresorsko (šolsko ministrstvo in ministrstvo za zdravstvo). Projekt bo trajal tri leta.

Kaj zanimivega počno na naših zdravstvenih šolah?

Na Srednji agroživski šoli v Ljubljani vas ob vstopu v šolski prostor opomni poseben znak, da se pri njih ne kadil. Velja za učitelje in učence, za vse. Po-

močnica ravnateljica Breda Rudel je rekla, da jim je ponudil projekt zdrave šole pisan na kožo, to so šolajo ljudje za delo z živili. Vzgoja za zdravo življenje, za take navade in mišljenje je njihov širši cilj. Skrbe za kulturno odnoš med učenci in učitelji; pogovori z zunanjimi sodelavci o nasilju, o drogah, o poslušanju, o življenjskih vrednotah so del tega. Na poboju Kravca imajo možnost za raziskovalni tabor, načrt pa je, da bo vsak učenec vsaj enkrat doživel teden šole v naravi. Razvijajo kulturno kakovostne prehrane z malicami, ki nastajajo v šoli. Ureajo si šolsko

okolje – sadni vrt, vinsko trto, čebelnjak, ribnik, skalnjak, zasajajo izbrana drevesa za gozdno pot. Sodelovanje z zdravstveno službo bo koristno za znanja o prehranjevanju, za nego zob in še marsikaj. Precej učencev je vozačev, nekateri odhajajo od doma ob petih jutraj, veliko jih v dijakem domu, ločeno od družine in z najrazličnejšimi stiki, razširili mislijo korektivne učencev, pomoč šole v povezavi z dijakim domom, da bodo učenci deležni topline, je sestavni del prizadevanj te šole.

»Kdaj sem zdrav? Takrat, kadar je bolezen odsotna.« – Na mariborski OS Prežihovega Vo-raneca razmišljajo o zdravju širše: Za moje, tvoje, njegovo zdravje je važno, da smo vzpostavili te-lesno, duševno, socialno ravno-
»Kdaj sem zdrav? Takrat, kadar je bolezen odsotna.« – Na mariborski OS Prežihovega Vo-raneca razmišljajo o zdravju širše: Za moje, tvoje, njegovo zdravje je važno, da smo vzpostavili te-lesno, duševno, socialno ravno-
»Kdaj sem zdrav? Takrat, kadar je bolezen odsotna.« – Na mariborski OS Prežihovega Vo-raneca razmišljajo o zdravju širše: Za moje, tvoje, njegovo zdravje je važno, da smo vzpostavili te-lesno, duševno, socialno ravno-

Velika stvar bo končna prenova šole – učilnice, računalnica, pro-
»Kdaj sem zdrav? Takrat, kadar je bolezen odsotna.« – Na mariborski OS Prežihovega Vo-raneca razmišljajo o zdravju širše: Za moje, tvoje, njegovo zdravje je važno, da smo vzpostavili te-lesno, duševno, socialno ravno-
»Kdaj sem zdrav? Takrat, kadar je bolezen odsotna.« – Na mariborski OS Prežihovega Vo-raneca razmišljajo o zdravju širše: Za moje, tvoje, njegovo zdravje je važno, da smo vzpostavili te-lesno, duševno, socialno ravno-

vih živih, ravnanje z odpadki marširaj koristnega je v t črth.

Na ljubljanski OS Kar stovnika Kajuh imajo 1 oddelke od 1. do 8. razre precej let gojijo to svojo nost. Namesto po tri ure i vzgoje, kar je običajno, učenci v teh oddelkih 5 u vadbe v tednu. Sprva i športni oddelki namenje šport bolj sposobnim, zdaj vsakogar. V vsakem razre 2. razreda naprej je po i oddelke, v i. razredu sta d začetku, ko je bil športni o v nižjih razredih se republi speriment, sta bila pri urah ne vzgoje dva učitelja – ra in športni. Oboje se je zelo slo – skupno delo učiteljev ur za telesno vzgojo. Zda več eksperiment. Razvili integrirani tedni pouka v kar je druga posebnost ne. Vsi razredi odhajajo vsak z ples, plezanje na plezaln Z vključitvijo v projekt i šole se bodo, kot je poveda natečnica Maja Žugec, še p la skupna prizadevanja vs šoli pa staršev in okolja za način življenja. Čustveno p učencev, medosebni odnos ševno zdravje so tudi del te zadevanj. JANKO SVE

ESTETSKA UČILNICA – V tako imenovano estetski učilnici za sproščanje učenci z užitkom plezajo po posebni steni. (foto O.S.)

1994/1995

Septembra 1994 smo dobili **mednarodno potrdilo**, da je naša šola članica Evropske mreže zdravih šol. Prireditev je bila v Cankarjevem domu v Ljubljani.



Spoštovanil

Vijudno vas vabimo na svečano podelitev mednarodnih potrdil slovenskim šolam, ki so članice Evropske mreže zdravih šol.

Prireditev, na kateri bomo predstavili dogajanje v okviru skupnega projekta Zdrave šole, bo v

sredo, 21. septembra 1994, ob 12. uri
v Štíhovi dvorani Cankarjevega doma v Ljubljani.

Želimo si, da bi skupaj preživeli prijetno uro druženja. Pozdravili vas bosta mag. Teja Valenčič, državna sekretarka z Ministrstva za šolstvo in šport, in prim. Dunja Piškur Kosmač, državna sekretarka z Ministrstva za zdravstvo. Kako živijo in delajo zdrave šole, pa nam bodo povedali in pokazali učenci sami.

Pričakujemo, da se bo podelitve udeležilo z vsake šole do petnajst udeležencev: učencev, učiteljev, staršev, zunanjih sodelavcev, prijateljev... Prosimo vas, da nam sporočite do ponedeljka, 19.9.1994, dejansko število udeležencev.

Upamo, da boste prišli v Cankarjev dom in vas lepo pozdravljamo!

mag. Eva Stergar, dipl. psih.
nacionalni koordinator

prim. Metka Macarol Hiti, dr. med.
direktorica



Vabilo na prireditev in potrdilo o vključenosti naše šole v evropsko mrežo Zdravih šol.

Decembra 1994 se je vodja Zdrave šole skupaj s predstavnico Inštituta za varovanje zdravja Republike Slovenije udeležila mednarodnih delavnic **Vzgoja za zdravje in demokracija na Danskem**. Predstavili smo naš model šolskega parlamenta. Nikjer v Evropi niso imeli takšnega, zato smo prejeli pohvale. Pohvale smo dobili tudi zaradi organizirane prehrane v šoli za vse učence.

Liljana Sulic
Primary School Milojke Strukelj
Dalpinova 7
65000 Nova Gorica
Slovenia

Dear Liljana Sulic

Workshop on Health Education and Democracy, Copenhagen 12. - 15. December 1994

We are pleased to have received the information that you have been nominated to participate in the above workshop and are looking forward to meeting you. For your information we enclose an agenda. Upon your arrival at hotel Alexandra you will receive a more detailed programme for the workshop.

We kindly ask you to prepare and bring some brief materials (e.g. relevant quotations) about the status of "Democracy" and "Health" in the official educational guidelines in your country. The intention is to use these quotations as inputs in the group work and in a follow up report. If possible, bring the quotations on over-head transparencies.

As already mentioned in our letter of November 3rd to your national coordinator, the costs of your travel and stay in Denmark will be covered according to the following:

Best wishes,


Bjarne Bruun Jensen
on behalf of the organising committee

Vabilo na mednarodno delavnico Vzgoja za zdravje in demokracija na Danskem ter vtisi po obisku Danske

Izvedba aktivnosti v projektu se je začela.

Nakupili smo igrala za učence na podružnični šoli Ledine. Na matični šoli smo postavili več klopi za preživljanje odmora na prostem. Na asfaltu pred obema šolama smo narisali razne like za igranje (svet, letalo ...).

Začeli smo izvajati **antistresni program**, ki je vseboval:

- aktivni odmor: ločili smo ga od odmora za malico in je trajal 15 minut, na igrišču so učenci imeli možnost igranja nogometa, košarke ...

Aktivni odmor na prostem



Na Danskem je potekalo izobraževanje na temo Zdravstvena vzgoja in demokracija. Organizirano je bilo za predstavnike držav zahodne in vzhodne Evrope, ki so vključene v Evropsko mrežo zdravih šol. Trajalo je od 12. do 15. decembra 1994. Znanje so nam podajali v obliki predavanj in delavnic. Obiskali smo osnovne šole in Združenje učiteljev na Danskem (pri nas imamo Zavod za šolstvo). Imeli smo sprejem v Mestni hiši in družabna srečanja.

Na državni osnovni šoli "KATRINEDALS SKOLEN", ki sem jo obiskala, so nam pokazali, kako so vključili zdravstveno vzgojo v šolski sistem in kako so prišli do takšne demokracije, kot jo imajo danes.

Demokracijski odnos v šoli se začuti takoj ob vstopu v šolske prostore. Otroci so sproščeni. Podijo se po hodnikih, ki so polni smeha in razigranega vedenja. Okolica šole je zelo urejena. Imajo veliko zelenja in igral. Odnos med učitelji in učenci je sproščen in nekonvencionalen. Otroci jih imajo radi. Kličejo jih po imenu in jim zaupajo. Izogibajo se moraliziranju in enostranski komunikaciji. Otrokom skušajo približati znanje na najustreznejši način. Njihova ocenjevalna lestvica je razdeljena na tri glavne opisne ocene: dobro, povprečno, šibko. (Vsaka od teh ima še tri podskupine). Kot kolektiv na šoli, ki šteje približno 36 učiteljev, se zelo dobro razumejo. O vsaki novosti, ki jo želijo pri pouku upoštevati, se med sabo pomenijo in dogovorijo za pomoč in sodelovanje. Kritiko sprejemajo dobronamerno, saj se zavedajo, da prispevajo k izboljšanju rezultatov dela. Ker je njihov kurikulum zelo prožen (posebno pri praktičnih in umetnostnih predmetih), daje učitelju veliko svobode pri izbiri metode dela in ga vzpodbuja k inovacijam - vse v dobro otroka. Zelo so povezani z Združenjem učiteljev Danske. Vsakega učitelja, ki uči na šoli, sprejemajo kot profesionalca in to jim tudi daje moč in motivacijo za nadaljnje delo. Učitelji ne posredujejo le znanja pri svojem predmetu, otroke učijo tudi demokratičnih odnosov, samostojnega reševanja problemov in sprejemanja odločitev. Saj se otroci učijo za življenje in ne za šolo. Uspešni so vsi, eni več drugi manj.

Zdrava šola ni samo navajanje otrok na pravilen odnos do cigaret, alkohola, hrane, higiene in rekreacije. Dati jim moramo tudi znanja in veščine za uravnavanje lastnega življenja, premagovanja stresnih situacij in pravilnega komuniciranja.

- b) hidracija: v jedilnici smo uredili prostor za posodice s pipo, kjer lahko učenci predmetne stopnje pijejo vsak odmor, za razrede nižje stopnje smo nabavili manjše posode, ki jih imajo v razredu,



- c) vaje za sproščanje (avtogeni trening, elementi joge, vodene fantazije) so bile ponujene učencem od 5. do 8. razreda.

Učenci so pri urah gospodinjstva napisali predloge jedilnikov. Uskladili so jih z vodjo šolske prehrane.

Primer šolskega jedilnika

JEDILNIK (OD 7.10. DO 11.10.1994)			
	malica	kosilo	malica PB
ponedel.	kruh maslo med kakav	krompirjev golaž solata pomaranča	kruh sirček
torek	kruh pasteta čaj	kostna juha zrezek v omaki zelenjavni riž solata	jabolko
sreda	zrnata štručka sadni jogurt	enolončnica iz stročnic sir jabolčna pita sadni sok	pomaranča
četrtek	kruh mortadela jabolko	zelenjavna juha dunajski zrezek mešana solata napitek	banana
petek	pinca mleko	zdrobova juha kranjska klobasa pražen krompir kislo zelje sadni sok	grozdje

Nakupili smo papirnate prtičke za uporabo pri malici in uvedli smo dežuranje učiteljev v jedilnici v času kosila. Izpeljali smo roditeljske sestanke in razredne ure na temo **zdrava prehrana**. Izvedli smo vprašalnik med vsemi učenci o zajtrku pred prihodom v šolo. Ugotovili smo, da samo 20 % učencev ne zajtrkuje.

Pri biološkem krožku so se pogovarjali o posledicah nepravilne prehrane, ki se najpogosteje kažejo kot bolezni srca in ožilja. Odločili so se, da izdelajo nalogo na temo **varovalno živilo**. Po trgovinah so zaposlene in kupce spraševali, če vedo, kakšen je znak za varovalna živila in kaj pomeni. Poiskali so živila, ki so bila opremljena s tem znakom in organizirali degustacijo za starše in krajanke Nove Gorice na dnevu odprtih vrat, kjer smo predstavili tudi načela zdrave prehrane in pomen vlaknin v zdravi prehrani. Dogodek se je odvijal na ploščadi pred kulturnim domom, saj smo tematiko želeli predstaviti tudi krajanom Nove Gorice.



Dan odprtih vrat na temo Zdrava prehrana

OSNOVNA ŠOLA MILOJKE STRUKELJ
NOVA GORICA

Datum: 7.3.1995

MESTNA OBČINA NOVA GORICA
Svet za preventivo in vzgojo v
cestnem prometu
Gospod Boris Furlani
NOVA GORICA

Lepo pozdravljeni!

Osnovna šola Milojke Strukelj sodeluje v evropskem projektu Zdravih šol, v katerega je bila izbrana po posebnem postopku. V Sloveniji je v projekt vključenih 12 šol.

V okviru projekta se na šoli izvaja več podprojektov. Eden od teh je tudi "Preprečujemo nezgode pri otrocih". Zanj smo se odločili zato, ker se vsako leto poškoduje zaradi padcev in drugih nezgod, veliko otrok.

V projekt bodo vključeni učenci in učitelji 4. razredov, starši, vodja podprojekta in zunanji sodelavci. Za starše in učence bomo imeli predavanje v obliki roditeljskega sestanka. Po potrebi individualne razgovore. V pomoč nam bo videokaseta Preprečujemo nezgode pri otrocih (kolesar v prometu). Med učenci bomo izvedli anketni vprašalnik o znanju, stališču in ravnanju, povezanem s preprečevanjem poškodb v prometu.

Za sodelovanje bomo zaprosili Kolesarski klub Nova Gorica (demonstracija uporabe čelad, obnašanja v prometu, opremljenost kolesa,...) in uslužbenke policije za pomoč pri izvedbi izpita za kolo.

Izdali bomo zloženko za učence in starše. Vemo, da je v pripravi zakonodaja, ki bo predpisovala obvezno nošenje čelad za kolo, zato se na vas obračamo s prošnjo za finančno pomoč pri nakupu čelad. Nekaj jih bomo nabavili sami, vendar vseh ne zmoremo. Učenci bi čelade nosili in se nanje privajali med opravljanjem kolesarskega izpita. Torej bi potrebovali vsaj 30 čelad.

VOĐJA PROJEKTA ZDRAVA ŠOLA
SOCIALNA DELAVKA
Lilijana Sulić



RAVNATELJ
Mirko Brulc

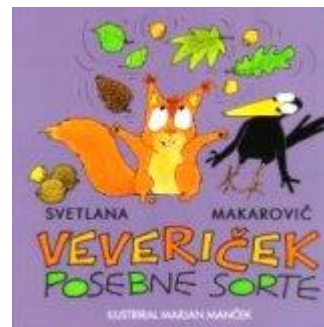
Udeležili smo se 9. festivala Turizmu pomaga lastna glava, kjer so učenci sodelovali s seminarsko nalogo, igrico in razstavo na temo **Ponujamo vam zdravila za telo in dušo** in predstavili tudi zdrava živila.

Izvedbo kolesarskega izpita smo obogatili z republiškimi projektom **Bistro glavo varuje čelada**. Nabavili smo kolesarske čelade, povezali smo se s kolesarskim klubom, s starši in policijsko postajo. Za pomoč pri nabavi čelad smo zaprosili Svet za preventivo in vzgojo v cestnem prometu na Mestni občini Nova Gorica.

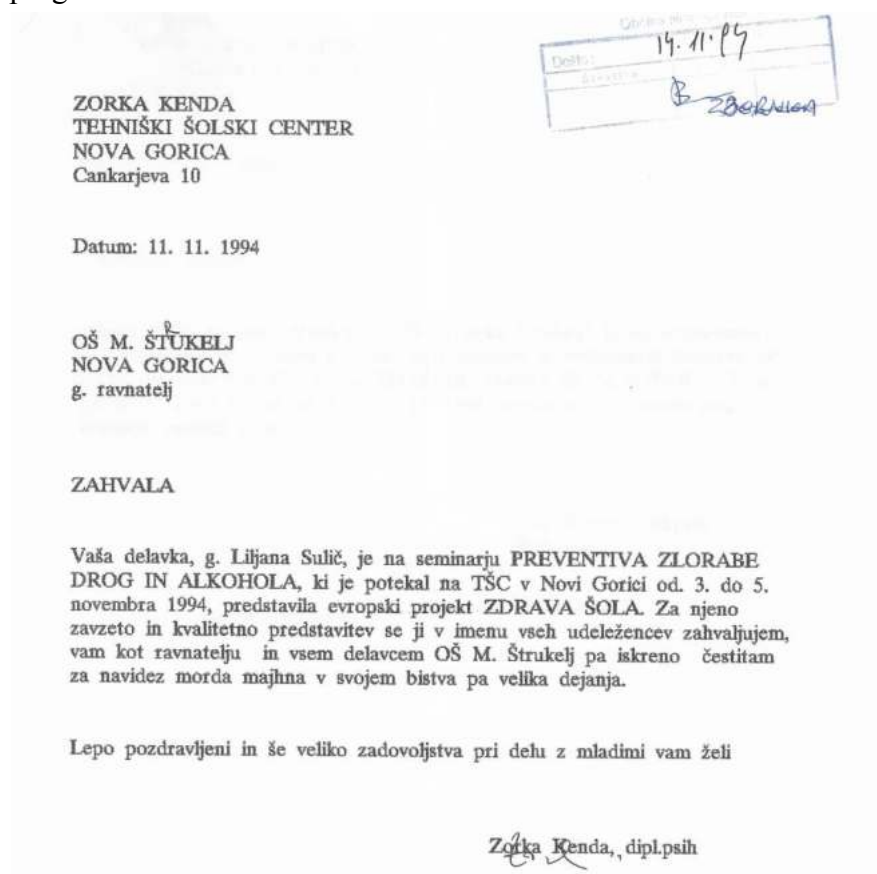
Čelade niso nabavili samo za našo šolo, ampak za vse šole v mestni občini.

*Prošnja za pomoč pri
nakupu kolesarskih čelad*

Vključili smo se v projekt **Korak k sončku** pod vodstvom zveze društev za cerebralno paralizo. Izhodišče je bila knjiga Svetlane Makarovič *Veveriček posebne sorte*. Učence na razredni stopnji vzgajamo in učimo razumevanja in sprejemanja otrok s posebnimi potrebami.



Učenci četrtilih razredov so na delovnem srečanju s starši izdelali novoletne voščilnice za vse starejše občane, ki bivajo v domu upokojencev v Novi Gorici. Razdelili so jih učenci sami po kratkem programu.



Vodja projekta je na seminarju *Preventiva zlorabe drog in alkohola*, ki je potekal na TŠC Nova Gorica, predstavila projekt Zdrava šola in prejela zahvalo.

Zahvala za predstavitev Zdrave šole na seminarju Preventiva zlorabe drog in alkohola

V decembru je TV Primorka posnela kratek dokumentaren film o projektu Zdrava šola. Člani biološkega krožka so imeli intervju na Radiu Koper.

K projektu so prispevali vsi zaposleni. Bolj smo se začeli povezovati z lokalno skupnostjo in ostalimi zunanjimi sodelavci.

Organizirali smo:

- x teden boja proti kajenju: v šolskih prostorih smo pripravili razstavo, na razrednih urah smo učence seznanili s škodljivimi učinki kajenja in njihovo pozornost skušali usmeriti v zdrav način življenja;
- x teden otroka: za učence smo na hodniku šole pripravili razstavo, organizirali predstavo, razgovore in srečanja,
- x svetovni dan boja proti AIDS-u: učencem in učiteljem smo delili rdeče pentlje, učenci so napisali nekaj spisov.

A I D S

Today on 1 December is the world's day of the fight against the AIDS. This fatal disease is spreading very fast all over the world mostly with sexual contact. The most critical situation is in the south countries. There you can get AIDS just by cutting your hair or nails. I think AIDS is a very powerful and dangerous disease. It's the plague of the 20 th century. When a person gets infected, he can't get cured, there is no medicine against it. This person usually lives for about ten years and then dies, but doctors are telling, that you can live with this disease in the best case at the most for twenty years. If we know an infected person, we should support him at least morally and don't let that person in disappear. He/She is a human, too. You can get infected even with a transfusion in a hospital if the blood isn't checked correctly. A big problem, which can transport AIDS, are drugs. A lot of people died because of AIDS when they didn't even know what AIDS was. It's better if we know something about this disease, so watch it !!!

DON'T YOU CARE ABOUT YOUR LIFE ?

Spis na temo AIDS-a, avtor Matej Močnik, 8. c

- x svetovni dan zdravja: poleg razstave smo organizirali kviz po šolskem radiu, izžrebali smo nekaj otrok in jih nagradili s sadjem in bio piškoti;
- x svetovni dan boja proti kajenju: nastop na Bevkovem trgu, kjer smo imeli stojnico z rekviziti o zdravi šoli, pripravili smo transparente na isto temo in risali po asfaltu.

13. maja 1995 smo aktivno sodelovali na **Dnevh slovenskega izobraževanja**, ki so potekali na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani. Predstavitve je potekala s pomočjo videokasete, kjer je bilo predstavljenih nekaj podprojektov in predstavitev rezultatov raziskovanja strokovnih sodelavcev in učencev na temo *Kako si učenci predstavljajo zdravo šolo*. Prejeli smo tudi potrdilo.

Potrdilo o sodelovanju na Dnevh slovenskega izobraževanja



IVZ

INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA REPUBLIKE SLOVENIJE
INSTITUTE OF PUBLIC HEALTH OF THE REPUBLIC OF SLOVENIA

Trubarjeva 2
 61000 LJUBLJANA
 SLOVENIJA
 Poštni predal - Post box 260
 Tel.: n.c.: +386 (061) 1323-245
 Fax: +386 (061) 323-955
 Žiro račun: 50100-603-41773

11. 9. 1995
 506/2-11/126

Potrdilo o aktivni udeležbi OŠ Milojke Štrukelj na Dnevh slovenskega izobraževanja in Sejmu učil

Inštitut za varovanje zdravja, ki je strokovni podporni center projekta Zdrave šole, potrjuje, da je strokovna skupina projekta zgoraj navedene osnovne šole aktivno sodelovala na strokovnem srečanju DNEVI SLOVENSKEGA IZOBRAŽEVANJA, ki je potekalo na Gospodarskem razstavišču v dneh od 9. do 13. maja z naslednjimi aktivnostmi:

- predstavitev video-kasete Zdrava šola - nekaj podprojektov,
- Kako si učenci predstavljajo zdravo šolo - predstavitev rezultatov raziskovanja strokovnih sodelavcev in učencev.

Pri predstavitvah projektov so sodelovali naslednji udeleženci:

- Zorka Rajko, prof. bi.-ke.,
- Lilijana Sulič, soc. del.,
- Lucija Nedeljkovič, dipl. inž. živ. tehnol.,
- Mirko Brulc, ravnatelj šole.

Potrdilo izdajamo zaradi uveljavljanja napredovanja šolskih delavcev v pedagoške nazive.

Nada Turnšek *Nada Turnšek*
 strokovna sodelavka projekta
 Zdrave šole

prim. Metka Macaral Hiti, dr. med.
 direktorica



Nadaljevali smo z izobraževanji, ki jih je organiziral Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije. V novembru 1994 je bilo izobraževanje na temo *Načrtovanje programov vzgoje za zdravje*, v februarju 1995 pa *Duševno zdravje v šoli – 2. del*. Oba seminarja sta potekala v Radovljici.

Prijavljali smo se na različne razpise, da bi pridobili sredstva, ki bi nam omogočila, da izpeljemo zadane cilje. Pri tem so nam pomagali tudi strokovni sodelavci na Inštitutu za varovanje zdravja.

Izšla je prva številka informacijskega Biltena slovenske mreže zdravih šol.

Dragi prijatelji!

Pred vami je prva številka informativnega Biltena slovenske mreže zdravih šol - šol, ki so se zavezale zdravju. Zdravju otrok, učiteljev, učencev, staršev, okolja...

Prijetna naloga je zapisati nekaj besed prvi številki na pot, kar pa, seveda, sploh ni lahko. Taka sem, da mi takrat, ko zaživijo stvari, ki sem si jih dolgo želela, zmanjka besed, kopica misli in občutij pa se podi po moji notranjosti.

Razmišljam o tem, kaj vse se je moralo zgoditi, da je mreža pokazala prve znake življenja, kako ranljiva je v svojem bistvu, in že je nastala suhoparna kronologija razvoja slovenske mreže zdravih šol.

Razmišljam o tem, kako zelo pomemben je ta projekt - projekt promocije zdravja v šoli - za življenje in zdravje prihodnjih slovenskih generacij.

Razmišljam o tem, da so se modre misli

"Otroci so naše največje bogastvo",

"Na mladih svet stoji",

"Zdravje je naše največje bogastvo",

"Kar se Janezek nauči, to Janez zna",

"Zdrav duh v zdravem telesu",

zaradi čezmerne rabe in včasih tudi zlorabe izrabile.

Vendar - zame so resnične in nabite s pomenom. Samo prisluhniti je treba in drugače pogledati na stvari.

In to bomo dosegli z našim skupnim projektom.

Eva Stergar

Spoštovane sodelavke, spoštovani sodelavci!

Že nekaj časa smo razmišljali o skupni publikaciji slovenskih Zdravih šol. V tokratni številki se predstavljajo šole s svojimi programi in drugi sodelujoči.

V prihodnje naj bi bilten izšel vsaj štirikrat letno, namenjen pa naj bi bil spremljanju razvoja projekta v najširšem smislu.

Kot smo se pogovarjali ob obiskih na šolah, bi želeli drug drugemu in javnosti sporočiti, kaj delate, katere so vaše uspešno izvedene naloge, izvirne ideje, ki jih lahko priredijo in uporabljajo tudi drugi...

Velik del vsebine bomo namenili vrednotenju in načrtovanju projektov na ravni šol.

Upam, da nam bo uspelo postaviti osnove dobrega (samo)vrednotenja in najti tudi domiselne načine, saj si brez ovrednotenja težko predstavljamo to, kar danes (prepogosto?) imenujemo "projekt".

Skupna publikacija naj bi torej prispevala tudi k boljšemu strokovnemu povezovanju med šolami in nami na Inštitutu, in k dejanskemu oblikovanju "mreže", vseh tistih, ki so v njej pripravljeni sodelovati s svojim znanjem.

Nada Turnšek

*Nagovor v
prvi številki
Biltena*



Udeleženci seminarja v Radovljici, junij 1994



Nacionalni koordinatorji ENHPS, Strasbourg, maj 1994



OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ

Delpinova 7
65000 NOVA GORICA
Telefon: 065 21 553

Število učencev: 944 (439 deklic in 505 dečkov)

Starost učencev: od 7 do 15 let

Število osebja: 87 (56 učiteljev)

Šola deluje v središču mesta. Zgrajena je bila v šolskem letu 1961/62; pozneje je bila zaradi hitro naraščajočih potreb zgrajena še nova šola, ki je na drugi lokaciji. Postopoma je dobila telovadnico, dozidali pa so tudi prostore za šolsko kuhinjo, jedilnico in prizidek. V letu 1986/87 je začela delovati podružnica Ledina, na kateri se izvaja pouk razredne stopnje.

Svoje delovanje za promocijo zdravja šola povezuje z naslednjimi mednarodnimi projekti: Zdrava mesta, Evropa proti raku, Očistimo reko Sočo - projekt v sodelovanju z Italijo in Mednarodni otroški poletni tabor v sodelovanju z italijanskim mestom Gorica.

Na državni ravni se šola pridružuje projektoma za preprečevanje zlorabe drog in skrbi za zdravje zob.

Šola je odprta za različne novosti. Pod vodstvom Zavoda za šolstvo so v šolskem letu 1992/93 zaključili s triletnim projektom opisnega ocenjevanja; pouk izvajajo v treh ocenjevalnih obdobjih. V letošnjem letu so se vključili v računalniški projekt Petra.

Program Zdrave šole

Eden od pomembnih motivov za to, da se je šolski kolektiv pridružil projektu, je njihova vizija zdrave šole kot prostora partnerskega sodelovanja in dobrih medosebnih odnosov med učitelji, učenci in njihovimi roditelji.

Namen zdrave šole je dvigniti splošno raven zdravja učencev. Na šoli ugotavljajo, da športna vzgoja poteka v neustreznih pogojih, analize zdravstvenega stanja učencev pa so pokazale nekatere neugodne rezultate. Zato so se v programu osredotočili na telesni razvoj in na razvoj športne dejavnosti in zdrave prehrane. Zagotoviti nameravajo boljše materialne in druge pogoje za športno dejavnost, nadomestiti primanjkljaj zmožljivosti za raznovrstnimi športnimi dejavnostmi in izboljšati odnos odraslih in učencev do le-teh.

Na šoli ocenjujejo, da so v preteklem letu dosegli dobre rezultate v okviru naslednjih dejavnosti:

Anketa Kaj je zdrava šola, ki so jo izvedli učenci. Rezultati so bili izhodišče za druge dejavnosti.

Reka Soča: projekt vsebuje vrsto raziskovalnih dejavnosti, v katere so bili vključeni učenci slovenskih in italijanskih šol z namenom, da bi proučili stanje onesnaženosti reke in njene okolice.

Zdrava prehrana - Izboljšali so kvaliteto in pestrost malic in kosil. Učenci so v okviru naravoslovnih dni spoznavali načine varovanja zdravja, zdravo prehrano in vrste zdravilnih zelišč.

Na šoli ne kadimo: šolski kolektiv meni, da bodo z vzpostavljanjem vrednote in norme nekajenja med odraslimi dosegli dobre rezultate glede prenašanja pozitivnega vzorca vedenja na učence.

Očistimo in olepšamo šolo in njeno okolico: namen rednih akcij, ki jih izvajajo učenci vseh starosti, je oblikovati občutek odgovornosti za čistočo šolskega okolja in prispevati k boljšemu počutju vseh.

Mladinske delavnice: namen delavnic je s socialnimi igrami razvijati pozitivno samopodobo, samostojno reševanje problemov v odnosu do vrstnikov, staršev in učiteljev in tako vplivati na zdrave medosebne odnose.

Zdrava komunikacija v kolektivu: namen aktivnosti je skrb za dobro počutje vseh članov kolektiva, zagotoviti učinkovito komuniciranje kot temelj dobrega sodelovanja in dejavnega vključevanja v izvajanje nalog programa zdrave šole.

Dejavnosti za starše: z raznovrstnimi oblikami sodelovanja želijo starše pritegniti k čimbolj aktivnemu sodelovanju.

Med tekoče naloge sodijo še skrb za urejanje šolskih prostorov, šolske okolice in izvajanje posameznih elementov protistresnega programa - aktivni odmor, sprostitveni program, trening metod učenja, delavnice socialnega učenja, povečanje možnosti pitja tekočin v času pouka.

Člani šolskega projektne tima:

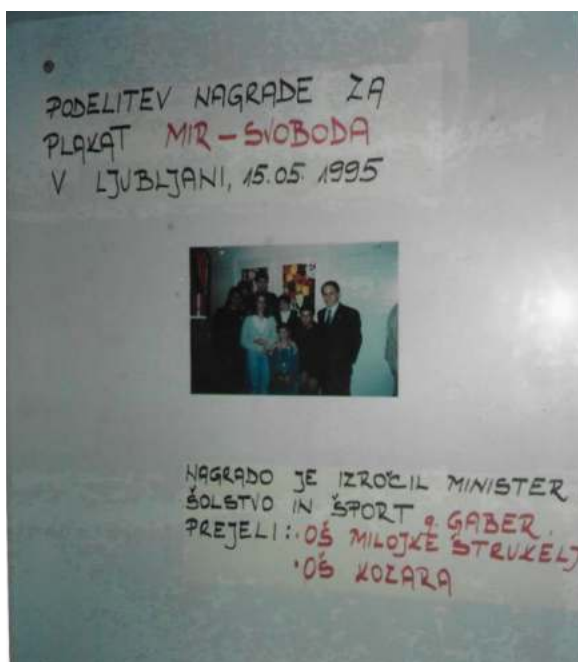
Lilijana Sulič, socialna delavka, šolska svet. delavka (vodja); Darja Krigl, soc. delavka, pomoč. ravnateljice (namestnica); Irena Žorž Kisilak, šol. pedagog.; Lozej Doris, šol. psih.; Majda Ahlin, raz. učiteljica; Vidolka Nemeč, razr. učiteljica; Neva Fili, učiteljica biol. in kem.; Neda Marka, uč. angl. jezika; Miranda Kristančič, učiteljica športne vzgoje; Irena Velušček, višja med. sestra, Zavod za soc. med. in hig.; Slavica Babič, višja med. sestra, Zavod za soc. med. in hig.; Alenka Simič Rutar, admin.teh., predstavnica staršev; Valter Boltar, dr. med., specialist šolske medicine, Zdravstveni dom Nova Gorica, šolski zdravnik.



Članek o projektu Zdrava šola v Biltenu

Učenci so sodelovali na likovnem natečaju za plakat *Mir – svoboda* in bili nagrajeni. Nagrado jim je izročil Minister za šolstvo in šport g. Gaber.

Novica o nagrajencih natečaja za plakat Mir – svoboda



LL-3742A
2-1-5

Posiljamo vam razpis Ministrstva za zdravstvo za pridobitev sredstev za programe preprečitve zasvojenosti. Glede na to, da imate ponekod tovrstne programe že dobro izdelane in tudi izvedene, predlagam, da z njimi (oziroma njihovim nadaljevanjem) konkurirate na razpisu.

V tem sklopu lahko prijavite raznovrstne dejavnosti (na šolah so to v glavnem aktivnosti primarne preprečitve), ki pa naj bodo povezane v projekt kot neko smiselno celoto (delavnice, okrogle mize, krožki, mladinske delavnice in delavnice promocije duševnega zdravja).

Naj opozorim tudi, da je zelo zaželeno, da imajo projekti, ki kandidirajo predvideno tudi neko obliko spremljanja uspešnosti (evaluacijo). Seveda ne mislimo na evaluacijo, ki bi pokazala učinkovitost projekta (v smislu zmanjševanja zlorabe drog), pač pa pridejo v poštev raznovrstne oblike spremljanja projekta (mnenja deležencev, intervjuji) s katerimi je mogoče pokazati napredek (več znanja, informacij, spremembe stališč in odnosa do problema...).

Nada Turnšek *Nada Turnšek*
strokovna sodelavka projekta

prim. Metka Macarol-Hiti, dr. med.
direktorica



Trubarjeva 2
61000 LJUBLJANA
SLOVENIJA
Poštni predal - Pošt. box 260
Tel. n.c.: +386 (0)1 323-245
Fax: +386 (0)1 323-955
Žiro račun: 50100-603-41773

V zvezi s TABOROM ZDRAVEGA ŽIVLJENJA NA MADŽARSKEM, smo dobili naslednje informacije:

- Lep pozdrav

Nada Turnšek *Nada Turnšek*
Oddelek za zdravstveno vzgojo

prim. Metka Macarovič, dr. med.
direktorica

The Hungarian Association of "The Network for Health Promoting Schools" is organising an International life-style camp, 16. July 1995.- 25. July 1995.
During the camp we should like to enlarge the general experiences with lot of knowledge of healthy way of life.

The participants will be given several opportunities for getting acquainted with the international experiences in this field. The professional and other results of the camp will be summarised and distributed among the interested parties.

The main aims mentioned below:

- physical and psychological recreation
- healthy eating habits
- being well balanced
- coping mechanisms
- human behaviour
- environmental preservation

The main schedule of the daily activities of the camp will be prefixed, but certain elements can be arranged upon mutual agreement of the participants.

The children will be organised in "small families" in the camp, the only important rule: to be kept will be the preservation of health.

Participants: nine children of the 11-12 age plus one teacher/country

The total amount of participants will be approximately 50 persons.

The language will be English

The costs of the camp will be covered by the Association, the travel costs are not included

My present letter is an invitation for this International camp.

You are kindly requested to inform your colleagues representatives of schools belonging to the Network about our initiative and let us know if you they are interested in participating. Looking forward to hearing from you soon.

Sincerely yours:

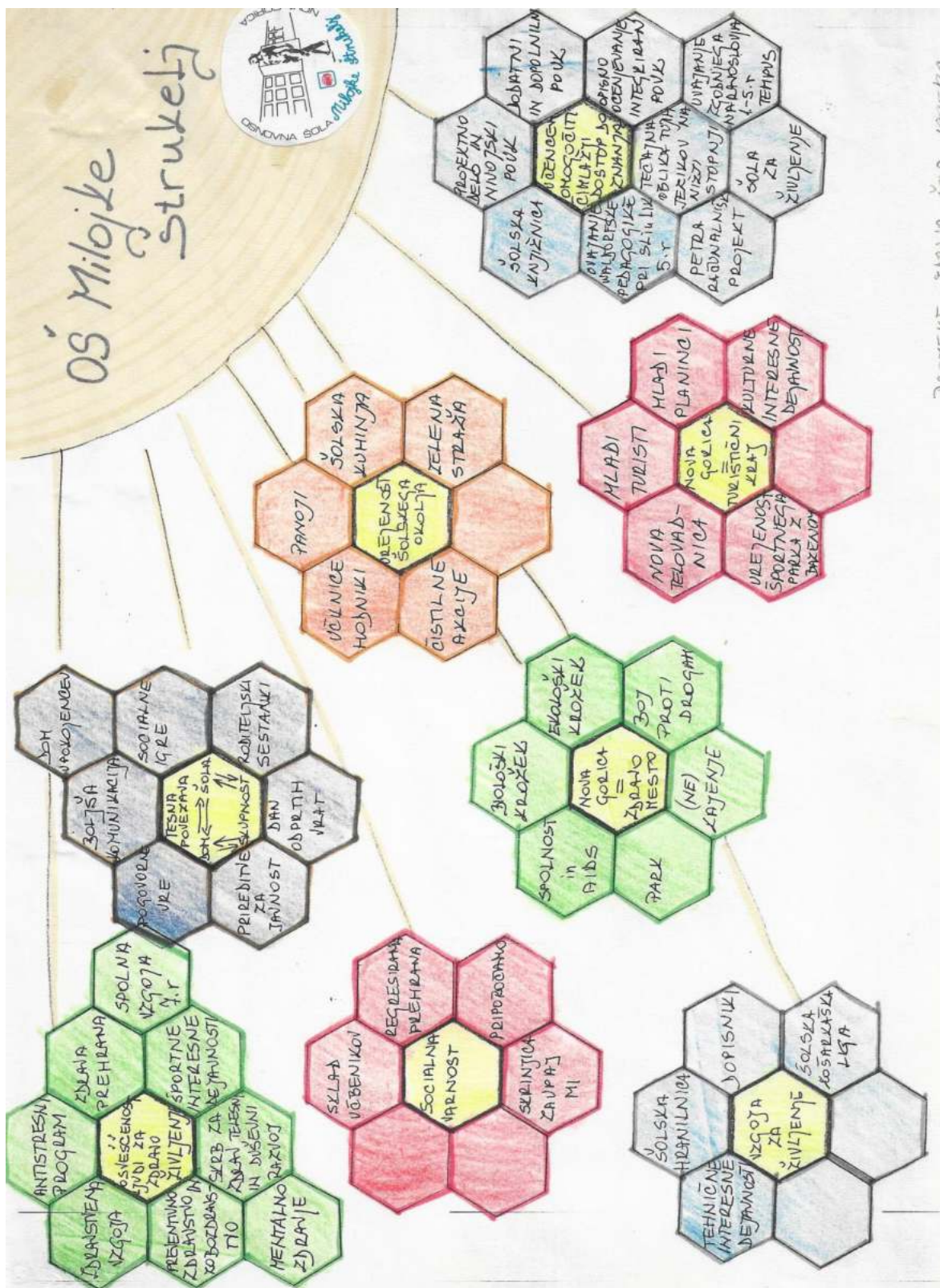
[Signature]

Dr Peter Makara
National Co-ordinator
Scientific Director NIHP

Budapest, 20. march 1995

Fat 24, cylin

1995/1996



Prikaz projektnih aktivnosti v šolskem letu 1995/1996

V šolskem letu 1995/1996 je bila aktualna izvedba delavnic *Promocija duševnega zdravja v šoli*. Potekale so v sedmih razredih od januarja do vključno marca. Do konca novembra je bilo potrebno izdelati natančen razpored izvajanja delavnic na šoli in ponovno preizkusiti izvedbo

delavnic ter jih po potrebi prilagoditi starosti otrok. Delavnice so izvajali učitelji, ki so bili na usposabljanju. Skupine učencev naj bi štejele največ 15 otrok. Program je trajal 18 šolskih ur. Aprila je potekala kompleksna evalvacija uspešnosti programa, ki sta jo izpeljali sodelavki iz Pedagoškega inštituta in Inštituta za varovanje zdravja.

Datum: 21.11.1995

PROMOCIJA DUŠEVNEGA ZDRAVJA V ŠOLI

A. UMESTITEV PROGRAMA:

PROGRAM BOHO IZVAJALI 2 BLOK VRI TEDENSKO. IZVAJALE BI GA Z DVEMA ODDELKOM (7.b in 7.c) Z ENIM ODDELKOM BI IZVEDLI V OKVIRU NARAVOSLOVNEGA DNE ZDRAVJE. SKUPAJ 2x18 UR.

B. ORGANIZACIJA DELAVNIC:

DELAVNICE BOHO POTEKALE V 4-TIH SKUPINAH PO ~13 UČENCEV.

C. IZVAJALCI:

LOREJ BORIS	- psiholog
IRENA ŽOLJ-KISLAK	- pedagog
LILIJANA SULIČ	- soc. delavka

PO DOGOVORU PO 2 NA SKUPINO

VODJA PROJEKTA
Lilijana Sulič

Obvestilo o poteku
delavnic
duševnega zdravja
na šoli

Namestili smo skrinjico **Zaupaj mi**, ki je bila na dostopnem mestu za učence nižjih in višjih razredov. S pomočjo le-te smo odgovarjali na vprašanja, ki si jih otroci ne upajo vprašati osebno.

Skrinjica Zaupaj mi





V avli šole smo postavili pano Zdrava šola, ki je vseboval podatke o TOM telefonu, o vseh dejavnosti v okviru samega projekta, društvu proti mučenju živali, jedilniku in ostalem.

Na matični šoli smo uredili atrijske za učence razredne stopnje.

Sodelovali smo v projektu UNICEF kapljica vode.

Vključili smo se v šolsko košarkarsko ligo (ŠKL).

Navijači naše šole so pripravljeni na Šolsko košarkarsko ligo.

Malice smo izboljšali tako, da smo ponujali več sadja in vključili smo različne vrste kruha. Vse namaze smo ponudili porcijsko. Kosilo je vsebovalo različno zelenjavo. Za pripravo zelenjavnih enolončnic smo uporabljali mešanico stročnic. Cvrtnje smo nadomestili s pečenjem, dušenjem in kuhanjem v parnem konvektomatu. Učence je na kosilo pripeljal učitelj in z njimi skupaj pojedel. Jedilnico smo opremili s koriti, polnimi rož. Jedilnik smo obesili na pano na hodniku šole. Izpeljali smo projektni teden na temo *Hrana*.



Naravoslovni dan Od moke do kruha, 6. razred, 1996

Izvajale so se delavnice, predavanja, kviz, okrogla miza. Ob svetovnem dnevu hrane smo sodelovali v novogoriškem Mladinskem centru na temo **Zdrava prehrana**. Spomladi je bil prvič na jedilniku **zelenjavni krožnik**.



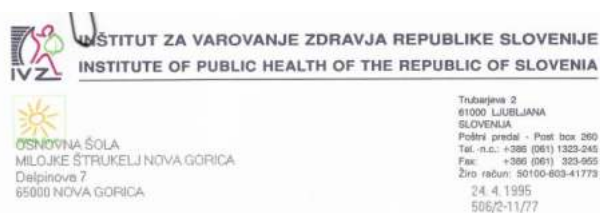
Zelenjavni krožnik prvič na jedilniku

Na šoli smo večjo pozornost namenili higieni. Namestili smo dozatorje za milo, plastične lončke, papirnate brisače.

Zborček s podružnice je pripravil novoletno praznovanje z družinami posvojencev, kar je še dodatna dejavnost v podprojektu **Naučimo učence sprejemati drugačnost**.

Sodelovali smo v projektu **CINDI - Zdrava mesta**. Na pobudo strokovne sodelavke v projektu smo zaprosili za finančna sredstva in jih tudi dobili.

*Prošnja za sofinanciranje
projekta Zdrava šola*



MNENJE O PROJEKTU "ZDRAVE ŠOLE"
(Priporočilo za sofinanciranje projekta)

Na Inštitutu za varovanje zdravja RS, ki je podporni center projekta "Zdrave šole", redno spremljamo uspešnost izvajanja projekta na omenjeni šoli. Periodične evaluacije projekta potrjujejo izjemno uspešnost šole v prizadevanjih za promocijo zdravja.

Na šoli posvečajo posebno pozornost ŠPORTNO-REKREATIVNI DEJAVNOSTI, saj je število učencev relativno veliko, poleg tega pa šola razpolaga z omejenimi viri za izvajanje te dejavnosti. Kljub temu to uspešno nadomešča z vrsto aktivnostmi, kot so npr. aktivni odmor, minuta za zdravje, sprostitve dejavnosti in dihalne vaje. Omenjene dejavnosti potekajo skozi vse šolsko leto, posebej pomembna pa je, da potekajo tako za učitelje kot za učence.

Vrsta aktivnosti poteka tudi v tako imenovanem ANTISTRESNEM PROGRAMU; poleg že omenjenih dejavnosti na šoli skrbijo tudi za ustrezno prehrano učencev in poskušajo doseči, da bi vsi otroci zajtrkovali. V zadnjem obdobju so uspeli tudi s programom HIDRACIJE, saj so zagotovili vse pogoje, da bodo imeli učenci skozi ves dan na razpolago dovolj tekočine za pitje.

Velik poudarek dajejo tudi SOCIALNO-PSIHOLOŠKIM VIDIKOM zdravja. Učenci so vključeni v različne delavnice socialnega učenja in mladinske delavnice.

V svojih prizadevanjih za promocijo zdravja na šoli skrbijo tudi za to, da so upoštevana stališča in predstave otrok. Izvedli so enketiranje otrok o tem, kako si predstavljajo zdravo šolo; tudi te rezultate uporabljajo kot orodje pri načrtovanju programov. Razvoj stališč in sposobnosti učencev poteka intenzivno tudi v okviru EKOLOŠKEGA KROŽKA.

V zadnjem trimesečju se je šola vključila tudi v projekt izobraževanje učencev za KOLESARJENJE, vključno z uporabo zaščitnih čelad.

Rednim in kontinuiranim nalogam se pridružuje še vrsta kratkoročnejših akcij.

Na šoli deluje ožja projektna skupina, ki uspešno sodeluje, poleg tega projekt podpirajo tudi drugi učitelji in člani osebja na šoli.

Trenutno najbolj pereč neresen problem je pomanjkanje površin in ustrezne opreme za športno-rekreativno dejavnost. Problem si šole prizadeva rešiti že dže časa, saj so za to potrebna dodatna finančna sredstva.

V imenu šole prosimo vašo organizacijo, da finančno podpre izvedbo načrtovanih programov.

Lep pozdrav

Nada Tumšek
strokovna sodelavka projekta

prim. Metka Majcen, dr. med.
direktorica



Potrdilo o prejemu finančne pomoči za izvajanje projekta Zdrava šola

Pripravili smo zaključno prireditev za starše na temo ***Vpliv medijev.***

Šolska svetovalna služba je izvedla vprašalnik v 6., 7. in 8. razredu na temo ***Trpinčenje med vrstniki*** in izpeljala potrebne razgovore.

Za strokovne delavce šole smo 12. oktobra 1995 na šoli imeli 8-urno komunikacijsko delavnico z naslovom ***Medosebni odnosi in samopodoba.*** Izvedla jo je ga. Slavica Klančnik – profesorica angleškega jezika, svetovalka pri Ministrstvu za šolstvo in šport za projekt Zdrava šola.

9. marca 1995 smo imeli strokovno srečanje na temo ***Ekološka vzgoja v osnovni šoli.*** Izvajalka je bila ga. Mojca Furlan – razredna učiteljica, svetovalka pri Ministrstvu za šolstvo in šport za projekt Zdrava šola.

Na Radiu Robin Nova Gorica smo posneli več radijskih oddaj na temo Zdrava šola.

Na evropski konferenci o zdravju, družini in alkoholu je bila sprejeta **evropska listina o alkoholu.** Zdrave šole smo s podpisom izjave, da v prisotnosti učencev ne bomo uživali alkoholnih pijač, izvajale 9. cilj zdravih šol.

Izjava pedagoških in strokovnih delavcev naše šole, da ne bodo uživali alkoholnih pijač v prisotnosti učencev



Gostili smo predstavnika svetovne zdravstvene organizacije, **g. Davida Rivetta**. Okroglo mizo so vodili učenci biološkega krožka. Obiskal nas je v marcu.

*Obvestilo o obisku
svetovalca evropskega
urada WHO (World Health
Organisation), Davida
Rivetta*

OBISK SVETOVALCA WHO (EVROPSKI URAD)
DAVIDA RIVETTA S TEHNIČNEGA SEKRETARIATA
EVROPSKE MREŽE ŠOL, KI PROMOVIRAJO ZDRAVJE,
V SLOVENIJI

Slovenija se je vključila v Evropsko mrežo zdravih šol leta 1993 in od tedaj je projekt dejaven pri izbiri in podpori, ki jo nudi mreži dvanajstih pilotskih (= poskusnih, demonstracijskih) šol. Moj obisk v Sloveniji je imel naslednje cilje:

- pogledati поблиže, na kakšen način poteka načrtovanje, vodenje in izvajanje projekta
- v kakšno širino se izvajajo programi
- prediskutirati načrte za bodočnost.

Moj splošni vtis o projektu Zdrave šole v Sloveniji je, da je pomembno napredoval in dosegel nekaj pomembnih uspehov.

Vse šole, ki sem jih obiskal, močno poudarjajo čustveno in mentalno zdravje učencev, pa tudi učiteljev, drugega osebja in staršev. Aktivno so se lotili izboljševanja medsebojnih odnosov med učenci, učitelji in starši z namenom, da bi oblikovali zdravo in stimulativno okolje za poučevanje in učenje.

V šolah so v proces dela vgradili mnogo inovativnih dejavnosti z namenom, da bi izboljšali tako fizično kot socialno okolje v šolah. V večini šol so uvedli različne metode dela za izboljšanje in ojačanje komuniciranja z lokalno skupnostjo.

Videl sem, kako so šole uspešno integrirale v svoje programe in učni načrt naslednje vsebine v zvezi z zdravjem, ki so pomembne za njihove učence: droge, prehrana in zobozdravstvena vzgoja.

Po mojem mnenju je projekt dosegel svoj primarni cilj, da utemelji močno mrežo pilotskih šol, ki kažejo zavezanost in predanost ciljem projekta.

Naslednja faza bo zahtevala nadaljno zavezanost šol, pa tudi obeh ministrstev, ki podpirata projekt - Ministrstva za zdravstvo in Ministrstva za šolstvo. Ta faza bo vključevala nadaljevanje inovativnega dela v pilotskih šolah, povečevanje mreže (vključevanje novih šol) in širjenje znanja. Prepričan sem, da se je sedaj treba lotiti načrtovanja na najvišji ravni, pri čemer morajo sodelovati vsi tisti, ki so vključeni v projekt zato, da se bo naložba preteklih treh let v prihodnosti kar najbolj obrestovala.

*David Rivetta v naši zbornici
med učenci in učitelji*

David Rivett
WHO, Copenhagen
21. marec 1996



Sodelovali smo na natečaju
Naš prosti čas – to sem jaz in
prejeli nagrade.

*Obvestilo o nagrajencih, ki
so sodelovali na natečaju
Naš prosti čas – to sem jaz*

Sodelovali smo v akciji programa
proti kajenju in s podpisovanjem
Slovesne obljube, ki je potekala po
slovenskih osnovnih šolah pod
vodstvom Zveze društev za boj
proti raku in Zavoda RS za
šolstvo. Štirje sedmošolci so bili
izzrebani in so maja odšli na
enodnevni izlet v Gardaland.



INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA REPUBLIKE SLOVENIJE
INSTITUTE OF PUBLIC HEALTH OF THE REPUBLIC OF SLOVENIA



6 za učence
1 za učitelja

Trubarjeva 2
61000 LJUBLJANA
SLOVENIJA
Poštni predal - Post box 260
Tel.: n.c.: +386 (061) 1323-245
Fax: +386 (061) 323-955
Žiro račun: 50100-603-41773

OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ
NOVA GORICA
Črna na Koroškem

Dolgo: 10.06.96		
Šolstvo	Prijeto	Prejeto
28		

VODJEM TIMOV ZDRAVIH ŠOL

Datum: 6.6.1996
Štev.: 506/2-2/103/96

Zadeva: MOJ PROSTI ČAS - TO SEM JAZ

Spoštovani sodelavci!

Na nagradni natečaj, ki smo ga razpisali v maju in (zaključili 31.5.96) se je odzvalo 35 učencev iz petih Zdravih šol (OŠ A.T.Linharta, OŠ Prežihovega Voranca, Maribor, OŠ Milojke Štrukelj, Druge OŠ Slovenj Gradec, OŠ Prežihovega Voranca Ravne na Koroškem) in 1 učenka iz OŠ Ludvika Pliberška. Prispevki so bili zabavni, šaljivi, razposajeni, pa tudi razmišljujoči. Vse, ki so prispevali svoje ideje, smo nagradili s SUPER MAJICO, nekatere sestavke pa bomo poskušali objaviti v Republiki (junija in julija) ter v reviji Za srce (septembra, oktobra).

Hvala vam za pomoč in sproščene počitnice vam želimo!

Mag. Eva Stergar, dipl. psih.

Eva Stergar

Mojca Bevc Stankovič, prof. ped.

M. Bevc Stankovič

prim. Metka Macar, Hiti, dr. med.,
direktorica



Na šoli smo organizirali strokovno srečanje vodij timov Zdravih šol. Ob tej priliki smo pripravili Bilten na temo **Le eno zdravje imamo, kako ga varovati znamo**. Popeljal nas je skozi aktivnosti zdrave šole.

ŠOLA STOJI IN PADE Z UČITELJEM,

radi pogostokrat rečemo in ugotavljamo, da to še kako drži!

A ravno tako drži trditev, da ravnatelj s svojo avtoriteto odmerja hitrost in obseg razvoja šole!

Zato naj ob tej priliki izrazimo vse priznanje gospodu ravnatelju Mirku Brulcu, da je omogočil številnim projektom prestopiti šolski prag, s čimer šola prav gotovo bogati svoje poslanstvo.

Učenci in učitelji





Nekaj utrinkov iz Biltena

Radi bi še drugačno šolsko okolico, kjer bi v vročih pomladanskih dneh posedeli v senci.



Matična šola, marec 1996



*Podružnična šola
Ledine, marec 1996*

VELIKO SMO NAREDILI, A ŽELJE OSTAJAJO...

Kaj moramo še storiti?

Mnogo želja, ki so jih izrazili učenci v anketi je bilo upoštevanih, za nekatere pa nam ni uspelo najti ustrezne rešitve.

Še vedno so naši odmorci prehrupni, oddelki z večjim številom učencev pa zahtevajo od učiteljev velike napore v nezadovoljstvo vseh.

Učenci pogrešamo tudi več "najstniške zabave" na primernem kulturnem nivoju, zlasti ko zapustimo osnovno šolo in nam starši vendarle dajo nekaj več svobode, pa žal imamo za to v Novi Gorici tako zelo malo možnosti.

Ogromno naporov bo potrebno še vedno vlagati v medsebojne odnose in v graditev moralnih vrednot, pri čemer pa šola brez podpore staršev ne bo žela uspehov.

Pa vendar! Tudi najboljši avtomobil porabi določen čas, da razvije najvišjo hitrost, razlika je le v tem, da je ČAS v vzgoji ZLATO!



*Zahvaljujemo se Vam,
da ste bili z nami
ob predstavitvi naše ZDRAVE ŠOLE.*

*učenci in učitelji
OŠ m. Štrukelj*

Zahvala obiskovalcem za udeležbo na strokovnem srečanju

Marca 1993 smo imeli v Cankarjevem domu v Ljubljani predstavitev dela Zdravih šol v Sloveniji. Častna pokroviteljica sta bila minister za šolstvo in šport dr. Slavko Gaber in Minister za zdravstvo dr. Božidar Voljč.

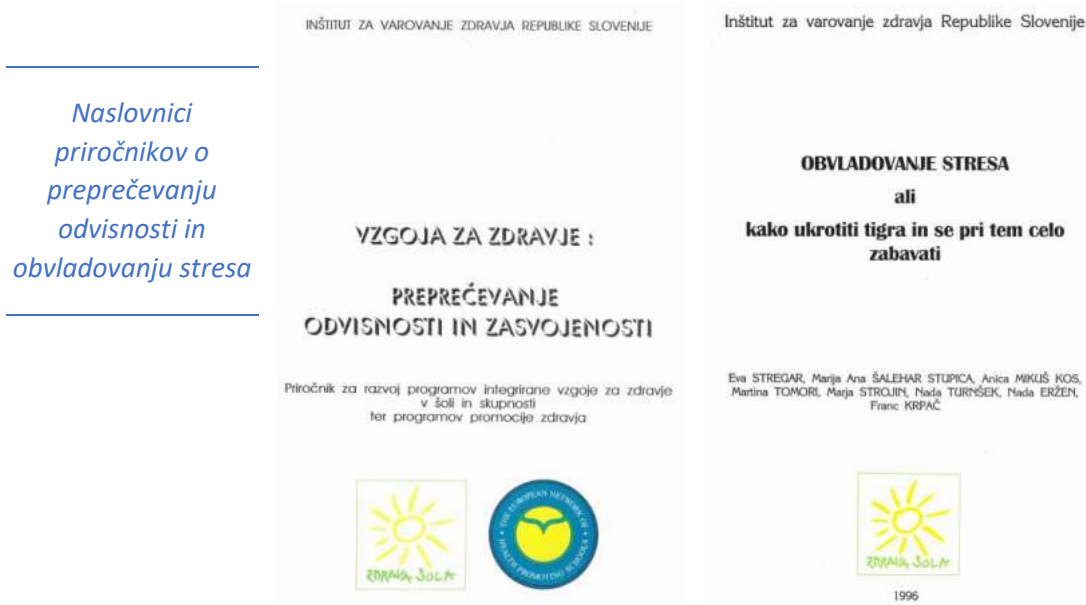


Vabilo na predstavitev dela Zdravih šol v Ljubljani

Vodja projekta se je redno udeleževala sestankov, ki so potekali na IVZ Republike Slovenije, kjer so se dogovarjali in sprejemali odločitve za pomembne korake naprej.

Na julijskem sestanku vodij šolskih timov v Ljubljani je nacionalna koordinatorica, mag. Eva Stergar, poročala o predstavitvi slovenskega projekta Zdravih šol v **Strasbourg**u na 39. srečanju odbora za zdravstvo pri Svetu Evrope (v njem so predstavniki ministrstev za zdravstvo vseh držav članic in opazovalk), ki je potekal v juniju 1996. Slovenski mreži zdravih šol je bilo izraženo **veliko priznanje**.

Na Inštitutu za varovanje zdravja sta izšla dva priročnika, ki sta nam bila v veliko pomoč.



V Primorskih novicah smo imeli dve objavi:

NOVA GORICA V projektu zdravih mest

Je mesto zdravo?

NOVA GORICA (it) - V projekt zdravih mest, ki ga je Svetovna zdravstvena organizacija začela pred desetimi leti z vključitvijo enajstih evropskih mest, se je pred štirimi leti vključila tudi Nova Gorica.

Za vključitev v slovensko mrežo zdravih mest, se zelo zanimajo tudi v Kopru, Izoli in Piranu. Med pomembnejšimi dejavnostmi, ki so jih doslej v okviru tega projekta izvedli v Novi Gorici, je zdravstveno preventivni program CINDI, katerega nosilec je novogoriški Zdravstveni dom. Z njim naj bi ugotovili, kakšno je zdravstveno stanje prebivalstva in za katerimi boleznimi ljudje na Goriškem najbolj pogosto obolevajo. Doslej so zdravstveno pregledali 250 naključno izbranih prebivalcev, v bodoče pa na naj bi jih še okrog tisoč, da bi dobili popolnejšo sliko zdravstvenega stanja ljudi. Prve ugotovitve kažejo, da je na tem območju poleg boleznih srca in ožilja, ki tudi drugje v Sloveniji najbolj ogrožajo prebivalstvo, v primerjavi s povprečjem v Sloveniji, več pljučnih obolenj in raka dojke. V ta projekt so se vključili tudi osnovna šola Milojke Štrukelj, Vrtec Nova Gorica, številni klubi in društva. Občina, ki letno namenja za te dejavnosti okrog 500 tisoč tolarjev, naj bi z imenovanjem projektnega sveta poskrbela za večje usklajevanje različnih aktivnosti.

Za zdravo šolo potrebujemo voljo, znanje in denar

Družba "hrbteničarjev"?

NOVA GORICA (im) - Novogoriška Osnovna šola Milojke Štrukelj se je spomladi vključila v projekt Svetovne zdravstvene organizacije pod imenom "Zdrava šola". Svoje izkušnje je vodstvo prikazalo tudi na nedavnem vsedravnem posvetu v Poljčah, kjer pa so ugotovili, da so pravzaprav v "Klubu revežev". V projektu namreč sodeluje enajst osnovnih šol (s Primorske se OŠ C. Kosmač iz Pirana), za katere so značilne zdravstvene težave v najširšem smislu, za njihovo blažitev pa nimajo niti prebite pare.

Omenjeno novogoriško osemletko je na posvetu zastopala socialna delavka Lilijana Sulč, ki pojasnjuje, da so se na tej šoli za vstop v projekt odločili zaradi značilnih pokazateljev nerazgibanosti otrok. Nepravilno ukrivljene hrbtenice, težave s stopali, debelost, zlomi in zvini so v Novi Gorici vsakdanji pojav. Želijo si preventivno delovati, kar je mogoče doseči s številnimi preprečevalnimi pogovori s starši in otroci. Zdi pa je tako, da se ob okroglih mizah in s knjigo v roki le težko telovadi. OŠ M. Štrukelj ima komaj polovico nujno potrebnih pokritih športnih površin in še te

so na robu uporabnosti. Pod v veliki telovadnici je zaradi izrabljenosti trd kot beton in spolzek kot led, neizolirana in slabo zaščitena stavba pa je pozimi kljub ogrevanju vlažna in hladna.

Ker bo pot do novih prostorov še dolga, poleg tega pa država niti za pridobivanje znanja v sklopu projekta zdrave šole ni namenila denarne pomoči šolam - udeleženkam, učiteljem športne vzgoje preostane le, da nadarjene usmerjajo v klube, gibalno zanamernarje pa ob sodelovanju društva Partizan skušajo vsaj za silo "obdelati" sami. Na srečo vsaj skrb za zdravo obnašanje po načelu osebnega zgleda učiteljev ne stane veliko. V Novi Gorici so se kajenju odrekli tudi učitelji, dobremu sodelovanju kuharjev, socialne delavke in staršev pa gre zahvala, da (revščini in razpadajočim družinskim urnikom navkljub) polovica učencev poje kosilo že v šoli, malica pa tam vsi. Z načelom odprtih vrat za pogovore - začeni z ravnateljevo pisarno (velja tudi za učence) - so na šoli uspeli agresivnost in psihične težave mladih obdržati na sprejemljivi ravni. Za kaj več bi bilo treba zmanjšati število otrok v razredu ali pa "upočasniti" urnik (celodnevna šola).

Tudi časopis OKO je objavil prispevek o uspehih našega projekta.

Prispevek smo objavili tudi v Biltenu zdravih šol.

OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ
Delpinova 7
5000 NOVA GORICA
Telefon: 065 21 553

KULTURA PREHRANJEVANJA

Za program smo se odločili zaradi nemogočega obnašanja otrok v jedilnici in pred njo.

Na kosilo hodi več kot 60% naših učencev, vsi zaposleni na šoli in približno 140 zunanjih odjemalcev. Jedilnica lahko sprejme naenkrat 208 odjemalcev kosil. Preden smo začeli s posebnim programom, je bilo v času kosila nemogoče. Otroci so se prepirali, kričali, puščali pladnje na mizi, zvijali pribor ...

Na podlagi tega smo si zastavili naslednje cilje:

- zmanjšati nemir v času kosila
- zmanjšati število zvitega pribora
- zmanjšati število nepospravljene posode
- zmanjšati vrsto za odlaganje umazane posode (ločitev čista - nečista)
- pijača
- polepšati videz jedilnice;

Program smo izvedli z veliko akcijami in s pomočjo vseh zaposlenih.

Na strokovnem svetu smo sprejeli sklepe glede izvedbe akcij v jedilnici.

Sklepi so bili naslednji:

- učitelj pospremi učence, ki jih ima zadnja uro pri pouku do jedilnice
- učitelji jedo med učenci
- v jedilnici dežurata dva učitelja
- jedilnica naj se popestri s koriki, polnimi rož



- ločiti je potrebna vrsta za čisti - strežba - in nečisti del - odlaganje prazne posode
- kuharice upoštevajo željo otrok glede velikosti porcije obroka.

O tem smo učence seznanili pri razrednih urah in starše na roditeljskih sestankih.

Ravnatelj je razpisal dežurstvo učiteljev v jedilnici za tekoči mesec.

Nakupili smo korita in rože. Prostor za zunanje goste smo preuredili s pregrado iz rož in panojem za odlaganje nečiste posode.

Za izpeljavo programa Kulture prehranjevanja smo potrebovali šest mesecev. Trud se je izplačal. S pomočjo vseh zaposlenih se je disciplina v jedilnici povečala.

Lilijana SULČ, vodja projekta

PROJEKT ZDRAVE ŠOLE

Predstavniki Svetovne zdravstvene organizacije David Rivett je pretekli mesec obiskal Slovenijo, ustavil se je tudi v Novi Gorici. Bil je na ogledu šol, ki so vključene v projekt Zdrave šole. Taka je pri nas novogoriška Osnovna šola Milojke Štrukelj.

Delo, ki so ga opravili za projekt Zdrave šole na tej šoli, so predstavniki svetovne zdravstvene organizacije ter občinskim predstavnikom predstavili učenci in člani tima z vodjo Lilijano Sulč, ki so aktivno sodelovali pri uresnitvi projekta. Glavni namen obiska je bilo zbiranje informacij o delu Zdravih šol, ugotavljanje, kakšno vlogo ima projekt pri oblikovanju politike v šolskem in zdravstvenem sektorju in kakšne so spremembe pri delu na šoli.



David Rivett med klepetom z učenci

In kaj je rekel David Rivett po predstavitvi?

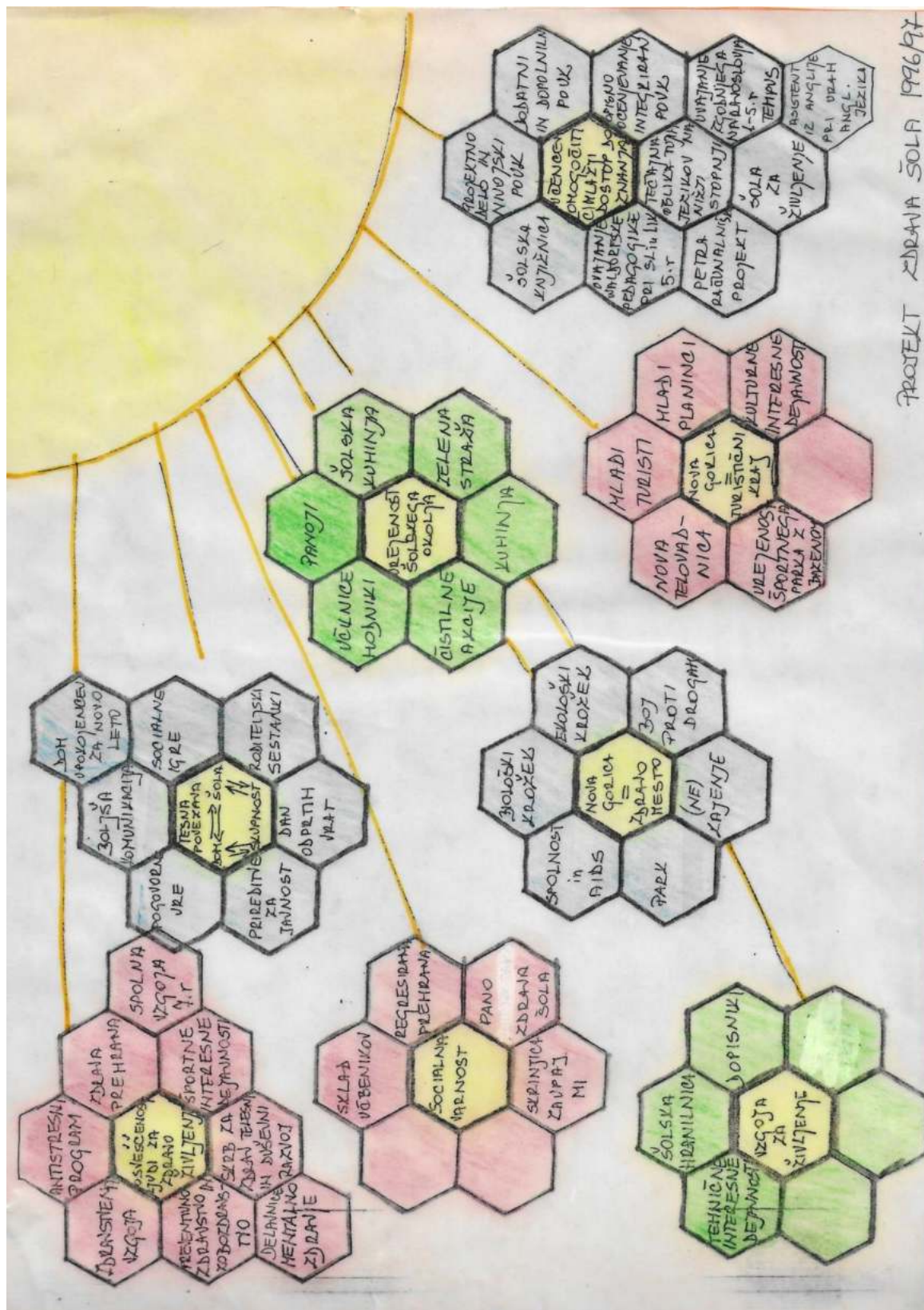
Odgovoren sem za dvajset držav in v večini teh sem se že srečal s skupinami mladih, tako sem lahko slišal mnoga različna stališča in to, kar ste dosegli tukaj, nisem nikjer zasledil. Vaša šola aktivno sodeluje s predstavniki občine. Ste primer prave Zdrave šole v akciji. Cestitam vam.

Po predstavitvi rezultatov dela so učenci zastavili več vprašanj prisotnim gostom. Tako so spregovorili o ponovni uveljavitvi taborništv, o pomanjkanju mladinskih prostorov za popoldanske aktivnosti, o neurejenem prehranjevanju v srednjih šolah ter o raznih aktualnih argumentih. Prisotnim so razdelili brošuro z naslovom Le eno zdravje imamo, kako ga varovati znamo? V njej je prikazan sprehod skozi zdravo šolo.

Začetki Zdrave šole v novogoriški OŠ segajo v leto 1993. Takrat so dobili ponudbo, da bi sodelovali v projektu, ki sedaj poteka v dvajsetih evropskih državah. S projektom so iskali nove poti, kajti v šoli je bilo vedno veliko učencev in učiteljev pod stresom. Sedaj je mnogo rezultatov vidnih. Seveda je pri uspehu Zdrave šole bila odločilna tudi podpora vodstva šole. Šola je dobila nove sanitarije, nove luči, v kuhinjah so poskrbeli za zdravo hrano ter učencem ponudili pitje tekočin čez cel dan. Poleg tega so se poglobili v trikotnik učenci - učenci - starši. Seveda imajo v šoli še veliko načrtov, s katerimi bi učencem ponudili privlačnejši pouk. Tako načrtujejo izgradnjo novih namenskih učilnic, novo telovadnico ter nove zelenice.

Tekst in foto: D.V.

1996/1997



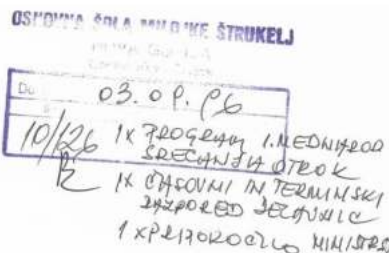
Prikaz projektnih aktivnosti v šolskem letu 1996/1997

Septembra 1996 je bilo organizirano 1. mednarodno srečanje otrok. Pokroviteljstvo nad srečanjem je prevzela **ga. Štefka Kučan**. Srečanja v Podsredi so se udeležili tudi trije učenci naše šole.

Kozjanski park
Zavod "Spominski park Trebče"
3257 Podsreda

Telefon: 063 806-259
Fax : 063 806-219

Datum: 30.08.1996



Spoštovani,

V posebno zadovoljstvo si štejemo, da Vas lahko povabimo k sodelovanju na 1. mednarodno srečanje otrok, ki bo v Kozjanskem parku od 10. do 14. septembra letos. Prosimo Vas, da na srečanje pošljete dva svoja učenca od šestega do osmega razreda in če je le mogoče tudi učitelja - spremljevalca.

V prilogi Vam pošiljamo program 1. mednarodnega srečanja otrok iz Bosne in Hercegovine, Nemčije, Hrvaške in Slovenije ter mnenje Ministrstva za šolstvo in šport.

Program, ki smo ga skupaj pripravili Bavarsko-slovensko društvo Kozjanski park-Zavod "SPT" iz Podsrede in Osnovna šola Marije Broz iz Bistrice ob Sotli je zastavljen tako, da stroške priprave in izvedbe programa pokrivamo organizatorji, ostale stroške pa udeleženci sami.

Pokroviteljstvo nad 1. mednarodnim srečanjem otrok je prevzela gospa Štefka Kučan.

Z odličnim spoštovanjem.


Bavarsko-slovensko društvo
Predsednik dr. Adolf J. Eichenseer


Kozjanski park
Direktor Franci Zidar

Vabilo na 1. mednarodno srečanje otrok

Za financiranje vodje projekta in povračila potnih stroškov, ki so nastala zaradi izobraževanja, je v letu 1996/1997 poskrbelo Ministrstvo za šolstvo in šport.

Ministrstvo za šolstvo in šport, Ljubljana, Župančičeva 6, ki ga zastopa minister
dr. Slavko Gaber (v nadaljnjem besedilu ministrstvo)
in
Osnovna šola Milojke Štrukelj, Delpinova 7, Nova Gorica, ki jo zastopa ravnatelj
Mirko Brulc (v nadaljnjem besedilu šola)

s k l e n e t a
P O G O D B O št. VI/AL-6/96
o sofinanciranju projekta "ZDRAVA ŠOLA"

1. člen

Predmet pogodbe je sofinanciranje mednarodnega projekta "ZDRAVA ŠOLA" za čas od 1. septembra 1996 do 30. junija 1997.

2. člen

Ministrstvo bo za timsko vodenje projekta priznalo šoli 7 pedagoških ur na teden in sicer v vrednosti koeficienta za pedagoško uro s pripadajočimi prispevki in davki na BOD, kar znaša 0,85 K mesečno.
Sredstva bodo nakazana na žiro račun šole št.: 52000-603-30159

3. člen

Ministrstvo bo šoli povrnilo potne stroške za tiste udeležence, ki se v okviru projekta udeležujejo organiziranega izobraževanja in sicer na osnovi predložene dokumentacije in zahtevka šole. Sredstva za potne stroške bodo nakazana v roku 30 dni po prejemu zahtevka šole.

4. člen

Vse delovne obveznosti pedagoških delavcev v okviru projekta se dogovorijo z ravnateljem oziroma vodjo projekta.

5. člen

Šola je dolžna poročati ministrstvu enkrat letno o svojem delu v projektu.

6. člen

Za realizacijo te pogodbe je s strani ministrstva zadolžena Vida KRIŽMAN, s strani šole pa ravnatelj.

Pogodba o sofinanciranju projekta Zdrava šola

Nadaljevali smo z delavnicami in roditeljskimi sestanki za četrtošolce na temo *Metode boljšega učenja*, za učence drugega razreda pa na temo *Vpliv televizije*.

Ustanovili smo pevski zbor delavcev šole.

Šolske svetovalne delavke so izvedle delavnice za čustveno in duševno zdravje za vse pedagoške delavce na šoli.



Delavnice za duševno zdravje za pedagoške delavce – kip na temo stres.

Kot dodatno aktivnost v podprojektu Sprejemanje drugačnosti je zborček s podružnične šole Ledine pripravil novoletno praznovanje za člane društva za boj proti raku.

Učenci četrtega razreda z matične šoli so obiskali Center za usposabljanje invalidne mladine v Vipavi.

Sodelovali smo na natečaju *Ali si tudi ti outsider?* in prejeli nagrade.

S plakatom smo se predstavili na 1. mednarodni konferenci Zdravih šol v Thessaloniki (Solunu) v Grčiji.

Predstavitev naše šole na prvi mednarodni konferenci Zdravih šol v Thessaloniki – Grčija, maj 1997



Posebne akcije smo organizirali na dan brez cigarete, Prešernov dan, teden boja proti raku, svetovni dan varstva voda, svetovni dan knjige, dan žena, svetovni dan nekajenja, svetovni dan zdravja, teden brez cigarete, teden otroka in svetovni dan boja proti AIDS-u.



Letos je bil razpis za vključitev v mrežo Zdravih šol. K sodelovanju so bile povabljene vse slovenske osnovne, srednje šole ter dijaški domovi in sprejeti so bili vsi, ki so se prijavili in izpolnili merila za vstop v mrežo. Tako se nam je priključilo 112 šol.

Mreža Zdravih šol leta 1997

Izobraževanja za zdrave šole so se vključila v sistem stalnega strokovnega izobraževanja pod okriljem Ministrstva za šolstvo in šport.

Vodja projekta se je redno udeleževala sestankov, ki so potekali na Inštitutu za varovanje zdravja Republike Slovenije, kjer se so dogovarjali in sprejemali odločitve za pomembne korake naprej. Izpeljana je bila evalvacija prve faze projekta.

ZAPISNIK

sestanka z vodji in člani šolskih timov Zdravih šol,
ki je bil v četrtek, 22.5.1997 ob 10. uri v OŠ Marije Broz, v Bistrici ob Sotli

Prisotni: B.Koncut, L.Sulič, J.Lang, B.Gogala Švarc, M.Kovač, Š.Kamin, N.Šmit, L.Intihar, M.Puc, B.Pirnat, S.Klančnik, D.Juhart, J.Pelc, B.Kosi, M.Strnad, M.Drofenik, M.Grgurevič, Z.Šalamon, E.Stergar, M.Bevc Stankovič

Ad.3.

V Grčiji so se na I.mednarodni konferenci ENHPS (od 1. do 5.maja 1997) srečali predstavniki okrog 40 držav. Iz Slovenije so nas zastopale: mag.Eva Stergar, Fani Čeh, dr.Ana Marija Šalehar, Darja Skribe Dimec (PF), Andreja Žibret (novinarka Dela). Konferenca je bila zelo dobro organizirana, s predavanji, številnimi okroglimi mizami, panel razpravami, okroglimi mizami, svežimi metodičnimi prijemi ... Bistvenega pomena je bila Resolucija o promociji zdravja v šoli (pravice otrok v šoli do izobraževanja, enakosti, akcijske kompetence, opolnomočanja, skupnostne povezanosti, evalvacije ...), ki so jo udeleženci sprejeli ob zaključku konference in predstavlja smernice za naše bodoče delovanje.

Primerjalno z mnogimi drugimi državami je Slovenija v vlogi države, ki daje vzgled. Držimo se dogovorjenih strokovnih okvirjev, znotraj njih pa si priznavamo različnost. Tudi za naše razstavljene materiale je bilo veliko zanimanje, saj so vsi po vrsti izginjali (razen plakatov in fotoalbuma).

Naslednja konferenca bo po vsej verjetnosti v bližini Avstralije.

☒ Od 2. do 4. junija 1997 bo na Bledu redno srečanje za ravnatelje, ki ga organizira Ministrstvo za šolstvo. V delavničnem delu bo E.Stergar predstavila Zdrave šole (najverjetneje 2.6.97). Vabljeni!

☒ Naše naslednje srečanje bo zopet na IVZ, v začetku julija (ko bo vse hudo za vami!).

Del zapisnika, kjer je razvidno, da slovenska mreža Zdravih šol, v primerjavi z mnogimi drugimi državami, daje zgled.

ZAPISNIK

sestanka z vodji šolskih timov Zdravih šol, ki je bil v četrtek, 3.7.1997 ob 10.uri,
na IVZ, Trubarjeva 2, Ljubljana

Prisotni: N.Višnar, J.Lang, I.Šošter, M.Senekovič, A.Pavlovec (MŠŠ), N.France, M.Drofenik, J.Pelc, N.Šmit

Opravičili: S.Klančnik, L.Sulič

Dnevni red: 1. Evalvacija projekta ZŠ
2. Razno

b) Rezultati evalvacije dejavnosti zdravstvene vzgoje in promocije zdravja v slovenski mreži Zdravih šol - evalvacijsko poročilo za obdobje od aprila 1994 do januarja 1997:

Nada Turnšek je naredila evalvacijo iz vaših poročil načrtovanja in evalvacije. Vsi prisotni so jo dobili na sestanku, odsotnim pa jo pošljamo po pošti. Naj poudarim le nekaj stvari, o katerih bi bilo v prihodnje vredno razmišljati:

⇒ Namesto obilice nalog, ki ste si jih šole zastavljale, bi bilo smiselno razmišljati o manjšem številu nalog, pri tem pa **še bolj izpopolniti načrtovanje in evalvacijo**. Vsaka šola naj bi vodila enega do dva projekta po Nijmegenskem modelu (seminar Vzgoja za zdravje in promocija zdravja v šoli).

⇒ Prenatrpnost programov vodi v izgorevanje učiteljev, zato bi bilo dobro razmisliti o izboljševanju kakovosti življenja in pogojev dela učiteljev. Potrebno bi bilo bolj uravnotežiti naloge za učitelje in učence (skrb za boljšo komunikacijo in počutje v zbornici, pozornosti, izobraževanja v smislu obvladovanja stresa, delavnice Promocija čustvenega in duševnega zdravja...).

⇒ Zelo pozitivno je, da ste šole namenile pretežni del nalog **šoli kot zdravi skupnosti** (15,2%), sledijo pa ji: okoljska vzgoja (14,7%), duševno zdravje (13,1%), telesna, športno-rekreativna dejavnost (12,9%), prehrana (10,3%), zdravstveno-vzgojnim vsebinam splošnega značaja (10,3%) ...

⇒ Iz poročil je razvidno, da se šole zavedate potrebe po uvajanju **organizacijskih sprememb v šolski prostor**, ne izvajate le zdravstveno-vzgojnih vsebin za učence (prikriti kurikulum ter konsistentnost sporočil in dejanj). Kurikularna komisija za zdravje (članica tudi E.Stergar) si prizadeva, da bi vnesli ZV vsebine spiralno v učni načrt ter, da bi bil zastopan celosten pristop k zdravju, kar bo precej olajšalo ozaveščanje šol pri širitvi projekta.

⇒ Glede izobraževanja in **prenašanja vsebin v prakso** bi bilo pričakovati večjo zastopanost prometne varnosti na razredni stopnji. Tudi sicer bi bilo dobro premisliti, kje se zatakne pri aplikaciji znanja v prakso (koliko članov tima se je izobraževalo, katere vsebine, vključiti tudi ostale učitelje ...).

2

⇒ Doreči bi bilo potrebno tudi, na kateri starostni stopnji bi začeli z določenimi vsebinami in **dodelati metode za posredovanje vsebin na razredni stopnji**. Mnenja smo, da je na tej stopnji pomembno utrjevati zdrave navade in zdrav način življenja nasploh, informacij o zlorabi drog pa le toliko, kolikor so jih pripravljeni sprejeti in so seznanjeni s posledicami.

⇒ Pri **beleženju načrtovanja in evalvacije nalog** bo potrebno prilagoditi dosedanja formular (vsebinsko in oblikovno) ter ločiti beleženje dolgoročnih (kontinuiranih) in kratkoročnih nalog. Prosimo, da razmislite, kje ste imeli težave pri zapisovanju in kaj bi spremenili.

⇒ Zelo pomembno se nam zdi, da imajo tudi **učenci vpliv na program** (Klubi ZŠ, Krožki ZŠ ...), saj na ta način lahko preverjate njihova mnenja, stališča, ocene ...

⇒ Med šolami obstajajo večje razlike v izobraževanju, ki ga namenjajo učiteljem in staršem. V zadnjem obdobju je bilo **več ozaveščanja in informiranja učiteljev in staršev**, kar je izrednega pomena za boljše sodelovanje in **podporo projektu** (!!!!!)

⇒ Precej šol se zaveda pomena **aktivnega vključevanja lokalne skupnosti** v življenje šole, kar bi bilo potrebno graditi še naprej (zelo uspešen projekt OŠ A.T.Linharta - Obla Gorica), še vedno pa obstajajo med šolami pri tem velike razlike.

⇒ Zelo je pozitivno to, da je na šolah precej projektov, ki združujejo vse ravni, **značilne za promocijo zdravja**.

Ad.2. Razno

* Vse Zdrave šole ostajate še naprej v projektu, saj ste članice tako slovenske mreže kot evropske mreže Zdravih šol. V pocusu širjenja projekta boste pomembne pomočnice (ob dosedanjem nosilcu projekta - IVZ-ju) pri razpredanju idej promocije zdravja na druge šole. Še naprej se nameravamo redno sestajati v tej obliki kot do sedaj (sestanki na IVZ, informativno-družabna srečanja na šolah), IVZ vam bo nudil strokovno oporo, naša izobraževanja pa bodo v prihodnjem obdobju namenjena pretežno novim šolam.

* Ker vas z MŠŠ zavezuje pogodba, vas prosimo, da pošljete letno poročilo (kot do sedaj) na naslov: ga.Vida Križman, Aškerčeva 7, Lj. Rok: konec junija, začetek julija 1997!!!

Evalvacijsko poročilo prve faze projekta

Nadaljevali smo z izobraževanji, ki jih je Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije organiziral skupaj z Ministrstvom za šolstvo Republike Slovenije.

Od 26. do 28. septembra 1996 je za strokovni tim Zdrava šola potekalo izobraževanje *Navzkrižja in sodelovanje med starši, učitelji in učenci* na temo: *Kaj lahko naredim?*

Od 12. do 14. decembra 1996 je za vodje tima Zdrava šola potekalo izobraževanje *Evalvacije programov promocije zdravja* na temo *Načrt evalvacije programa*.

Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije je organiziral predavanje dr. Williama Glasserja na temo *Dobra šola*. Potekalo je 9. maja 1997 v Ljubljani.

Svetovalne delavke smo dobile **potrdilo**, da smo usposobljene za izvajanje delavnic **Promocija čustvenega in duševnega zdravja**. Naš seminar je bil objavljen v Katalogu Zavoda za šolstvo.

Naši članki so bili objavljeni v Primorskih novicah, v reviji Šolsko svetovalno delo, Bilten zdravih šol. Sodelovali smo v oddaji BLA BLA, kjer smo razpravljali o tem, kako lahko Zdrava šola olajšuje stiske otrok.

Članek o našem delu v
časopisu Delo

Delo ☆ petek, 9. maja 1997

PRVA EVROPSKA KONFERENCA ZDRAVIH ŠOL

Otroci imajo pravico učiti se in se igrati v zdravi šoli

V Evropsko mrežo zdravih šol je vključenih 500 šol iz 37 držav, 400.000 učencev in 2000 učiteljev – Pred štirimi leti je vanjo vstopilo 12 slovenskih šol

Vsak otrok in mladostnik v Evropi ima pravico in bi moral imeti možnost učiti se in se igrati v zdravi šoli. Je bil eden od temeljnih sklepov prve konference Evropske mreže zdravih šol z naslovom Zdrava šola – investicija v izobraževanje, zdravje in demokracijo, ki je potekala od 1. do 5. maja v Solunu v organizaciji grškega Inštituta za zdravje otrok. Konferenca se je udeležilo 375 nacionalnih koordinatorjev, učiteljev, svetovalcev za zdravstveno vzgojo, šolskih zdravnikov, predstavnikov univerz, ministrstev za šolstvo in zdravstvo ter predstavnikov občin iz 43 evropskih držav. Sodelovali so tudi predstavniki Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) – oddelka za Evropo, Evropskega sveta in komisije Evropske unije, ki so pred petimi leti ustanovili mrežo zdravih šol.

Slovenijo so predstavljale nacionalna koordinatorica Eva Stergar z Inštituta za varovanje zdravja, specialistka šolske medicine dr. Marijana Salehar, ki dela v Zdravstvenem domu Šentvid, pedagogica svetovalka Fani Čeh z Zavoda za šolstvo in Darja Skrbec – Dimce, profesorica na pedagoški fakulteti v Ljubljani. Eva Stergar je sodelovala na okrogli mizi, ki jo je vodil novinar iz Velike Britanije Mike Shaw, in predstavila, kako pri nas poteka izo-

braževanje učiteljev ter optimistično napovedala, da so v Sloveniji možnosti, da bi v šestih letih lahko vse šole postale zdrave.

Evropsko mrežo zdravih šol so ustanovile WHO – oddelka za Evropo, Evropski svet in komisija Evropske unije in septembra 1992 je bilo vanjo sprejetih prvih sedem šol. Cilj mreže je razširiti zdravi način življenja na vso šolsko populacijo z vključevanjem vseh, ki lahko kakorkoli pri tem pomagajo. Vsaka država članica

oblikuje lastno mrežo na osnovi sodelovanja med ministrstvom za zdravstvo in šolstvo, nacionalnim podpornim centrom (v Sloveniji je to Inštitut za varovanje zdravja), šolami in regionalnimi okolji. V evropsko mrežo je zdaj vključenih 500 šol iz 37 držav.

● V Evropsko mrežo zdravih šol je že štiri leta vključenih tudi 12 slovenskih šol, in sicer 11 osnovnih in ena srednja. Slovenija je bila v mrežo sprejeta v drugem krogu – marca 1993 – skupaj z še 11 državami.

Ki imajo skupaj več kot 400.000 učencev, pri tem pa so deluje do 100.000 učiteljev. V nacionalnih mrežah pa je skupaj povezanih več kot 2000 šol. Denar za izobraževanje koordinatorjev in učiteljev na mednarodnih posladankah in poletnih delavnicah prispeva Svet Evrope. Oddelka za Evropo pri WHO pa išče sponzorje za pomoč nacionalnim mrežam. Slovenija je do zdaj dobila takšno pomoč dvakrat, uporabila pa ga je za prevod dveh priročnikov za učitelje. V projektu je namreč velik poudarek na izobraževanju učiteljev.

Ob govorih, razpravah, številnih delavnicah in klepetih ob kavi so si udeleženci konference lahko prvič v tako velikem številu izmenjavali izkušnje in se po-

● Prvič bodo podelili 7 evropskih nagrad za zdravstveno vzgojo. Posebna žirija bo podelila šest nagrad po 5000 evrov za inovativne vzpodbude v lokalnem, regionalnem ali mednarodnem okolju, eno pa na nacionalni ravni. Predloge je treba poslati do 30. decembra letos v Francijo.

govarjali o medsebojnem sodelovanju, dragocene informacije pa bodo prinesli v nacionalna in ožja lokalna okolja. Posebno zanimivi so bili razstavni prostori. Na njih so zdrave šole iz vseh držav – članic evropske mreže – predstavile svoje delo. Med njimi je tudi Slovenija imela dva razstavna prostora. Ob zaključku konference so udeleženci sprejeli Resolucijo, s katero pozivajo vse vlade evropskih držav, naj sprejmejo koncepte zdravih šol in sodelujejo pri oblikovanju pogojev, da bodo lahko izvajale svojih deset načel v praksi.

ANDREJA ZIBRETT



SLOVENSKE ZDRAVE ŠOLE SO PREDSTAVILE SVOJE DELO – Na 58 razstavnih prostorih so svoje delo predstavile zdrave šole iz 34 držav. Oba slovenska razstavna prostora sta vzbudila precej zanimanja. Na enem (na sliki) so svoje delo predstavile slovenske zdrave šole s fotografijami in risbicami, na ogled pa so bili tudi vsi štirje Bilteni slovenske mreže zdravih šol, kolikor jih je izšlo do zdaj. Na drugem razstavnem prostoru je šolska zdravnica Marijana Salehar predstavila zgibanko Kako ukrotiti tigra in se pri tem celo zabavati, ki uvaja zdrav življenjski stil kot pomembni dejavnik za preprečevanje šolskega stresa. Na slovenskih šolah zbujajo precejšnje zanimanje. Zgibanko so za predstavitev na kongresu prevedli v angleščino in Saleharjeva je dobila precejšen udeležencev konference: da naj ji jo pošlje. Na ta projekti so sponzorili tudi v posebnih novicah, ki so izhajale med kongresom. (Besedilo in foto: A. Z.)



OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ

Delpinova 7
5000 NOVA GORICA
Telefon: 065 21 553

Drugačni otroci

Otroke 3. b-razreda je zanimalo, kaj o drugačnih otrocih vedo njihovi starši, sorodniki in sosede.

Anketa

1. Ali poznate kakšnega otroka, ki je drugačen od ostalih?
DA NE
2. Kako sprejemajo take otroke ljudje v okolju, kjer živijo?
3. Ali mislite, da je prav, da otroci s posebnimi potrebami hodijo v drugačne šole?
DA NE
4. Zakaj?

- Ker počasneje dojemajo in se težje vključujejo.
- Ker ti otroci zahtevajo večjo prizadevnost učiteljev in vzgojiteljev.
- V osnovnih šolah so razredi zelo številni in ti otroci ne bi bili deležni takšne pozornosti učitelja, kot bi jo potrebovali.
- Ker jim šola s prilagojenim programom omogoča, da kar najbolje izkoristijo svoje sposobnosti in jih usposobijo za življenje.
- V redni osnovni šoli bi se počutili zapostavljene.
- Ker v šoli s prilagojenim programom prej dosežejo uspehe in s tem samopodpirni, zadovoljni in srečni, kar bi v redni šoli težko dosegli.

Jasica Kide, Razredničarka 3. b-razreda

Rezultati ankete

1. Od 36 anketiranih jih 21 pozna otroke, ki so drugačni od ostalih.
2. Najpogostejši odgovori na drugo anketno vprašanje:
 - Normalno kot ostale.
 - Sprejemajo jih in jim skušajo pomagati.
 - Različni odgovori: se ne odzivajo, jih pominjajo, so pozorni do njih, jih sprejemajo s predsodki.
 - To je odvisno od srčne kulture posameznika.
 - Ne vem, ne poznam takih otrok.
3. 33 anketiranih meni, da je prav, da otroci s posebnimi potrebami obiskujejo šole s prilagojenimi programi.
4. Najpogostejše utemeljitve:
 - Ker potrebujejo prilagojen program in drugačen način dela.

Počutje prvošolcev v šoli

Četrtsolci so v okviru novinarskega krožka izvedli anketo med prvošolci.

Anketa

1. Ali rad-a hodiš v šolo?
2. Kaj rad-a delaš v šoli?
3. Zakaj ti je v šoli lepo?
4. Kaj delate med odmorom?
5. Ali rad-a ješ kosilo v šoli?
6. Kaj rad-a ješ?
7. Česa ne maraš jesti?
8. Koga imaš zelo rad-a?

Odgovori

1. 99 % učencev je odgovorilo, da hodijo v šolo zelo radi.



OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ

Delpinova 7
5000 NOVA GORICA
Telefon: 065 21 553

2. V šoli najraje telovadijo, berejo, rišejo, pišejo, računajo in prepevajo.

3. Med odmori se igrajo, lovijo, pogovarjajo in prepevajo.

4. V šoli jim je lepo, ker:
 - se veliko naučijo,
 - se igrajo in računajo,
 - delajo nalogo,
 - se ne dolgočasi,
 - se hodijo igrati v park,
 - so učiteljice prijazne,
 - imajo prijatelje.

5. Vsi radi jedo kosilo v šoli.

6. Najraje imajo palačinke, krompirjeve svačke, juho, solato, paradižnik, testenine, hrenovke in krompir.

7. Ni jim všeč okisan krompir, cvetoča, koruza, zelenjavne juhe in špinata.

8. Učenci imajo zelo radi:
 - mamo, ker jim pomaga,
 - mamo, očeta, staro mamo, ker imajo tudi oni njih radi,
 - prijatelje, ker se z njimi igrajo.

Ada Veščarja, mentorica

Anketa o prehrani

Antifresni program priporoča zajtrk v šoli. V naši šoli posredno z malico za vse učence ob 9.30. Pogovarjali smo se o tem, da bi prenašali uro malice oziroma uvedli zajtrk. Ker se sami nismo mogli odločiti, smo izpeljali anketo, ki nam je pokazala, koliko učencev doma zajtrkuje in kaj. Dodali smo še nekaj vprašanj o prehrabnih navadah.

Anketa

1. Ali zajtrkuješ?
DA NE

2. Kaj ješ za zajtrk? - mleko, jogurt, kruh, keke (pecivo), sadje, sadni sok, različna hrana.

3. Kaj rad ješ?
 - sladkarije,
 - meso, jajca, sir,
 - zelenjavo, sadje,
 - mešanico.

4. Ali si naročen-a na šolsko malico?
DA NE

5. Ali si naročen-a na šolsko kosilo?
DA NE

6. Kaj ješ za večerjo?
 - kuhano hrano,
 - suho hrano.

7. Kdo običajno sluša večerjo pri vas doma?
 - mama,
 - oče,
 - oba starša,
 - vsi pomagamo.

Odgovori

1. Doma zajtrkuje več kot 85 % učencev.
2. Večina jih je mleko in kruh oziroma kekse (pecivo), ostali pa različno.
3. Učenci najraje jedo mešanico. Le posamezniki so se odločili za sladkarije.
4. Na šolsko malico je naročenih 99,8 % učencev.
5. V šoli kosi 66 % učencev.
6. Približno polovica učencev je kuhano večerjo, vsi ostali pa suho.
7. Večerja v največ primerih sluša mama, včasih tudi oče oziroma oba. Nekaj jih je odgovorilo, da pri pripravi večerje sodelujejo vsi.

Lucija Nedeljkovič, Vodja šolske prehrane

Članek iz Biltena Zdrava šola

1997/1998

V tednu otroka, prvi teden v oktobru 1997, smo izpeljali vprašalnik o medsebojnih odnosih.

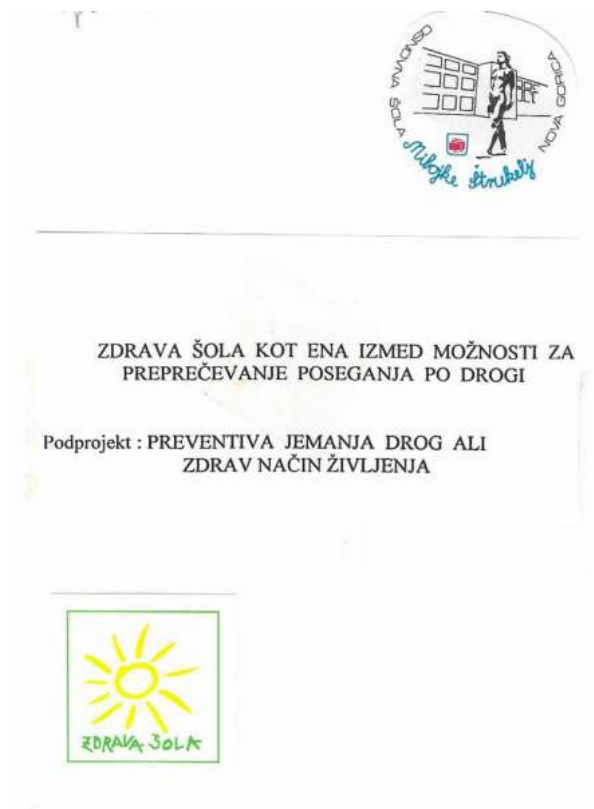
Učiteljice na razredni stopnji so se vključile v izobraževanje **Fit cluba**. To je vadbeni program za otroke na razredni stopnji, katerega namen je učenje športnih iger skozi igro, da gibanje postane potreba in ne nujnost. Ni tekmovalnega značaja, sodelujejo vsi. Pri tem uporabljajo športne rekvizite kot so hip hop žoge, kolebnice, obroči padala ...

Uporaba padala v programu Fit club

Na mize v jedilnici smo dali prte in vazice s svežim cvetjem.



49



1. ZA UČENCE:

- seznaitve z dovoljenimi in nedovoljenimi drogami pri različnih predmetih, kot je predvideno v učnem načrtu (spoznavanje narave, biologija, kemija, etika in družba,...);
 - razredne ure na temo: zdrav način življenja, medsebojni odnosi, sreča, ljubezen, prosti čas, reševanje težav, stres, komunikacija, zastavljanje ciljev,...
 - mladinske delavnice za 7. in 8. razrede (vođene s Centra za socialno delo), interakcijske igre, socialno učenje, delavnice (vođi šolska svetovalna služba: psihologinja, socialna delavka in pedagoginja);
 - delavnice za duševno in čustveno zdravje
 - okrogle mize (na temo sreča, ljubezen, zdravje; po ogledu filma pri uri etike in družbe na različne teme);
 - naravoslovni dan na temo ZDRAVJE 7. razred (ena od skupin ima temo zasvojenost);
 - velika ponudba interesnih dejavnosti na šoli (med njimi tudi vaje za sproščanje, ki jih vođi naša psihologinja in odbojka za razvedrilo);
 - ponuditi jim možnost za sproščanje (minuta za zdravje, aktivni odmor 15min ločen od odmora za malico, možnost pitja tekočin med poukom).
- Učenci samo tematiko droga ali zasvojenost zavračajo, ker mislijo, da o tem vedo zelo veliko. S podatki so prenasitjeni, s prepovedmi in grožnjami pa vedno dosežemo obratno od zaželjenega. Zato smo se odločili, da pristopimo k problemu na drugačen način. Otroke seznanjamo z zdravjem, zdravim načinom življenja, s pozitivnim pogledom na svet in sebe.

2. ZA UČITELJE:

- učiteljski zbor:
- seznaitve s stanjem na šoli (rezultati ankete);
- znaki, posledice in ukrepanje, če se srečamo z otrokom, ki je že posegel po drogi (karkršnikoli);
- ponuditi jim možnost za preventivno delovanje (kako dvigujemo samopodobo v razredu, minuta za zdravje, več srečanj s starši, celostni pogled na učenca in njegov problem,...);
- okrogle mize:
- Vrste drog;
- Droga in mladostnik;
- Sreča, ljubezen, zdravje;
- predavanja:
- Samopodoba otroka;
- Stres v šoli;
- Komunikacija;
- Sproščanje;
- g. Steven Haslem (prostovoljna udeležba):
- Spoštovanje-ljubezen do samega sebe;
- Notranji in zunanji učitelj;
- Kreativnost;
- delavnice za učitelje (prostovoljna udeležba);
- delavnice za duševno in čustveno zdravje (prostovoljna udeležba - udeležilo se je 24 učiteljev);
- šola pozitivnega mišljenja pod vodstvom g. vesne Deankovič iz Ljubljane (prostovoljna udeležba).

3. ZA STARŠE:

- okrogle mize:
- Vrste drog;
- Droga in mladostnik;
- Sreča, ljubezen, zdravje;
- roditeljski sestanki (seznanitev staršev s stanjem in preventivno dejavnostjo na naši šoli; kaj narediti, če otrok poseže po katerikoli drogi);
- seznaitve staršev z literaturo, saj opažamo, da starši zelo malo vedo o delovanju drog in o problematiki samega poseganja po njej.

Vodja projekta Zdrava šola
socialna delavka Lilijana Sulič

Zloženska za mednarodno konferenco, izvod v slovenskem jeziku

Na šoli smo **povezali delovanje Zdrave in EKO šole**, saj se držimo načela, da sodelujemo in ne tekmuje.

S finančno pomočjo Lions Club Vogrsko smo organizirali okroglo mizo na temo *Zasvojenost* z udeležbo zunanjih strokovnjakov.

*Vabilo na okroglo mizo o
zasvojenosti v osnovni šoli*



**OSNOVNA ŠOLA
MILOJKE ŠTRUKELJ**

DELPINOVA 7
65000 NOVA GORICA
TELEFON: 065/21-558 131 810 0
065/26-324 131 810 21 fax

Nova Gorica, dne: 20. 10. 97

Spoštovana!

ZADEVA: OKROGLA MIZA O ZASVOJENOSTI V OSNOVNI ŠOLI

Strokovni delavci Osnovne šole Milojke Štrukelj pripravljamo okroglo mizo, ki bo 6. novembra 1997 ob 18.00 uri v mali dvorani Kulturnega doma v Novi Gorici. Finančno in organizacijsko pomoč nam je ponudil LIONS CLUB VOGRSKO. Okrogla miza je namenjena pedagoškim delavcem in staršem osnovnošolskih otrok šole Milojke Štrukelj, Fran Erjavec in Solkan. Osnovne podatke o zasvojenosti v osnovni šoli bodo podali: dr. Vilijem Ščuka, psiholog Ivan Kodolja, psiholog Bogdan Žorž in svetovalna delavka Osnovne šole Milojke Štrukelj. Vlogo povezovalke je prevzela gospa Ingrid Oreš.

V želji, da bi bila razprava za udeležence aktualna, vabimo na okroglo mizo še načelnika urada kriminalistične službe, sodnika za prekrške, predstavnico AMR, Zavoda za šolstvo, Urada za mladino, šolskega zdravnika, cerkve in druge.

V osnovni šoli se srečujemo s prvimi oblikami zasvojenosti na katere velikokrat nismo pozorni. Razmišljanje, da lahko govorimo o zasvojenosti le v povezavi z drogami je zgrešeno, saj se na osnovnošolski stopnji srečujemo z zasvojenostjo gledanja TV, pretiranim igranjem z računalniškimi igravicami, uporabi najnovejših elektronskih igrac - živalic TAMAGOČI in podobnim. Prisotno je tudi prvo poseganje po cigaretah, alkoholu in tudi prvo "eksperimentiranje" z drogo.

Na okrogli mizi želimo starše in pedagoške delavce opozoriti na prve korake otrok, ki vodijo v zasvojenost, koliko je to prisotno v našem okolju, kje v mestu Nova Gorica so kritične točke, kjer se pojavljajo dilerji in kako odrasli z ustreznim ravnanjem prispevamo k temu, da otrok ne zaide v svet zasvojenosti.

V upanju na tvorno sodelovanje Vas lepo pozdravljam.

RAVNATELJ

Mirko Brulc

M. Brulc

Spoštovani !

Zahvaljujemo se Vam za Vaše sodelovanje pri glasilu Zdrav vrtec.

Veselilo nas bo, če boste ostali naš sodelavec!

Prosimo Vas, če nam pošljete izpolnjeno pogodbo na naš naslov, da vam bomo lahko izplačali honorar.

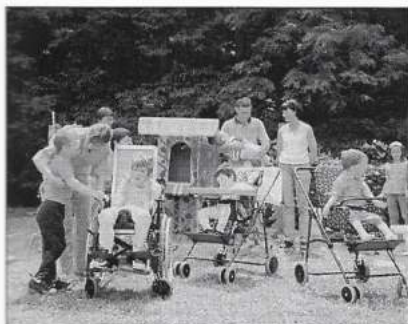
Lep pozdrav!

Uredništvo Zdravega vrtca
Maja Vilfan

Prejeli smo zahvalo za
sodelovanje pri glasilu Zdrav
vrtec.

*Zahvala za sodelovanje
pri glasilu Zdrav vrtec.*

Ljubljana, 6.11.1997



OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ

DELPINOVA 7

5000 NOVA GORICA

telefon: 065 / 135 - 810

telefaks: 065 / 135 - 81 - 21

elekt. pošta: o-ms.ng@guest.arnes.si

Internet: <http://www.o-ms.ng.edus.si>

Število učencev: 764 (368 deklic in 396 dečkov)

Število zaposlenih: 59 pedagoških in strokovnih delavcev

OŠ Milojke Štrukelj je vključena v Evropsko mrežo Zdravih šol od l.1993.

Centralna šola se nahaja v središču mesta. Ime je dobila po 17-letni dijakinji, ki je izgubila življenje med 2. svetovno vojno. Šola deluje že 36 let. Krasi jo velik atrij z zelenicami, cvetličnimi gredami in prijetnimi kotički, ki si ga delijo s Srednješolskim centrom.

Na drugem koncu mesta pa stoji, sredi travnika, podružnična šola Ledina, ki jo obiskujejo učenci od 1. do 4. razreda. Obdana je z igrišči in igrali za mlajše otroke.

PROJEKTI IN DEJAVNOSTI V OKVIRU PROJEKTA ZDRAVA ŠOLA

- Zdrava prehrana (vključevanje več vrst zelenjave, žitaric, sadja in čim manj maščob v šolski jedilnik).

- Očistimo in olepšamo šolo in njeno okolico (risanje grafitov, barvanje vrat, smetnjakov, urejanje cvetličnih gred ...).
- Delavnice za čustveno in duševno zdravje za otroke in učitelje (prek socialnih iger razvijati zdrave medsebojne odnose, pozitivno samopodobo posameznika).
- Zdrava komunikacija v kolektivu (skrb za dobro počutje vseh zaposlenih - praznovanje osebnih praznikov, kolektivni izleti, učiteljski pevski zbor ...).
- Vzgoja za sprejemanje drugačnosti (druženje z otroki s posebnimi potrebami - obisk Zavoda za invalidno mladino, skupno praznovanje na šoli s prilagojenim programom, delavnice z invalidnimi otroki, obisk in obdaritev oskrbovancev v domu ostarelih).
- Antistresni program (aktivni odmori, spreostitvene vaje, pitje tekočine).

- Zaključna prireditev za starše in mesto (dejavno sodelovanje vseh učencev).
- Okoljska vzgoja (Eko-šola).
- Preprečevanje jemanja drog ali zdrav način življenja (okrogla miza za starše in učitelje).

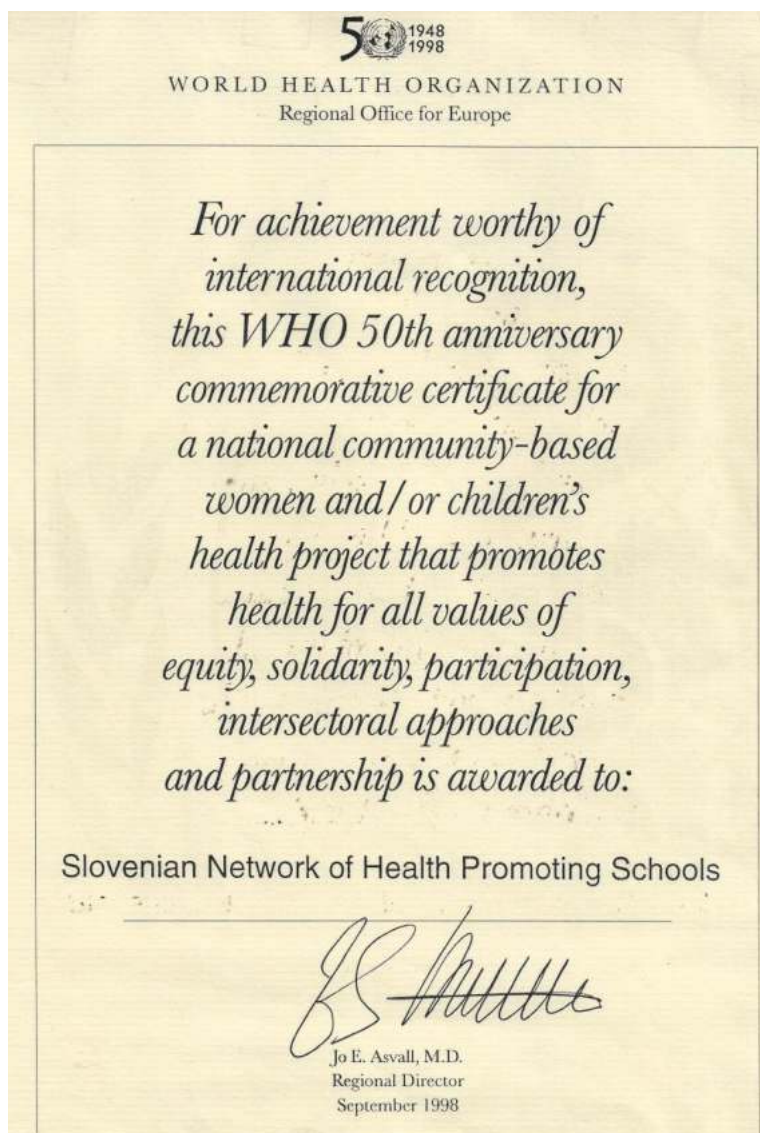
Doris Lozej

Člani šolskega projektnega tima: Doris Lozej (začasna vodja), dipl.psih., Lilijana Lulič (vodja), dipl.soc.delavka, Irena Žorž Kisilak, dipl.ped., Matejka Skok - Skočaj, dipl.soc.delavka, Katarina Pušnar, učit. RP, Mirjam Florijančič, učit. GE, Zorka Rajko, učit. KE, Neda Marka, učit. AN, Aleš Bremec, učit. ŠV, Lucija Nedeljkovič, vodja šolske prehrane, Valter Boltar, dr.med., Pavla Menzek, VMS, Slavica Babič, VMS, Irena Velušček, prof.zdr.vzg. (ZZV Nova Gorica), Iva Devetak (Zveza prijateljev mladine), Majda Petejan (Urad za mladino).

7

1998/1999

Projekt Zdrava šola je v šolskem letu 1998/1999 prejel **nagrado Urada za Evropo Svetovne zdravstvene organizacije kot najboljši projekt promocije zdravja otrok in žensk.**



Nagrada Urada za Evropo Svetovne zdravstvene organizacije

Začelo je izhajati šolsko glasilo **Žvečkalnik**.

Šolski zvonec smo zamenjali z gongom.

Na podružnični šoli Ledine so izpeljali tekmovanje za čisto in urejeno učilnico.

Izpeljali smo projektni teden na temo **Hrana**. Izvajale so se delavnice, predavanja, kviz, okrogla miza.

Na svetovni dan knjige smo prodajali stare knjige po simbolični ceni.

Srednja agroživilska šola je ponudila strokovno voden ogled posestva. Ogledali so si ga učenci drugih razredov.

Vključili smo se v projekt ***Ogledalo – Zagotavljanje kakovosti dela šole***, ki ga je vodil Zavod RS za šolstvo. V prvem delu projekta smo oblikovali splošno sliko o šoli s stališča vodstva, strokovnih delavcev, učencev in staršev. V drugem delu projekta so vsi deležniki – zunanji opazovalci analizirali pouk. Z ugotovitvami smo bili na splošno zadovoljni. Za področje, kjer smo želeli rezultate še izboljšati, smo izbrali **sodelovanje v kolektivu**. Zavedali smo se, da medsebojno zaupanje in podpora, timsko delo in dobra komunikacija v zbornici pomembno vplivajo na kvaliteto dela šole v celoti.

Teden otroka je potekal v znamenju **vpliva medijev na otroke**.

Pri angleškem jeziku se izvaja projekt ***Portfolio***.

Imeli smo predavanja za starše na temo ***Odraščanje – največja preizkušnja starševstva, Kaj je ljubezen in kaj je razvajanje***.

Svetovalne delavke smo na OŠ Kanal v času od 26. do 28. avgusta 1999 za strokovne delavce izvedle delavnico ***Promocija čustvenega in duševnega zdravja v šoli***.

Z željo, da bi se učenci in dijaki učili drug od drugega, da bi lažje reševali težave in stiske ter si delili veselje in zadovoljstvo ob skupnih dosežkih, smo v šolskem letu 1998/1999 **odprli vrata dijakom prostovoljcem**. Njihova prioriteta naloga ni bila nudenje učne pomoči, ampak druženje, pogovori, iskanje skupnih rešitev in prijateljstvo. Dijaki so svoje delo vzeli resno in prihajali redno. Zadovoljni so bili oboji, tako ponudniki kot izvajalci.

1999/2000

Glede na dobre izkušnje s srednješolci v preteklem šolskem letu in rezultati, ki so se pokazali, smo začeli s projektom ***Prostovoljno socialno delo osnovnošolcev prostovoljcev***. Učenci so pomagali učencem iz nižjih razredov pri pisanju domače naloge, hodili so v Dom upokojencev v Novi Gorici, kjer so prebirali časopise tistim varovancem, ki tega sami niso več zmogli.

Ob svetovnem dnevu hrane smo sodelovali v novogoriškem Mladinskem centru na temo ***Zdrava prehrana***.

Turistični podmladek je sodeloval na festivalu Turizmu pomaga lastna glava, kjer so predstavili zamisel o drugačni restavraciji – ***Mlečni restavraciji***.

Začeli smo s čiščenjem šolske okolice skupaj z EKO ŠOLO za **Čistkoto in Smetkoto**. Vključeni smo bili v pilotski projekt ***Zbiranje tetrapak odpadkov***, ki je potekal v sodelovanju z organizacijo Slopak in Tetrapak.

Na podružnici so tekmovali za čist pladenj oz. **kako zmanjšamo volumen smeti**.

Ravnatelj je v zbornici enkrat mesečno imel neformalne sestanke za učitelje, ki so to želeli. Obravnavalo se je tekoče probleme.

Zavedali smo se, da so šolske torbice naših učencev pretežke, zato smo se odločili, da na šoli izpeljemo projekt **tehtanja šolskih torbic** od januarja do junija 2000. Zajeli smo učence od prvega do osmega razreda na matični šoli in naši podružnici. Tehtali smo tedensko na različne dneve. V primeru, da je bila torbica zelo težka, smo prosili učenca, da nam pokaže kaj je v njej.

Zelo lahke torbice imajo tisti učenci, ki v šolo ne prinašajo učbenikov. Razpon teže torbic je od 3,7 kg do 7,6 kg. Za učenca je pretežka takrat, ko preseže 10 % njegove telesne teže. Najtežja

torbica je tehtala 7,6 kg. Bila je last četrtošolca, ki je v šolo vsak dan prinašal popolnoma vse zvezke, delovne zvezke in ostale potrebščine. Z njim smo se pogovorili in mu predlagali, naj si pripravlja torbico po urniku. Najlažja torbica je bila last odličnega učenca iz osmega razreda. V njej je bil samo en majhen zvezek.

V pripravo jedilnika so se vključili tudi učenci razredne stopnje. Predstavniki oddelka so prinesli vodji prehrane v razredu nastali jedilnik. Skupaj so jedilnik prilagodili strokovnim zahtevam sestave jedilnika.

Vključili smo se v preventivni program za preprečevanje nasilja in proti zlorabi otrok – **CAP program**. Izvajal se je pod okriljem mednarodnega centra za preprečevanje nasilja iz Amerike, kjer projekt poteka že 10 let. Ciljna publika so bili drugošolci. Preventivni program je predstavil učencem, kako lahko prepoznajo potencialne nevarnosti in kako se lahko nanje ustrezno odzovejo.

Na šoli smo obogatili program za duševno zdravje. V program smo zajeli učence, zaposlene na šoli in starše. Zajemal je več področij.

x ANTISTRESNI PROGRAM

Zaradi dnevne izpostavljenosti učencev stresnim situacijam smo v šoli opazili vedno več znakov živčnosti, brezvoljnosti, nemira, nesposobnosti koncentracije, depresije in psihosomatskih obolenj. To se je še stopnjevalo pred redovalnimi konferencami.

Boj za vsakdanjo materialno osnovo je puščal staršem vedno manj časa za kreativno ukvarjanje s svojimi otroki. Starše so velikokrat nadomeščali televizija, video igrice in računalniki.

x HIDRACIJA

V jedilnici je bil urejen prostor za posodice s pipco, kamor so učenci predmetne stopnje prihajali pit. Za razrede nižje stopnje smo nabavili manjše posode, v katerih so pijačo vsako jutro nesli v učilnico.

x VAJE ZA SPROŠČANJE

Šolska psihologinja že osem let vodi sprostitevne dejavnosti na šoli. Krožek je namenjen učencem predmetne stopnje. Učijo se pravilnega dihanja, postopnega sproščanja telesa in vodenih fantazij. Teksti so meditativni in povsem pomirjajo, v njih je posredovana impresija iz narave. Vanje so integrirani elementi avtogenega treninga. Avtogeni trening je neka vrsta avtosugestije. To so formule teže, toplote in miru. Z njimi se učinek še poglobi. Teksti so namenjeni sprostitvi, spodbujanju domišljije, ustvarjalnosti.

Pred izvajanjem vaj so učenci pripravili prostor, saj so se vse vaje izvajale leže ob meditativni glasbi.

Posamezne elemente sproščanja so začele uporabljati učiteljice razredne stopnje, saj so pripomogle k umiritvi in zbranosti učencev pri delu. Sprostitevne vaje v obliki pravlji so izvajale učiteljice prvega in drugega razreda. Sestava zgodbe mora vedno vsebovati dramatične elemente, tako se otroci lažje čustveno navdušijo za junaka zgodbe. Potrebne so tudi majhne napetosti, ki se kasneje razrešijo. Tako se otrok sprosti, pomiri in začuti varnega. Z zgodbami na zabaven način vadijo sposobnost koncentracije.

Za otroke, vajene gledanja televizije, je bila to čisto nova izkušnja, novo doživetje. Svet pustolovščin lahko naenkrat ustvarjajo sami v sebi. Tudi poslušanje, kako so otroci doživeli neko fantazijsko potovanje, je za vse zabavno in poučno. Pri meditacijah je rezultat najbolj viden, saj so otroci po le-teh pri učenju bolj zbrani, manj živčni in tudi utrudijo se ne tako hitro.

So pa tudi živahni, nemirni otroci, ki težko zdržijo pri miru do konca zgodbe.

x GIBANJE

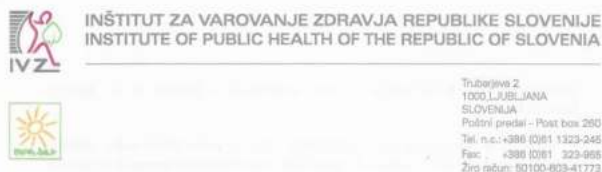
Opazili smo, da učenci potrebujejo več gibanja. Po gibanju lažje spremljajo pouk, sodelujejo in rešujejo naloge. Zato smo ohranili aktivni odmor in minuto za zdravje. Ker nas je zanimalo, kaj o aktivnem odmoru mislijo učenci, smo o tem povprašali četrtošolce a in b oddelka. Nekaj zanimivih odgovorov:

- x igra, sprostitev, užitek s prijatelji,
- x počitek,
- x misli na gibanje, uživanje svežega zraku, zanimivo branje, veselje, oddih, razposajenost,
- x najbolj všeč mi je, ko imamo s prijatelji zabavo in igramo nogomet,
- x želja po pogovoru s prijatelji, sreča, veselje sprostitev,
- x se spočijem, poigram, se veselim, skačem, pogovarjam,
- x lahko klepetam,
- x nogomet, prostost, klepetanje, veselje, lenarjenje, sproščanje, tekanje, brcanje žoge, počitek,
- x rekreacija, počitek in uživanje, igramo košarko, nogomet in med dvema ognjema, zelo je lepo, ker vemo, da nas čaka samo še ena ura pouka,
- x z nogometom se sprostim, k naslednji uri pridem spočit in poln moči,
- x to je najlepši trenutek v šoli,
- x koristen za učence,
- x žalostna sem, ko dežuje, saj je to ene vrste počitek za od učenja utrujene šolarje,
- x greš na zrak, se greš igrati, se razgibaš, odpočiješ od pouka, se pogovarjaš s sošolkami,
- x najljubša igra je med dvema ognjema,
- x sprostitev za nadaljnji pouk, srečamo se z učenci iz sosednjega razreda in se zmenimo za spopad v nogometu ali košarki, če nas ne prehitijo starejši učenci,
- x zame je to konec polovice pouka,
- x si oddahnemo, se poigramo, pogovorimo s prijatelji in nadihamo svežega zraku,
- x upam, da bo ta odmor celo šolsko leto,
- x ko konča, smo vsi žalostni; predlagali smo, da bi ga združili s športno vzgojo,
- x vsi se zabavamo, vendar se nam zdi, da traja samo dve minuti,
- x je najdaljši odmor med poukom,
- x upam, da ga ne bodo ukinili,
- x poklepetamo tudi s prijatelji, ki ne živijo blizu mene.

Poleg tega, da smo skrbeli za zdravo prehrano in lepšali bivalne prostore šole z risanjem grafitov, vitražev, barvanjem vrat in hodnikov, smo razvijali tudi dobre medsebojne odnose in krepili pozitivno samopodobo: izvajali smo delavnice za duševno zdravje, delavnice za socialno učenje za učence in zaposlene.

Velik poudarek smo namenili **sprejemanju drugačnosti**: srečanja s Centrom za usposabljanje invalidnih otrok Vipava v obliki ustvarjalnih delavnic, z OŠ Kozara smo izpeljali skupni športni dan, v Domu upokojencev Nova Gorica in na Oddelku za predšolsko in invalidno mladino v Stari Gori smo izpeljali nastope in obeležili nekatere praznike. Center za usposabljanje invalidnih otrok Janka Premrla Vojka nas je tudi v tem šolskem letu povabil na skupno srečanje. Navada na šoli je že več let taka. Jeseni povabimo mi njih na Kostanjev piknik. Spomladi povabijo oni nas na delavnice, športni dan, druženje. Letos so nas povabili na »mokro« srečanje.

Za učence osmih razredov je bil organiziran naravoslovni dan na temo *Odraščanje in mi*. Pod vodstvom Mladinskega svetovalnega središča Slovenija ga je izpeljal Mladinski center Nova Gorica.



VODJEM ŠOLSKIH TIMOV
ZDRAVIH ŠOL - I. KROG

Datum: 15.5.2000

Spoštovani!

Čeprav se nismo že nekaj časa slišali, delamo s »polno paro«. Verjamemo, da vi prav tako!

** V marcu nas je obiskal g. David Rivett, predstavnik SZO za Zdrave šole, skupaj z njim smo poskušali določiti smernice za oblikovanje nacionalne strategije za promocijo zdravja v šolskem okolju (v prilogi vam pošiljamo povzetek njegovega obiska in zaključke).

Na naših zadnjih srečanjih se je pojavilo kar nekaj **pobud**, ki smo jih oz. jih še bomo v delovnih skupinah dokončno oblikovali in posredovali na ustrezne naslove:

** Že pred prvomajskimi prazniki smo vam poslali v vednost zahtevo za **vrednotenje dela vodje šolskega tima in zelo aktivnih članov v okviru projekta Zdrave šole**. Prosili smo vas, da dopis posredujete v vednost ravnateljem, nam pa sporočite imena članov, da jim bomo izdali potrdila.

** V prilogi vam pošiljamo v vednost tudi **informativno pismo o projektu Zdrave šole**, ki ga želimo poslati županom in Uradom za družbene dejavnosti v vaši občini - z namenom, da vas podprejo pri vaših prizadevanjih. Za priporočilo bomo zaprosili tudi MŠŠ. V kolikor želite, da v pismu navedemo tudi vašo šolo, nam prosimo, **v roku 1 tedna pisno pošljite ime in priimek vašega župana ter naslov (lahko tudi po faxu ali E-mailu)**. Skupaj s pismom bomo županom poslali še Bilten.

** Na župane, Urad za družbene dejavnosti, Zdravstveno inšpekcijo ... bomo naslovili tudi našo skupno **zahtevo po spremembi točenja alkohola v lokalih v bližini šol in dijaških domov**. Ker ni ustrezne zakonodaje, na katero bi se naslonili, bomo potrebovali določene podatke, s katerimi bomo pobudo argumentirali, za kar pa bo potrebno še nekaj časa.

** V tokratni pošiljki vam v prilogi pošiljamo še informacijo za **Sporočilo v steklenici**, skupaj z **obrazcem**, za katerega vas prosimo, da nam ga vrnete **do 16. junija 2000**

2

(potrebujemo namreč informacije o vašem sodelovanju v **Biltenu in na srečanju Zdravih šol**).

** Vsem, ki bi radi drugim šolam posredovali ideje za dobre predavatelje, primerna predavanja oz. seminarje, je namenjen **vprašalnik za spremljanje zunanjih izvajalcev**. Zbrane podatke vam bomo posredovali že v juniju (če jih bomo, seveda, **do konca maja** prejeli od vas!).

** **Priročnik za učitelje in delovne liste za učence Spodbujajmo nekajenje**, ki ste jih prejeli pred kratkim, prihranite za novo šolsko leto, kot smo se na sestanku dogovorili. Konec junija oz. v začetku julija bomo organizirali 1-dnevno izobraževanje za **izvajalke/ce programa v 3. razredu**, s katerim boste pričeli na Zdravih šolah (I. krog) in na OŠ 8 talcev v Logatcu.

! 9. - 10. 6. ← SPREMEMBA

** Ne pozabite na **tabor Sporočilo v steklenici** - **od 8. do 10. junija na OŠ Cirila Kosmača v Piranu**.

** **7. april - Svetovni dan zdravja** je že mimo, vendar upamo, da ste ga vseeno obeležili, čeprav je po zaslugi tiskarskega škrtata izpadel iz našega seznama, ki smo vam ga posredovali v januarju. Se opravičujemo!

** Bliža se **Svetovni dan brez tobaka - 31. maj 2000**. Letošnje geslo SZO (pri nas prirejeno) je: »Bob, veš - raka imam... Tobak ubija - ne nasedaj obljubam, zavitim v dim!« V Ljubljani - na Kongresnem trgu - bo potekala celodnevna prireditev, v sodelovanju s študenti medicine (SLOMSIC); program vam bomo posredovali naknadno. Po regijah pa bodo potekale dejavnosti v sodelovanju z Zavodi za zdravstveno varstvo (»Zdrava menjava«, knjižice, plakati, baloni ...). V kolikor ste zainteresirani za sodelovanje, se povežite z regijskimi koordinatorji za zdravstveno vzgojo.

** Naj vas spomnimo še na obrazce za **načrtovanje in evalvacijo**. Vsem, ki vestno pošiljate »domačo nalogo« se lahko le zahvalimo za koristne podatke, vse ostale pa prosimo, da to storite vsaj do konca junija. Hvala!

** In čisto za konec - pošiljamo vam še zapisnik z našega zadnjega, prelepega druženja.

Tako, to bi bilo za zdaj (skoraj) vse! Želimo vam veliko ustvarjalne energije še naprej in, da bi vam ta čas do počitnic ravno prav hitro minil!

Mojca Bevc Stankovič
Strokovna sodelavka na
projektu Zdrave šole

M. Bevc Stankovič



Dopis za vodje projekta Zdrava šola z zadolžitvami

Sodelovali smo na *Eko bazarju* v Ljubljani in širši javnosti prikazali delo naše šole.

Ogradili smo atrije na matični šoli in nakupili igrala za učence. Na radiu Koper smo imeli oddajo o dejavnostih na šoli.

Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije je organiziral naslednja izobraževanja:

- 4. julija 2000 je na IVZ potekal seminar na temo *Spodbujajmo nekajenje*.
- Od 9. do 11. novembra 1999 je na Bledu potekal 24-urni izpopolnjevalni seminar na temo *Promocija duševnega zdravja v šoli*.

Inštitut za varovanje zdravja Ljubljana je napisal pismo županom in oddelkom za družbene dejavnosti z namenom, da podprejo prizadevanja šol, ki so v projektu Zdrava šola.



INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA REPUBLIKE SLOVENIJE
INSTITUTE OF PUBLIC HEALTH OF THE REPUBLIC OF SLOVENIA



Župan
Urad za družbene dejavnosti

Datum: 15.5.2000
Štev.: 506/2-2/00-111

Trubarjeva 2
1000 LJUBLJANA
SLOVENIJA
Poštni predal - Post box 260
Tel. m.p.: +386 (0)61 1323-245
Fax: +386 (0)61 323-955
Žiro račun: 50100-503-41773

Zadeva: Slovenska mreža Zdravih šol

Spoštovani!

Slovenija sodeluje v evropski mreži Zdravih šol že od l. 1993. Trenutno je v mreži okrog 40 držav s približno 500 šolami, od tega je v Sloveniji 12 šol vključenih v evropsko, 118 pa v slovensko mrežo Zdravih šol (skupaj 130 osnovnih šol, srednjih šol, dijaških domov in Zavod za gluhe in naglušne).

V Evropi podpirajo projekt Evropske mreže zdravih šol Svetovna zdravstvena organizacija, Svet Evrope in Evropska komisija. V Sloveniji je to skupni projekt Ministrstva za šolstvo in šport ter Ministrstva za zdravstvo; nacionalni podporni center je Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije.

Šole, ki sodelujejo v mreži, vnašajo v svoje delovanje spremembe, ki pozitivno vplivajo na zdravje in življenje učencev, učiteljev in staršev. Šole so se zavezale, da bodo prizadevno podpirale in uresničevale vseh 12 ciljev šol, ki promovirajo zdravje z vseh vidikov (podrobnejši cilji in naloge so predstavljeni v priloženem Biltenu). Naloga projekta Zdrave šole ni zgolj izvajanje vsebin učnega načrta zdravstvene vzgoje. Zelo pomembno je celotno življenje in delo na šoli, klima, ki vlada med učenci, učitelji in šolskim osebjem ter samo dogajanje na šoli (»skriti učni načrt«), poglobljeno sodelovanje s starši, zdravstveno službo, predstavniki lokalnih oblasti..., kar zahteva dodatno angažiranje vseh, ki sodelujejo v projektu.

Šole s svojimi preventivnimi programi mnogokrat presegajo okvirje nacionalnega programa, ki je zapisan v letnem delovnem načrtu. Velikokrat pa je ovira, ki že na začetku zatre vsako dobro pobudo, pomanjkanje finančnih sredstev. Na vas se obračamo s prošnjo, da po svojih močeh podprete dejavnosti, s katerimi želijo šole izboljšati kvaliteto življenja vseh, ki šolo obiskujejo. Šola s svojimi dejavnostmi promovira tako sebe kot svoje okolje. To je tudi naložba v bolj zdravo in ustvarjalno življenje bodočih odraslih občanov, ki bodo v prihodnosti pomembno vplivali na razvoj svojega kraja.

*Dopis
županom in
oddelkom za
družbene
dejavnosti.*

NACIONALNA STRATEGIJA ZA PROMOCIJO ZDRAVJA V ŠOLI

POVZETEK OBISKA G. DAVIDA RIVETTA V SLOVENIJI

Slovenija je članica *Evropske mreže šol, ki promovirajo zdravje* (ENHPS), od leta 1993. Evropska mreža šol, ki promovirajo zdravje, je program, v katerem sodelujejo Evropska komisija, Svet Evrope in evropski urad Svetovne zdravstvene organizacije. V programu sodelujejo šole iz 40 evropskih držav. V programu sodelujoče šole oblikujejo pogoje za celostni pristop k zdravju v okviru šolskega okolja.

Celostni pristop k zdravju v šolskem okolju

V Sloveniji se v okviru programa uspešno razvija koncept celostnega pristopa k promociji zdravja, ki v veliki meri temelji na izkušnjah 12 pilotskih šol, ki so v *Slovenski mreži zdravih šol* sodelovale od vsega začetka. Le-te so trdo delale polnih sedem let in kot rezultat njihovega uspeha sedaj v programu sodeluje že 130 šol iz vse Slovenije. V bistvu pojma »šola, ki promovira zdravje«, je celostni pristop šole k zdravju. Ideja o takšnem vsestranskem pristopu se je porodila iz predhodnega spodbudnega poizkusa vertikalnega, na posameznosti usmerjenega, medicinskega pristopa k zdravstveni vzgoji, ki je vrsto let na tem področju predstavljal tradicionalni pristop. Podatki kažejo, da imajo lahko šole močan vpliv na zdravje mladih ljudi, če se zavežejo k celostnemu, vsestranskemu pristopu k zdravju. To pomeni, da izkoristijo vse možnosti, ki se ponujajo v šoli in njeni organizaciji, da poučujejo o zdravju in krepijo sporočila o zdravju. To vključuje tako odkriti (kar se v šoli poučuje) kot prikriti (kar se v šoli dogaja) učni načrt.

Med glavnimi cilji programa ni nikoli bilo zgolj oblikovanje in vzdrževanje mreže, ampak *vsem šolam v državi ponuditi možnosti za razvoj celostnega pristopa k zdravju*. Ta proces naj bi se razvijal na podlagi izkušenj in spoznanj, ki so si jih pridobile šole, ki sodelujejo v ENHPS od leta 1993. Slovenija ima po sedmih letih dejavnosti čvrsto izhodišče za prehod v naslednjo fazo – od mreže šol k bolj strateškemu razvoju.

Premik k strateškemu razvoju

Ta premik podpira nekaj ugodnih dejavnikov. V procesu reforme izobraževanja je bil oblikovan *učni načrt za vzgojo za zdravje*. Izhodišča za učni načrt so pripravljena in sedaj lahko program šol, ki promovirajo zdravje, pomaga z nasveti in veščinami Ministrstvu za šolstvo in šport pri podajanju učnega načrta v okviru celostnega pristopa šole k zdravju.

Število šol, ki bi se želele vključiti v program, stalno narašča. To zahteva nov pristop k vodenju in koordinaciji programa in najbolj logični korak je *oblikovanje priznanega in sprejete nacionalnega programa*.

Vse države, ki so članice Evropske unije, so tudi članice ENHPS. Mnoge od njih iščejo načine za premik k bolj strateškemu pristopu za promocijo zdravja v šolskem okolju. Kot država, ki se želi vključiti v EU, ima Slovenija možnost, da se preko ENHPS uskladi z EU glede politike in prakse šol, ki promovirajo zdravje, na ta način, da program razširi na nacionalno raven.

Prvi koraki k nacionalni strategiji za promocijo zdravja v šoli

David Rivett, svetovalec ENHPS za promocijo zdravja in vzgojo za zdravje pri evropskem uradu Svetovne zdravstvene organizacije (Kopenhagen), je v preteklih dneh sodeloval na številnih srečanjih z različnimi skupinami in ustanovami, ki so že do sedaj sodelovale – ali pa še bodo – z mrežo šol, ki promovirajo zdravje, da bi skupaj razmišljali o *razvoju strateškega in na skupni politiki zasnovanega pristopa za promocijo zdravja v šolskem okolju*. Srečal se je s člani nacionalnega posvetovalnega odbora, z nekaterimi predstavniki zdravih šol, s člani predmetne skupine za vzgojo za zdravje, z državnim sekretarjem za visoko šolstvo, predstavniki Pedagoške in Filozofske fakultete ter Fakultete za šport, z direktorico Urada RS za šolstvo, direktorjem Zavoda RS za šolstvo, predstavniki Ministrstva za zdravstvo in Ministrstva za šolstvo in šport, sprejel pa ga je tudi minister za šolstvo. Rdeča nit vseh pogovorov je bilo razmišljanje o nacionalni strategiji, pa tudi opredelitvi prvih korakov na poti do razvoja nacionalne strategije.

Razpravljali so o *vrsti novih usmeritev*, ki bi lahko spodbudile začetek procesa. Le-te so:

- Nacionalni posvetovalni odbor naj bi oblikoval delovno skupino, ki bo sestavljena iz predstavnikov zainteresiranih skupin in ustanov. Naloga te skupine je *priprava postopnega akcijskega programa za razvoj nacionalne strategije na področju zdravja šolskih otrok in mladine*.
- Slovenija naj bi se vključila v *študijo, ki omogoča razumevanje in vpogled v obnašanje mladih ljudi v zvezi z zdravjem* (HBSC – Health Behaviour of School Aged Children survey). To študijo sedaj izvajajo v 20 evropskih državah. Zagotavlja dobre informacije za politike in oblikovalce programov ter omogoča zastavljanje prednostnih nalog za zaščito in promocijo zdravja šolarjev in mladine.
- *Oblikovanje priročnika za šole in učitelje*. V njem bodo navodila o tem, kako kar najbolj učinkovito izvajati učni načrt vzgoje za zdravje na podlagi celostnega pristopa šole k zdravju in kot medpredmetnega področja. Program bo vseboval praktične izkušnje šol, ki so do sedaj izvajale program promocije zdravja.
- *Razvoj modula o promociji zdravja za študijski program dodiplomskega izobraževanja učiteljev*.
- *Razvoj programa za izobraževanje vsega osebja šol*, ki bi ga ponudili šolam kot obvezni izpopolnjevalni program.
- *Razvoj nadaljnjih programov v okviru stalnega strokovnega izpopolnjevanja delavcev na področju vzgoje in izobraževanja*.
- *Oblikovanje nacionalnega združenja šol, ki promovirajo zdravje*.

Vse to so seveda še predlogi, ki pa so se izoblikovali v pogovornih med obiskom Davida Rivetta in jasno kažejo *željo ključnih ljudi in ustanov, ki delujejo na področju razvoja in zdravja šolarjev in mladine, po sodelovanju pri oblikovanju koherentne in razvojno naravnane nacionalne strategije*. Veliko dela bo treba opraviti, da bi vse našteje ideje in predloge uresničili. To pomeni tudi spremembo načina koordinacije ENHPS v Sloveniji. Kakorkoli že – obstaja trdna zaveza vseh vključenih, da bi vsem šolam, ki so do sedaj sodelovale v projektu, zagotovili podporo pri razvoju lastnih iniciativ tudi v prihodnje.

Oddelek za zdravstveno vzgojo na Inštitutu za varovanje zdravja Republike Slovenije je center koordinacije programa za Slovenijo. Oddelek se bo moral prilagoditi novim zahtevam pri vodenju programa in pri svojem delu upoštevati predlagane usmeritve.

INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA RS

Povzetek poročila z obiska Davida Rivette v Sloveniji

Evropski projekt zdravih šol na OS Milojke Štrukelj Glasilo Žvečkalnik

Na OŠ Milojke Štrukelj v Novi Gorici že osmo leto sodelujejo v projektu Zdravih šol. Trudijo se za čim bolj zdravo prehrano učencev, nemoteno potekanje antistresnega programa, ki zajema pitje tekočin med odmori in poukom ter aktivne odmori z žogo in vaje za sprostitve; za lepšo šolo in okolico, sprejemanje drugačnosti. Nastale so številne raziskovalne naloge, organizirali pa so tudi okrogle mize na teme varovalno živilo, vpliv medijev na otroka, zdravilo za telo in dušo... Začeli so izdajati glasilo Žvečkalnik.

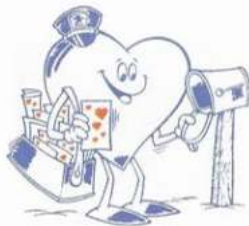
Učiteljice na razredni stopnji pri urah športne vzgoje uporabljajo znanje, ki so si ga pridobile na seminarjih FIT KLUB-a, to je vadbeni program za otroke na razredni stopnji, ki ima namen učiti športne igre skozi igro, da gibanje postane potreba in ne nuja. Vsi sodelujejo, tekmovalnega značaja ni. Uporabljajo naslednje športne rekvizite: hip hop žoge, kolesnice, obroče, padalo, ...

Letos so začeli z nekaterimi novostmi:

tmi: tehtanje šolskih torbic, da bi se približali dovoljeni teži, učna pomoč součencem, druženje s starostniki v domu upokoencev, humanitarne akcije, tekmovanje za ČISTKA. Projekt CAP za preventivo pred zlorabo otrok pa je namenjen otrokom drugega razreda. Cilj projekta je predstaviti otrokom, kako lahko sami prepoznajo potencialne nevarnosti in se nanje ustrezno odzovejo.

Z.T.

Članek v Primorskih novicah



PREJELI SMO

OŠ MILOJKA ŠTRUKELJ - ZDRAVA ŠOLA

Osnovna Šola Milojke Štrukelj v Novi Gorici je že osmo leto v evropskem projektu Zdravih šol. Naloge in akcije, ki smo jih zastavili na samem začetku, se nadaljujejo. Tako se na naši šoli že več let trudimo za:

- čimbolj zdravo prehrano učencev v šoli;
- nemoteno potekanje anti-stresnega programa, ki zajema pitje tekočin med poukom in odmori, aktivne odmore z žogo in sprostitvene vaje;
- lepšo šolo in njeno okolico;
- sprejemanje drugačnosti v sodelovanju s Centrom za usposabljanje invalidnih otrok Vipava, OŠ Kozara, Domom upokojencev v Novi Gorici in Oddekom za predšolsko in invalidno mladino v Stari Gori.

V teh letih so nastale mnoge raziskovalne naloge, organizirali smo okrogle mize in nastope za javnost. Naj naštejemo le nekaj naslovov: Varovalno živilo, Vpliv medijev na otroka, Ponujamo vam zdravilo za telo in dušo,... Začelo je izhajati šolsko glasilo Žvečkalnik.

Učiteljice na razredni stopnji uporabljajo pri urah športne vzgoje znanje, ki so ga pridobile na seminarjih, ki jih je organiziral FIT CLUB. To je vadbeni program za otroke na razredni stopnji, katerega namen je učenje športnih iger skozi igro, da

Kranj 18., 19., 23., 24., 25., 26. Šentilj v Slov. Goricah 19.
Sv. Ana v Slov. Goricah 25. Zreče 26. Ožbalt ob Dravi 26.
Ljubljana 27. Domžale 0., 31.

Rdeči križ Slovenije
Za dodatne informacije **061/1261 200**

gibanje postane potreba in ne nujnost. Ni tekmovalnega značaja, sodelujejo vsi. Pri tem uporabljajo športne rekvizite kot so: hip hop žoge, kolebnice, obroči, padalo,...

V letošnjem šolskem letu smo začeli z nekaterimi novostmi:

- Tehtanje šolskih torbic, s tem se želimo približati dovoljeni teži šolske torbice;
- Prostovoljno delo osnovnošolcev v obliki učne pomoči učencem, druženje s starostniki v Domu upokojencev v Novi Gorici, humanitarne akcije;
- Tekmujemo za čist pladenj;
- CAP Projekt za preventivo zlorabe otrok. Namenjen je otrokom drugega razreda. Cilj projekta je predstaviti otrokom, kako lahko prepoznajo potencialne nevarnosti in kako se lahko

nanje ustrezno odzovejo.

Vodja projekta Zdrava šola
Dipl. socialna delavka
Lilijana Sulič



SPOLNA ZLORABA OTROK

Spoštovani!

Zelo sem se razveselila članke, ki je spregovoril o spolni zlorabi otrok. Tudi jaz sem prepričana, da je spolna zloraba otrok v Sloveniji še vedno tema, kateri posvečamo premalo pozornosti.

Pred enajstim leti sem tudi sama doživela neljubo izkušnjo. Nič hudega sluteč sem odšla skupaj s skupino otrok na kopanje, kjer me je učitelj v bazenu začel otipavati. Dogodka se še danes živo spominjam.

Vsako tretjo sredo v mesecu BREZPLAČNI PRAVNI NASVETI PO TELEFONU ☎ 061/319-360

Vsako tretjo sredo v mesecu, dragi bralci, lahko pokličete med 16. in 18. uro uredništvo revije Zdravje in vprašate vse, kar vas zanima v zvezi z naslednjimi področji:

- delovna razmerja
- pokojninsko in invalidsko zavarovanje
- pravice do zavarovanja za primer brezposelnosti.

2000/2001

Rdeča nit tega šolskega leta je bila *Alkohol in mladi*.

Poleg izbrane obravnavane teme pa smo se ukvarjali tudi s svojimi že zastavljenimi podprojekti.



Kotiček Zdrava šola leta 2000

Učenci predmetne stopnje so skupaj z učiteljico gospodinjstva pripravljali jedilnike po svojem okusu in jih z vodjo prehrane na šoli izoblikovali tako, da so ustrezali njihovim željam in strokovni plati sestave jedilnika. O tem priča sledeči članek iz šolske kronike:

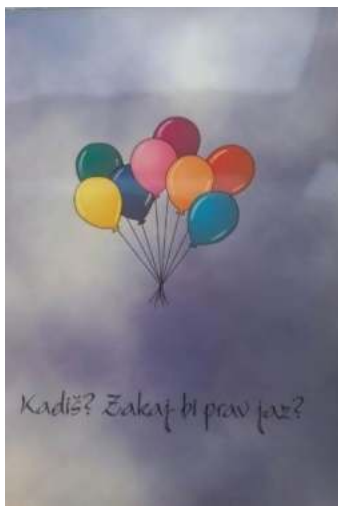
PRI PRIPRAVI JEDILNIKA SODELUJEMO UČENCI

Kot vsako leto imamo tudi letos v osmih razredih 30-urni tečaj gospodinjstva. Ker smo se v prejšnjih letih pri gospodinjstvu pogovarjali o splošnih stvareh, kot so npr. opremljanje stanovanja, razsvetljava, ipd., je bila v letošnjem šolskem letu naša glavna tema prehrana. Spoznali smo vse hranilne snovi in njihov pomen za človeka: beljakovinska živila, ribe, stročnice, ogljikove hidrate, škrobna živila, maščobe, mineralne ali rudninske snovi, o vitaminih ter sadju in zelenjavi. Vsako uro smo tudi pridno kuhali.

»Naša šola je vključena v evropski projekt Zdravih šol, zato smo se nekateri učenci velikokrat pogovarjali tudi z vodjo šolske kuhinje. Sestavljali smo različne jedilnike, ji povedali naše želje (kakšna hrana nam je oz. nam ni všeč). Vodja šolske kuhinje nam je svetovala tudi, kakšno hrano naj jemo, da bomo zdravi in krepki. Tako smo skozi celo šolsko leto s pomočjo naše učiteljice gospodinjskega pouka in vodje šolske kuhinje izvedeli veliko novih in predvsem koristnih podatkov o našem prehranjevanju in prehrani nasploh.

Upam, da nam bo to pomagalo v bodoče in da bomo to v našem življenju pridno izkoristili.

Nina Batagelj«



Mapa z aktivnostmi za spodbujanje nekajenja

Začeli smo z izvajanjem programa **Spodbujajmo nekajenje**, s katerim smo želeli spodbujati zdrave življenjske navade pri otrocih, oblikovati pozitivno stališče do kajenja, vplivati na pozitivno samopodobo nekadilca, dati učencem možnost za prepoznavanje kritičnih trenutkov za odločitev za kajenje in jih naučiti ustreznega odzivanja na pritiske okolice (asertivnost, razreševanje sporov, zagovarjanje lastnih stališč ...), kot so reklamiranje, vrstniški pritiski, konflikti. Program sestavlja priročnik za učitelje/izvajalce in delovni listi za učence od 4. do 9. razreda.

**ZBIRNIK VPRAŠALNIKOV ZA SPREMLJANJE PROGRAMA
"SPODBUJAJMO NEKAJENJE"**

Sola: MILOJKE ŠTRUKELJ Razred: 3

Obkrožite:

a) vprašalniki za učence pred začetkom izvajanja programa
☒ b) vprašalniki za učence ob koncu šolskega leta

Število v program vključenih oddelkov: 4

Vpišite število dečkov in deklic, ki so izpolnjevali vprašalnik:

DEČKI 28
 DEKLICE 34
 SKUPAJ 62

Za posamezno trditev vpišite število odgovorov učencev (ne odstotek):

	Število odgovorov			
	Zdrava navada		Nezdrava navada	
	dečki	deklice	dečki	deklice
Redno zajtrkovanje	28	34	/	/
Veliko gibanja	28	33	/	1
Kajenje	/	/	28	34
Prepirljivost	1	/	27	34
Skrb za čistočo	28	34	/	/
Pitje alkoholnih pijač	/	/	28	34
Prijazen odnos do ljudi	28	34	/	/

Za posamezno trditev vpišite število odgovorov (ne odstotek):

Trditve	Število odgovorov					
	DA		NE VEM		NE	
	dečki	deklice	dečki	deklice	dečki	deklice
1	28	34	/	/	1	/
2	28	27	1	2	1	2
3	28	1	0	1	28	34
4	28	34	2	1	/	1
5	14	17	3	10	16	17
6	28	27	1	1	10	24
7	24	34	1	1	1	1
8	11	34	1	10	11	13
9	27	34	1	/	1	/
10	/	/	9	7	19	25
11	21	33	/	/	7	1
12	1	2	9	10	18	12
13	1	1	5	5	21	27
14	26	32	/	/	1	1
15	24	36	14	17	/	1

Inštitut za varovanje zdravja RS, Odd. za zdravstveno vzgojo, Trubarjeva 2, Ljubljana

Zbirnik vprašalnika za spremljanje programa Spodbujajmo nekajenje

Pod naslovom **Prehrana na OŠ Milojke Štrukelj** je nastala zgodovinska raziskovalna naloga.

V okviru leta *Boja proti rasizmu* smo sodelovali na literarnem natečaju in izpeljali podpisovanje ***Zaobljube proti rasizmu***. Podpisalo jo je 36 učencev.

»Kot mlad pripadnik svetovne skupnosti skupaj z združenimi narodi nasprotujem rasizmu, diskriminaciji in vsakemu pojavu nestrpnosti. Vse svoje življenje si bom prizadeval za uveljavljanje enakosti, pravičnosti in dostojanstva med vsemi ljudmi v moji domovini in drugod po svetu.«

Na šoli je bila izpeljana radiestezijska raziskava. Izmerili so tehnično sevanje v stavbi. Predaval nam je umetnik Marko Pogačnik.

Dan Zemlje je bil izbran za dan prijateljstva. Praznovali smo ga v petek, 20. aprila. K akciji smo želeli pritegniti čim več učencev in učiteljev naše šole, ki bi s to gesto izkazali pozornost svojemu skritemu prijatelju in obenem pomagali svojim sovrstnikom iz manj razvitih delov sveta, zato smo vsem učencem ponudili Unicefove vizitke (cena 100 SIT). Z njihovim nakupom smo pomagali milijonom otrok v nerazvitih deželah, da jim bo omogočena zdravstvena oskrba, ustrezna prehrana, čista voda, možnost šolanja. Otroci sveta smo prijatelji. V naših srcih je veliko prostora za ljubezen in prijateljstvo. Združili smo učence 7. in 8. razreda, učence 5. in 6. razreda in četrtošolce med seboj. Imena učencev, ki so sodelovali, smo napisali na listke in jih pomešali, nato so jih izžrebali. Na kupljeno Unicefovo vizitko smo napisali prijazno sporočilo in jo izročili našemu prijatelju na ***Dan prijateljstva***, ki je bil v petek, v telovadnici, po peti šolski uri. Razkrivanje skritega prijatelja je bilo zelo prisrčno in nad vsemi pričakovanji.

Eko šola se je odločila, da letos podari naši šoli prav poseben šopek. Vsak učenec je v šolo prinesel tulipanovo čebulico ali več. Nekateri oddelki so nas zelo presenetili. Mama našega učenca nam je pomagala pri oblikovanju gredice. Jeseni smo jih s pomočjo učencev posadili in spomladi so vsi skupaj lepo zacveteli.

Pri urah etike in družbe so veliko časa posvetili bontonu – **Rokovanje in pozdravljanje**.

V 6. a oddelku so potekale delavnice ***Razvijanje pozitivnega samovrednotenja mladostnikov*** po programu dr. Roberta W. Reasonerja pod vodstvom gospe Alenke Rutar in šolske psihologinje.

Za učence sedmih razredov so bile organizirane delavnice z naslovi: *Pomen prijateljstva*, *Kdo sem*, *Kako se v življenju spoprijeti s krizami*. Vodila jih je doc. dr. Zdenka Zalokar Divjak.

Za učence osmih razredov so potekale delavnice z naslovi *Kako preseči dolgčas in apatijo*, *Moje življenje je pomembno*, *Kaj je smisel življenja*.

Za kolektiv smo organizirali predavanje *Moteče vedenje otrok v šoli*. Vodila ga je mag. Branka D. Jurišič.

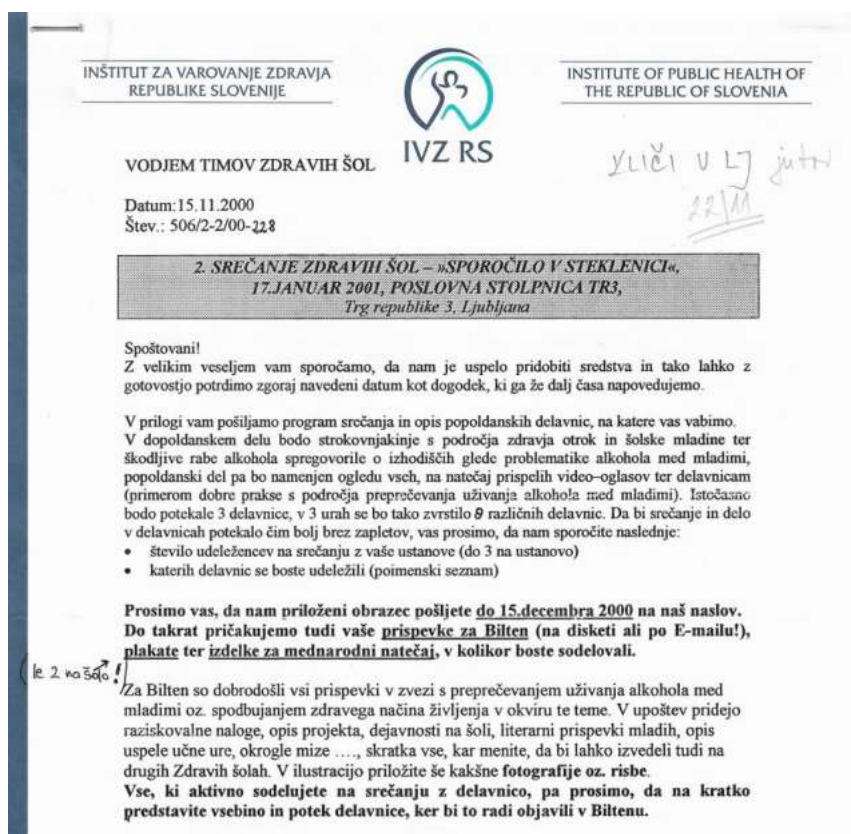
Začela se je šola za starše pod okriljem Arsvitae Izobraževanje d. o. o., ki je potekala v dveh sklopih: *Upajmo si biti mladostnikom starši*, ki jih je vodila mag. andragogike Marinka Pahole in *Usposabljanje za uspešno partnerstvo in zakon*. Predavanje sta izmenično vodili mag. andragogike Marinka Pahole in doc. dr. Zdenka Zalokar Divjak.

Prostovoljci osnovnošolci so za novo leto 2001 dobili v dar sliko in pesnitev. Poklonil jim ju je oskrbovanec Doma upokojencev v Novi Gorici za lepe trenutke, ki jih je preživel v njihovi družbi.

Pred prazniki smo pozvali učence, naj namesto petard del svoje žepnine namenijo ljudem, ki jih je doletela nesreča v Logu pod Mangartom. Učencem smo želeli privzgojiti sočustvovanje in pripravljenost pomagati človeku, ki se znajde v stiski. Dosegli smo, da na niso pokale petarde. Darovalcev med učitelji in učenci je bilo veliko. Na matični šoli 221, na podružnični šoli Ledine pa 136. Zbrali smo 184.000,00 SIT, izročili smo jih ljudem v Logu pod Mangartom. Naj končam z besedami učenke, ki je zadnji hip pritekla in prinesla bankovec, ga dala v škatlo

in z olajšanjem vzdihnila: »Kako sem vesela, da sem tudi jaz darovala za te nesrečne ljudi. Prav lepo mi je.« In prav lepo je bilo vsem nam, saj smo vedeli, da smo prižgali ognjemet v žalostnih očeh in ne zunaj na ulici.

Glede na to, da je leto potekalo pod naslovom *Sporočilo v steklenici*, smo med sedmošolci izpeljali anketo z naslovom *Kaj je dobro vedeti o alkoholu in alkoholnih pijačah?*. Rezultat je bil zanimiv, saj je bila to potrditev naših predvidevanj, da dobijo učenci ogromno podatkov o alkoholu, alkoholnih pijačah, njihovi uporabi, posledicah in drugačnih možnostih zabave že v okviru samega pouka (etika in družba, biologija, kemija, delavnice za socialno učenje, naravoslovni dnevi). Po izpeljani anketi se je javilo nekaj učencev, ki so se želeli pogovarjati o tej problematiki. Po nekajurnih razpravah so nastali plakat, zloženka na temo Mlečna restavracija, sporočila v pravih poslikanih stekleničkah. Pri tem so nam priskočili na pomoč učenci četrtih razredov in člani krožka Rdeči Križ. Vse to smo predstavili na srečanju Evropske mreže Zdravih šol v Piranu. Tam so učenci Zdravih šol napisali pismo najvišjim organom oblasti, kjer so izrazili svoja mnenja glede uporabe alkohola med mladimi in v naši družbi nasploh. Sam projekt je bil sklenjen na 2. srečanju Slovenske mreže Zdravih šol, ki je bilo 17. januarja 2001 v Ljubljani. Tam smo se predstavili z odrsko uprizoritvijo raziskovalne naloge *Dobimo se v mlečni restavraciji*.



Vabilo na srečanje Zdravih šol v Ljubljani

Izpeljali smo roditeljske sestanke in razredne ure na temo *Zdrava prehrana*. Izvedli smo vprašalnik med vsemi učenci o zajtrku pred prihodom v šolo. Ugotovili smo, da samo 20 % učencev ne zajtrkuje.

Leta 1994 je biološki krožek na šoli izpeljal anketo, s pomočjo katere so dobili podatke o tem, kako si zdravo šolo predstavljajo učenci in kaj bi si v Zdravi šoli želeli. Ker so bili podatki zelo zanimivi in smo v večini načrtovanj izhajali prav iz njih, smo anketo izpeljali tudi v šolskem letu 2000/2001. Na vprašanje *Ali veš, da je naša šola vključena v projekt Zdrava šola?* je leta 1994 pritrdilno odgovorilo 87 % učencev, leta 2001 pa 89 % učencev

Maja 2001 je pri nas potekalo strokovno srečanje vodij timov Zdravih šol prvega kroga.

*Vabimo vas, da se udeležite
srečanja Zdravih šol
v Novi Gorici, 31. 05. 2001*

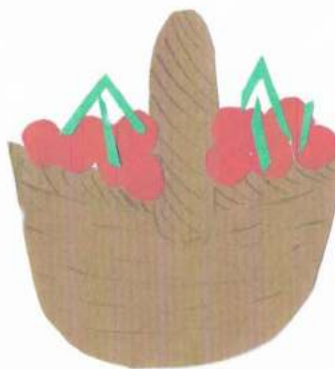
*Pričakujemo vas v zbornici šole
ob 9.30 uri.*

*Prepričani smo, da bomo skupaj
preživeli lep dan in ga zaključili približno
ob 17.00 uri.
Najbolj drzni boste lahko preizkušali
srečo tudi kasneje.*



Število udeležencev sporočite do 21. 05. 2001 na tajništvo šole tel.: 05 331 81 00

Rdeče češnje



rada jem

Vabilo na srečanje Zdravih šol pri nas

Ravnatelj Mirko Brulc je uvodoma pozdravil udeležence srečanja in predstavil šolo, pogoje in rezultate dela ter prizadevanja in načrte za nadaljnje delo v okviru Zdrave šole. Deklice drugih, tretjih in četrtih razredov ter 6. b razreda so zaplesale **Macesnov ples**, h kateremu so povabile tudi vse goste. Po plesu Spomin na Rezijo smo ob sadju in sirovih ploščah nestrpno čakali na nastop našega pevskega zbora, recitatorjev in nekaterih glasbenikov. Vsi skupaj so se nam predstavili z nastopom *V vsakem izmed nas pusti šola svoj izraz*, ki se je odvijal na stopnišču naše šole. Izvirnost je udeležence zelo presenetila, saj česa takega še niso videli. Strokovna sodelavka pri projektu Zdravih šol je po nastopu dejala takole: **»Kvaliteta šole ni odvisna od pogojev dela, ampak od ljudi, ki v sami šoli delajo in to smo danes videli.«**

NOTRANJJI POZDRAV GOSTOM IN POKLON NAŠEMU DREVU

Naša šola je najstarejša mestna šola. Pred 40 leti je stala med travniki in topoli. Vendar je razvoj mesta terjal žrtve in travniki so se vse bolj krčili. Danes krasi šolsko okolico le lisa zelene površine. Danes smo zaprti v šolskih prostorih in asfaltiranih športnih igriščih. Tudi drevesa okrog šole so izgubljala svoj življenjski prostor. Le nekatera so preživela. Med njimi tudi mogočna zdrava jelka, ki se prav pred glavnim vhodom v šolo samozavestno košati visoko nad šolsko starbo. Vsako pomlad nas njeni svetlozeleni poganjki spomnijo, da je naša sopotnica, da živi z nami; vsako jesen sprejme novo generacijo solarjev in deli z nami radostne in grenke trenutke šolskega življenja. Opominja pa nas tudi, da ni samoumevno, da raste prav tu pred nami. Opominja nas na bogastvo, ki nam ga ponuja: NA SKRIVNOSTNO ŽIVLJENJSKO MOČ NARAVE, MOČ, KI JO NAŠ NAČIN ŽIVLJENJA KOMAJ KAJ UPOŠTEVA.

In to tvojo moč smo zaznali. V znak pozornosti ti posiljamo svoj notranji pozdrav in ti poklanjamo Macesnov ples, ki ga bomo zaplesale deklice drugih, tretjih in četrtih razredov ter 6.b razreda.

Nova Gorica, 31. maj 2001

Mentorica
Elizabeta Miška, prof. športne v.

Nagovor za goste

Sledil je uradni del, kjer smo pregledali opravljeno delo na šolah in načrtovali dejavnosti do konca šolskega leta. Nato smo predstavili delo naše šole in razdelili Bilten, ki je ob tej priložnosti izšel.

Z avtobusom smo se odpeljali po ulicah Nove Gorice vse do Kostanjevice, od koder je zelo lep razgled na naše mesto in kjer smo predstavili značilnosti, nastanek in zanimivosti našega kraja. Zelo lepo so nas sprejeli v skupnosti Srečanje na Kostanjevici, kjer so predstavili svoje življenje in delo.

Po ogledu grobnice francoskih kraljev Burbonov in Škrabčeve knjižnice smo odšli na kosilo v šolsko kuhinjo. Ob čudoviti postrežbi kuharic z zdravim zelenjavnim krožnikom smo polni vtisov prijetno zaključili srečanje Zdravih šol.

Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport je tudi v šolskem letu 2000/2001 financiralo delo v projektu.

*Obvestilo o
financiranju projekta
Zdrava šola*

Za Radio Robin smo pripravili oddajo Evropski projekt Zdrava šola.

005 AL 20.03.2001

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ŠOLSTVO, ZNANOST IN ŠPORT
Ljubljana, 7.9.01

ŠOLE V PROJEKTU
"ZDRAVA ŠOLA"

OSNOVNA ŠOLA MILOJKE ŠTRUKELJ
NOVA GORICA
Občina Nova Gorica

Datilo: 20/3-2001

Številka	Podpis	Datirani
	R	

1X LILIJANA

Datum: 20. marec 2001
Številka: 403/1-01

ZADEVA: Pogodba o sofinanciranju projekta "ZDRAVA ŠOLA"

V prilogi dopisa vam vračamo izvod Pogodbe o sofinanciranju projekta "ZDRAVA ŠOLA" za čas od 1.9.2000 do 30.6.2001. Sredstva po pogodbi bodo nakazana na žiro račun vaše šole.

Lepo vas pozdravljamo,

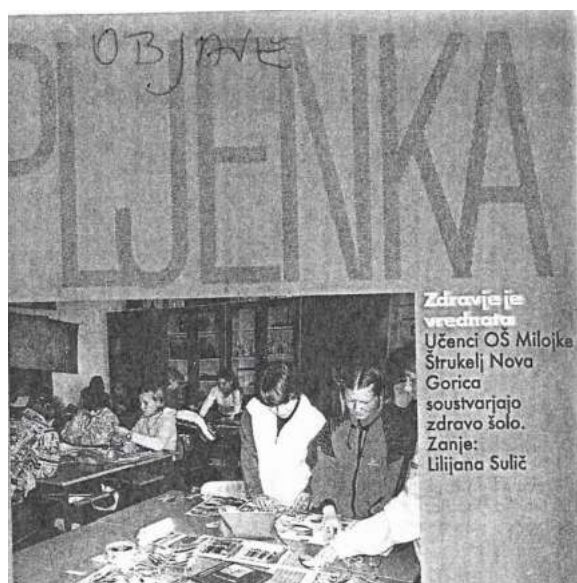
pripravila
Adrijana Laknar
(01) 47-85-747

Vida Križman, l.r.
DRŽAVNA PODSEKRETARKA



V reviji Otrok in družina je bil na strani, imenovani fotolepljenka, objavljen naš prispevek.

Prispevek v reviji Otrok in družina



DOBIMO SE V MLEČNI RESTAVRACIJI LATVICA

Nasa šola že več let čaka na rušenje stare telovadnice, ki je sestavni del našega šolskega kompleksa in pričakuje izgradnjo nove.

V pritličju športne dvorane s 1700 sedeži so predvideni tudi štirje prostori po 55 m² površine za različne lokale. Ob pogledu na te načrte nas je prešinilo: Ali ne bi bilo fino imeti ob takem »zdravem objektu« gostinskega lokala brez alkohola in cigaretnega dima, lokala, v katerem bi se zbirali športniki, njihovi privrženci in mladina ob kozarečku hladnega tekočega jogurta?

«Nekateri pijejo točno pivo, mi bi radi točen jogurt»

Da ne bi »mahnil mimo«, smo se Turistični podmladkarji dela lotili projektno in z raziskovalnimi metodami, vendar nismo ostali sami. Sodelovalo je okrog 200 učencev predmetne stopnje in interesnih dejavnosti pod skrbnim vodstvom mnogih učiteljev in mentorjev. Vsak je prispeval, kolikor je lahko, eden manj, drugi več.

Veliko novega smo spoznali, veliko starega obnovili, predvsem pa natrosili veliko uresničljivih zamisli.

V raziskovalni nalogi smo predstavili mleko in mlečne izdelke v preteklosti, današnje in prihodnje ponudbo »naše namišljene mlečne restavracije«.

Turistični podmladkarji so segli v preteklost. Ugotavljali so razširjenost mlečne živinoreje in predelavo mleka, na delu Primorske iskali kraje, ki so jih ljudje poimenovali po tej dejavnosti, se seznanjali z načini predelave in z lokalnimi posebnostmi v prehrani. Bili so pobudniki projekta.

Nikoli si nismo mislili, da lahko mleko in mlečne izdelke analiziramo tako, kot so to raziskovali pri kemijemskem krožku s kemijsko-biološkega zornega kota.

Mladi geografi so kartirali gostoto gostinskih lokalov v središču Nove Gorice kot protitež eni sami »mlečni restavraciji«.

Likovniki in tehniki so se trudili s pripravo scene za odnsko uprizoritev, razstavo, notranjostjo naše namišljene mlečne restavracije. Oblikovali so tudi gline, jo barvali in žgali za lončene posode, skledice in vaze. Iskali so najustreznejše rešitve za notranjo ureditev prostora od velikosti, oblike, barve in celo pontitube.

Računalničarji so brskali po spletnih straneh medmrežja za »mlečnimi podatki« in pomagali oblikovati nalogo ter ime restavracije. Po njihovi zaslugi lahko prebrat nalogo tudi na našem internetnem naslovu:

<http://www.o-ms.ng.edus.si>
Latvica je eno od možnih imen za lokal.

»Gospodinjci« so »vohali« za starimi recepti, kuhali, stregli med tem pa tudi pojedli marsikatero mlečno jed.

Bili pa so še **posamezniki**, ki so pridno:

- fotografirali,
- pisali,
- iskali po literaturi,
- po terenu brskali za materialnimi ostanke pri predelavi mleka,
- po novogoriških trgovinah preverjali založenosti z mlečnimi izdelki,
- intervjuvali zdravnika, šolskega zdravnika, zobozdravnika in kozmetičarko o koristnosti mleka in mlečnih izdelkov,
- anketirali osnovnošolce in srednješolce o njihovih prehranjevalnih navadah ob zajtrku in malici. Zanimiva primerjava, ni kaj!

Vse to smo počeli z namenom, da po svojih močeh dokazemo potrebnost mlečne restavracije.

V delu naše namišljene mlečne restavracije, ki smo ji izbrali ime Latvica, smo si zamislili **razstavni** prostor, v katerem bi obiskovalci lahko občudovali kulturne mojstrovine preteklosti. Izhajajoč iz mlečarskega izročila našega širšega okolja in naše bogate kulturne dediščine.

Medtem ko bi gostje čakali na postrežbo, bi si lahko ogledali eksponate in oživili zgodovinski spomin.

Sestavni del našega projekta predstavlja **odrska uprizoritev**. Zamisel za njo je dala učenka 5. razreda. Bistvo zgodbe je srečanje starih dedkov ob praznovanju rojstnega dne. Od tod tudi naslov projekta **DOBIMO SE V MLEČNI RESTAVRACIJI LATVICA**.

Enkratno in neponovljivo. Koliko vloženih ur, koliko vloženega truda. Projekt smo predstavili na regionalnem srečanju 14. turističnega festivala Turizmu pomaga lastna glava v Dobroviljah marca 2000.

Staršem in krajanom smo ga predstavili maja 2000 na dnevu odprtih vrat šole, ki smo ga imenovali **DAN, KI NI VSAK DAN**. Pri degustaciji točenega jogurta so nam priskočile na pomoč Celjske mlekarne. Fiko so po starih receptih pekli in ponujali obiskovalcem **učence in učenci sami**. Starši so bili navdušeni in našo zamisel podpirajo.

Javnosti smo projekt predstavili v **HIT-ovem poslovnem središču** junija 2000.

Sodelovali smo tudi na mednarodnem srečanju učiteljev gospodinjstva, predstavnikov FAO in medicine septembra 2000, v oktobru 2000 na **EKO BAZARJU** v Ljubljani in še januarja 2001 na **2. srečanju Zdravih šol** »SPOROČILO V STEKLENICI« v Ljubljani.



Kot članici združenja **EKO ŠOL SLOVENIJE** in slovenske mreže **ZDRAVIH ŠOL SLOVENIJE**, nam je še v posebno zadovoljstvo, da lahko naš projekt ponujamo vsem zainteresiranim v razmislek, kako se lahko v mladem mestu ohranja slovensko izročilo na sodoben način.

Potskali smo lokacijo, ki je izvedljiva, ponujamo imena, ki so sprejemljiva, ponujamo celo notranjost in ponudbo, ki sta sprejemljivi in izvedljivi.

Bodo naše želje kdaj uresničene?

Nova športna dvorana še čaka na izgradnjo!

Ana Skerlavnik Struncar, prof.,
mentorica turističnega podmladka
Lilijana Salič, socialna delavka, vodja tima

Prispevek v Biltenu Zdravih šol.

2001/2002

Rdeča nit je bila **Duševno zdrave v šoli**.

Na Eko bazarju smo sodelovali z razstavo na temo **Voda in odpadki**.

Sodelovali smo na turističnem festivalu Turizmu pomaga lastna glava z nalogo **Polepšajmo naše mesto z akvariji**.

Za učence in starše sedmih razredov smo organizirali delavnice in predavanje na temo **Zasvojenosti v osnovni šoli**. Vodil jih je psiholog Ivan Kodolja.

Za učence in starše osmih razredov smo organizirali delavnice in predavanje na temo **Marihuana**. Vodil jih je psihoterapevt Miha Kramli. Zbirali smo šolske potrebščine, igrače in sladkarije za otroke, ki jih je prizadel izbruh vulkana v Kongu.

Učence predmetne stopnje smo presenetili z nakupom garderobnih omarič.

V prvem in drugem nadstropju smo namestili pitnike.

Pitnik



Nadaljevali smo s šolo za starše, ki je zajela dva nova sklopa predavanj.

Marca smo se udeležili srečanja učencev zdravih šol, ki ga je organizirala OŠ Trebnje. Na šoli smo izpeljali *Raziskavo o obnašanju v zvezi z zdravjem v šolskem obdobju* (Health Behaviour in School-aged Children – **HBSC**). V raziskavi sta sodelovala dva oddelka, 5. a in 7. a.

Na sestanku, ki smo ga imeli vodje projektov prvega kroga, smo izvedeli, da je do leta 2001/2002 bilo izvedenih 70 seminarjev na temo *Promocija čustvenega in duševnega zdravja*.

PROMOCIJA ČUSTVENEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA

ŠOL.LETO	ŠT.ŠOL	ŠT. IZVEDB	ŠT. UDELEŽ.	I., II. KROG
1993/94		1	25	I.
1994/95		1	25	I.
1996/97	9	10	204	I.
1997/98	12	13	363	I., II.
1998/99	22	23	566	I., II.
1999/00	15	15	454	I., II.
2000/01	5	7	119	II.
SKUPAJ	63	70	1.756	

Datum: 10.9.2001

Poročilo o izvedbi seminarja Promocija čustvenega in duševnega zdravja

2002/2003

Rdeča nit je bila *Gibanje in prehrana*.

Zbirali smo plišaste igrače, ki so šle v prodajo s pomočjo KGŠ Nova Gorica. Izkupiček so namenili varovancem Vzgojno varstvenega zavoda iz Vipave.

Za kolektiv smo imeli predavanje doc. dr. Zdenke Zalokar na temo *Tudi šola vzgaja za življenje*. Organizirali smo cepljenje proti gripi za kolektiv.

Sodelovali smo na prireditvi ob dnevu Evrope, 9. maja 2003, skupaj z otroki osnovnih šol iz sosednje Italije.

Sodelovali smo na prireditvi *Unicefovo mesto – Mojca za mesto Nova Gorica*, kjer smo delili Žvečkalnike za prostovoljne prispevke in izkupiček namenili Unicefu.



Prireditev ob dnevu Evrope, 9. maj 2003

Za svetovni dan zdravja smo sodelovali na okrogli mizi na temo ***Zdravo okolje – zdravi otroci***. Šesti razredi so imeli delavnice *Vzgoja za mir*. Izvajali so jih prostovoljci slovenskega odbora za Unicef.

Vsi učenci na šoli so zbirali drobiž za učenca Marka z Mosta na Soči, ker je potreboval računalnik za slabovidne.

31. marca in 1. aprila 2003 je na Inštitutu za varovanje zdravja potekal posvet o nacionalni strategiji za promocijo zdravja v šolskem okolju, ki si je za izhodišče postavil (dobre) izkušnje v desetletnem delovanju projekta Zdravih šol. Zbrali so se strokovnjaki – teoretiki in praktiki zdravstvenega in šolskega sektorja ter razpravljali o ciljih, možnostih in pogojih za uresničevanje nacionalne strategije za promocijo zdravja v šolskem okolju. Eden od zastavljenih ciljev na posvetu je bil, da skupina strokovnjakov pripravi smernice oz. načrt, kako vsebine zdravja vključiti v obvezni in skriti učni načrt, ki ga bodo deležni vsi slovenski šolarji.

Letos je bil podprojekt *Sprejemanje drugačnosti* vključen v projekt *Lastovka*. Učiteljici in učenci 4. a in 4. b razreda naše šole že od leta 1995 sodelujejo s Centrom za usposabljanje invalidnih otrok v Vipavi.

Družili smo se z varovanci doma upokoјencev v Novi Gorici in posneli prispevek za TV Koper za oddajo *Pomagajmo si*. Vsebino prostovoljnega dela smo dopolnili s humanitarnimi akcijami.

Izvajale so se delavnice za duševno zdravje. Poleg svetovalnih delavk so jih izvajale tudi učiteljice pri razrednih urah in pri uri etike in družbe.

Izvedli smo preventivni program proti zasvojenosti. Podpisovali smo zaprisege, da v šolskem letu ne bomo prižgali cigarete. Dejavnost je potekala pri razrednih urah.

Imeli smo predavanja in delavnice za starše in učence sedmih in osmih razredov na temo *Kako pomagati otroku, da prepozna nevarnosti drog in Zasvojenosti*. Predavanja so bila financirana iz občinskega sklada za preprečevanje zasvojenosti.

Dopolnili smo vsebino antistresnega programa. Vsak aktivni odmor je dežural učitelj športne vzgoje. Učence smo spodbujali k pitju vode.

Letos smo dobili finančna sredstva na republiškem razpisu (*Skriti zaklad*). Projekt je vodila Druga osnovna šola Slovenj Gradec.

Naročnik: DRUGA OSNOVNA ŠOLA SLOVENJ GRADEC, KOPALIŠKA 29

AVTOR-ICA: <u>LILIJANA SULIČ</u>	EMŠO: _____
NASLOV: _____	OBČINA: <u>NOVA GORICA</u>
ŠT.ŽIRO RČ.: _____	DAVČNA ŠT.: _____

S SOAVTORJI: DA NE

SKLENETA NASLEDNJO

POGODBO O AVTORSKEM DELU

1. Avtor-ica se obveže, da bo za naročnika opravil-a, oz. izdelal-a in mu izročil-a naslednje storitve (opis in obseg dela):
Vodenje mednarodnega projekta »ZDRAVIH ŠOL« na OŠ
v skladu s pripravo projekta »Skriti zaklad«

2. Namen uporabe oz. način izkoriščanja dela:
za vodenje projekta na Osnovni šoli Milojke Štruklja Nova Gorica, pripravo vseh poročil vezanih na projekt »Zdravih šol« za svojo šolo in predstavitev projekta zdrave šole v javnosti.

3. Avtor-ica bo opravil-a, je izročil-a ali bo izdelal-a v času (podčrtaj):
od 1.10.2002 do 30.6.2003

4. Naročnik se obveže, da bo plačal za delo po tej pogodbi
bruto znesek: 45.000 sit neto znesek: 38.250 sit

5. Avtor-ica obdrži na delu moralne avtorske pravice, na naročnika pa prenese v okviru namena iz te pogodbe materialne avtorske pravice enkrat za vselej.

6. Druge obveznosti naročnika ali posebni dogovori:
obveznosti v skladu z razpisnimi pogoji projekta »Skriti zaklad« (fazna poročila: 1.poročilo do 8.10.2002; 2.poročilo do 2.10.2003; 3.poročilo do 31.3.2003).

7. Za reševanje vseh sporov v zvezi s to pogodbo je pristojno Temeljno sodišče v Slovenj Gradcu. Ta pogodba je sklenjena v štirih izvodih, od katerih avtor-ica prejme enega.

Pogodba za izvajanje in financiranje projekta Skriti zaklad

Vodja projekta je 30. junija 2003 izpeljala predavanje: *Primer dobre prakse v OŠ Milojke Štrukelj Nova Gorica* v sklopu projekta *Veselite se življenja in zdravja*. Naročnik je bil Zavod za zdravstveno varstvo Koper.

Spomladi 2003 smo obeležili 10 let vključitve v evropski projekt Zdravih šol. V tem obdobju smo uresničili večino ciljev, ki smo si jih zastavili leta 1993. Desetletnico smo obeležili z dnevom odprtih vrat, 22. maja 2003, na temo **gibanje**.

na zaključno prireditev OŠ Milojke Štrukelj
Učenci in učitelji OŠ Milojke Štrukelj

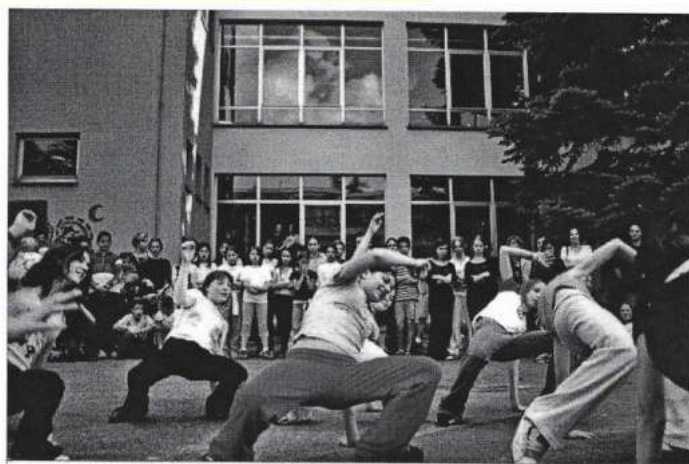
22. maja 2003 ob 16.00 uri.

Starše in sorodnike VABIMO

Dejavnosti, ki bodo obeležile
10 let vključenosti naše šole
v evropski projekt zdravih šol
na temo GIBANJE,
v notranjih in zunanjih prostorih
matične šole in
podružnične šole Ledine.



Vabilo za Dan odprtih vrat.



Plesna šola in plesna delavnica Skate protest



Vitamini za gibanje – priprava sadno-zelenjavnih sokov.

Objava v reviji OKO, 29. 5. 2003

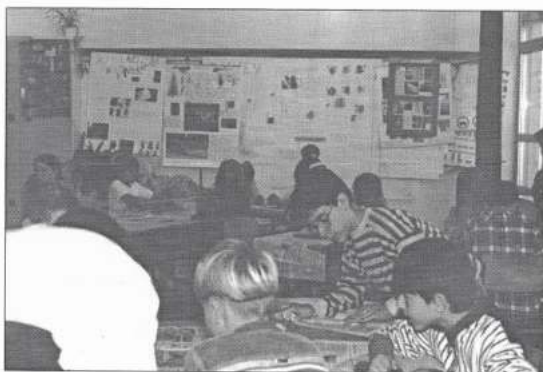


Objava v Biltenu Zdrava šola

OŠ Milojke Štrukelj
Nova Gorica

SPREJEMANJE DRUGAČNOSTI

(sodelovanje s centrom za usposabljanje invalidnih otrok Janko Premrl Vojko iz Vipave)



Življenje morajo podpirati
številni prijatelji.
Ljubiti in biti ljubljen
je največja sreča v življenju.

To je bila naša osrednja misel, ko smo leta 1995 začeli sodelovati s Centrom za usposabljanje invalidnih otrok. Ker smo že sodelovali v projektu Veverček drugačne sorte, smo se četrtošolci »povabili na obisk« v Vipavo. In tako se je pričelo naše sodelovanje.

Na naši šoli smo v ta namen pripravili kostanjev piknik, ki je postal tradicionalen, in smo ga letos izvedli že sedmič. To je najlepša priložnost, da otroci spoznajo otroke, ki so drugačni od njih. Na začetku sva se bali, kako bodo otroci drugačnost sprejeli. S pogovori sva otroke na to temeljito

pripravili in zadovoljni sva bili, da so bili otroci ob srečanju srečni in zadovoljni.

Namen vseh teh srečanj je predvsem to, da se med seboj družimo, ustvarjamo in se imamo lepo, kljub temu, da smo si drugačni. Otroci so prišli do zaključka: »čprav so drugačni od nas, se ravno tako učijo, hodijo v šolo, pojejo in ustvarjajo«.

Ob vsakem srečanju nas naši Vipavci obogatijo s svojo sprostostjo... neposrednostjo...

Spoznavava, da je v našem vsakdanjem življenju premalo časa namenjenega sprejemanju drug drugega.

Zanimivo je tudi to, da smo postali kot ena družina in da komaj čakamo, kdaj se bomo zopet srečali. Ko odhajamo na obisk, si rečemo: »Gremo k našim Vipavcem«.

Oni pa: »Naši so prišli«.

Za konec naj dodava še misel in zahvalo četrtošolcev, ki so jo zapisali ob četrtem kostanjevem pikniku.

Iris Mohorič in Irena Štrancar,
učiteljici 4. r

2003/2004

Rdeča nit je ostala enaka, ***Gibanje in prehrana.***

Okolico šole smo polepšali s postavitvijo smetnjakov in novih klopi.

V tednu otroka so učenci pripravili prireditev za otroke v Stari Gori. Podarili so jim obeske, ki so jih izdelali na šoli, in plišaste igrače, ki so jih učenci prinesli od doma.

Tehtanje šolskih torbic smo nadgradili z osveščanjem o pripravi in urejenosti šolske torbe.

Obeležili smo dan prijateljstva. Izpeljali smo delavnico ***Skriti prijatelj***. Napisali smo mu lepo misel ali podarili bonbon.

Organizirali smo izlet za kolektiv in izpeljali skritega prijatelja med zaposlenimi.

Za kolektiv smo imeli predavanje doc. dr. Zdenke Zalokar Divjak na temo *Tudi šola vzgaja za življenje – Kako graditi spodbudno šolsko okolje.*

Na šoli smo za kolektiv organizirali cepljenje proti klopnemu meningitisu.

Pevski zbor naše šole je decembra sodeloval na prireditvi *Prižgimo lučko miru.*

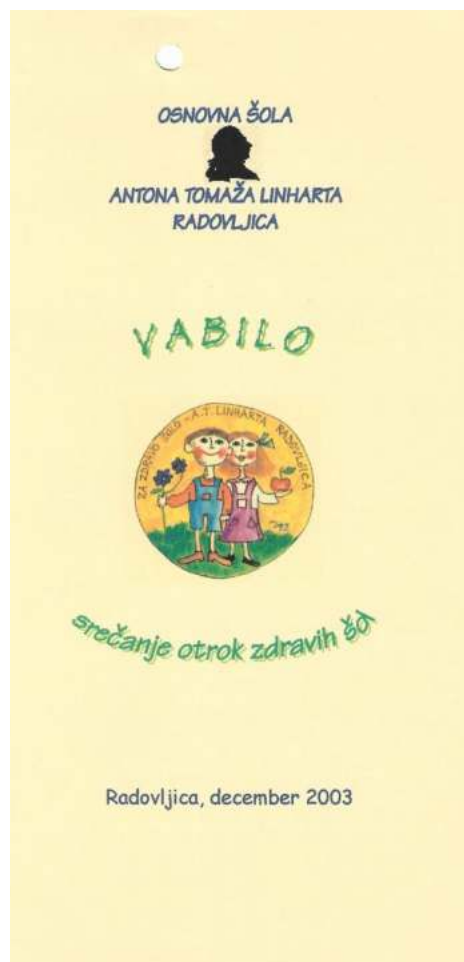
Zbirali smo podpise za podporo proti stigmatizaciji in diskriminaciji zbolelih in okuženih pod okriljem Zavoda za zdravstveno varstvo Murska Sobota.

Tabor učencev zdravih šol je bil v Radovljici.

Medicinske sestre so izpeljale delavnice na temo *Alkohol – čim manj tem bolje, otroci in mladostniki pa sploh ne.*

Obiskali smo skupnost Srečanje na Kostanjevici. Učenci so spoznali, kako poteka življenje v skupnosti.

Za akcijo *Glavo varuje čelada* smo imeli mini testno čeladico, v katero smo dali jajce in demonstrirali, kako čelada varuje glavo pred udarci.



V tem letu je bila rdeča nit ***Poglobljeno delo s starši – iskanje novih poti v sodelovanju.***

Postali smo modelna šola FIT CLUB.

ZAPISNIK
SESTANKOV Z VODJI TIMOV ZDRAVIH ŠOL IN REGIJSKIMI KOORDINATORJI ZA ZV

19.10.2004, IVZ (LJ, okolica, KR, KP, NG, NM): Nives Cek (OŠ dr.Bogomirja Magajne, Divača), Ivanka Stojanović (OŠ Brežice), Alenka Weithauser (OŠ prof.dr.Josipa Plemšja, Bled), Breda Jurković (OŠ Bistrica, Tržič), Saša Mulec Troha (OŠ Franceta Bevka), Dea Černe (ZGNL, LJ), Milena Vidovič, Danica Volčini, Irena Mučibabič (vse OŠ Rodica), Zdenka Rejc (OŠ Idrija), Irena Zupančič (OŠ Šmarjeta), Vesna Voglar (OŠ Frana Metelka, Škocjan), Damjana Mancini (OŠ Dobrova), Mateja Ribič (OŠ Simona Jenka, Smlednik), Barbara Požun (OŠ Vič), Brigita Kurner Renar (OŠ Miška Kranjca), Sonja Matič (OŠ Horjul), Sonja Valič (OŠ Frana Erjavca), Vesna Ninič Drašček, Darja Djordjevič (obe OŠ Deskle), Franceska Žumer (OŠ Poljane), Boža Šarbek (OŠ Ledina), Bernarda Debeljak (OŠ Orehek, KR), Taja Banič (ZZV KP), Brigita Zupančič-Tisovec (ZZV NM), Brigita Kovačič (OŠ Martina Krpana), Nataša Drol-Pelko (ZZV KR), Irena Pirc (OŠ Žirovnica), Metoda Leban Dervišević (OŠ Ledina-Bolnisična Soia), Nataša Krajncan (OŠ Božidarja Jakca)

AD 1.

- Po odhodu Eve Stergar z IVZ, sta od Ministrstva za zdravje imenovani novi koordinatorici za projekt Zdrave šole: Mojca Bevc Stankovič (Inštitut za varovanje zdravja) in dr. Andreja Barle Lakota (Urad za razvoj šolstva). Na ta način naj bi projekt Zdrave šole prispeval k še boljšemu sodelovanju zdravstvenega in šolskega sektorja.
 - Vzporedno z načrtovanimi dejavnostmi v okviru projekta Zdrave šole (rdeča nit: Poglobljeno delo s starši, zbiranje prispevkov za Bilten, srečanje Slovenske mreže zdravih šol, redni sestanki z vodji timov ZŠ, strokovna podpora šolam), bo potekalo tudi bolj poglobljeno delo na področju nacionalne strategije promocije zdravja v šolskem okolju. Strokovni svet za splošno izobraževanje je 20.5.2004 potrdil programski dokument **Koncept vključevanja zdravja v kurikulum** (izdelal ga je Programski svet za zdravje). Na podlagi tega je bil sprejet **vladni sklep** o ustanovitvi medresorske delovne skupine za uresničevanje koncepta zdravja v šolskem okolju. Skupina mora najprej pripraviti akcijski načrt. Pri tem zahtevnem in kompleksnem delu pa bomo potrebovali tudi vašo pomoč - strokovnjake iz prakse.
 - V katalog programov za učiteljske zbornice za šol. leto 2004/05 so bili uvrščeni naslednji seminarji:
 - Spodbujajmo nekajenje! (8 ur, 0,5 točke, 120.000 sit, šola prejme gradivo za učence in učitelje)
 - Alkohol? Odrasli lahko vplivamo! (8 ur, 0,5 točke, 120.000 sit, šola prejme gradivo za učence in učitelje)
 - Obvladovanje stresa v osnovni šoli (16 ur, 1 točka, 150.000 sit)
 - Promocija duševnega zdravja v šoli (16 ur, 1 točka, 120.000 sit, 1 priročnik dobi šola brezplačno)
- Učitelji pridobijo točke le, če je seminar izveden v kolektivu! (Izvedba seminarja s posamičnimi prijavitelji z različnih šol ne prinaša točk!!)

Zapisnik sestanka vodij timov Zdravih šol, kjer je zapisana tudi zamenjava nacionalne koordinatorice.

Na šoli smo se vključili v projekt *Jabolko v šoli*.

Maja smo organizirali Dan odprtih vrat na temo *Jabolko v šoli* in izdali Bilten.

NAČRT PROJEKTA JABOLKO V ŠOLI

Projekt JABOLKO V ŠOLI vodi Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport v sodelovanju z Inštitutom RS za varovanje zdravja in Ministrstvom za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano. K izvajanju je bilo povabljenih 25 šol, ki smo imele s področja zdrave prehrane že vrsto izkušenj, pridobljenih s sodelovanjem v projektu »Zdrave šole«. Izbranim šolam Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport financira nakup jabolk za tri šolske dni tedensko.

Na šoli deluje projektni tim, ki skrbi za nemoteno delo projekta, izpolnjevanje načrtovanih ciljev, povezovanje projekta z ostalimi dejavnostmi na šoli in izvedbo dneva odprtih vrat. Namen projekta je poleg spodbujanja zdrave prehrane otrok in pogostejšega uživanja jabolk tudi spodbujanje pozitivnega odnosa do narave in okolja ter do sadežev samih. Da bi otroci bolj ozavestili ta odnos, morajo seveda prevzeti naloge in odgovornosti. Pri tehničnem pouku so izdelali lesene košarice. Namestili smo jih v vse učilnice. Reditelji gredo trikrat na teden v kuhinjo po jabolka in jih prinesejo v razred. Učitelji po potrebi priskočijo na pomoč z razrezom sadja in so pozorni, da jabolko res dobi vsak otrok, ki ga želi, ter vzpodbudijo k uživanju tudi tiste, ki ga ne vzamejo. Učenci lahko jabolka jemljejo tudi v prostih urah in med odmori, če ostajajo v košari. Kot dodatek pri malici učenci dobijo jabolčno kašo. Pečena jabolka ponudimo učencem v podaljšanem bivanju in jutranjem varstvu, kjer jim bomo pripravili tudi jabolčni zavitek.

Cilji projekta, ki smo si jih zastavili:

Učenec poje vsaj eno jabolko na dan.

Učenec spozna hranilno vrednost in uporabnost sadja.

Učenec pozna vsaj dve vrsti jabolk.

Učenec zna iz jabolk pripraviti kompot, sok.

V projekt se vključujejo učitelji z učenci pri različnih predmetih in z različnimi dejavnostmi, ki še dodatno podpirajo uživanje in uporabo jabolk med učenci. Naj jih nekaj naštejemo:

Gospodinjski dan na temo JABOLKO v osmem razredu devetletke.

Naravoslovni dan OD SEMENA DO JABOLČNEGA ZAVITKA v petem razredu.

Vsakoletno srečanje z varovanci Centra za usposabljanje invalidnih otrok Janko Premrl Vojko iz Vipave smo letos v celoti posvetili jabolku.

Četrtošolci celo leto izdelujejo jabolčni kis.

Sodelovali smo na EKO bazarju z naslovom JABOLKO V ŠOLI.

Učenci razredne stopnje so jabolka izdelovali iz papirja, jih risali, lepili, o njih pisali in pripovedovali.

Na razredni stopnji so v okviru naravoslovnega dne PREHRANA dali večji poudarek sadju in s tem konkretno jabolku.

Drugošolci so pripravili Sadni dan.

Vse udeležence državnega tekmovanja iz zgodovine smo obdarovali s košaricami za jabolčne krljce, ki so jih učenci izdelali pri tehničnem pouku.

Tretješolci so vžigali pregovore na lesena jabolka, ki so jih višješolci izdelali pri tehničnem pouku.

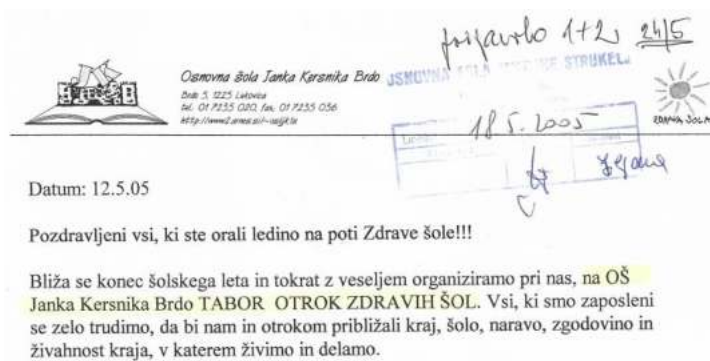
Na razredni stopnji so pisali pesmice, uganke, igrice, zgodbe, rebuse...

Sodelovanje z našim dobaviteljem jabolk: obrezovanje jablan, škropljenje, integrirana pridelava jabolk, jabolčno žganje,...

Na predlog Ministrstva ter Inštituta za varovanje zdravja povezujemo projekt »Jabolko v šoli«

z letošnjo »rdečo nitjo« na zdravih šolah – Poglobljeno delo s starši. Starše smo na roditeljskih sestankih seznanili s projektom in jih povabili, da tudi sami prispevajo k izpeljavi našega načrta.





Udeležili smo se tabora otrok zdravih šol v Brdu pri Lukovici.

Vabilo na Tabor zdravih šol na OŠ Brdo pri Lukovici

2005/2006

Rdeča nit je bila **Kakovostna izraba prostega časa.**

Podtema dogajanj na naši šoli je bila **Raba mobilnih telefonov in medsebojni odnosi.**

Nadaljevali smo s podprojektom *Spodbujanje nekajenja*. V šolskem letu 2005/2006 je zaključila program prva generacija. Program je trajal od tretjega razreda.

Projekt *Jabolko v šoli* so podaljšali za eno leto. Jabolka smo dobivali na šolo 3-krat tedensko od istega dobavitelja, saj smo bili z njim zelo zadovoljni. 21. novembra smo obeležili Svetovni dan pozdrava. Na matični šoli in podružnični šoli Ledine smo posadili jablane, okoli njih pa zeliščni vrt. Izdelovali smo jabolčni kis z aromo. K sodelovanju smo povabili Fructal iz Ajdovščine.

Jeseni 2005 smo obeležili 10. obletnico srečanj z Vzgojno varstvenim zavodom iz Vipave. Srečanje je potekalo pri nas. Prispevek dogodka je bil objavljen v zborniku Sožitje. Naslovnica je bila posvečena naši obletnici.



Naslovnica zbornika in druženje z Vipavci

Podprojekt sprejemanje drugačnosti smo razširili in navezali sodelovanje z oddelkom za predšolsko invalidno mladino v Stari Gori.

Pri šolski prehrani zelo pazimo, da v šolski jedilnik vključujemo več vrst zelenjave, žitaric, sadja in čim manj maščob.

Uredili smo učilnico v naravi ter zeliščni vrt. Poimenovali smo drevesne vrste v našem šolskem okolišu.

Za zdrav telesni in duševni razvoj učencev smo skrbeli tako, da smo v oddelkih izvajali delavnice za čustveno in socialno učenje, vztrajali smo pri izvajanju antistresnega programa, negovali smo FIT CLUB – vadbeni program za otroke na razredni stopnji (namen je vrniti zabavo in igro v športno vzgojo otrok).

Povezali smo se z Ambulanto za bolezni odvisnosti. Njeni zaposleni so izvajali predavanja in delavnice za učence, njihove starše in učitelje.

Šolska knjižničarka je pričela z izvajanjem **biblioterapije**, kjer je poskusila z zbranimi literarnimi deli vplivati in spreminjati stališča učencev do neprimernih oblik vedenja, kot so medvrstniško nasilje, različne oblike zasvojenosti in drugo.

Starše smo vključevali v načrtane projekte, organizirali roditeljske sestance, na katerih smo poudarjamo pomen medsebojnih odnosov, iskali rešitve za probleme mladostnikov.

Vključili smo se v pilotski projekt *Zbiranja tetrapak odpadkov*, ki je potekal v sodelovanju z organizacijo Slopak in Tetrapak.

Sprejeti smo bili v šolski razvojni projekt v okviru državne organizacije SOCRATES – Comenius 1 – Šolska partnerstva. Bili smo kot partnerji v projektu z naslovom ***Z dvigom samopodobe do izboljšanja medsebojnih odnosov***. S projektom smo želeli doseči izboljšanje duševnega zdravja z razvijanjem medsebojnih odnosov, spretnosti reševanja konfliktov in spoštovanja kulturnih razlik. Koordinatorica v projektu je bila osnovna šola iz Cipra – mesto Kakopetrij. Poleg naše šole sta sodelovali še osnovni šoli iz Poljske – mesto Stanin in iz Portugalske – mesto Faro. Vse šole so bile članice Zdrave šole. Cilj projekta je bil dvig duševnega zdravja za razvoj medosebnih odnosov.

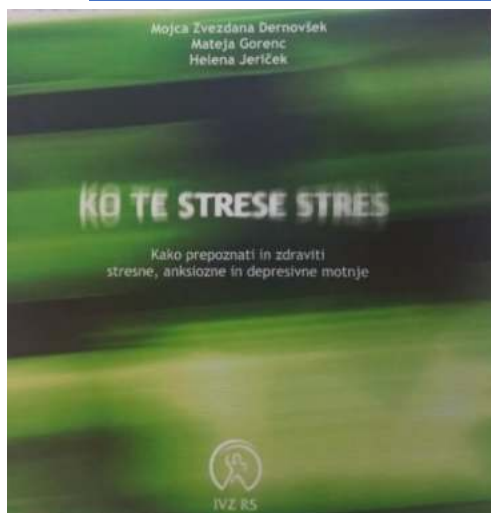
Sodelovali smo na Eko bazarju. Naša predstavitev je potekala pod naslovom *Vloga ptic v sadovnjaku*. Izdelovali smo ptičje krmilnice in prikazali, kakšno vlogo imajo ptice v sadovnjaku.

Na šoli smo izpeljali vprašalnik na temo *Kaj bi pomagalo, da mladi ne bi kadili?* Odgovori učencev 7. in 8. razreda so bili:

- x Cigarete naj bi prodajali samo starejšim od 18 let.
- x Ko bi kupovali cigarete, bi morali pokazati dokument.
- x Denarne kazni za tiste, ki dajo mlajšim cigareto.
- x Dražje cene cigaret.

Tabor učencev zdravih šol 1. kroga je bil na Koroškem. Organizirala ga je OŠ Prežihovega Voranca.

*Vabilo na srečanje Zdravih šol na
OŠ Prežihovega Voranca*



OSNOVNA ŠOLA PREŽIHOVEGA VORANCA

GOZDARSKA POT 11
2390 RAVNE NA KOROŠKEM
R SLOVENIJA
TELEFON: 02 821 53 43
TELEFAXS: 02 822 01 82
Elektronska pošta:
o-pvrvane.mb@guest.arnes.si

PODBRUČNICA
Osnovna šola STROJNA
Stroja 21
2391 PREVALJE
Telefon: 02 82 20 512

Datum: 12. 05. 2006

SPOŠTOVANI!

Bliža se dan, ko se bomo srečali na OŠ Prežihovega Voranca na Ravnah na Koroškem.

Inštitut za varovanje zdravja je izdal priročnik *Ko te strese stres*.

Naslovnica priročnika Ko te strese stres

2006/2007

Rdeča nit Zdrave šole je bila ***Duševno zdravje, prehrana in gibanje.***

Na svetovni dan miru, 21. septembra 2006, smo posadili pred šolo drevo, ki je simboliziralo spomin na naravo, njeno varovanje in sodelovanje med narodi vsega sveta. Tako smo se priključili mednarodni akciji ***Posadimo drevo***, v kateri sodelujejo šole s celega sveta. Bukev nam je podarila Komunala Nova Gorica.

*Vabilo na dogodek ENO dan
sajenja dreves 2006*

ENO dan sajenja dreves 2006

ENO program vas vabi na zanimiv dogodek, ki bo odprl novo solsko leto 21. septembra 2006 na zanimiv način. Ob poldan bomo posadili drevesa na vsakem kotičku sveta. Lansko leto je preko dneva vec kot 200 sol posadilo na tisoce dreves v 60 drzavah sveta. Sajenje dreves je zelo pomembno za nas in nase potomce, kajti spominjajo nas na naravo in njeno varovanje, so tudi simbol mednarodnega sodelovanja in se pomembneje, 21. september je poznan kot mednarodni dan miru.

Vse šole in posamezniki so vabljeni k temu dogodku. Navodila, dodatne informacije in materiali za ta dogodek so dostopni na spletni strani ENO. Ko registrirate svoj dogodek (število dreves, vrste, fotografije itd.), lahko vsi vidijo vas prispevek in se veselijo vase družbe. Vec na spletni strani:

<http://eno.joensuu.fi/treeceremony.htm>

Tako kot vsa leta smo tudi letos izvedli program vzgoje za nekajenje in podpisovali slovesno zaobljubo. Vsi učenci šestega razreda, ki so izpolnili kratek vprašalnik, so šli v žreb za lepo nagrado. Izžrebani sta bili dve učenki, ki sta se udeležili izleta v Gardaland.

Žrebanje: 10. 4. 2007

GARDALAND 2007

OE NOVA GORICA

Izžrebali smo učenke in učence iz OŠ Milojke Štrukelj Nova Gorica in iz OŠ Danila Lokarja Ajdovščina. Prosimo vas, da obvestite učence in njihove starše, da naj jih 19. 5. 2007 ob 5.45 uri pripeljejo na mejni prehod Fernetiči (na desni strani pred prehodom bosta ustavila dva avtobusa z oznakami 1. in 2. in napisom Gardaland). Učence bom od njih prevzela sama.

Obvestilu o nagradnem izletu v Gardaland

Letos je bil podan predlog zakona o omejevanju uporabe tobačnih izdelkov in bil tudi sprejet. Na šoli smo podprli predlog novega tobačnega zakona.

V šolskem letu 2006/2007 je v Evropski mreži zdravih šol (The European Network of Health Promoting Schools) sodelovalo okrog 42 držav s približno 500 šolami, s tisoči učiteljev in čez 400.000 učencev. V mnogih državah delujejo nacionalne oziroma regijske mreže, v katerih je povezanih nadaljnjih 5.000 šol.

Srečanje, ki je potekalo 14. marca 2007 v Ljubljani, pod naslovom Nacionalni posvet o zdravju otrok in mladostnikov *Zin za otroke in mladostnike*, je obravnavalo prednostne naloge s področja zdravja otrok in mladostnikov. V reševanje problematike so se vključila tri ministrstva: Ministrstvo za zdravje, Ministrstvo za šolstvo in šport ter Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve in podpisale **Zavezo o skupnem akcijskem načrtu s področja zdravja otrok** za naslednje dveletno obdobje.

Aprila smo aktivno sodelovali na OŠ Rodica, kjer smo v sklopu projekta *Jabolko v šoli* kot primer dobre prakse predstavili naravoslovni dan na isto temo.

V maju smo v Novi Gorici organizirali dvodnevni tabor učencev zdravih šol 1. kroga.



TABOR UČENCEV ZDRAVIH ŠOL



OD MILOJKE ŠTRUMELJ N. GORICA

NOVA GORICA, 11. IN 12. MAJ 2007

PROGRAM

PETEK, 11.5.2007

13.00 – 14.00 PRJHOD, KOSILO

14.00 KULTURNI PROGRAM

15.00 – 17.00 DELAVNICE

a) plesna delavnica

Mentorica Elizabeta Miška

b) likovna delavnica

Mentorica Tanja Poljšak

c) tehnična delavnica

Mentor Andrej Minkuž

17.00 – 18.30 OGLED NOVE GORICE

18.30 VEČERJA IN ODHOD NA DOMOVE

SOBOTA, 12.05.2007

8.45 ZBOR NA ŠOLI

9.00 – 11.15 DELAVNICE

VSI DRUGAČNI VSI ENAKOPRAVNI

Vizvedbi Mladinskega centra – za učence

FESTIVAL VRTNIC – za mentorje

12.00 KOSILO NA ŠOLI IN SLOVO

Vabilo s programom tabora Zdravih šol na naši šoli

V projektu Comenius 1 smo poglobljeno zasledovali načela zdrave prehrane.

Izvedli smo pilotski projekt ***Povej! Spregovorimo o nasilju med otroki***. Potekal je pod okriljem Ministrstva za šolstvo in šport. Izvajal ga je UNICEF Slovenija in društvo Zaletalnica. Udeleženci so bili vsi pedagoški delavci. Seznanili so se o načinu prepoznavanja medvrstniškega nasilja in ukrepanja, postavljanja pravil o nasilnem obnašanju, preventivnih ukrepah in intervenciji ter sodelovanju s starši in drugimi institucijami.

Gostili smo mednarodni FIT kongres. Na razredni stopnji se že vsa leta izvaja FIT krožek.

Na šole smo dobili smernice za zdravo prehrano, ki jih je uredil Inštitut za varovanje zdravja.

Gostili smo posvet *Sodelovanje med institucijami pri obravnavi ogroženih otrok v Občini Nova Gorica*.

Izbrani smo bili na razpisu za projekt ***Varna šola***, ki bo pričel z delovanjem v naslednjem šolskem letu.

Med učenci smo izpeljali delavnico *Diamant*, s katero smo ugotavljali učinkovitost Zdrave šole med učenci.

V reviji Network news je bil prvič objavljen prispevek naše učiteljice.

Rdeča nit Zdrave šole je bil *Zdrav življenjski slog*.

Začeli smo z ločenim zbiranjem odpadkov v učilnicah. Nabavili smo koše za smeti in jih opremili z napisi.

17. oktobra 2007 so štirje predstavniki naše šole z dvema mentoricama izročili učencem OŠ Železniki denar ter učne pripomočke (zvezke, barvice, flomastre), ki smo jih zbirali v Tednu otroka. Na šoli smo zbrali 629 evrov denarne pomoči. Ta denar bodo namenili otrokom za šolo v naravi. OŠ Železniki nam je za to podelila zahvalo za moralno podporo in pomoč pri odpravljanju posledic poplav.

Učenke so skupaj z učiteljico kemije pripravile zloženko o zdravem načinu življenja. Svoje ugotovitve so predstavile v 4. in 5. razredih.

Učenci od 5. do 9. razreda so se udeležili srečanja s svetovno popotnico Benko Pulko, ki jih je navdušila s svojo pripovedjo. Sklenili smo, da bomo izpeljali dobrodelno akcijo, v kateri bo vsakdo na šoli darovali po 1 €. Zbrani denar bo namenjen otroku s Tibeta, ki ga potrebuje za svoje šolanje.

Začeli smo z izobraževanji *Varna šola*. Izobraževanje učiteljev v okviru projekta *Za varno šolo* je trajalo dve šolski uri. Namenjeno je bilo pripravi na roditeljski sestanek *Vzgojni stili*. Nadaljevali smo z izobraževanji v okviru projekta *Za varno šolo* z naslovom *Pravila v razredu*.

29. marca 2008 smo imeli dan šole na temo »*Multikulturalnost*«.

Skupaj z učitelji OŠ Renče smo se udeležili strokovne ekskurzije na Finsko. Želeli smo поблиže spoznati njihov učni sistem, o katerem smo veliko slišali in bi njihove dobre prakse prenesli v fleksibilni predmetnik. Njihov šolski sistem je svetovno priznan po učinkovitosti. Pomembno je, da si je lahko veliko število učiteljev – praktikov ogledalo v živo razmere in si poskušalo ustvariti mnenje o sistemu. Oni težijo k temu, da gledajo vsakega učenca posebej in iščejo njegove dobre lastnosti in sposobnosti. Šole in učitelji imajo veliko avtonomije. Pomembno vlogo ima država, ki skupaj z Zavodom za šolstvo daje učitelju veliko podporo pri njegovi iniciativi. Otroci s posebnimi potrebami so integrirani z ostalimi učenci. Obiskali smo tri šole in zavod za šolstvo. Šola je avtonomna pri urejanju dela na šoli, seveda v okvirih, ki jih predvideva država. Učni načrti so kratki in enostavni. Zapisano je, kaj naj učenci dosežejo na določeni stopnji. Kdo je finski učitelj? Za ta poklic izberejo najboljše učence iz srednjih šol. Poklic je cenjen. Lokalna skupnost dela na integraciji tujcev. Poleg tega smo spoznali tudi Finsko kot državo in njene znamenitosti in značilnosti, njeno sociološko in zgodovinsko ozadje.



Projekt
"ASTMA & ŠPORT Mobil"



v partnerstvu z

ultra-kolesarjem Markom Balohom

Za starše smo na šoli organizirali predavanje *Astma in šport*. Izvajal ga je ultra-kolesar Marko Baloh. Predstavil je dejavnost društva Astma in šport, ki deluje tudi preventivno in predvsem otroke usmerja v rekreativni šport, s katerim lahko zelo vplivajo na izboljšanje svoje astme.

Naslovnica projekta Astma & šport Mobil

Pripravili smo tematsko uro *Ne skači v vodo, če nisi prepričan o njeni globini*. Program je bil namenjen učencem v šoli v naravi ob učenju skoka na glavo in varnega vedenja ob in v vodi.

Evalvacija uspešnosti projekta Zdrave šole

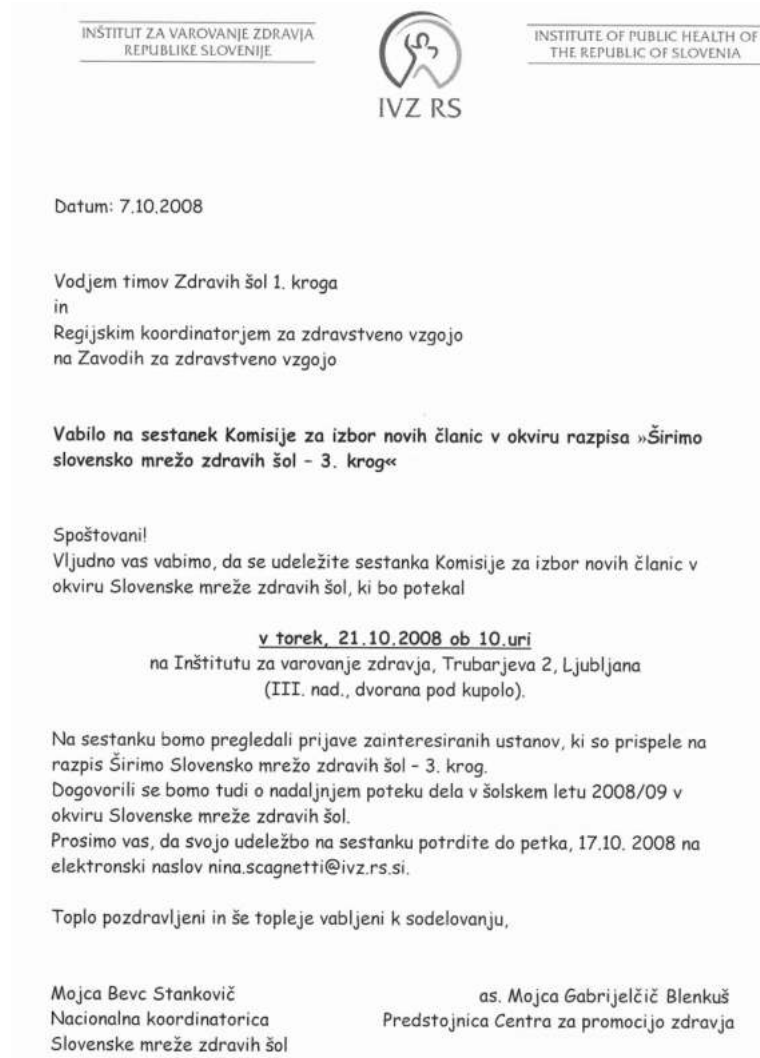
Vesna Pucelj je predstavila evalvacijo uspešnosti projekta ZDRAVE ŠOLE. V reševanje vprašalnikov so bile vključene tako osnovne, kot tudi srednje šole, šole s prilagojenim programom ter nekaj dijaških domov. Odzivnost je bila 64%. Ugotovljeno je bilo, da je posamezna projektna skupina štela 13,5 člana. Svojo obremenjenost so izvajalci projekta ocenili s povprečno oceno 2,7 (ocene od 1 - 5), medtem ko je bila uspešnost projekta ocenjena s spodbudno povprečno oceno 3,97. Najpomembnejši pogoji za uspešno izveden projekt so bili motivacija učiteljev, podpora vodstva šole, zavzetost vodje tima in timsko delo ter dobri medsebojni odnosi. Pojavile so se razlike med dejanskim in želenim prispevkom sodelujočih v projektu, tako da so tu še rezerve za prihodnost. Če so bili sodelujoči v anketi zadovoljni s prispevkom IVZ-ja (ocena 4,57) in tudi ZZV-ja (ocena 3,59) pri izvedbi projekta, si v prihodnje želijo več sodelovanja z Ministrstvom za šolstvo in šport - MŠŠ (ocena 2,57) ter z lokalno skupnostjo. Vseeno je 57% anketiranih menilo, da so bila pričakovanja uresničena, 42% pa jih je bilo za delno uresničitev pričakovanj. Večinoma so bili mnenja, da je program za šolo in učence koristna novost, da je delo z učenci bolj kakovostno ter da prispeva k širjenju znanja učencev in učiteljev. Šole so največ uresničevale naloge s področja spodbujanja gibanja mladih, spodbujanja zdrave prehrane, preprečevanja kajenja ter preprečevanja zlorabe drog in alkohola. Manj se je delalo na medsebojnih odnosih, samopodobi, obvladovanju stresa in ozaveščanju o raku. Vizija za prihodnost vključuje željo, da bi cilji in vsebine projekta postale del učnih načrtov. Prav tako bi si želeli dobrih izobraževanj za izvajalce projekta ter dobrih medsebojnih odnosov. Slednje bi lahko obogatili tudi z izmenjavo primerov dobrih praks med posameznimi šolami, z močno podporo vodstev šol, IVZ-ja in ZZV-ja ter s tesnejšim sodelovanjem z MŠŠ in Zavodom za šolstvo.

Evalvacija projekta Zdrava šola za šolsko leto 2007/2008

2008/2009

Rdeča nit je bila *Zdravi pod soncem*.

Povabljeni smo bili k sodelovanju pri izboru novih članic v okviru razpisa *Širimo slovensko mrežo zdravih šol*.



Vabilo na sodelovanje pri izboru novih članic

Decembra so v šolski zbornici potekale delavnice učiteljev, kjer so se pomerili v ročnih spretnostih. Izdelovali smo nakit, svečke. Prostovoljne prispevke smo zbirali za učence 6. razreda naše šole, ki se zaradi denarnih težav ne bi mogli udeležiti smučarske šole v naravi.

Varovancem Doma upokojencev Nova Gorica smo popestrili praznične dni z nastopom otroškega pevskega zbora matične šole. Osnovnošolci prostovoljci so vsem varovancem, ki se prireditve niso mogli udeležiti, v sobe odnesli novoletne voščilnice. Za njih je bila to pozitivna izkušnja, starostnikom pa so polepšali dan.



Nastop otroškega pevskega zbora matične šole v Domu upokojencev Nova Gorica

Novembra je v Ljubljani potekal nacionalni posvet **Zdrav življenjski slog**.

Nadaljevali smo z izobraževanjem kolektiva v UNICEF-ovem pilotskem projektu *Povej! Spregovorimo o nasilju med otroki*. V tem okviru je na šoli zaživela vrstniška skupina. V skupino so bili zbrani tisti učenci, ki so želeli širiti miselnost nenasilja in pomagati vsem, ki bi se radi naučili drugačnega obnašanja. V delavnicah so se člani skupine s pomočjo različnih vaj in iger učili spretnosti pogovarjanja, poslušanja in upoštevanja drug drugega. V skupini je bilo 15 članov, učencev iz 7., 8. in 9. razreda.

Marca je v Ljubljani potekalo izobraževanje *Zdravi pod soncem*, kjer smo predstavili projekt **Spreminjanjem klime spreminjamo navade otrok v šoli**. V vseh teh letih smo postopno začeli zasajevati okolico šole. Posadili smo hitrorastoča drevesa, ki se žal zaradi burje in poletnih suš niso vsa prijela. Drevesa smo zasajevali tudi v okviru drugih, projektov, ki so potekali na naši šoli. Postavili smo umetna senčila. Ob njih smo zasadili plezalke. Že osem let imamo na šolskih hodnikih pitnike. Učenci lahko tudi v kuhinji pijejo skoraj nesladkane tople in mrzle napitke. Starše in učence smo seznanjali z nevarnostmi prevelikega izpostavljanja sončnim žarkom. Učence smo navajali na pravilno obnašanje na soncu. V šolo so morali prinesiti pokrivala za na šolsko igrišče. Priporočali smo jim lahka oblačila iz naravnih materialov. Staršem smo svetovali, naj prinesejo učenci s sabo v šolo kremo z zaščitnim faktorjem. Ko je bila koncentracija UV žarkov previsoka in vročina nevzdržna, so bili učenci na dvorišču samo pol ure.

Osenčen del dvorišča na podružnični šoli Ledine



Na mednarodni dan prostovoljstva (maja 2009) so prostovoljci osnovnošolci predstavili svoje delo na stojnici na Bevkovem trgu v Novi Gorici.



Prostovoljci se predstavljajo

Izpolnjevali smo vprašalnik *Model vključevanja vsebin zdravja v kurikulum*. Letos se je razširilo Slovensko mrežo zdravih šol (SMZŠ). Po tretji širitvi mreže je v Sloveniji 268 šol, zavodov in dijaških domov, ki želijo delovati kot Zdrava šola. Podelitev priznanj za novo vključene šole na Goriškem je bilo decembra na naši šoli.



Podeljevanje priznanj novovključenim šolam Goriške

Mednarodne novice:

1. V februarju 2009 je na Nizozemskem potekalo **strokovno srečanje nacionalnih koordinatorjev Evropske mreže zdravih šol (SHE – Schools for Health in Europe)**. Mreža je v teh 16 letih dokazala svojo verodostojnost, stabilnost, kontinuiteto, podpirajo jo še vedno vse tri evropske organizacije (svetovna zdravstvena organizacija, Svet Evrope, Evropska komisija), vodi jo Nizozemski inštitut za varovanje zdravja (NIGZ).

Namen mreže je:

- * iskati in širiti ustrezne informacije o šolskem zdravju
- * zagovarjati promocijo zdravja v šolah
- * spodbujati raziskovanje na nacionalni in lokalni ravni (s področja determinant zdravja: prehrana, gibanje, duševno zdravje, zasvojenosti; učinkovitosti preventivnih programov, politike zdravja v šolah...). Oblikovala se je raziskovalna skupina (raziskovalci iz 17 držav), ki vabi k sodelovanju vse zainteresirane raziskovalce.
- * izmenjava dobrih praks, programov, znanja ... Posodobili bodo internet, kjer bo možno dobiti najrazličnejše informacije v zvezi s promocijo zdravja v šolskem okolju za različne uporabnike (www.schoolsforhealth.eu).
- * spodbujati profesionalno izobraževanje učiteljev, tudi mednarodna izobraževanja s področja promocije zdravja (iniciativa International Union for Health Promotion and Education-IUHPE). Za vsak uspešen projekt potrebujemo najprej znanje, usposobljenost in motiviranost pedagoških delavcev.

Cilji za razvoj in strategijo SHE v obdobju 2008-2012:

- »Vsak otrok ima pravico in bi moral imeti možnost obiskovati šol, ki promovira zdravje.« (geslo 1.konf. o promociji zdravja, 1997)
- »Zdrave šole si prizadevajo za boljše šole – kar vodi v boljše življenje.« (geslo 3.konf. o promociji zdravja, 2009)

SHE si prizadeva s podporo organizacij in strokovnjakov zagotoviti pogoje v EU za nadaljnji razvoj promocije zdravja v šolah:

- od mreže do skupnosti (radi bi bolj aktivno vključili vse, ki imajo interes za šolsko zdravje: ministrstva, različne organizacije, raziskovalne skupine, fakultete, strokovnjake, NVO, zainteresirano javnost...).
- Prispevati k razvoju, prenosu programov v prakso, spremljanju, raziskovanju na vseh ravneh.
- Še bolj se povezovati se s šolskim in drugimi sektorji.
- Graditi večjo vidnost in pripadnost SHE (še vedno premajhna prepoznavnost med odločevalci - ministrstvi).
- Spodbujati celosten pristop, od ločenih zdravstvenih vsebin do šolske politike zdravja, pomembna so področja: učenje - metode, komunikacija, opolnomočanje, akcijska kompetenca, učenje socialnih in življenjskih veščin, šolsko okolje, aktivna vključenost vseh v dogajanje, povezava s starši, sodelovanje z lokalno skupnostjo...
- Prioritetne teme so: prehrana, gibanje, duševno zdravje, preprečevanje zasvojenosti.
- Zdravje šolskega osebja – možnosti za zdrava delovna mesta (tu so še veliki izzivi!)

Poročilo srečanja nacionalnih koordinatorjev Evropske mreže zdravih šol

17. in 18. aprila 2009 je bil tabor učencev Zdravih šol v Veržaju.

V okviru projekta *Jabolko v šolo* smo obiskali našega dobavitelja jabolk – sadjarja.

Obisk nasada jabolk



Na šoli smo organizirali ***Dan druženja in gibanja treh generacij***. Generalni sponzor je bila NLB. Prireditve se je udeležilo 1195 učencev, staršev, starih staršev, tet, stricev. Najmlajša udeleženka je bila rojena januarja 2009. Najstarejša udeleženka je bila rojena 13. oktobra 1925. Najštevilčnejši družini sta bili dve. Vsaka je imela osem udeležencev.

*Utrinki z dneva druženja in
gibanja treh generacij*



Na cilju so jih pričakali zunanji sodelavci naše šole in jim popestrili sobotno dopoldne s prostovoljno predstavitvijo svojih dejavnosti:

- x Prostovoljno gasilsko društvo Nova Gorica je pripeljalo na ogled najnovejše vozilo, manjši džip za gašenje požarov in njihovo obleko.
- x Policijska postaja Nova Gorica je pripeljala intervencijsko vozilo, stacionarni radar, policijski motor. Pri njih smo lahko opravili alkotest.
- x Društvo za podvodne dejavnosti SOČA je predstavilo opremo potapljača in dejavnosti, ki jih kot društvo ponujajo.
- x Mladinski center Nova Gorica je pripravil ustvarjalno delavnico za najmlajše.
- x Zavod za zdravstveno varstvo Nova Gorica je poleg predstavitev vsebin zdravja na zloženkah meril tudi pritisk in prostovoljno tehtanje s tehtnico, ki meri indeks telesne mase, procent vode v telesu in drugo.
- x Zdravstveni dom Nova Gorica – Zdravstvena vzgoja je praktično prikazoval nordijsko hojo in poudarjal pomen gibanja za zdravje.
- x TŠC Nova Gorica – Strojna, prometna in lesarska šola je pripravila poligon varne vožnje, prometne znake ter tehtnice, ki ponazarjajo naletno težo ob trku avtomobila in očala, ki simulirajo vinjeno stanje.

Vsi so si lahko ogledali letošnjo raziskovalno nalogo zgodovinskega krožka **Higiena v Novi Gorici pred pol stoletja**. Prostovoljci naše šole so skrbeli za to, da je vse potekalo gladko.

V stavbi smo pripravili razstavo časovni trak, ki je segal od pritličja do drugega nadstropja.

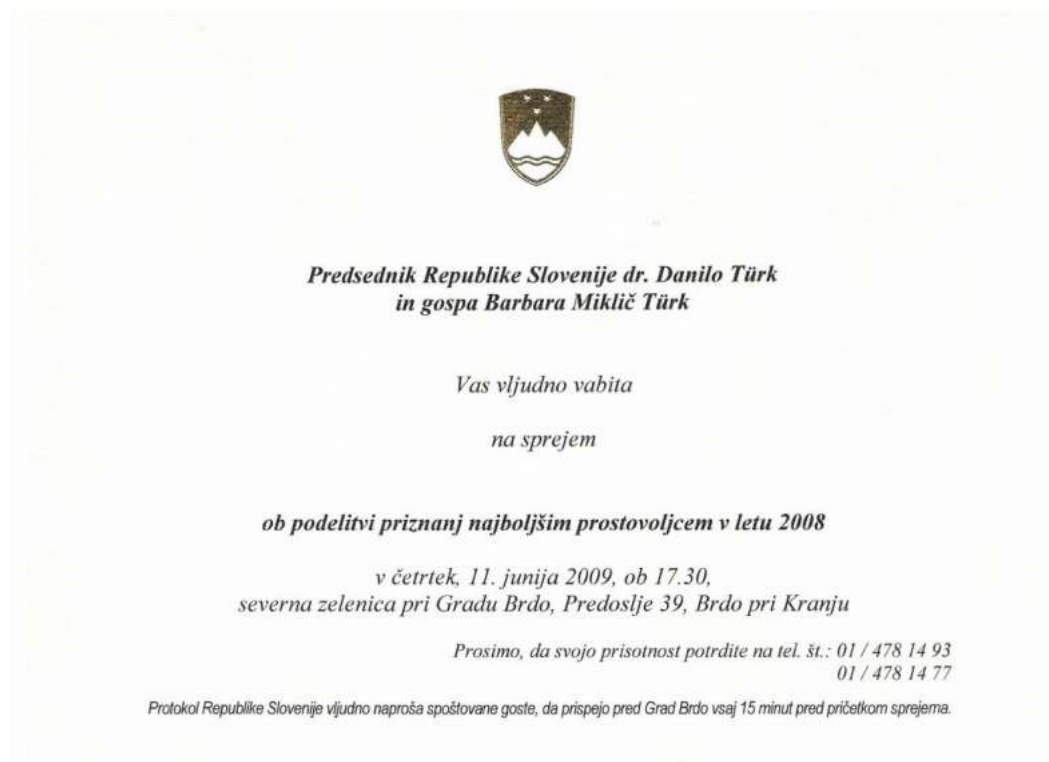
Druženje smo zaključili s prireditvijo, kjer smo razglasili zmagovalce. Prireditev je vodila naša učenka, nastopili sta plesna skupina ADC in akrobatska skupina TWIST iz Nove Gorice. Prostovoljno gasilsko društvo Nova Gorica je ob svoji 60-letnici delovanja izreklo zahvalo naši šoli za podporo in sodelovanje.

*Udeleženci pohoda
treh generacij*



Sodelovali smo v *Fundaciji Pismo srca*, ki je delovala v okviru TV oddaje Šport špas. Akcija je bila namenjena štipendiranju mladih, ki smo jih sami predlagali. Štipendijo je dobil tudi naš učenec.

Povabljeni smo bili na podelitev priznanj najboljšim prostovoljcem, saj smo predlagali devetošolko za priznanje, ki ga ni dobila, ker mladoletnim prostovoljcem zaradi starosti priznanj niso podeljevali.



Vabilo na podelitev priznanj najboljšim prostovoljcem

Rdeča nit je bila *Odnos-si* (odnos do sebe, do drugih, do okolja, do zdravja ...).

Projekt Jabolko v šoli je prerasel v projekt *Shema šolskega sadja*. Nosilci so bili Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano v sodelovanju z Ministrstvom za šolstvo in šport ter Ministrstvom za zdravje. Izvajalec je bila Agencija Republike Slovenije za kmetijske trge in razvoj podeželja. Namen je bil učencem ponuditi več svežega sadja lokalne pridelave in izvajati izobraževalne in promocijske aktivnosti za učence, starše in delavce šole v sodelovanju z



lokalnimi strokovnjaki na področju kmetijstva in zdravja. Učenci so pod mentorstvom učiteljice gospodinjstva izdelali dva plakata. Enega smo obesili na hodnik pred vrata jedilnice na matični šoli, drugega pa na podružnični šoli Ledine. Z njima obveščamo javnost, da je naša šola vključena v *Shemo šolskega sadja*, ki ga sofinancira Evropska unija. Sadje smo delili enkrat tedensko. Učenci prve triade so pripravili v razredih sadni kotiček, ki so ga učiteljice napolnile enkrat tedensko. Na matični šoli so sadje delili učenci reditelji v razredu. Vsak učenec je dobil svoj sadež, če ga ni pojedel, ga je odnesel domov ali odložil v košarico za sadje, ki se je nahajala v vsaki učilnici.

Plakat, ki je obveščal, da smo se vključili v Shemo šolskega sadja

Učenci 4. b so se skupaj z učiteljico Iris Mohorič udeležili dogodka *ENO – 100 milijonov dreves do leta 2017*. S kampanjo so želeli dvigniti zavedanje o podnebnih spremembah in o raznolikosti eko sistemov na Zemlji. Drevesa so pljuča Zemlje in s tem, ko povečujemo njihovo število, pomagamo celotni Zemlji. Dan sajenja dreves poteka že od 21. septembra 2004 in je izjemno uspešen. OZN (Organizacija združenih narodov) ga je proglasil za svetovni dan miru. V šolskem letu 2008/2009 je povezal otroke iz 2000 šol iz 122 držav vsega sveta. Vsi skupaj so 21. septembra 2008 po vsem svetu posadili kar 300 000 dreves. Dogodek je bil praktični način poučevanja okoljske in globalistične vzgoje. Učenci so pripravili kratek kulturni program pod mentorstvom ge. Elizabete Miška in ge. Iris Mohorič. Dogodka se je udeležila tudi podžupanja MO Nova Gorica, ga. Darinka Kozinc, ravnateljica, ga. Tatjana Krapše, in starši učencev.

V marcu smo postali Armalova šola. Pripravili smo tiskovno konferenco. Udeležili so se jo predstavniki podjetja Mariborske Livarne, ki so bili pobudniki ustanovitve Armalovega sklada.



Za nacionalno konferenco ob mesecu preprečevanja zasvojenosti smo poslali prispevek.

Pozdravljeni,

prejeli smo kar nekaj primerov aktivnosti in dobrih praks iz šol v mesecu novembru na temo preprečevanja zasvojenosti. Zanimivo poročilo smo prejeli npr. iz OŠ Milojke Štrukelj v Novi Gorici, ki vam ga tudi posređujemo. LP
Irena Jerić

----- Original Message -----

From: Doris Lozej

To: Irena Jerić ZZZV-GO

Sent: Thursday, November 12, 2009 8:09 AM

Subject: Re: Vabilo na nacionalno konferenco ob mesecu preprečevanja zasvojenosti

Pošiljamo ti dogajanje na OŠ Milojke Štrukelj v Novi Gorici.

šolska psihologinja Lozej Doris

Ga. Milka Pance

Datum: 11.11.2009

Na OŠ Milojke Štrukelj že vrsto let organiziramo v mesecu preprečevanja zasvojenosti delavnice za učence in predavanje oziroma okroglo mizo za učitelje in starše osmošolcev in devetošolcev na temo PREPREČEVANJE ZASVOJENOSTI.

Delavnice vodi psihoterapevt Miha Kramli, ki dela tudi v Ambulanti za bolezní odvisnosti, temi so kemične in ne kemične odvisnosti, gre za aktiven pristop, ko skozi skupinsko delo in igre vlog pripravi učence do uvida, kako reči tem zasvojenostim NE. Delavnice so dvourne za vsak oddelek osmega in devetega razreda posebej. Učenci so zelo aktivni in zelo zadovoljni s tem načinom dela.

Za starše in učitelje pa že drugo leto na naši šoli pripravimo okroglo mizo na to isto temo, vodi psihoterapevt Miha Kramli, povabimo pa tudi kriminaliste iz naše policijske postaje, ki starše seznani s problematiko zasvojenosti med mladimi v našem mestu, s seboj prinesejo vzorce drog z namenom, da se starši seznani z le- temi.

Za starše učencev šestih in sedmih razredov smo imeli predavanje na temo VZGOJNE DILEME IN OVIRE PRI VZGOJI, povabili smo izkušena družinska terapevta dr. Albert in Leonida Mrgole, odziv staršev je bil zelo dober.

Za starše učencev četrtega in petega razreda pa smo povabili specialno pedagoginjo Majdo Lasič Lončarič na temo KAKO NAUČITI OTROKA ODGOVORNEGA VEDENJA IN SAMOSTOJNOSTI. Skupaj s starši smo bili zelo zadovoljni z izvajanjem predavateljice.

Prispevek za nacionalno konferenco

Sodelujemo tudi s policistom, ki je zadolžen za okoliš naše šole g. Robert Horvat in v dogovoru z njim že drugo leto izvaja pri nas program delavnic za pete razrede in letos tudi v drugem razredu POLICIST LEON SVETUJE (rešujejo delovni zvezek, kjer so navedene različne zgodbe in nasveti za ravnanje ob nasilju, vandalizmu, pri srečevanju s prepovedanimi drogami, uporabi pirotehnike). Delovni zvezek jim podari Ministrstvo za zunanje zadeve.

Svetovalne delavke na naši šoli pa izvajamo v posameznih oddelkih, kjer se pojavi potreba zaradi vedenjske problematike ali številnih konfliktov v oddelku tudi delavnice za socialno učenje v okviru razrednih ur. Pri tem sodelujejo tudi razredniki.

Že deseto leto učenci naše šole od šestega do devetega razreda v mesecu novembru podpisujejo Prigoso, da v šolskem letu 2009/10 ne bom prižgal cigarete v okviru razrednih ur s predhodnim kratkim predavanjem.

Na naši šoli smo bili vključeni v dvoletni projekt ZA VARNOST ŠOLE v okviru Unicefa in društva Zaletalnica, kjer je sodelovala cela šola z vsemi zaposlenimi in učenci in starši, kjer so celo leto na razrednih urah izvajali razredniki delavnice na temo Preprečevanje nasilja in s tem delom kljub zaključenemu projektu nadaljujemo še naprej.

Vsako leto povabimo k sodelovanju zdravstvene delavke, ki izvajajo preventivni program z učenci v vseh razredih z naslednjo tematiko: ZDRAV NAČIN ŽIVLJENJA, KAJ STORIM VSAK DAN ZA SVOJE ZDRAVJE, POMISLIMO NA VARNOST OKOLI NAS, ODRAŠČANJE- SPOLNA VZGOJA, HRANA JE VIR ZDRAVJA, ZDRAVA IZBIRA- PREPREČEVANJE KAJENJA, LJUBEZEN- SPOLNOST- SPOLNO PRENOSLJIVE BOLEZNI, KOŽA- AKNE- ZDRAVO ŽIVLJENJE

Šolska psihologinja pa delavnico na temo Poklicni cilj za devetošolce.

Že drugo leto smo v projektu DISC (razvijanje socialnih in državljskih kompetenc), kjer je poudarek na iskanju močnih področij pri učencih, kjer se že pojavlja neprilagojeno vedenje.

Na šoli že vrsto let poteka med vrstniška pomoč osnovnošolcev prostovoljcev, letos je vključenih 30 učencev od 6. do 9. razreda.

Lep pozdrav.

ŠOLSKA PSIHOLOGINJA
Doris Lozej

SOCIALNA DELAVKA
Lilijana Sulić

Vloga šol 1. kroga je postajala vse pomembnejša.

Vodjem timov 1.krog

Drage naše sodelavke in sodelavec Jurij!

Glede na to, da so se po regijah že zvrstili regijski sestanki z vodji timov Zdravih šol (v NM bo 14.4.) in glede na to, da tokrat ne bomo posebej sklicevali sestanka za 1.krog, bi vas rada po tej poti obvestila le o najbolj pomembnih zadevah, v kolikor se sestankov niste mogli udeležiti.

- 1.krog ostaja še vedno najbolj pomembna strateška skupina, s katero bomo na IVZ prediskutirali vse pomembne informacije, dokumente, razvojne usmeritve projekta, strategije, ipd. Sestajali se bomo 1x-2x/na leto, glede na pomembnost nalog. Redne regijske sestanke pa boste imeli na regijskih ZZV-jih, 3x/leto. Prav tako boste z novim šolskim letom pošiljali načrtovanje in evalvacijo vašim regijskim koordinatorjem na ZZV-jih. Vaše šole imajo še vedno status 1.kroga, kar pomeni, da boste lahko s svojimi 17-letnimi izkušnjami pomembno obogatili srečanja in ostalim šolam pomagali pri premagovanju ovir na poti promocije zdravja v njihovih okoljih.

Šole prvega kroga ostajajo kot pomembna strateška skupina.

Izšel je dopolnjen priročnik za učitelje in druge, ki delajo z mladimi za **Izboljšanje duševnega zdravja**.



Izboljševanje duševnega

zdravja

v Evropski mreži zdravih šol

Priročnik za učitelje in druge, ki delajo z mladimi

Katherine Weare

Gay Gray



Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije

2010

©1995 by K. Weare, G.Gray, the Health Education Unit, the University of Southampton and the World Health Organization Regional Office for Europe.



Naslovnica priročnika za izboljšanje duševnega zdravja

V podaljšanem bivanju smo imeli akcijo **Očistimo naše atrije**. Nadelo smo si rokavice in vzeli metle v roke. Imeli smo »generalko« za vseslovensko čistilno akcijo v mesecu aprilu!

Aprila smo se udeležili akcije **Očistimo Slovenijo v enem dnevu**. K akciji se je prijavilo 34 staršev, 31 učencev in 15 učiteljev. Očistili smo šolsko okolico, posadili vrtnice pred šolo, uredili šolski sadovnjak, prebarvali klopce, poslikali in posadili smo cvetlična korita, posadili bršljanke in uredili rože po šolskih hodnikih. Popisali smo drevesa v šolskem okolišu in uredili tablice zanje. Tako je v okolici šole nastajala prava učna drevesna pot.

Na šoli poteka projekt *Comenius regio*. Šola sodeluje z italijansko šolo. Srečanje so imeli tudi na naši šoli. Svetovalne delavke smo izvedle delavnico **Neverbalna komunikacija**.

Udeležili smo se 11. festivala prostovoljstva mladih, ki ga je organiziral Mladinski center Nova Gorica v sodelovanju s Centrom za socialno delo Nova Gorica in Nova Gorica otrokom prijazno Unicefovo mesto pod okriljem Slovenske filantropije in Združenjem za promocijo prostovoljstva. V ta namen smo izdelali zloženko *Osnovnošolci prostovoljci*. Na stojnici so osnovnošolci prostovoljci delili recept za srečo in ostale izdelke. Festivala se je udeležilo 18 prostovoljk.

Letošnji *Tabor učencev zdravih šol* je potekal na Osnovni šoli Marija Broz – Bistrica ob Sotli. Učenci so si ogledali Olimje z okolico, seznanili so se z začetki golfa in igrali ljudske igre na kmetiji.

Ob svetovnem dnevu gibanja smo imeli v času podaljšanega bivanja športne igre v telovadnici. Učitelj športne vzgoje je organiziral različne gibalne aktivnosti: skakanje s kolebnico, košarko, nogomet, badminton, vodenje žoge s hokejsko palico okrog stožca ... Bilo je zabavno in "fino" smo se razmigali! Prav tako kot se spodobi ob svetovnem dnevu gibanja. Za vse velike in majhne pa še vodilo: *Gibaj se veliko in opazil boš razliko!*

V sodelovanju z Vrtcem Nova Gorica, vrtcem pri OŠ Solkan, Javnim zavodom za šport Nova Gorica, Mladinskim centrom Nova Gorica in OŠ Kozara smo organizirali *Dan druženja in gibanja vseh generacij*, ki je potekal v sklopu mladinske oddaje Šport Špas. Organizirali smo skupen pohod, primeren za vse udeležence. Zbirali smo odpadni papir, reševali nagradni EKO kviz, merili krvni tlak, analizirali telesno maso, ponujali promocijske materiale zdravega načina življenja, pripravili razstave, pastirske igre, različne poligone. Pri izvedbi so nam prostovoljno priskočili na pomoč Prostovoljno gasilsko društvo Nova Gorica, Zavod za zdravstveno varstvo Nova Gorica, Inštitut za varovanje zdravja Ljubljana, Zdravstveni dom Nova Gorica – Zdravstvena vzgoja, Tehniški šolski center Nova Gorica, Policijska uprava Nova Gorica, Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov (ZSKSS), Dobra misel, Center za usposabljanje slovenske vojske, Adriatic Slovenica – PE Nova Gorica, Rod Soških mejašev (taborniki), Uprava RS za zaščito in reševanje, izpostava NG, Komunala Nova Gorica ... Prireditve se je udeležilo preko 1200 ljudi. V sklopu prireditve smo podelili tudi nekaj nagrad. Nagradili smo najmlajšega, rojenega 15. februarja 2010, in najstarejšega udeleženca, rojenega leta 1932, ter najštevilčnejšo družino – 11 udeležencev. Prireditev se je zaključila z zabavnim programom za vse udeležence pred občinsko stavbo v Novi Gorici. Sponzorji prireditve so bili



Gonzaga d. o. o., Adriatic Slovenica PE Nova Gorica, Policijska uprava Nova Gorica, Mestna občina Nova Gorica, Slovenska vojska, Komunala Nova Gorica ... Prireditev je bila posneta in se je predvajala 23. maja 2010 na Slovenijo 1 v sklopu mladinske oddaje Šport Špas.

*Ena od stojnic ob prireditvi
Šport Špas*

Trije predstavniki zgodovinskega krožka so v Novem mestu predstavljali raziskovalno nalogo zgodovinskega krožka z naslovom ***Humanitarne dejavnosti na Osnovni šoli Milojke Štrukelj in Novi Gorici vse do današnjih dni***. Naloga je bila nagrajena z zlatim priznanjem.

Skupaj s Centrom za socialno delo smo predstavljali prostovoljno delo na mednarodnem srečanju prostovoljnih organizacij v Tržiču, Italija. S predstavnico Centra za socialno delo sva sodelovali na okrogli mizi na temo Prostovoljno delo.

*Predstavitev prostovoljnega dela na
osnovni šoli v Tržiču*



Šolski tim dvakrat letno načrtuje in pregleda opravljene dejavnosti. Preglednice z načrtovanji in evalvacijo pošljemo na Inštitut za varovanje zdravja, kjer jih pregledajo in na njihovi osnovi pripravijo letno analizo.

OŠ MILOJKE ŠTRUKELJ NOVA GORICA

Na šoli so se zelo posvetili temi ODNOS-SI - zmanjševanje neenakosti. V ta namen so uredili e-učilnico za starše, kjer učenci povabijo starše, da se skupaj učijo osnovnega dela z računalnikom.

Že vrsto let na šoli poteka prostovoljstvo; učenci 9. razreda pomagajo učencem 4. razreda pri premagovanju učnih težav.

V projektu Comenius, bodo pripravili knjigo zdrave prehrane s poudarkom na slovenskih tradicionalnih jedeh.

V maju organizirajo Dogodek Sviti z anatomskim napihljivim modelom debelega črevesja. Povabili so zdravnico, ki bo izvedla predavanje na temo rak debelega črevesa in danke.

Vsi učenci sodelujejo pri projektu Športna akademija. Projekt poteka pod geslom »kjer je volja je tudi uspeh«. Šola ima organizirane rekreacijske-športne dejavnosti, ki potekajo po pouku, med vikendi ali počitnicami in se jih lahko udeležijo učenci skupaj s starši, stari starši in učitelji.

Vodja ZŠ je spodbudila, da bi morale ZŠ več narediti na prepoznavnosti.

Zapis poročanja vodje projekta na sestanku v Ljubljani

POROČILO O DELU ZDRAVIH ŠOL V ŠOLSKEM LETU 2009 / 2010 V GORIŠKI ZDRAVSTVENI REGIJI

Število vzgojno-izobraževalnih ustanov, ki so bile vključene v mrežo Zdravih šol v goriški zdravstveni regiji v šolskem letu 2009/2010 je bilo skupaj 16. V obravnavanem šolskem letu je mrežo sestavljalo 13 osnovnih šol, 2 srednji šoli in 1 srednja šola z dijaškim domom.

Med njimi so vodje timov iz 16 (100%) šol izpolnili preglednice za načrtovanje in evalviranje dejavnosti v okviru Zdravih šol. Njihova poročila in evalvacije so bila osnova za oblikovanje enotne podatkovne baze.

Obdelava podatkov

Podatke iz izpolnjenih tabelarnih preglednic smo kodirali in s programom Microsoft Access 2000 vnesli v bazo. Nato smo jih statistično obdelali s programom SPSS 13.0 za Windows.

Rezultati

Za šolsko leto 2009/2010 nam je podatke posredovalo 16 ustanov, od tega 13 osnovnih šol, 2 srednji šoli in 1 srednja šola z dijaškim domom. Skupaj so v okviru mreže Zdravih šol izvedle 122 nalog. Med nalogami so večletni projekti in časovno obsežnejše naloge, ter manjše število akcij, namenjenih promociji zdravja, ekologiji in popestritvi pouka.

Pri tem so bila nekatera vsebinska področja še posebej pogosto obravnavana.

- Duševno zdravje (oblikovanje pozitivne samopodobe-samospoštovanja pri učencih; kako preseči samega sebe; starše in učitelje seznaniti s posledicami sodobne vzgoje) (13,1%)
- Zdrav način življenja (razmišljanje o zdravem pomenu življenja; pogovor o sebi; sprejemanje odgovornosti za svoj način življenja) (10,7%)
- Zdrava prehrana (osveščanje učencev, staršev o pravilni prehrani; motnje hranjenja; priprava jedilnikov; jabolko v šoli; pomen vode) (9,8%)
- Zobozdravstvena vzgoja; Ekologija; Popestritev pouka (prizadevanje za zdrave, čiste zobe, zdrav nasmeh; pravilna uporaba ščetke in zobne nitke; ozaveščenost in izobraževanje o temah ekologije, ustrezen odnos do okolja, navajanje na ločeno zbiranje odpadkov; urejanje šolskih prostorov, okolice, bivalnih razmer) (8,2%)
- Telesna aktivnost (osveščanje učencev, staršev o pomenu gibanja in pravilni prehrani; kaj storimo za večjo aktivnost otrok, njihovo držo; druženje treh generacij) (6,6%)
- Zasvojenosti, Sprejemanje drugačnosti, Širitev idej (mesec boja proti zasvojenosti, vpliv alkohola; svetovni dan brez tobaka, teden brez cigarete, podpis zaprisege; spodbujanje sožitja med generacijami, druženje s starostniki v domovih za upokojence; srečanje z varovanci vzgojno-varstvenega zavoda v Vipavi – kosterjanje piknik; predstavitev življenja gluhih, naglušnih, slepih in slabovidnih, oseb z motnjami v razvoju, približati učencem otroke z drugačnimi potrebami; spremeniti odnos in sprejeti drugačnost; fleksibilni predmetnik, razbremenitev učencev, učiteljev, skrb za kolektiv) (4,9%)
- Zdravstvena vzgoja, Izboljšanje delovnega okolja (projekt o sebi - delovanje lastnega telesa – spolnost; mladi in splet; svetovni dan AIDS-a- spodbuditi mlade za uporabo kondomov; sporočilo letošnje kampanje »Prenašaj sporočilo, ne virusa«) (4,1%)
- Metode učenja (šolski parlament, poiskati pri učencih njihova močna področja) (3,3%)
- Svetovni dnevi, Varnost, Nasilje (vsi svetovni dnevi so bili obravnavani skladno z vsebinami; varnost v prometu; varna pot v šolo – pomen alkoholizma in vpliv drugih drog na našo varnost; opozoriti na nasilje med mladimi; ter ga preprečevati; pomen varnih točk in naporitev od njih) (2,5%)
- Družbeno koristno (delo, učenje, pomoč, krvodajalstvo, humanitarne akcije) (1,6%)

Poročilo dela Zdravih šol v Goriški regiji

Na sestankih, ki jih organizira in vodi Inštitut za varovanje zdravja, obravnavamo različne teme o zdravju, informirajo nas o dogodkih in dejavnostih, povezanih z zdravjem. Skupaj izberemo vsebinsko »rdečo nit«, ki jo poglobljeno obravnavamo eno šolsko leto.

Svoja prizadevanja prikažemo na srečanju slovenske mreže Zdravih šol. Letos je potekala v Ljubljani na temo ODNOSI-SI.

Sodelovali smo na posvetu, ki ga je organizirala Mestna občina Nova Gorica v sodelovanju z Zavodom za zdravstveno varstvo Nova Gorica ob svetovnem dnevu zdravja na temo 1000 mest, 1000 življenj – Zdravje v mestih šteje.

Prispevek je bil na temo **Podporno šolsko okolje za promocijo zdravja**.

Število prostovoljcev osnovnošolcev se je iz leta v leto povečevalo. Počasi je naraslo na 32. Posledica tega je bila povečanje ponudbe za delovanje prostovoljcev.

Vključeni smo bili v strokovno spremljanje šolske prehrane. V mesecu maju smo jedilnike za vsak šolski dan posebej morali opremiti s podrobnimi podatki o vrsti živil in jih poslati na Inštitut za varovanje zdravja Nova Gorica v strokoven pregled.

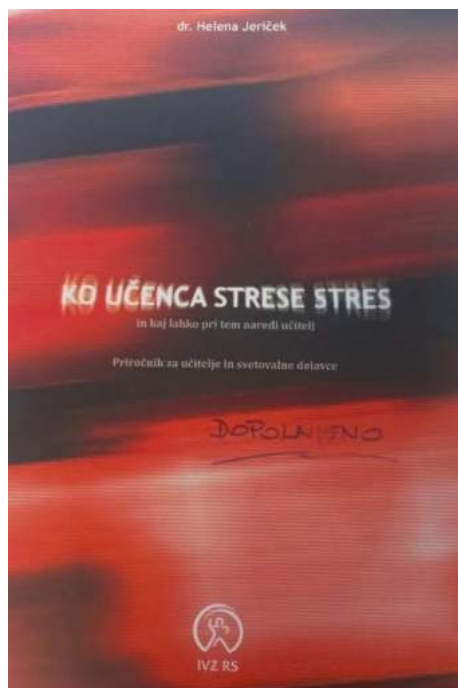
V letošnje letu smo si na Inštitutu za varovanje RS skupaj z območnimi zavodi za zdravstveno varstvo zadali nalogo strokovnega spremljanja osnovnošolske prehrane glede na veljavne strokovne usmeritve in navodila. K temu nas bo v prihodnje zavezovala tudi novela Zakona o šolski prehrani (Ur. l. RS, št. 43/10), ki v 28. členu opredeljuje strokovni nadzor. Namen spremljanja je predvsem strokovna podpora šolam pri izboljšanju stanja ponudbe in usmerjanju dela na področju odprave pomanjkljivosti v sistemu organizirane prehrane učencev.

Obvestilo o spremljanju šolske prehrane

Na Inštitutu za varovanje zdravja je izšel prenovljen priročnik *Ko učenca stresa stres*.

Naslovnica priročnika Ko učenca stresa stres

Na sestanku v Ljubljani so bile na kratko predstavljene nekatere od delavnic E-bug različnih področij. Prikazana je bila delavnica o higieni rok in pravilnem kihanju.



V tem šolskem letu se je vključilo v regijsko koordinacijo Slovenske mreže zdravih šol (SMZŠ) vseh 9 regijskih Zavodov za zdravstveno varstvo (ZZV-jev). S tem so se oblikovale razmere tudi za priključitev Zdravih šol 1.kroga v regijske mreže. Šole iz 1.kroga še vedno ohranjajo pozicijo strateške skupine, ki jo bo vodil IVZ in se bo sestajala 1-2x na leto ter razpravljala o razvojnih nalogah in načrtih SMZŠ. Sicer pa se šole 1.kroga udeležujejo rednih regijskih informativno-izobraževalnih delovnih srečanj v organizaciji regijskih ZZV-jev 3x na leto (oktober/november, februar/marec in maj/junij). Podrobnejše informacije so predstavljene tudi v e-mailu vodium 1.kroga, z dne 2.4.2010.

Obvestilo o vključitvi vseh regijskih zavodov za zdravstveno varstvo v regijsko koordinacijo Zdravih šol.

ZDRAVE ŠOLE Slovensko mrežo zdravih šol tvori že 268 osnovnih in srednjih šol, med njimi primorske

Vzgoja za življenje

Šola je poleg družine tisto okolje, ki lahko najpomembneje vpliva na razvoj zdravega življenjskega sloga otrok in mladostnikov. Za to si v projektu zdravih šol že dalj časa prizadeva 268 osnovnih in srednjih šol, ki se vključujejo v Slovensko mrežo zdravih šol. Med njimi je tudi pester primorski osnovni šol (skupaj s številnimi podružnicami), sodeluje tudi nekaj srednjih šol s severne in južne Primorske.

Po besedah Mojce Bevc Stančič, nacionalne koordinatorke projekta Slovenske mreže zdravih šol v Inštitutu za varovanje zdravja (IVZ), si zdrave šole prizadevajo spodbujati in krepijo različne poboje, povezane s zdravjem ter zdravim načinom življenja učencev, učiteljev in staršev. "Zdrave šole poudarjajo zdravje celotne, za to enakovredno skrbijo za duševno, telesno, socialno in okoljsko področje. Šola, ki so vsa področja uravnotežena, hkrati je počasi in zdravje posameznika in tudi skupnosti," pravi Bevc Stančičeva.

Že 17-letna praksa

Slovenska mreža zdravih šol aktivno deluje že od leta 1993, ko se je v ta projekt vključilo dvajset šol. V sedemdesetih letih se je mreža okrepila, danes se mreži zdrave šole pridružijo že 268 ustanov - 212 osnovnih šol, 47 srednjih šol, sedem dijalskih domov, študijski Zavod za globalno in naglasno in kmetijski Zavod za invazivno milidno.

Dejavnosti zdravih šol že vsa leta podpirajo ministri za šolstvo in šport ter za zdravje, koordinirata pa jih IVZ. Zaradi velikega števila sodelujočih šol so sodeljevali tudi različni strokovni stroki, ki jih mreža koordinirajo preveriti običajni stroki na zdravstveno varstvo. Dodajmo, da zdrave šole niso slovenska posebnost, saj delujejo že kar v 43 evropskih državah.

Delo vodi tim

Kako skrbijo zdrave šole za zdrav življenjski slog? Mojca Bevc Stančič pojasnjuje: "Na šoli deluje poseben tim. Sestavljen ga predstavlja vodna, učiteljska, starševska, učenceva, strokovna in lokalna skupnost. Tim se na začetku leta odloči, katere in katerim povezanim problemom bi nadi izboljšali in nadi, na kakšen način bomo to izboljšali. Na koncu leta preverijo, kako uspešno so bili pri izboljšavi."

Dodeli se so šole v mreži zdravih šol že spopadajo s vso problematiko in jim povzročijo veliko pozornost. Navedimo jih le nekaj - alkohol, duševno zdravje, prehrana in gibanje, homoseksualnost, spolna kakovostna izraba prostega časa.

Vsebine, ki so jim blizu v pomoč pri spodbujanju zdravja in s zdravjem povezanega življenjskega sloga, določijo šole zdravje prehrana ali pa več gibanja, zamenjajo v posamezne predmete in v organizacijo šole same. Tako so v predmetih telesnega zdravja med drugimi v učne ure vključili tudi vsa potrebna znanja in veščine, ki jih učenci potrebujejo za zdravje. Pri spodbujanju zdravja so se učenci učili tudi na različne načine, vključno s komunikacijo, oblikovanjem tima, razreševanja konfliktov na mirni način in krepitvi solidarnosti.

Spodbuden goriski primer

Osnovna šola Milojke Struškaj iz Nove Gorice sodeluje v projektu Zdravi šol že od samega začetka. Po besedah izvršne direktorice Lilijane Sališ se je šola na začetku vključila zlasti z zdravim prehrano in telesno dejavnostjo, dandanes pa se lahko pohvalja, da sta pravi ti dve področji na šoli dobro razviti. "Za učence smo izni uspehi tudi izboljšali, da imajo na voljo šolsko prehrano, kotiček želja," dodaja Lilijana Sališ. "Leta smo se vključili še v Skupno šolsko udeležbo. Ker delimo pri oblikovanju jedilnika upoštevati tudi želje učencev, oblikujemo jedilno menijo, ki upošteva tudi njihove želje. To izvedemo v pogovoru z učjo šolske prehrane ali pa s pomočjo občine."

V prid spodbujanju gibanja so že pred leti uvedli aktivni odmori, ki omogočajo starejšim učencem gibanje odzema raznovrstne športne aktivnosti na igrišču, mladim pa so na voljo igrala. Šola je danes namenjena gibanju za vse družinske člane, torej za starše in otroke. Veliko pozornosti so namenili tudi sprejemnemu drogiranosti in učenci se že 15 let srečujejo z varovanjem slovenskega Centra za upoštevajočje invalidnih otrok Janke Pretnil Vogla. Spodbujajo tudi prostovoljno delo učencev in negovanje kakovostnih medsebojnih odnosov. Po besedah sogovornice je opaziti vrsto izboljšav: "Rešujemo občutek, da smo zdrava šola. Po hvali, katerim problemom se posvečamo, poskušamo učitelji, starši in učenci. Načrti smo se pogovarjali in dogovorili, kaj lahko storimo. Bilo pa je, da se problematika zmanjša spreminjanje, mi pa se priključimo novim zahtevam. Zdravje šole so bolj uspešne v problemih, povezanih s našim in stresom. Eden naših največjih problemov, ki smo ga rešili pod drobnogled, pa so bili mobilni telefoni. Učenci so jih namreč v odmorih uporabljeni v izločeni meri, da je bilo že mogoče. Dogovorili smo se, da mobilnikov v šoli ne bo."

Precej šol s Primorske

V projektu Zdravi šol s območja južne in severne Primorske sodeluje kar 29 šol. Regijska koordinatorka za Goriško, Irina Jerič, pravi, da je zanimanje za projekt povečanje: "Šole upoštevajo veliko priložnosti v regijski mreži zdravih šol. V svojem sklopu jim namreč Zavod za zdravstveno varstvo (ZZV) v povezavi z IVZ in drugimi regijskimi ZZV organizirajo izmenjavo izmenjave in dobrih praks pri oblikovanju in krepitvi zdravja učni - učencev, staršev, učiteljev. Šole so med drugim navdušene

nad priročniki za učitelje za delo z učenci in starši, pa tudi nad zdravstveno vzgojnim gradivom, ki jih prejemajo (plakati, letaki, zgibanke, nameni kartončki s šolskim urnikom). Zelo dobrodošla so kotrična so brezplačna predavanja za šolske kolektive, demonstracije priprave zdravil jedi in informacije o uporabi spletnih strani.

Cepiva učitelji, ki sodelujejo v projektu, za dodatno delo rade posebej nagajati, so jim v veliko pomoč tudi druženja in vodil timov zdravih šol v sklopu regijskih srečanj, pa tudi nova znanja, ki jih nato posredujejo v svojem šolskem sklopu. Po navedah Irine Jerič šole tudi vse bolj posredujejo po obiskih vseh učiteljev in vsebinsko obsevnost zdravja, se po sebi po izobrazbenih in strokovnih pozitivnih samopodobi, prepoznavanju in oblikovanju stresa ter učinkovito razreševanje problemov.

Mojca Bevc Stančičeva poudarja, da so zadovoljni, zdravi, varni, uspešni učenci bolj uspešni. "Na šoli se je iz njih preželo v šoli, kjer se učbeni učbeni sistematično prepletajo, učenci o zdravju pa je pravega učbenika za življenje, se ne morejo manj obremeniti. Najbolj traja se to obziri v pridobivanju znanja, več časa pa traja, da se spremeni pogled in prepričanja. Sprememba vedenja se, šola, počasi šole po nekaj letih."

Ne preseneča, da je šola ob tem le eden izmed dejavnikov, ki s svojim delom lahko vpliva na zdrav razvoj mladega človeka. Temeljne pogoje, vrednote, odnos do zdravstva življenjskega sloga, pa oblikuje družina. V času adolescence pri tem prevzema pomembno vlogo tudi vrstniki in mreži. IVZ pa si že nekaj let prizadeva tudi, da bi vsebine zdravja zajeli v šolski kurikulum, tako da bi bili pozitivnega odnosa do zdravja delni prav vsi učenci.

ANDREJA DREY



Če se za kot otrok navaditi na redno vadbo, v zrelih letih ni veliko težav z zdravjem



Šolari preveč časa preživijo pred TV ekranom

Članek v Primorskih novicah

2010/2011

Rdeča nit je bila **Odnosi – si.**

Izšla je prva številka Kemijskih novic z naslovom *Leto 2011 – mednarodno leto kemije.*

V soboto, 14. maja 2011, je v Športnem parku v Novi Gorici potekala prireditev Šport Špas Srečanje in gibanje vseh generacij. Organizatorji prireditve (Vrtec Nova Gorica, OŠ Milojke Štrukelj Nova Gorica s podružnico Ledine, OŠ Kozara, Javni zavod za šport Nova Gorica, Mladinski center, Mestna občina Nova Gorica in OŠ Frana Erjavca) smo v sodelovanju s Policijsko postajo Nova Gorica, z Zdravstvenim domom Nova Gorica, s Prostovoljnimi gasilskim društvom Nova Gorica, z Rodom soških mejašev, z Glasbeno šolo Nova Gorica, s Tehničnim šolskim centrom, z Društvom za zdravje srca in ožilja Severnoprimske regije in z Zavodom za zdravstveno varstvo pripravili pester program. Prireditve se je udeležilo 1.796 pohodnikov. Prireditve sta povezovala športni novinar Marko Lazar in vzgojiteljica Jola Matič. Udeležence prireditve je pozdravil podžupan Mitja Trtnik. Vsaka šola in vrtec je najstarejšemu, in najmlajšemu udeležencu ter najštevilčnejši družini podelila priznanje. Najstarejša udeleženka celotne prireditve se je pohoda udeležila v okviru naše šole, rojena 1931. leta. Tudi najmlajši udeleženec prireditve, rojen aprila 2011, se je prireditve udeležil pod okriljem naše šole. Najštevilčnejša družina je štela 8 članov. Prireditve se je zaključila s kulturnim programom.



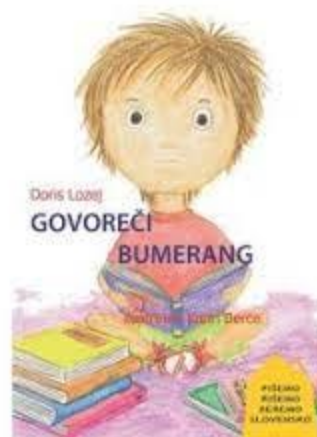
Ob stojnici naše šole



Priznanje za najštevilčnejšo družino.

24. maja je šolska psihologinja je izdala prvenec z naslovom *Govoreči bumerang*.

Naslovnica in kratka vsebina knjige Govoreči bumerang



O vsebini

Mihcu je povzročalo težave že samo ploskanje, glasno smejanje, jok. Čeprav je doma govoril brez težav, v šoli ni govoril z nikomer....ne s sošolci ne z učiteljico....za nekoga malenkost, zanj velik strah.

Otrok, ki so podobni Mihcu na tak ali drugačen način ni malo. Zgodba, ki jo nosi knjižica, želi približati svet teh otrok njegovim sošolcem. Z namenom, da bi razumeli njihove težave, jih sprejeli in zato otrokom znali pomagati.

Ta zgodbica nosi tudi pomembno sporočilo vsem otrokom, ki se borijo z določenimi strahovi. Naj zaupajo sebi in v moč, ki je znotraj njih.

O ilustracijah

Ilustracije s katerimi je upodobila globok in navznoter obrnjen značaj malega Mihe so preproste in nežne. Fantka se tako zelo dotaknejo, da je takoj jasno, kako se je ilustratorica vživela vanj in njegovo življenje. Živahen kljub svojim težavam, pristrčen in otroško zvedav je ta deček tak, kot ga je Karin upodobila. Zgodba o Mihcu želi fantkove težave približati sovrstnikom in ilustracije bodo k temu gotovo veliko pripomogle.

Sodelovali smo z Društvom ledvičnih bolnikov Severnoprimske regije.

Pozdravljeni!

Pišem v imenu Društva ledvičnih bolnikov severnoprimske regije, kjer ob svetovnem dnevu ledvic (letos 11. marca) pripravljamo program Otroci varujte svoje ledvičke. V okviru tega programa obiskujemo osnovne šole v goriški, vipavski in postojnski regiji. Program je namenjen 4. razredom osnovnih šol in zavzema petnajstminutno predavanje ter ogled dvajsetminutne risanke na tematiko delovanja ledvic ter skrbi zanje; skupno traja eno šolsko uro.

Do sedaj smo tako od učencev prejeli same pozitivne kritike. Predavanje bi bili pripravljeni izpeljati v mesecu marcu in aprilu. Želeli bi, da bi ta program izpeljali tudi na vaši šoli. Za okvirni dogovor glede sodelovanja in termina vas bomo poklicali konec naslednjega tedna.

Lep pozdrav!

Alenka Bitežnik

Društvo ledvičnih bolnikov severnoprimske regije

Kontaktna oseba: Alenka Bitežnik, telefon: 041 514 524

Vabilo k sodelovanju z Društvom ledvičnih bolnikov

Izpeljali so predavanje na temo ***Otroci, varujte svoje ledvičke.***

Letos smo pokazali, da se da pouk izpeljati tudi na zelo drugačen način. 13 učencev in 7 spremljevalcev se je odpravilo na podaljšan vikend v hribe.

Spali smo v koči pod Bogatinom. Povzpeli smo se na planino Govnjač, bili smo pri Krnskih jezerih, na Sedlu in Lanževcu.

Izlet je bil pomemben z več vidikov. Otroci so spoznavali rastlinje sredogorja in visokogorja. Videli so, kako se vreme v hribih hitro spreminja in moraš biti pripravljen na različne vremenske nevšečnosti. Srečali so se z zgodovinskimi ostanki bunkerjev, postojank, bolnišnice iz prve svetovne vojne. Videli so, kje je potekala meja med Avstro-Ogrsko in Kraljevino SHS. Najpomembnejši je bil socialni vidik. Medsebojna komunikacija, strpnost, povezanost, premagovanje samega sebe, vztrajnost, pomoč drug drugemu, skrb za dobro počutje vseh, skupne igre in ne nazadnje upoštevanje reda in discipline tako pri hoji kot tudi v koči.

Kljub velikemu naporu za posameznika ostaja vprašanje: »Kdaj bomo spet šli?«



Udeleženci podaljšanega vikenda v hribih

Datum: 3. 5. 2011

**Zavod
Republike
Slovenije
za šolstvo**

Poljanska cesta 28
1000 Ljubljana
T 01/30 05 100
F 01/30 05 199
S www.zrss.si

Spoštovana ravnateljica, spoštovani ravnatelj !

Dovolite, da se vam in vsem učiteljem zahvalimo, ker ste na šoli izvedli program, Vzgoje za nekajenje s podpisom **Slovesne obljube**. S tem ste omogočili učencem sodelovanje pri nagradnem žrebanju, ki smo ga letos izvedli 11. 3. 2011 na Osnovni šoli Lava v Celju. Med izžrebanimi učenkami in učenci že tradicionalnega izleta v Gardaland, ki bo letos v soboto **21. maja 2011**, so tudi tisti, ki obiskujejo sedme razrede na šoli, ki jo vodite. Prilagamo vam seznam izžrebanih učencev in učenek iz celotne regije in vas prosimo, da jim izročite navodila za starše in določite **enega učitelja** spremljevalca, ki bo spremljal vse učence iz regijskih šol v Ljubljano, Gardaland in nazaj. Če se izžrebani učenec ali učenka izleta ne moreta udeležiti Vas prosimo, da nam takoj sporočite priimek in ime učenca ali učenke iz vaše šole, ki ga **Vi**

Zahvala za izvedbo programa o nekajenju

2011/2012

Rdeča nit je bila *Odnosi – si*.

V petek, 30. septembra, in v soboto, 1. oktobra 2011, smo se udeležili *Tabora učencev zdravih šol prvega kroga* na OŠ Prežihovega Voranca Maribor. V dveh dneh prijetnega druženja z učenci, učitelji in voditeljicami zdravih šol smo obiskali Didaktično kmetijo Eder na Gačniku pri Pesnici. Najprej smo si ogledali bogato kulturno dediščino, nato smo delali v delavnicah. Pekli smo kruh in flancate po starih kmečkih receptih, se igrali z živalmi in se razgibali na igriščih ob igri z žogo. Ličkali smo koruzo in iz ličja izdelovali lutke. Ustvarjali smo in krepili medosebne odnose, odnos do dela, narave in živali. Na Mariborskem otoku so učiteljice gostiteljice izvajale različne delavnice sproščanja, strpnosti in fit igre. Vsi učenci so bili za delo zelo motivirani in so naloge z veseljem in v sproščenem vzdušju zelo dobro opravili.

*Udeleženke tabora v
Mariboru*



Vabilo na srečanje in spominski pozdrav

Zadeva: Komisija za širitev Slovenske mreže zdravih šol

Spoštovani,

vabimo vas na sestanek Komisije za širitev Slovenske mreže zdravih šol, ki bo potekal **v petek, 11.11. ob 11. uri na Inštitutu za varovanje zdravja, Trubarjeva 2 (v kleti).**

Vabljeni ste predstavniki ZZV-jev, Zdravih šol 1.kroga in IVZ-ja. Po regijah bomo pregledali prispele vloge na razpis Širimo Slovensko mrežo zdravih šol, ki poteka od 13.9. do 20.10.2011 in se dogovorili o tekočih zadevah.

Vljudno vabljeni!

Z lepimi pozdravi,
Mojca Bevc

Vabilo na sestanek za širitev mreže Zdravih šol



Mreža Zdravih šol v šolskem letu 2011/2012

Na šoli smo izpeljali *Tradicionalni slovenski zajtrk*.



Tradicionalni slovenski zajtrk v razredu

Organizirali smo praznično tržnico.

Utrinek s praznične tržnice



Na šoli smo imeli regijske zmagovalce za čiste zobe. Udeležili so se prireditve v hali Tivoli.



Regijski zmagovalci za akcijo Čisti zobje v hali Tivoli

Udeležili smo se strokovnega izobraževanja za pedagoške delavce za preventivno delo z razredom po programu *To sem jaz*.

Na nacionalnem srečanju slovenske mreže Zdravih šol: festivalu dobrih praks smo predstavljali *Prostovoljce osnovnošolce*. Predstavili smo jim organizacijo in izvedbo dela osnovnošolcev prostovoljcev na osnovni šoli: področja dela, oblike dela, priprava prostovoljcev na opravljanje posameznega dela na šoli, pomen komunikacije, sprejemanje drugačnosti, bogatenje sebe in drugih. V šolskem letu 2011/2012 je na šoli delovalo **38** prostovoljcev osnovnošolcev, **1** srednješolka in **1** študentka. Poleg že utečenega dela so opravili še naslednja dela in naloge: delavnice za petošolce, na tednu vseživljenjskega učenja na LUNG-u so izvajali delavnice uporabe mobitela za starejše, izpeljali so novoletno delavnico z mlajšimi učenci, kjer so izdelovali voščilnice. Sodelovali so na programu *Simbioz@ medgeneracijsko sodelovanje* – pomoč pri učenju uporabe računalnika za starejše.

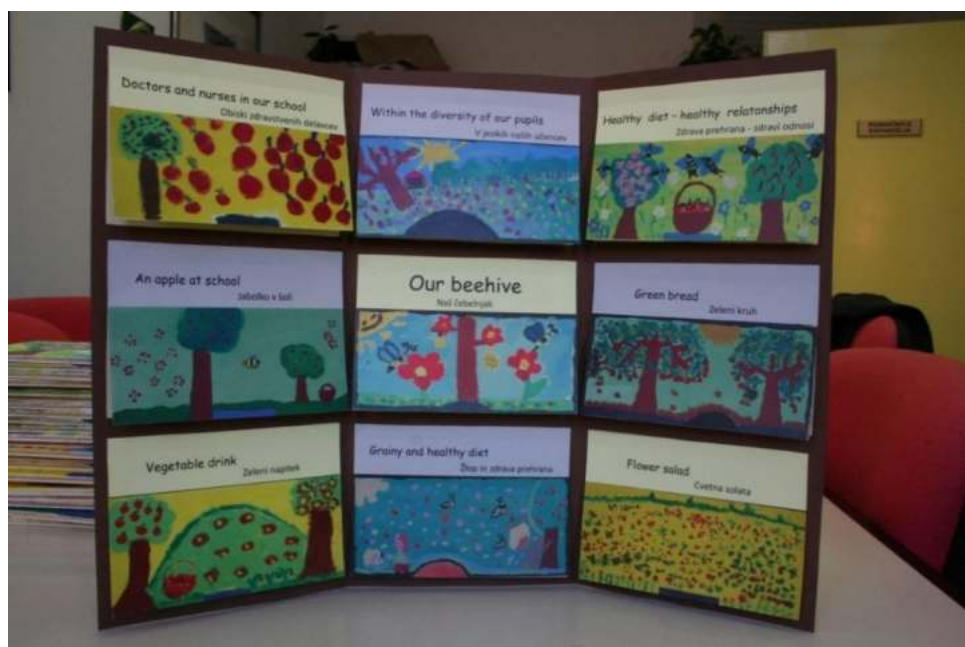
Prostovoljci na podelitvi zahval



Vsi zaposleni na šoli smo ugotovili, da prostovoljno socialno delo pozitivno vpliva na medsebojne odnose, saj zmanjšuje nestrpnost, posameznikom daje večji pomen lastne vrednosti in odpira pot sprejemanju drugačnosti.

Vključili smo se v projekt **Zdrav življenjski slog**.

Nadaljevali smo s projektom Comenius šolska partnerstva z naslovom *Fit for Europe – Fit for future* – “Fit za Evropo – Fit za prihodnost. V šolskem letu 2012/2013 smo se posvetili aktivnemu življenjskemu slogu.



Udeleženci projekta Comenius v Birminghamu in predstavitev področij dela

Vtisi šestošolke Mance, ki je gostila učenko iz Turčije:

COMENIUS PROJECT

Ob 20.30 smo se zbrali pred šolo ter jih pričakali. Ko sem videla kombi, sem se zelo razveselila. Ko so vsi izstopili iz kombija, so se začeli predstavljati po imenih. Ko sem slišala ime Eda, sem takoj skočila ter se ji predstavila. Nato smo jaz, Eda, Karolina in njena gostja, Serap, odšle na sladoled. Ko smo ga pojedle, smo odšle domov. Eda se je predstavila moji družini ter nam dala darila. Bila je zelo utrujena, zato je kmalu šla spat. Vmes je samo še poklicala domov. Naslednje jutro nisem vedela, kaj bo jedla, zato je moj tata dal na mizo maslo, čaj, mleko, piškote... Nato smo skupaj odšle v šolo. V šoli sem ji predstavila vse svoje prijatelje. Naša prva ura v šoli je

bila razredna. Predstavila sem ji cel razred in učiteljici. Nato smo naredili še nekaj slik. Po končanem pouku sva se z Edo odpravili domov. Tam mi je pokazala turške pevce, ki so ji všeč. Kmalu smo se odpravile "ven" s Karolino in Edo. Ko smo prišle domov, smo odšle spat. Naslednji dan smo pisali NPZ (nacionalno preverjanje znanja), zato nisem mogla iti z njo v Ljubljano. Ob 20.30 so prišli nazaj. Ko sem jo vprašala, ali ji je Ljubljana všeč, je rekla, da je tam že bila z družino in da ji je zelo všeč. V sredo zjutraj sva si umili zobe, pojedli zajtrk, se oblekli ter odšli v šolo. Po šoli sva odšli "ven" s Karolino in Serap. Kasneje sva odšli v Magmo na bowling. Popoldne smo odšle na Kapelo na ogled Burbonk. Eda mi je povedala, da imajo v Turčiji veliko vrtnic. Nato smo šle še na trg Evrope, ter jima povedali malo italijanskih besed. Bilo je zelo smešno, saj sta jih zelo smešno izgovorili. Po končanem dnevu sva bili z Edo zelo utrujeni, zato sva se odpravili spat. Naslednje jutro smo že spet pisali NPZ, a vseeno smo odšli v Škocjanske jame, Portorož in Piran. Bilo je prekrasno!! Naslednji dan smo imeli delavnice. Delali smo broške, uhane, obeske ... Kmalu pa so naši gosti iz Turčije morali oditi. Vsi smo bili zelo žalostni. Seveda je bilo med tednom še veliko lepih trenutkov in prireditev v šoli, če bi pa vse pisala, bi se nabralo veliko, veliko, zares veliko strani.

Manca Lapanje, 6. c

2012/2013

Rdeča nit je bila **Odnosi-si: Vrednote (vredno-te)**.

Dvakrat letno organiziramo tržnico **Meni je premajhno, tebi bo prav**. Učenci prinesejo oblačila, ki so jim premajhna in jih zamenjajo.

*Tržnica Meni je premajhno,
tebi bo prav na matični šoli*



Na šoli že več let deluje Komisija za prehrano. Sestavljajo jo ravnateljica, svetovalna delavka, glavna kuharica, vodja šolske prehrane, predstavnik učencev in predstavnik staršev. Srečujemo se dvakrat letno.

Vsako uro slovenskega jezika smo pričeli z branjem najljubše knjige. Učenci so se na tak način umirili. Lahko so brali domače branje ali knjigo za bralno značko.

Ob začetku praznovanja 20-letnice Zdravih šol, smo pripravili srečanje vodij zdravih šol na naši šoli.



Učenke so vodile program 20 let Zdrave šole

Liljana Sulič

Od: "Ingrid Markočič Tadič ZZV-GO" <ingrid.markocic-tadic@zzv-go.si>
Za: <"Undisclosed-Recipient:."@gov.si>
Poslano: 12. november 2012 12:56
Zadeva: Fw: Prizma 2012 za program To sem jaz
 Spoštovani,

Prepošiljam vam čudovito novico, saj kot je že vodja programa Ksenija Lekić napisala ste tudi vi prispevali k nagradi.

Želim vam lep dan.
 Ingrid Markočič Tadič

----- Original Message -----

From: Ksenija Lekić
To: ingrid.markocic-tadic@zzv-go.si ; cecilija.susec ; Jadranka Jovanović ; Doroteja Kuhar ; Rok Policnik ; tanja.torkar@zzv-kr.si ; alenka.hafner@zzv-kr.si ; marina.sucic@zzv-kp.si ; kristina.brovic-jelusic@zzv-go.si ; Olivera ; Nives Letnar ; Marijana Janet ; lea.peternel@zzv-lj.si ; nevenka.razman@zzv-kp.si ; Nina Pogorevc <Nina.pogorevc@zzv-ravne.si> (Nina.pogorevc@zzv-ravne.si) ; 'metka.krebs@zzv-mb.si' (metka.krebs@zzv-mb.si) ; ziva.zerjal@zzv-kp.si ; irena.jeric@zzv-go.si
Cc: Nuša Konec ; Petra Tratnjek ; Alenka Tacol
Sent: Monday, November 12, 2012 12:36 PM
Subject: Prizma 2012 za program To sem jaz

Lepo pozdravljeni!

Sporočamo vam zares lepo novico za nas vse: program To sem jaz je **prejemnik nacionalne nagrade za komunikacijsko odličnost Prizma 2012!**

Obvestilu o nacionalni nagradi za projekt To sem jaz

V prazničnem mesecu smo popestrili dopoldan tudi varovancem Doma upokoјencev Nova Gorica. Nastopili so naši najmlajši učenci.



*Nastop otroškega pevskega zbor podružnične šole Ledine v Domu upokojencev
Nova Gorica*

Na šoli smo ob *Tednu boja proti raku*, pod geslom »Dejstva o raku –spoznajte resnico« **organizirali** kulturno prireditev. Prireditve so se udeležili predstavniki učencev, učiteljev, Zavoda za šolstvo, Mestne občine Nova Gorica, Nacionalnega inštituta za varovanje zdravja (NIJZ) in Ministrstva za šolstvo. Na prireditvi smo izžrebali 80 učenk in učencev iz regije, ki so sodelovali v programu Vzgoje za nekajenje in so se udeležili nagradnega izleta.



Udeleženci prireditve



Prireditev so vodili sedmošolci

Sodelovali smo na sejmu
Altermed.

*Stojnica na sejmu
Altermed*



Ob 50-letnici naše šole je na šoli potekala Športna akademija. Na kulturni prireditvi so sodelovali vsi učenci – za šolo in učitelje je pomemben vsak posameznik.

Organizirali smo prvo humanitarno glasbeno plesno prireditev za starše *Ključ za upanje*. V zameno za prostovoljni prispevek so obiskovalci dobili ključke s številko in vstopili v žrebanje. Zbran denar je šel v šolski sklad.

Udeležili smo se tabora učencev zdravih šol 1. kroga v Trebnju.

Vabilo OŠ Trebnje



Prostovoljci so sodelovali na mednarodnem dnevu prostovoljcev. Predstavljali so svoje delo.

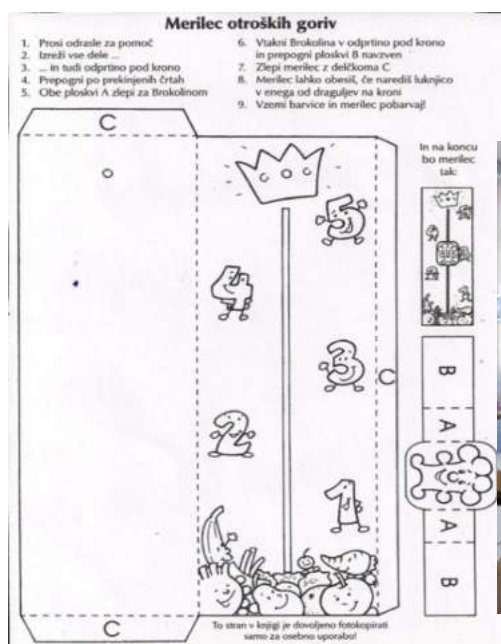


Prostovoljci se predstavijo na mednarodnem dnevu prostovoljcev



Pripravili smo zaključek projekta *Comenius šolska partnerstva Fit for Europe – Fit for Future!*

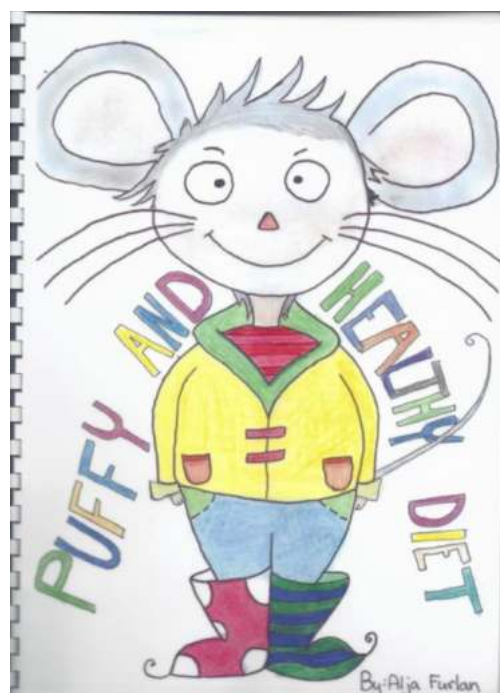
V projektu smo veliko delali na zdravi prehrani. Na razredni stopnji smo uporabljali merilec otroških goriv, pri urah angleškega jezika so brali zgodbico o škrtu Brokolinu.



Merilec otroških goriv in branje zgodbe o škratu Brokolinu

Učenci predmetne stopnje so knjigo *Zdrava prehrana* avtorice Alje Furlan s pomočjo učiteljice angleškega jezika prevedli in pripravili dramatizacijo. Uprizoritev je bila na srečanju Comenius v Sloveniji.

Naslovnica knjige Zdrava prehrana



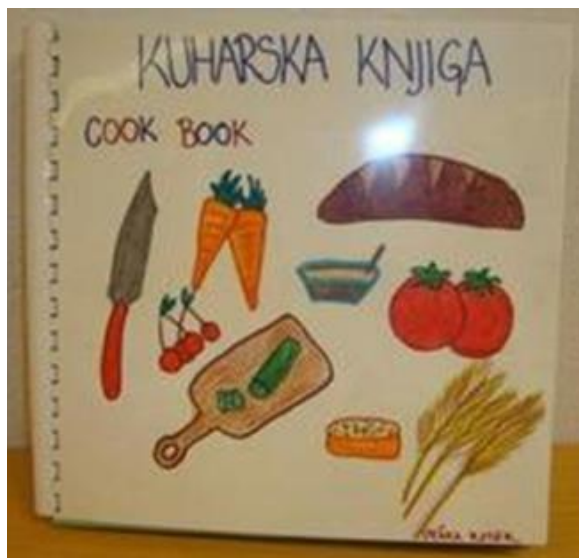
Devetošolci so se pogovarjali o vplivu vitaminov, mineralov in strupenih snovi na mlado telo in možgane.



Pogovor o vplivu vitaminov, mineralov in strupenih snovi na telo

Pripravili smo knjigo tipičnih jedi sodelujočih držav z upoštevanjem zdravih sestavin.

Knjiga zdravih receptov



Začela se je sprememba načrtovanja dela Zdravih šol s pomočjo spletne aplikacije.

Nacionalni sestanek na inštitutu za Varovanje zdravja je prinesel kar nekaj novosti.

3. Spletna evalvacija načrtovanja in evalvacije

- **Spletna anketa za načrtovanje** je pripravljena. Šole 1. kroga bomo poprosili, da jo pilotsko preizkusijo. Vesna Pucelj bo poslala navodila in spletno povezavo vodjem timov 1. kroga v decembru 2013.
- **Nacionalno poročilo o delu SMZŠ 2012/13:** Nina Scagnetti prosi, da regijski koordinatorski posredujejo nekaj najpogostejših nalog po posameznih vsebinah ter odstavek o opaženih posebnostih iz vaše regije.

4. Razno

- Lilijsana Sulič, OŠ Milojke Štrukelj: od ponedeljka si bo na spletni strani: www.radiorobin.si možno ogledati prispevek ob 20. obletnici Zdrave šole, ki so ga v večji meri pripravili učenci.
- Slavica Klančnik, OŠ Prežihovega Voranca Ravne: 20. obletnico Zdrave šole bodo praznovali s prireditvijo Mega žur, 20.12.
- Marinka Drogenik, OŠ Bistrica ob Sotli: Maja 2013 so gostili na šoli regijsko srečanje celjskih zdravih šol in obeležili 20. obletnico Zdrave šole. Dr.Božiček je predstavil delo zdravstvenega tima in povezovanje s šolo

Pilotski preizkus spletne aplikacije Načrtovanje (3) in nekaj poročil šol (4).

spremembi letnega in posredni javni letni, preden gre tekst na šole (priloga).

- **Kriteriji Zdravih šol:** v letošnjem šolskem letu naj timi Zdravih šol spremljajo situacijo na šoli, ker jih bo junija 2013 potrebno odposlati na regijske ZZZV-je. V pomoč naj jim služijo vprašalniki za učence, učitelje, starše, razgovori, opazovanje, evalvacija nalog... Kriteriji so namenjeni **povratni informaciji**

Pomen kriterijev Zdravih šol

Sklepi:

Na ZZVje bomo v avgustu poslali link do spletnega vprašalnika in vas prosili za testiranje vprašalnika, v začetku septembra tudi na nekatere šole, glede na pripombe pa kasneje tudi na vse šole.

- Naslednje šolske leto (2013/2014) bo testno.

- Pri vprašalniku je potrebno popraviti vnos aktivnih članov, in sicer se vnese vsakega člana posebej s številom opravljenih ur.

- Pri metodologijah bomo preverili ali je možno vnašati posebej načrtovanje in evalvacijo (v isti obrazec).

- V kolikor imate še kakšne predloge in pripombe, nam jih, prosimo, čimprej sporočite.

Sklepi sestanka

2013/2014

Rdeča nit je bila **Medgeneracijsko sodelovanje**.

Zdravstveni dom Osnovno varstvo NOVA GORICA, Rajčeva ulica 4, 5000 Nova Gorica



PROGRAM ZDRAVSTVENE VZGOJE ZA OSNOVNE ŠOLE 2013/14

RAZ RED	VSEBINA	ČAS	MATERIAL, AV PRIPOMOČKI
1.r	ZDRAVE NAVADE ZA ZDRAVO ŽIVLJENJE	2-3 ure	
2.r	KAJ STORIM VSAK DAN ZA SVOJE ZDRAVJE?	4 ure	Magnetna tabla, računalnik, projektor, zvočniki
3.r	NALEZLJIVE BOLEZNI	3 ure	Računalnik, projektor, zvočniki
3.r	ROJSTVO	3 uri	Računalnik, projektor, zvočniki
3.r	DOBRA TELESNA DRŽA	1 ura	Računalnik, projektor, zvočniki
4.r	PREDPUBERTETA (zgradba telesa, poudarek na osebni higieni)	3-4 ure	Računalnik, projektor, zvočniki, pisala
4.r	ŽIVIM VARNO – preprečevanje poškodb	4 ure	Računalnik, projektor
5.r	PUBERTETA IN ČUSTVOVANJE	3 ure	Računalnik, projektor, pisala, nalepke
5.r	ZDRAVA PREHRANA	2-3 ure	Sličice različnih živil za oblikovanje plakatov.
5.r	SONČENJE	1 ura	Računalnik, projektor
6.r	PREPREČEVANJE KAJENJA	4 ure	Računalnik, projektor, papir A4, cigarete, nalepke za imena
6.r	GIBAM SE	1 ura	Računalnik, projektor, zvočniki
7.r	KOŽA, AKNE, ZDRAVO ŽIVLJENJE	2 uri	Računalnik, projektor;
7.r	MLADI IN ALKOHOL	2 uri	Računalnik, projektor;
8.r	TELESNA TEŽA, LEPOTA IN ZDRAVJE, MOTNJE HRANJENJA	3 ure	Računalnik, projektor, nalepke, pisala, papir A4
8.r	VZGOJA ZA ZDRAVO SPLOST (kontracepcija, spolno prenosljive bolezni)	4 ure	Računalnik, projektor, nalepke za imena
9.r	AIDS	1 ura	Računalnik, projektor, zvočniki
9.r	OSNOVE PRVE POMOČI	2 uri	Računalnik, projektor, zvočniki

Vsa leta smo tesno sodelovali z Zdravstvenim domom, oddelek Zdravstvena vzgoja. Izvajalke so imele zanimiva predavanja, ki so jih predstavile učencem različnih starosti.

*Načrt zdravstvene
vzgoje, ki ga na šoli
izvajajo delavke
Zdravstvenega doma
Nova Gorica*

V oktobru so četrtošolci imeli srečanje s slepimi in slabovidnimi. Spoznali so, kako pomemben je vid. Presenečeni so bili, kaj vse lahko počnejo ljudje, čeprav ne vidijo. Spoznali so različne pripomočke, ki jim olajšujejo njihovo vsakdanje življenje. Prav vsak izmed učencev se je preizkusil s hojo s pomočjo bele palice. Zabavali so se ob igri kart, tipkanju in branju imen s pomočjo Braillove pisave.

Pri izbirnem predmetu Poskusi v kemiji so v začetku novembra imeli delavnico, ki jo je vodila ga. Maja Puc. V Solkanu ima svoj kozmetični salon, kjer uporablja veliko naravnih proizvodov, ki jih pripravi tudi sama. Učencem je pokazala, kako se pripravi naravno milo. Razdelila jih je v skupine, stehali so surovine in pripravili milo, ki so ga vlili v kalupe. Tako milo zori nekaj tednov, tako da so končni izdelek dobili šele čez mesec dni. Mila so bila na voljo na praznični tržnici v decembru.

Z novembrom smo se vključili v dvoletni projekt ***Razvijamo medkulturnost kot novo obliko sobivanja***. Ključne aktivnosti projekta so bile izvedba programa *Profesionalno usposabljanje multiplikatorjev* in *Uspešno vključevanje otrok priseljencev v vzgojo in izobraževanje*, v katerem je sodelovalo predvidoma 900 otrok priseljencev in 3500 strokovnih delavcev ter priprava gradiv (izobraževalno gradivo za strokovne delavce, slikovni slovar za otroke za usvajanje besedišča o šoli, zbirka didaktičnih iger).

Na Ljudski univerzi Nova Gorica (LUNG) so prepoznali potrebo po medgeneracijskem sodelovanju in učenju, zato so se odločili, da bodo v našem lokalnem okolju vzpostavili Center medgeneracijskega učenja. Vrata je odprl v petek, 29. novembra 2013. Od 16. do 18. so na LUNG-u potekale vsebinsko pestre dejavnosti. Med njimi tudi delavnica na temo ***Uporaba zaslonov na dotik***, ki so jo izpeljali naši osnovnošolci prostovoljci.

Novembra je bilo snemanje oddaje za Radio Robin na temo 20 let zdrave šole. Predstavili smo začetek naše poti in kakšne vloge so imeli ravnatelj, vodja šolske kuhinje, učitelji, učenci, starši, zunanji sodelavci in kako so drugi projekti vplivali na sam potek delovanja in razvijanja Zdrave šole. Kaj vse smo naredili in kje smo danes na področju zdrave prehrane, telesne dejavnosti, duševnega zdravja, sprejemanja drugačnosti, zdravstvene vzgoje, preventive pred zasvojenostjo, urejanja šolske okolice in ekologije so povedale učenke. Predstavili smo tudi 18-letno sodelovanje s CIRIUS Vipava.

*Prispevek o tem, kako skrbimo za
notranjost in okolico naše šole.*

ŠOLSKA OKOLICA

Naša šolska okolica je ograjena in ~~na~~ razpolago imamo igrišče, dvorišče in atrij. Namestili so tudi klopce, nekaj igral za učence, posadili so drevesa, ter zasajevali zelenice, cvetlične gredice in korita.

Naše dolge in ozke hodnike smo popestrili z raznimi barvami. Zidove smo prebarvali z lepimi pastelnimi zidnimi barvami ter obesili slike naših vrstnikov. Pobarvali so tudi vrata učilnic, ter montirali barvna vrata na omarice. Učilnice pa so urejene po okusu učitelja, ki tam poučuje. Poleg mize dežurnega učenca imamo manjši kotiček, ki ga tematsko opremlja naša učiteljica biologije.

Klub temu da je naša šola mestna šola v samem mestnem jedru smo uspeli najti prostor za sadovnjak. Naš sadovnjak se nahaja v atriju šole in v njem rastejo jabolka, hruške, češnje, kaki in fige. Imamo tudi zeliščni vrt ki vsebuje pehtran, timijan, sivko, rožmarin, vratič, origano, hermeliko, majaron, pelin, lovor in ameriški slamnik. Zelišča najprej pobereмо nato sušimo in uporabljamo v kuhinji, pri izbirnih predmetih ali na praznični tržnici kot razne izdelke.

Udeležili smo se nacionalnega posveta o promociji zdravja v šolskem okolju z naslovom **Skupaj za boljše zdravje otrok in mladostnikov – ohranjanje in zagotavljanje enakih možnosti**. Aktivno smo predstavili prispevek z naslovom 20-letni razvoj zdrave prehrane na osnovni šoli Milojke Štrukelj Nova Gorica, pripravili smo prispevek za zbornik in poster na temo *Sprejemanje drugačnosti, 18-letno sodelovanje s Cirius-om v Vipavi, Sredi mesta pa vendar imamo šolski zeliščni vrt, Vloga prostovoljnega dela in duševno zdravje, Užitne divje rastline in Potovanje kapljice čiste izvirske vode*.

Podelili so nam priznanje za 20 let vključenosti v projekt Zdrava šola.



Priznanje za 20-letno delovanje v projektu Zdrava šola



ZDRAVSTVO – ŠOLSTVO – SOCIALA – Z ROKO V ROKI ZA BOLJŠE ZDRAVJE OTROK IN MLADOSTNIKOV

Spoštovani!

Z veseljem vas vabimo na Nacionalni posvet o promociji zdravja v šolskem okolju, ki so ga in ga bodo sooblikovali mladi, predstavniki različnih sektorjev (zdravja, šolstva, dela, družine, socialnih zadev ter enakih možnosti), na katerem bomo obeležili tudi 20-letnico Slovenske mreže zdravih šol.

Nacionalni posvet z naslovom:

SKUPAJ ZA BOLJŠE ZDRAVJE OTROK IN MLADOSTNIKOV – OHRANJANJE IN ZAGOTAVLJANJE ENAKIH MOŽNOSTI,

bo potekal 17.12.2013, v Kongresnem centru Brdo pri Kranju.

Kriza, naraščanje socialno-ekonomskih problemov, razlik na različnih področjih vse to vpliva na zdravje in kvaliteto življenja in zdravje celotne populacije, posebej pa tudi na otroke in mladostnike.

S posvetom želimo združiti prizadevanja različnih sektorjev za to, da bi z manj ali enako sredstvi preprečili slabšanje socialno-ekonomske pozicije, slabšanje zdravja, povečevanje razlik, neenakosti in okrepili našo uspešnost. Rešitev vidimo v tem, da združimo moči in skozi večje in boljše povezovanje, sodelovanje in skupne pristope povečamo učinkovitost, dostopnost in kvaliteto zdravstvenega, šolskega in socialnega sistema.

Vabilo na nacionalni posvet o Zdravju otrok in mladostnikov

Dobili smo potrdilo, da smo uspešno izvedli in zaključili projekt Comenius 1, Šolska partnerstva.



Potrdilo o uspešno zaključenem projektu Comenius

S 1. januarjem 2014 so se Inštitut za varovanje zdravja RS ter regijski Zavodi za zdravstveno varstvo združili v enotno institucijo: Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) z območnimi enotami. Izoblikovale so se strateške, posvetovalne in delovne skupine znotraj Slovenske mreže zdravih šol. V nacionalnem posvetovalnem odboru je tudi predstavnica naše šole – vodja projekta.

7. februarja smo že četrtrič praznovali slovenski kulturni praznik s skupno uro branja po lastni izbiri z naslovom **Šola bere**. Med prvo šolsko uro so učitelji po razredih prebrali učencem besedilo o slovenskem kulturnem prazniku, slovenskem pesniku Francetu Prešernu in pomenu branja, ki ga je pripravila šolska knjižnica. Učenci so izpolnili tudi nagradno dopolnjevanke o življenju in delu največjega slovenskega pesnika. Sledilo je branje knjig po lastni izbiri. Učenci in učitelji so si lahko v šolo prinesli svoje knjige, za vsak razred pa je šolska knjižnica pripravila tudi škatlo z raznovrstnim izborom knjig. S praznovanjem v tej obliki smo želeli poudariti pomen branja v smislu spodbujanja bralne kulture in bralne pismenosti. V šolski knjižnici smo ob tej priložnosti pripravili razstavo različnih upodobitev slovenskega pesnika Franceta Prešerna. Ob tej priložnosti smo učence in starše prosili, da nam podarijo slikanice, ki jih ne potrebujejo več. Odziv je bil dober in s slikanicami bomo opremili učilnice jutranjega varstva na podružnični šoli Ledine.

V organizaciji šolskega sklada smo ponovno organizirali dobrodelno plesno-glasbeno prireditev *Ključ za upanje*. Namen prireditve je bilo zbrati čim več sredstev za šolski sklad, saj se potrebe po finančni pomoči socialno šibkim učencem pri financiranju šol v naravi, ekskurzij, šolske prehrane, nakupu delovnih zvezkov in šolskih potrebščin ter ostalega iz leta v leto povečujejo.

Vodja projekta je aktivno sodelovala na Kulturnem bazarju v Cankarjevem domu Ljubljana v tematski razpravi na temo **Zdravo, kakovostno in ustvarjalno preživljanje prostega časa**.

V letošnjem šolskem letu smo se z ekipo učencev iz 6. c razreda prvič prijaviли na tekmovanje **Zlata kuharnica**, ki ga je razpisala Turistična zveza Slovenije. Cilji tekmovanja so spodbujanje mladih za poklice v gostinskih in turističnih dejavnostih, širši javnosti predstaviti mlade, perspektivne in inovativne bodoče kuharje, natakarje, ozaveščanje mladih o sodobni pripravi hrane, predstaviti mladim slovensko kulinariko, razvijanje družabnosti in razvijanje ustvarjalnosti in podjetnosti učencev. Tekmovanje je vključevalo: 1. pisni izdelek z recepturo in opisom postopka za pripravo jedi, slikovni material o jedeh in meni karto. 2. Pripravo dveh jedi, vsako za šest oseb: a) rižota z dodatki po želji učencev b) istrske fritule. Prva ekipa naše šole je, 9. maja 2014, v Izoli, osvojila srebrno priznanje.

Slovenska filantropija, Združenje za promocijo prostovoljstva, je organizirala vseslovenski **Festival prostovoljstva**. Evropsko leto prostovoljstva kot tudi letošnji festival prostovoljstva označuje slogan: »Bodi prostovoljec, spreminjaj svet«. Mladinski center Nova Gorica, je organiziral osrednji dogodek, ki je potekal v torek, 20. maja 2014, pred občinsko stavbo pod arkadami. V okviru Festivala prostovoljstva smo pripravili stojnico s plakatom *Imam čas za ...*. Mimoidoči so na listke napisali, za kaj vse si najdejo čas. Prostovoljci so listke nalepili na plakate.

Prostovoljci naše šole na festivalu prostovoljstva



Učenci 6. razredov so pri pouku gospodinjstva izvedli raziskavo, koliko sladkorja vsebujejo pijače in nekateri prehranski izdelki, ki jih uživamo vsak dan. Rezultati so nas presenetili, saj se ne zavedamo, koliko sladkorja zaužijemo že s pol litra priljubljene pijače. Razstava z naslovom **Sladki ubijalec** je bila postavljena v prvem nadstropju matične šole.

Za učence četrtega in petega razreda smo organizirali zanimivo, poučno, predvsem pa domiselno interaktivno predstavo slovenskega dramskega igralca z naslovom **Napo v kraljestvu nevarnih snovi**. Nastala in izvajala se je pod okriljem Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Cilj je bil seznaniti otroke in mladostnike o nevarnih lastnostih kemikalij in ravnanju z njimi.

Maskota NAPO





V gledališču je potekala prireditev *30 let akcije za čiste zobe*. Vsaka osnovna šola iz goriške regije je prispevala točko za kulturni program. Nastopala je tudi naša učenka.

Sodelovali smo v projektu *Bodi prijatelj okolja*. Zbirali smo odslužen tekstil. Zbrali smo ga 480 kg in prejeli priznanje.

Priznanje za uspešno izvedeno akcijo zbiranja starega tekstila

Letos smo prvič izpolnjevali vprašalnik za tim Zdrava šola. Vseboval je mnenje učencev, staršev in učiteljev glede vsebin zdravja, ki smo jih vpeljevali v učni načrt in način življenja šole. Ena od vsebin so bile tudi delavnice za duševno zdravje in sprejemanje drugačnosti.

DUŠEVNO ZDRAVJE

Vedno več najstnikov potrebuje pomoč pri vzdrževanju duševnega zdravja. V tem primeru je pomemben stik s človekom in naša šola ponuja nekaj takih programov.

Imamo različne delavnice in humanitarne dejavnosti, ki se jih lahko vdeležijo vsi. Učenci se lahko vključijo tudi v skupino prostovoljcev, ki pomagajo starejšim občanom, igrajo z predšolskimi otroci in pomagajo mlajšim učencem z šolskim delom.

Ena izmed podobnih aktivnosti je tudi pomoč oskrbi šolskega vrta, saj stik z naravo zelo pomirja. Če kakšen učenec potrebuje nasvet ali pogovor se lahko

ogradi pri psihologinji, pedagoginji ali socialni delavki, ki so nam vedno na razpolago, ali pa svoje težave napiše in jih pusti v eni izmed oranžnih skratel, ki so obšene po šoli, ki nam omogočajo izražanje anonimnih kritik, predlogov in čustev.

Mnenje učenca o duševnem zdravju

Sprejemanje drugačnosti

Na naši šoli zdaj že 18. leto potekajo srečanja z varovanci cirius Vipava. Jeseni oktobra se nam pridružijo na kostanjevem pikniku, tam se zelo radi skupaj pogovarjamo in smo tudi aktivni saj v naši telovadnici organiziramo razne igre in z njimi tudi tekmuje, ustvarjamo, pojemo, telovadimo in si z velikim veseljem pomagamo. Mi pa njih obiščemo spomladi. Povezani smo tudi z domom upokojencev Nova Gorica. Prostovoljke jim osebno razdelijo voščilnice, ki so jih naredili učenci naše šole. Z njimi se tudi rade volje pogovarjajo. Učenci podružnice šole Ledine pa tudi nastopijo. Na oddelek za invalidno mladino v Stari Gori se odpravijo naši najmlajši. Tam tudi nastopajo in spoznajo otroke, ki tam bivajo. Z osnovno šolo s prilagojenim programom pripravljamo tudi razna srečanja in športne dneve. Veliko skrbi posvetimo tudi našim učencem, ki prihajajo iz drugih Držav. Pomagamo jim pri učenju slovenskega jezika, spoznavanju okolja in se z njimi tudi družimo.

Razmišljanje naših učencev na temo Sprejemanje drugačnosti

Letos je na šoli delovalo **45** osnovnošolcev prostovoljcev, **2** srednješolki, **1** študentka, **1** brezposelen in **1** upokojenka. Prostovoljke so opravile tudi nekaj novih nalog. Kot vile so nastopile na novoletnem obdarovanju otrok. Pripravile so nastop za zaposlene in upokojene delavce. Prostovoljci so pomagali študentom Fakultete za socialno delo pri izvedbi delavnice v OŠ Kozara. Udeležili so se delavnic v okviru svetovnega dneva prostovoljcev (5. december), ki jih je organiziral Center za socialno delo Nova Gorica.

Svetovalne delavke smo ponovile izvedbo Delavnic za duševno zdravje za zaposlene. Izvedbe se je udeležilo 25 učiteljev iz različnih aktivov. Nekateri so se z delavnicami srečali prvič. Nekateri so želeli obnoviti svoje znanje. Učitelji so znanje prenesli v matične oddelke med razrednimi urami, nekateri učitelji pa so izvajali delavnice v času pouka. Vse je bilo odvisno od trenutne situacije, možnosti in potreb. Na šoli nismo imeli strogo določenega koncepta za prenos vsebin duševnega zdravja v posamezne oddelke. Učitelji so bili seznanjeni z literaturo. Vedeli so, kje se nahaja in kako se jo uporablja.

Letos je ravnatelj ustanovil delovno skupino **Tim za kakovost šole**. Na prvem srečanju so člani bili enotnega mnenja, da je potrebno najprej delati na sebi, da lahko ponudimo znanje tudi drugim. Predlagali so, da delavnice za duševno znanje ponudimo vsem zaposlenim na šoli. Tistim, ki so prvi sklop že naredili, pa se ponudi nadgradnja.

Učiteljice prve triade izvajajo delavnice o poslušanju, komunikaciji, spodbujanju pozitivne, sodelovalne klime v razredu, pozitivnih medsebojnih odnosih, prevzemanju odgovornosti, sproščanju ...

Učiteljice druge triade izvajajo različne delavnice po priročniku, sproščanje, strpno reševanje sporov, zdrav način življenja ...

Učiteljice/učitelji tretje triade izvajajo delavnice na temo komunikacije, poslušanja, z učenci izdelujejo osebni grb, sproščanje ... V kolikor se pokaže, da so težave v oddelku večje, zaprosijo za pomoč svetovalne delavke. Posamezniki ne izvajajo delavnic iz priročnika za duševno zdravje.

Veliko učiteljev izvaja delavnice že več let in jemljejo to kot del pouka.

Na nivoju Evrope se je vzpostavila SHE mreža zdravih šol.

POVZETEK

V spodnjem besedilu je predstavljen kratek opis trenutnega stanja SHE (Schools for Health) mreže. Zbrani so bili podatki o tem, kje smo z razvojem in izvedbo Zdravih šol (ZŠ) v 43 državah, vključenih v SHE mrežo. Raziskava politike SHE mreže kaže, da je v šolskem letu 2012-2013 evropska regija imela najmanj 34.000 Zdravih šol. Politike in programi ZŠ v sodelujočih državah se med seboj zelo razlikujejo po organizaciji in razsežnosti. V nekaterih državah so vse osnovne in srednje šole Zdrave šole, v drugih pa se odstotek le-teh giblje med 2 in 10 %. Nacionalni koordinatorji Zdravih šol so se zavezali k nadaljnjemu razvoju, širjenju in izboljšavam programa ZŠ v svojih državah v naslednjih petih letih. Predstavljeni rezultati bodo služili kot merilo za nadaljnji razvoj izvedbo SHE mreže.

Kaj je SHE mreža?

- je Evropska mreža zdravih šol;
- je mreža nacionalnih koordinatorjev iz 43 Evropskih držav, delujoča od leta 1992 dalje;
- si prizadeva, da bi promocija zdravja v šolah postala sestavni del razvoja politike zdravstvenega in izobraževalnega sektorja;
- zagotavlja platformo za evropske strokovnjake, delujoče na področju promocije zdravja v šolah;
- podpirajo jo tri evropske organizacije: Regionalni urad Svetovne zdravstvene organizacije za Evropo, Svet Evrope in Evropska komisija;
- prispeva k temu, da bi šole v Evropi bile boljši prostor za učenje, zdravje in življenje;
- uporablja pojem pozitivnega zdravja in blaginje ter upošteva OZN Konvencijo o otrokovih pravicah.

Kaj je Zdrava šola?

Zdrava šola je šola, ki izvaja strukturiran in sistematičen načrt za zdravje, blaginjo in razvoj socialnega kapitala učencev ter učiteljev in ostalega šolskega osebja. V različnih evropskih državah zanjo uporabljajo različna imena, za vsa pa je značilen celostni pristop.

Zakaj je pomembna promocija zdravja v šolskem okolju?

Promocija zdravja v šolskem okolju je pomembna, ker sta zdravje in izobraževanje neločljivo povezana:

- zdravi otroci so bolj verjetno uspešni pri učenju;
- izobrazba je pomembna za ekonomski položaj in zdravstvene izide v odraslem življenju;
- promocija zdravja med šolskim osebjem lahko privede do večjega zadovoljstva pri delu in zmanjša odsotnost z dela;
- aktivna promocija zdravja v šolah lahko pomaga tako šolam kot oblikovalcem politik pri doseganju izobraževalnih, socialnih in ekonomskih ciljev.



Posnetek stanja v Evropski mreži zdravih šol

Da bi dobili bolj popolno sliko o politiki Zdravih šol v posameznih državah, so pri Sekretariatu SHE mreže leta 2013 izvedli raziskavo, zasnovano na opisnem vprašalniku. Vse nacionalne koordinatorje Zdravih šol so prosili, da izpolnijo elektronski vprašalnik. Od skupno 43 se jih je odzvalo in izpolnilo vprašalnik 26 (60 %). Informacije, ki sledijo, so povzetek ključnih ugotovitev.

Države, ki so leta 2013 sodelovale v raziskavi so: Albanija, Armenija, Avstrija, Češka Republika, Hrvaška, Danska, Estonija, Finska, Francija, Gruzija, Grčija, Kirgizija, Litva, Makedonija, Malta, Nizozemska, Norveška, Poljska, Ruska federacija, Slovenija, Švica, Ukrajina in Wales

Število Zdravih šol v Evropi

Na osnovi raziskave je v šolskem letu 2012-2013 v Evropi najmanj 34.000 vrtecev, osnovnih srednjih in drugih vrst šol, delovalo pod skupnim imenom Zdrave šole. To število nam lahko služi kot merilo, kje se nahaja SHE mreža. Zaradi visoke neodzivnosti (40 %) pri raziskavi to število lahko razumemo kot podcenjeno.

Število in odstotek osnovnih in srednjih šol, vključenih v mrežo Zdravih šol, se po posameznih državah močno razlikuje:

- starostna skupina šolske populacije se giblje od 3 do 20 let;
- vse osnovne in srednje šole na Portugalskem in v Walesu so ZŠ, na Islandiji so ZŠ vse srednje šole;
- v Sloveniji je okoli 50 % osnovnih in srednjih šol ZŠ;
- odstotek osnovnih in srednjih šol na Kosovu, v Litvi, Rusiji in Ukrajini, je okoli 20 %;
- odstotek osnovnih in srednjih šol na Hrvaškem, v Avstriji, na Češkem, Danskem, Malti in Poljskem, je od 2 do 10 %.

Število držav članic SHE mreže, ki imajo svojo politiko ZŠ

16 (62 %) nacionalnih koordinatorjev je poročalo, da v njihovi državi obstaja uradna politika ZŠ.

Temeljne vrednote SHE mreže

V evropskem merilu so uveljavljene sledeče temeljne vrednote, ki podpirajo pristop ZŠ:

- **Enakost:** Vsem enak dostop do zdravja in izobrazbe.
- **Trajnost:** Zdravje, izobraževanje in razvoj so povezani. Dejavnosti in programi se izvajajo na sistematičen način v daljšem časovnem obdobju.
- **Vključenost:** Cenjena je raznolikost. Šole so skupnosti učenja, v katerih se vsi počutijo zaupanja vredne in spoštovane.
- **Opolnomočenje:** Vsi člani šolske skupnosti so aktivno vključeni.
- **Demokracija:** Temelj Zdravih šol so demokratične vrednote.

2014/2015

Rdeča nit je bila *Duševno zdravje*.

Vključili smo se v pilotni projekt *Spodbujanje zdrave prehrane in gibanja družin skozi šolsko obdobje*. Nosilec je Nacionalni inštitut za javno zdravje občinske enote Murska Sobota. Ciljna skupina so bili učenci 6. razreda in njihovi starši. Cilj projekta je bil spodbuditi otroke in odrasle k bolj zdravemu načinu življenja s poudarkom na zdravi prehrani in telesnogibalni dejavnosti. Zainteresirani starši so vsak teden dobili na elektronski naslov zanimiva gradiva o zdravi prehrani in telesni dejavnosti vključno s kuharskimi recepti za zdrave jedi. Vsak razred je mesečno izdelal tematski stenski časopis.

V ponedeljek, 1. decembra 2014, smo s sodelavci Zdravstvenega doma v Novi Gorici organizirali merjenje nivoja krvnega sladkorja in krvnega tlaka za delavce šole. Merjenja se je udeležilo 58 delavcev naše šole.

Decembra smo organizirali športno srečanje zaposlenih v Magmi. Igrali smo bowling.

V decembru smo izpeljali praznično tržnico.

Prostovoljci na praznični tržnici

Učenke 8. c razreda so obiskale zavetišče za živali v Vitovljah. Pasje mladiče so odnesle na svež zrak in jih izpostavile sončnim žarkom. Odrasle pse so sprehajale do poligona, ki je v bližini zavetišča, in se poigrale z zdravimi in živahnimi psi. V času od 27. januarja do 3. februarja 2015 smo organizirali zbiralno akcijo starih, spranih brisač, krp, prtov, rjuh in odev. Odziv je bil bogat. Zbrano smo podarili zavetišču.



Obiskal nas je zelo zanimiv gost - Mohammad Tajeran, ki je na kolesu potoval po svetu. Kolesaril je z namenom ozaveščanja o onesnaževanju Zemlje in pomena gozda in dreves. Z učenci se je pogovarjal pri pouku angleškega jezika. Pogovarjali smo se o podnebnih spremembah, o njegovi domovini Iranu, o njegovem potovanju in o njegovem projektu *We Need Trees*. Ob tej priložnosti so učenci 5. b razreda simbolično posadili drevo lipo, ki ga je daroval učitelj Jože Štrukelj. Članek o obisku zanimivega gosta je bil objavljen v Primorskih novicah, šola pa je dobila certifikat v zahvalo za posajeno drevo.



Sajenje lipe s popotnikom Mohammadom

V maju smo sodelovali na Goriškem dnevu prostovoljstva. Na stojnici smo predstavljali delo, ki ga opravljajo naši učenci prostovoljci. Mimoidočim smo ponudili lepe misli na temo nasmeha in piškote smejkote, ki so jih spekli prostovoljci. V zameno so nam mimoidoči napisali, komu najraje ponudijo nasmeh.

Na šoli je celo leto potekal projekt *Zdrav življenjski slog*, ki ga je organiziral Športni zavod Planica, in je bil financiran s strani evropskih strukturnih skladov. Učenci so imeli možnost vključevanja v dejavnosti športa tudi v času pouka prostih dni. Šola se je povezovala s telesnokulturnimi organizacijami in zdravstveno službo. Poskrbeli smo za pravilno razporeditev pouka in vseh drugih dejavnosti v skladu s pedagoško-psihološkimi in z zdravstveno-higienskimi vidiki ter materialnimi možnostmi.

Na šoli so potekale delavnice za prostovoljce po programu *To sem jaz*, izvajalka je bila praktikantka Fakultete za socialno delo Ljubljana pod mentorstvom socialne delavke.

Na šoli imamo že štirinajst let krožek **osnovnošolci prostovoljci**. V tem šolskem letu je delovalo **61** osnovnošolcev prostovoljcev, **4** srednješolci, **2** brezposelna in **1** upokojenka. Poleg rednih nalog so sodelovali še pri zasaditvi okolice na podružnični šoli Ledine in pri posaditvi lipe skupaj z Mohammadom iz Irana.

2015/2016

Rdeča nit je bila **Duševno zdravje**.

Na dan brez avtomobila, 22. septembra 2015, so se učitelji OŠ Milojke Štrukelj odpravili na kolesarjenje po kolesarskih poteh bratov Rusjan. Idejo so predstavili učenci v turistični nalogi z naslovom *Zgodba o letenju* na 29. turističnem festivalu v Kopru. Celoten Rusjanov kolesarski krog je pomagal zaključiti učitelj športne vzgoje. Obsega 25 km kolesarjenja od Eda centra prek Šempetra po poljih do Rojc in Sovodenj, mimo Štandreža in hiše na Via della Capella, kjer je živel družina Rusjan, po Erjavčevi ulici v Novo Gorico. Sklene se pri Lenassijevem spomeniku na Rusjanovem trgu v Novi Gorici.

Projekta ***Ulica nasmehov*** so se udeležili Učenci OŠ Milojke Štrukelj Nova Gorica (skupaj z Ledinami), OŠ Kozara Nova Gorica ter OŠ Abelardo Pecorini Straccis (Gorica, Italija) Sodelovali so v fotografskih in fototerapevtskih dejavnostih z imenom *Nasmeh dobim in ga delim*, pod vodstvom Anite Zelić. V soboto, 10. oktobra 2015, je bila otvoritev razstave *Ulica nasmehov*. Na otvoritveni prireditvi na Trgu Evrope je nastopil tudi otroški pevski zbor OŠ Milojke Štrukelj.

Sprejemanje drugačnosti - 20 let druženja z učenci Cirius Vipava je za nas bil velik jubilej, saj se z učenci iz Vipave toliko let že nepretrgoma družimo. Skupaj smo peli, plesali, ustvarjali in tekmovali v športnih aktivnostih. Naša druženja so se vedno končala s pesmijo. Imeli smo tudi skupno himno, *Prijatelja imam*. Da so bila naša druženja nekaj neprecenljivega, so nam pokazale iskrice v očeh naših učencev. V šolskem letu 2015/2016 so tudi oni nastopili na humanitarni plesno-glasbeni prireditvi *Ključ za upanje* skupaj s pevko Tanjo Žagar.





Varovanci CIRIUS Vipava na Ključu za upanje skupaj s Tanjo Žagar

Na dan Zemlje se je na šoli izvedlo nekaj akcij, ki so predstavljale pozitivne premike v življenju in jih je lahko naredi vsak posameznik. Za spremembo v prehrani smo v gozdu nabrali divje šparglje in z njimi obogatili palačinke. V gozdu smo nabrali mah, ob vodi narezali vrbove veje in izdelali ptičjo gnezdilnico. Namestili smo jo na cedro na šolskem vrtu. Družili smo se z otroki s posebnimi potrebami, krepili sprejemanje drugačnosti in ohranjali stik z zemljo in rastlinami. Prekopali smo zemljo, posejali medovite rastline in posadili grah. Pili smo čisto izvirske vode iz studenca Zdenci izpod Kolovrata. Obiskali smo čebelarja v Hlevniku v Goriških Brdih. Preizkusili smo apiterapijo, ki koristi pri zdravljenju mnogih bolezni, kot so sinusitis, prehladna obolenja grla, ušes ... V glineno posodo smo posadili aromatične rastline in izdelali majhen bio vrt, ki ga lahko negujemo na balkonu in s svojim minimalizmom vpliva na naše dobro počutje. S svojim delovanjem smo krepili ljubezen, prijaznost in ljubeznivost.

Svetovalne delavke smo se vključile v projekt ***Razvijanje pozitivnega samovrednotenja otrok in mladostnikov*** ter se udeležile seminarja *Občutek lastne vrednosti kot način preprečevanja nesocialnega vedenja*, ki ga je organiziral Inštitut za razvijanje osebne kakovosti. Na šoli smo izvajale njihove delavnice.

Ob obeležitvi 10-letnice nove športne dvorane so športni pedagogi – avtorica Elizabeta Miška s sodelavci Ano Kašček, Alešem Bremcem in Vasjo Zajcem, izdali obsežen zbornik športa z naslovom *65 let športnega utripa, dejavnosti in uspehov na Osnovni šoli Nova Gorica, Osnovni šoli Milojke Štrukelj Nova Gorica in Podružnični šoli Ledine*.

Projekt *Zdrav življenjski slog* se na šoli izvaja že četrto leto. Vadba poteka celo šolsko leto 2 krat tedensko po urniku. Pri športni vadbi smo spoznali različne športe, sodelovali z različnimi športnimi društvi, nekatere aktivnosti pa so bile organizirane tudi ob sobotah in med počitnicami. Vadba je za vse učence brezplačna.

V prejšnjih letih so učenci spoznali kajakaštvo, bowling, kegljanje, športno plezanje, karate, paintball, udeležili so se pohoda na Trstelj in Pohoda prijateljstva, med počitnicami smo imeli vsebine dvoranskega hokeja, rolanja, tenisa, namiznega tenisa in še drugo. Celoten naziv projekta je *Celostni inovativni model za zagotavljanje zdravega življenjskega sloga s poudarkom na prehranjevanju, gibanju, preprečevanju in obravnavi debelosti pri otrocih, mladostnikih ter odraslih in zmanjševanju neenakosti v zdravju*. Projekt je organiziral Športni zavod Planica, financiran je bil s strani evropskih strukturnih skladov. Učenci so imeli možnost vključevanja v dejavnosti športa tudi v času pouka prostih dni, razvijali smo navade in potrebe po ohranitvi in krepitvi lastnega zdravja in zdravja drugih (preko razrednih ur, naravoslovnih dni na temo zdravja, ki so jih izpeljale medicinske sestre za preventivo) in razvijali telesno kulturo ter trajne navade po telesni aktivnosti in rekreaciji. Na šoli smo imeli veliko izbirnih predmetov s področja športa, po potrebi so se izvajale vaje za sprostitev, na podružnici se je izvajal aktivni odmor – vsak dan 15 minut, šolska prehrana je bila organizirana po smernicah za zdravo prehrano, posebej je bil tudi odmor za malico. Šola se je povezovala s telesnokulturnimi organizacijami in zdravstveno službo. Poskrbeli smo za pravilno razporeditev pouka in vseh drugih dejavnosti v skladu s pedagoško-psihološkimi in z zdravstveno-higienskimi vidiki ter materialnimi možnostmi. Na matični šoli smo uvedli odmor za malico – 20 minut in odmor za kosilo – 20 minut.

Za učence prostovoljce osnovnošolce, ki so zaključevali šolsko obveznost, je bil organiziran izlet na pobudo ravnatelja in Upravnega odbora šolskega sklada, ki je tudi finančno podprl izvedbo samega izleta. Izleta se je udeležilo 18 prostovoljcev.

Udeležili smo se Tabora učencev Zdravih šol. Organizirala ga je OŠ Prežihovega Voranca Ravne na Koroškem.

Na Podružnični šoli Ledine smo izvedli tematsko uro na temo *Higiena rok in prenos bolezni*. Izvedena je bila v šestih oddelkih. Učencem je bila zelo všeč.

2016/2017

Rdeča nit je bila ***Duševno zdravje, gibanje in prehrana***.

Za kolektiv smo ponovili izvedbo delavnic za duševno zdravje. Svetovalne delavke so izvajale meditacijo za zaposlene.

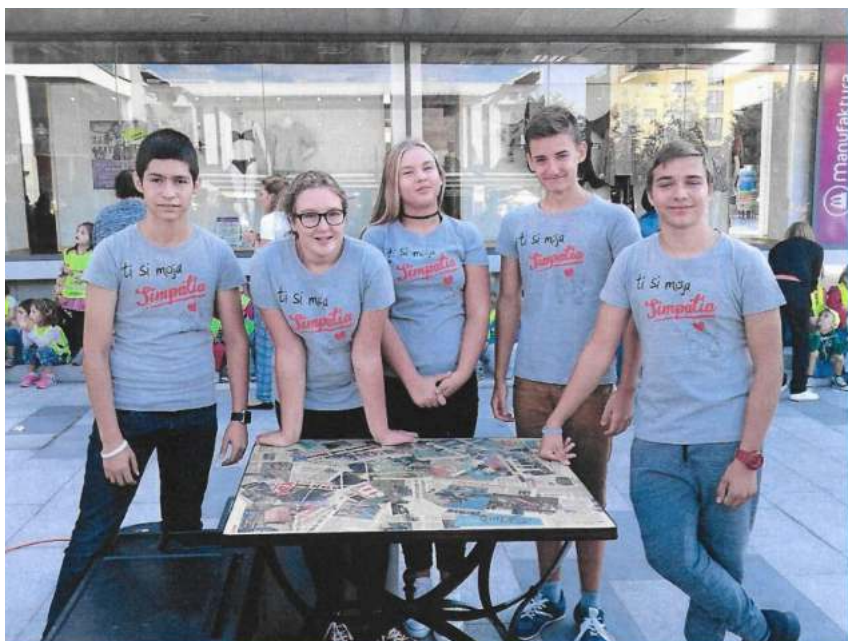


Sodelovali smo na festivalu ***Igraj se z mano***, ki ga je organizirala osnovna šola Kozara.

Prostovoljke osnovnošolke so pripravile stojnico na temo *Origami*. Otroke in mimoidoče so učili japonske umetnosti zlaganja papirja v različne skulpture.

*Prostovoljke so pripravile
stojnico na temo origami*

Pomagali smo pri izpeljavi svetovnega dneva Alzhajmerjeve bolezni, ki je potekal septembra na Bevkovem trgu.



Prostovoljci so udeležencem svetovnega dne Alzhajmerjeve bolezni delili sladolede.

Na šoli je začel potekati program *Popestrimo šolo 2016/2017* – Izobraževanje strokovnih delavcev za krepitev kompetenc šolajočih.

Le od kod bi lahko prihajala beseda kamišibai in kaj ta beseda sploh opisuje? V japonsščini kami pomeni papir, shibai pa gledališče, gre pa za uprizoritevno umetnost, kjer pripovedovalec, oz. kamišibajkar stoji ob malem lesenem odru in pripoveduje zgodbo. Kamišibajkarji iz tretjih razredov podružnične šole Ledine so sedaj že slavne osebnosti, saj so v maju in juniju večkrat nastopili pred številčno publiko, tako na matični kot podružnični šoli, in s svojim nastopom vsakež navdušili. A naj nas bližje slave ne zavedeta; za izdelavo kamišibajev je bilo potrebnega veliko truda!



V sklopu projekta Popestrimo šolo je začelo na šoli delovati tudi kamišibaj gledališče



Vključili smo se v dvoletni projekt ***Uživajmo v zdravju***. Celoten naziv projekta je bil *Celostni inovativni model za zagotavljanje zdravega življenjskega sloga s poudarkom na prehranjevanju, gibanju, preprečevanju in obravnavi debelosti pri otrocih, mladostnikih ter odraslih in zmanjševanju neenakosti v zdravju*. S projektom smo želeli

slediti splošnemu cilju projekta, ta je bil zmanjšanje in preprečitev bolezni, povezanih z življenjskim slogom. Dodatni cilj je bil vzpostaviti dobre medsebojne povezave in sodelovanje med šolstvom, primarnim zdravstvom na vseh nivojih in lokalno skupnostjo. S projektom smo testirali in evalvirali inovativne pristope, modele, ukrepe in rešitve ter jih nato predlagali v sistemsko nacionalno umestitev.

V drugi triadi smo ponovno uvedli gibalni odmor za učence, ki se bo organizirano odvijal enkrat tedensko 15 minut po razredni uri. Poskusno smo uvajali minuto za zdravje za zaposlene. Izpeljane so bile delavnice, predavanja in meritve na temo zdrave prehrane in gibanja za učence, starše in zaposlene. Uporabljali smo spletno aplikacijo *Moj SLO-fit* (analiza športnovzgojnega kartona in zdravstvena priporočila). V okviru pilotnega projekta *Uživajmo v zdravju* smo na šoli gostili gospo Emilijo Pavlič. Izvedla je kuharsko delavnico skupaj z našim kuharskim osebjem.

Priključili smo se akciji *Pešbus*. Izvaja jo Mestna občina Nova Gorica v sodelovanju z Javnim zavodom za šport, ki organizira spremstvo odrasle osebe, ki pospremi otroke na poti v šolo. Cilj je bil spodbujanje zdravega načina življenja. Namesto da se starši zjutraj prebijajo z avtomobilom skozi gnečo, lahko oddajo otroka organizirani skupini, ki ga pospremi peš ali s kolesom do šole. Učenci so navdušeni, ker je takšna pot z vrstniki mnogo bolj zanimiva kot vožnja s starši. Učenci počakajo na Pešbus postaji in skupaj z vrstniki gredo v šolo.



Pešbus postaja



Udeležili smo se Tabora učencev Zdravih šol prvega kroga v Radovljici.

Udeleženci – mentorji
Tabor zdravih šol v
Radovljici

Organizirali smo dvodnevni tabor v Čepovanu za nadarjene učence in učence prostovoljce iz devetega razreda. Izvajali smo različne delavnice, ki so jim omogočile širši pogled na pot, ki jih spremlja k odraslosti.

Delavnica na taboru v Čepovanu



Svetovni dan voda, 22. marec, je bil letos namenjen odpadnim vodam.

Veliko slovenskih rek je onesnaženih zaradi industrijskih in mestni odpadke. Med njim sta najbolj ogroženi reki Drava in Sava, reko Muro onesnažuje kmetijstvo. Najbolj ranljivi so kraški vodni viri. Med najčistejšimi in najlepšimi rekami v Evropi je Soča.

Hvaležni smo, da iz naših pip teče čista voda. Trudimo se, da jo ohranjamo čisto. V prosti naravi Slovenije in tudi Posočja imamo veliko čistih vodnih izvirov. Svežo in čisto izvirske vode Zdenci izpod Kolorata smo pili danes v šoli.

Namigujemo, kako lahko uporabimo odpadno vodo. Z odpadno vodo iz pralnih strojev splakujemo stranišča, deževnico zbiramo za zalivanje vrtin.

Prispevek o svetovnem dnevu voda v šolskem glasilu Žvečkalnik



Kakšen namig imate vi?





2017/2018

Rdeča nit je bila ***Duševno zdravje, gibanje in prehrana.***

Devetošolci so skupaj s slepimi in slabovidnimi izdelovali žlikrofe. Delovno druženje je bilo polno zvedavosti o življenjskih zgodbah slepih in slabovidnih udeleženk. Da bi bilo sobivanje z njimi enakovredno, so si učenci zavezali oči s temnim trakom.

Delavnica izdelave žlikrofov s slepimi in slabovidnimi

V okviru projekta ERASMUS+ smo svetovalne delavke pripravile in izvedle delavnice na temo *Kdo sem jaz* za naše učitelje in učitelje iz držav, ki sodelujejo v projektu. Delavnice so potekale v slovenskem in angleškem jeziku.



Delavnice Kdo sem jaz z gosti iz Španije in Bolgarije

Na šoli je potekalo državno tekmovanje iz znanja o sladkorni bolezni. Gostili smo 95 osnovnih in srednjih šol, 252 učencev in dijakov ter 93 njihovih mentorjev. Pozdravno besedo so imeli gospod ravnatelj Janez Kobe, predstavnica Zveze društev diabetikov Slovenije, gospa Ana Marija Hafner, in podpredsednica Društva diabetikov Nova Gorica, gospa Mima Zadnek. Modri obroč je simbolni znak bolnikov s sladkorno boleznijo in pomeni njihovo povezanost in moč znotraj bolezni. Izdelali in namestili smo različne modre obroče po naši šoli.

Učenci 4. b razreda so skupaj z učiteljico Iris Mohorič pripravili novoletno srečanje s starši. Pripravili so jim kratek kulturni program v multimediji, nato pa so skupaj odšli v razrede, kjer

so imeli ustvarjalne delavnice. Starši so skupaj z učenci izdelovali različne izdelke, ki so jih nato prodajali na novoletnem Eko bazarju.

Na šoli smo pogostili upokojene učitelje. Naši kuharji so jim pripravili odlično večerjo, učenci pa pester in zanimiv program. Ravnatelj je poudaril, da smo jih vedno veseli, saj so na šoli pustili neizbrisen pečat in so vedno dobrodošli.

Osnovna šola Frana Erjavca v Novi Gorici ima v okolici šole svoj čebelnjak. Učencem šestih razredov naše šole ga je predstavil čebelar, gospod Branko Vidmar.

Ogled čebelnjaka



Za čebelnjak pod njegovim vodstvom skrbijo otroci, vključeni v čebelarski krožek. Opazovali smo člane čebelje družine, delavke, matico in trote, spoznali številne produkte čebel in poskusili akacijev med.

Sodelovali smo na osrednjem dogodku v tednu zdravja. Organiziran je bil v sodelovanju z Mestno občino Nova Gorica (MONG) ter Nacionalnim inštitutom za javno zdravje, Območno enoto Nova Gorica. Namen je bil osveščanje občanov o ohranjanju in krepitevi zdravja s poudarkom na duševnem zdravju. Na stojnici smo se predstavili s temo ***Zase dobro skrbim, da depresije ne ulovim.*** Pripravili smo tudi razstavo o sladkorju: *Ali veš, koliko ga poješ?* Ponujali smo zdrave namaze. Izvajali smo minuto za zdravje in delili pozitivne misli.

Z osmošolci smo se udeležili Tabora učencev Zdravih šol prvega kroga v Slovenj Gradcu.

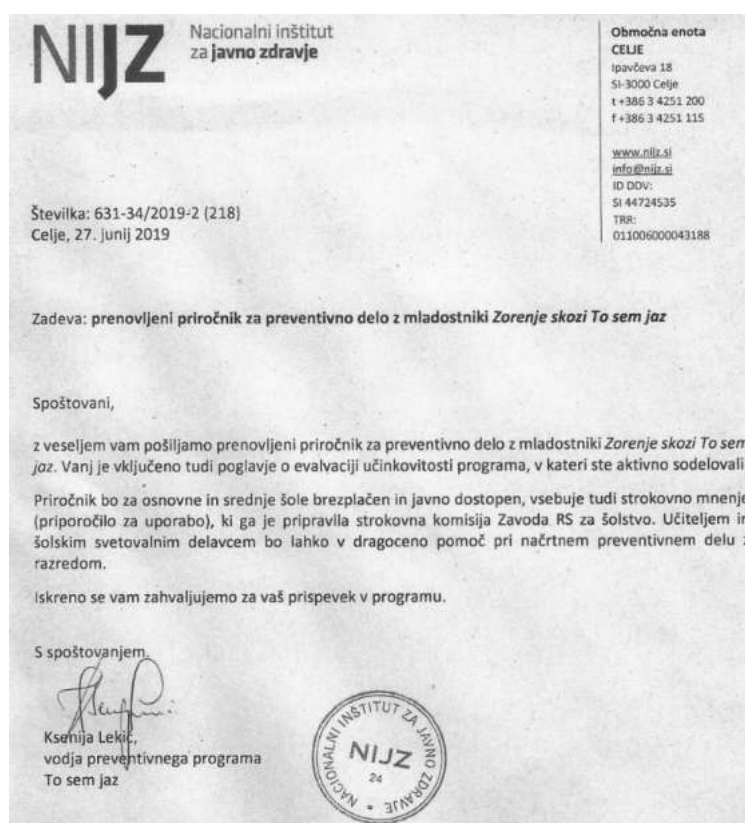
Udeleženci tabora Zdravih šol v Slovenj Gradcu



Nacionalni inštitut za javno zdravje Območna enota Celje je izpeljal **evalvacijo učinkovitosti preventivnih delavnic po konceptu 10 korakov do boljše samopodobe**. Izvajali smo jo v sodelovanju s **Centrom za psihodiagnostična sredstva**. **Nadgradnjo programa To sem jaz z evalvacijo je na javnem razpisu podprlo Ministrstvo za zdravje**. V Sloveniji so izbrali 10 slovenskih šol iz različnih regij. Med njimi je bila tudi naša šola. Evalvacija programa je pokazala spremembo na bolje na naslednjih področjih: obstoječa razredna klima – medosebni odnosi, manj težav v medosebnih odnosih, predvsem s prijatelji, družinskimi člani in pri javnem nastopanju, boljša samopodoba, predvsem socialna, družinska, telesna in učna.



Naslovnica priročnika TO SEM JAZ



Zahvala za sodelovanje pri evalvaciji programa TO SEM JAZ

Na šoli je delovalo **59** osnovnošolcev prostovoljcev, **2** srednješolki, **1** študentka in **1** upokojenka. 43 prostovoljcev je zadostilo kriterijem za priznanje na nivoju občine. Letos je

naša devetošolka prejela priznanje kot najboljša prostovoljka osnovnošolka. Podelitev je bila na Brdu pri Kranju. Priznanje ji je podelil predsednik države, g. Borut Pahor.

Ponovno smo organizirali tabor za nadarjene učence in učence prostovoljce devetošolce v Čepovanu. Za celotno organizacijo in bivanje smo se organizirali sami: skupaj z učenci smo kuhali, pospravljali, pripravljali. Izvedene so bile različne delavnice: likovno ustvarjanje in kamišibaj gledališče, športne igre, ples, kemijske delavnice, orientacija v naravi in poznavanje rastlin, pohod in spoznavanje zdravilnih rastlin, delavnica lateralno razmišljanje, delavnica premagovanja strahov, jutranja telovadba, taborni ogenj, družabne igre.



Udeleženci tabora v Čepovanu

2018/2019

Rdeča nit je bila ***Duševno zdravje, gibanje in prehrana.***

Leto 2018 je bil pomemben mejnik v procesu delovanja Slovenske mreže zdravih šol (SMZŠ). Ponovno smo imeli obletnico Zdrave šole, tokrat 25 let. V tem času smo se iz 12 pilotnih šol razvili v stabilno mrežo 375 ustanov, ki so se trudile v svoja šolska okolja vključiti promocijo zdravja kot del svojega vsakdanjika.

Za obeležitev 25-letnice projekta Zdrava šola smo si na šoli izbrali tretji petek v novembru, dan slovenske hrane. Dan smo začeli s tradicionalnim slovenskim zajtrkom. Uživali smo v domačem kruhu, maslu in medu ter mleku in jabolku. Nabrali smo si moči, saj nas je čakal zanimiv in naporen dan.



Tradicionalni slovenski zajtrk učencev na podružnici Ledine in pomembnih gostov na matični šoli

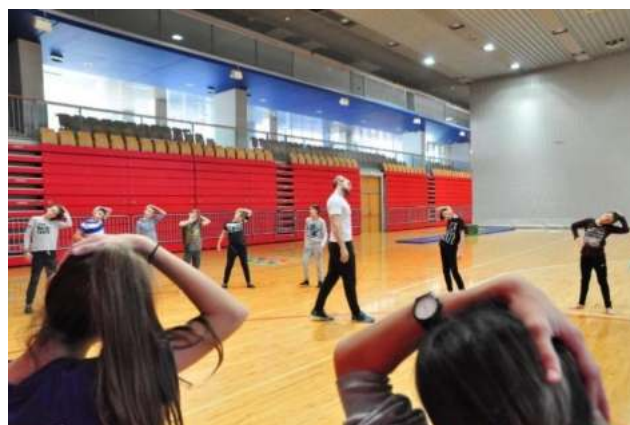


Na tradicionalnem slovenskem zajtrku so se nam pridružili župan, predstavniki Obrtne zbornice, ravnatelj.

Odločili smo se, da obletnico obeležimo na aktiven način. Na matični šoli smo vsi razredi imeli tehnični dan. K sodelovanju smo povabili tudi zunanje izvajalce, s katerimi odlično sodelujemo že vrsto let. Pomagali so nam izpeljati delavnice in popestriti naše dogajanje na šoli.

*Šolski center Nova Gorica,
Biotehniška šola – priprava
zdravih namazov – 8. razred*







Učiteljica športne vzgoje – ples – 4. razred



Osrednje dogajanje se je odvijalo na šolskem atriju. Ob 25-letnici Zdrave šole smo zasadili 25 avtohtonih dreves. Cel teden smo se, skupaj s predstavniki Zavoda za gozdove, s Heleno Zorn, Bojanom Zadravcem in Martino Bratuž, pripravljali na to. Izdelali smo zasaditveni načrt, premerili teren in označili mesta za izkop, kopali luknje. Drevesa smo izkopal kar v gozdu. Pri prvi zasaditvi drevesa nam je pomagal tudi naš župan, Matej Arčon, ki je sledil strokovnim navodilom Helene Zorn in Bojana Zadravca iz Zavoda za gozdove. Nato smo še ostali razredi posadili svoja dreves. Obljubili smo, da bomo zanje dobro skrbeli, jih opazovali pri rasti ter ob njih postavili še trim stezo.



Prvo drevo je zasadil župan Matej Arčon.



Zavod za gozdove – sajenje dreves

Da smo si med delavnicami malo odpočili, smo z razredi ustvarjali izdelke za praznično tržnico, ki smo jo imeli 4. decembra 2018.



Izdelovanje izdelkov za praznično tržnico

Na delavnicah so se nam pridružili tudi predstavniki Obrtne zbornice in Potencial inštituta. Predstavnice Društva ledvičnih bolnikov so imele predavanje za četrtošolce, pridružili pa so se nam tudi nekateri starši. Tako smo na ta dan pokazali, kaj pomeni zdrava šola.

V tem dolgem 25-letnem obdobju smo s svojimi načeli, usmerjenostjo in raznovrstnimi dejavnostmi spodbujali učence, starše, delavce šole in lokalno skupnost k večji osveščenosti na področju zdravega načina življenja. Rezultati so pokazali, da je naše skupno delo pomembno in da smo na pravi poti.

Naša nacionalna koordinatorica Mojca Bevc je povedala takole:

»Vsi vključeni sledimo istemu cilju – kako ohraniti in izboljšati naše zdravje. V medsebojnem sodelovanju ter mreženju vidimo priložnost za celostni pristop pri promociji zdravega življenjskega sloga. Z gotovostjo namreč lahko trdimo, da so vsebine zdravja življenjskega pomena in se dotikajo vsakega od nas. Zato je še kako pomembno, da so sistematično zastopane tako v rednem kot skritem kurikulumu in so del vzgojno-izobraževalnega procesa, saj lahko pridobljeno znanje in veščine pomembno prispevajo k boljšemu zdravju, dobremu počutju, učni uspešnosti in kvaliteti šolarjev, učiteljev in staršev.«

Poleg tega, da smo 25-letnico obeležili na šolski in regijski ravni, smo sodelovali tudi na Nacionalnem srečanju Zdravih šol, *Festivalu dobrih praks*, ki se je odvijal 7. novembra 2018 v Termah Zreče – v sodelovanju z vsemi Zdravimi šolami na Goriškem smo pripravili kratek predstavitveni filmček, opremili stojnico z različnimi konkretnimi napotki in ponudbami ...



Zaradi zaskrbljenosti zaradi prevelike navezanosti mladih na medije, smo se povezali s Fakulteto za medije, kjer so raziskovali kar nekaj aktualnih tem. Kako mediji vplivajo na otroke na nezavedni ravni? Na kakšen način skušajo pritegniti pozornost mladih in kaj v resnici sporočajo? Medijske vsebine in skrita sporočila. Kakšne so posledice pretirane izpostavljenosti mladih medijem? Na šolo smo povabili **dr. Andreja Kovačiča**, ki je imel predavanje za starše prve triade in pedagoške delavce na temo ***Medijski vpliv na zdravje otrok in mladih***.

Nadaljevali smo aktivnosti iz projekta *Uživajmo v zdravju* in poglobljeno pristopili k izvedbi aktivnega odmora in kulture prehranjevanja na naši šoli. Kulturno prehranjevanje ni samo zaradi lepšega, ampak imamo mi sami največ koristi od njega. Telo bo od hrane, ki jo dobro prežvečimo in s tem začutimo vse okuse, uživamo v mirnem, tihem prostoru, si za to vzamemo dovolj časa, dobilo največ, kar lahko. Obnovili smo dogovore, ki za nas niso bili novi, vendar smo bili mnenja, da jih je potrebno osvežiti. V dogovorih je bilo tudi, da poskrbimo, da je čim manj odpadkov, da pozdravimo kuharje in se jim zahvalimo, ko nam zaželijo dober tek. Pri delilnem pultu vzamemo vse, kar so nam skuhal, poskusimo tudi nove jedi. Te dejavnosti so bile predstavljene kot primer dobre prakse na srečanju Zdravih šol na šoli.

Čez leto smo tehtali šolske torbice in ugotovitve so bile predstavljene kot primer dobre prakse na srečanju zdravih šol in na Svetu staršev.

Na prireditvi Širitev mreže Zdravih šol, ki je potekala maja v Ljubljani, je vodja Zdrave šole imela predavanje na temo *Dober vodja projekta*.

V okviru projekta *ERASMUS+ Jaz in ti v družbi* smo svetovalne delavke pripravile in izvedle drugi sklop delavnic na temo ***Jaz in ti*** za naše učitelje in učitelje iz držav, ki so sodelovale v projektu. Delavnice so potekale v angleškem jeziku.

Ponovno smo organizirali tabor v Čepovanu za nadarjene učence devetih razredov in prostovoljce devetošolce.



TABOR UČENCEV - ČEPOVAN

SOBOTA, 25. 05. 2019

URA	DEJAVNOST	IZVAJALEC
9.30	ODHOD IZ PRED ŠOLE	
10.00	PRIHOD V ČEPOVAN	
10.00 – 10.30	SOBE	
10.30 – 11.30	ŠPORTNE AKTIVNOSTI	ANA KAŠČEK BUČINEL
11.45 – 12.30	KEMIJSKA DELAVNICA	DARJA KAŠČEK
	PRIPRAVA KOSILA	MARTINA
13.00	KOSILO	MARTINA BRATUŽ
	POHOD*	
14.00 – 15.00	DELAVNICA	TENA KOMEL
15.00 – 16.00	DELAVNICA	MOJCA MARINIČ
16.00 – 16.30	MALICA	MARTINA
16.30 – 18.30	POHOD*	MARTINA, DORIS, LILIJANA
19.00 – 20.00	VEČERJA – KOPRIVNA JUHA,	MARTINA BRATUŽ
20.00 – 21.00	TABORNI OGENJ HRENOVKE,....	MARTINA BRATUŽ
21.00	ZABAVNI PROGRAM	LILIJANA, DORIS, MARTINA

NEDELJA, 26. 05. 2019

URA	DEJAVNOST	IZVAJALEC
7.00	BUJENJE	LILIJANA, DORIS
7.15	JUTRANJA TELOVADBA, ENERGIJSKE VAJE	LILIJANA SULIČ DORIS LOZEJ
8.00 – 9.00	ZAJTRK	MARTINA BRATUŽ
9.00 – 11.00	FOTOGRAFSKA DELAVNICA	NINA ROGELJA
9.00 – 11.00	LIKOVNE DELAVNICE	TANJA BATISTIČ POLJŠAK
11.00 – 12.00	KALIGRAFIJA	MIRJAM FLORIJAČIČ
12.00 – 13.00	PRIPRAVA KOSILA	MARTINA
13.00 – 14.00	KOSILO	MARTINA BRATUŽ
14.00 – 16.00	ORIENTACIJA - TEKMOVANJE	MIRJAM FLORIJAČIČ
16.00 – 17.00	ZAKLJUČEK	DORIS, LILIJANA
17.00	ODHOD	
Odvisno od vremena	- POHOD - NABIRANJE ZELIŠČ - MEDITACIJA	MARTINA BRATUŽ DORIS LOZEJ

Utrinki s tabora v Čepovanu ter razpored aktivnosti

Udeležili smo se Tabora učencev Zdravih šol na OŠ Veržej. Udeležili sta se ga dve devetošolki in mentorica. Program je vseboval naslednje aktivnosti: sprejem, kulturni program, tehnike sproščanja, športne aktivnosti, sestanek, delavnice v centru DUO, ogled Veržerja in stanovanjske skupine Veržej.

Učenci 8. c razreda so zbrali največ točk na tekmovanju za čiste zobe in postali regijski zmagovalci. Udeležili so se prireditve v hali Tivoli v Ljubljani in v Kulturnem domu v Novi Gorici.

Regijski tekmovalci skupaj z Dunking Devilsi



Udeležili smo se predavanj, ki jih je organiziral NIJZ:

- x Ali je digitalizacija življenja bolj grožnja ali bolj priložnost za otroke in mlade? Kako se lahko aktiviramo v šolskem sektorju? (prim. doc. dr. Mojca Gabrijelčič Blenkuš)
- x Hrup in zdravje v šolskem okolju (dr. Sonja Jeram)
- x Osveščanje otrok in mladostnikov o problematiki UV sevanja.

Sodelovali smo v raziskavi v okviru projekta Model skupnostnega pristopa krepitve zdravja in zmanjševanja neenakosti v zdravju v lokalnih skupnostih.



*Zahvala za sodelovanje v projektu Model skupnega pristopa krepitve zdravja in
zmanjševanja neenakosti v zdravju v lokalnih skupnostih*

2019/2020

Rdeča nit je bila ***Vzgoja za izobraževanje v realnem in digitalnem svetu.***

V začetku šolskega leta smo izpeljali tabora za zaposlene – timbilding v Čepovanu. Tabora se je udeležilo 10 zaposlenih. Program je vseboval delavnice na temo spoznavanja sebe, športne aktivnosti za vsak dan, različne tehnike sproščanja in energijske vaje, izražanje s pomočjo različnih umetnostnih tehnik.

Udeleženci smo šli na pohod, družili smo se ob tabornem ognju, meditirali, prepevali, igrali tombolo, imeli jutranjo telovadbo, spoznavali kaligrafijo. Razdelili smo si zadolžitve v kuhinji, jedilnici in zunaj stavbe. Čas smo preživeli v mirnem zelenem okolju, kjer smo se lahko posvetili sebi in zanimivim ter sproščujočim tehnikam.

Ugotovili smo, da bomo druženje ponovili. Izvedeli smo veliko novega in se ob tem zabavali.

Kaligrafija



Udeležili smo se sprehoda za spomin ob svetovnem dnevu Alzheimerjeve bolezni. V petek, 20. septembra 2019, smo se ob 9.30 zbrali pred Domom upokojencev Nova Gorica. Vsak udeleženec je postal spremljevalec. Naši prostovoljki Taja Simoniti in Mija Drešček sta dobili vsaka svojo varovanko na vozičku. Pohod je potekal po ustaljeni trasi po Kidričevi ulici mimo občine do Bevkovega trga in nazaj. Ob povratku je potekala osrednja prireditev v parku Doma upokojencev. Sprehod je organiziralo Društvo GO-spominčica in Dom upokojencev.

V okviru projekta *ERASMUS+ Jaz in ti v družbi* smo svetovalne delavke pripravile in izvedle tretji sklop delavnic na temo *Jaz in ti v družbi*. Delavnice so bile na voljo udeležencem projekta in so potekale v angleškem jeziku.

Vodja projekta naše šole se je skupaj z vodjo projekta iz Bistrice ob Sotli in nacionalno koordinatorko udeležila Erasmus predstavitev vključenih držav in strokovnih področij elementov Zdrave šole na OŠ Benedikt.



Jeseni smo za delavce šole imeli seminar z naslovom *Telesna aktivnost na delovnem mestu*. Izvajal ga je Sebastjan Budihna magister kineziologije. Predavanje je potekalo v okviru projekta Zdrava šola v sodelovanju s Centrom za krepitev zdravja. Izvedbo smo zaradi narave dela imeli večkrat. Potekala je ob različnih urah. Udeleženci so izvedbo in vsebino seminarja zelo pohvalili. Znanje, ki so ga dobili, so lahko takoj uporabili v praksi tako zase kot tudi za učence.

Tudi v tem letu smo organizirali jesensko tržnico rabljenih oblačil in predmetov, ki jih družine in posamezniki ne potrebujejo več: otroška oprema, družabne igre, knjige, pripomočki za prostočasne aktivnosti ... Tržnica je potekala na matični šoli in podružnici Ledine. Nabralo se je veliko. Prostovoljke so večino zbranega razdelile. Ostale so nam obleke, ki so bile precej obrabljene, in smo jih odnesli v Humano.

Do zaprtja šole smo tehtali šolske torbice.

TEŽA ŠOLSKE TORBE 3. RAZRED – torkov urnik

	Teža otroka (kg)	Teža polne torbe (kg)	Teža prazne torbe (kg)	Teža nepotrebne (kg)	Nepotrebna vsebina
1.	Ne ve	3,58	1,08		
2.	35	8,50	3	2,40	Torba z nekakšnim ogradjem; več peresnic, knjige za v knjižnico
3.	33	1,50	0,32		
4.	28	3	0,96		
5.	Ne ve	2	0,98		
6.	42	2	1		

TEŽA ŠOLSKE TORBE 6. RAZRED – torkov urnik

	Teža otroka (kg)	Teža polne torbe (kg)	Teža prazne torbe (kg)	Teža nepotrebne (kg)	Nepotrebna vsebina	Drugače od drugih
1.	32	5,44	0,98	1,82	2 peresnici	
2.	35	5,36	0,32	2,08		
3.	47	6,84	1,08	2,02	2 peresnici, blok A3,	mapa s sponkami za TJA, ITLJ
4.	43	6,02	0,52	1,76	2 šolska učbenika – s klopi	
5.	47	6,48	0,62	2,64	Zvezek za GVZ, učbenik MAT, vsi testi, predpasnik, 2 peresnici	

Zaradi specifične situacije COVID, ki nas je zaprl in izoliral, smo komunicirali preko elektronskih medijev. Veliko planiranih dejavnosti je odpadlo oz. smo jih izvajali do pojava pandemije.

Na šoli je delovalo **47** osnovnošolcev prostovoljcev, **3** srednješolke, **1** brezposelna in **1** upokojenka. 27 prostovoljcev je zadostilo kriterijem za priznanje na nivoju občine. 4 prostovoljke so izvajale učno pomoč na daljavo v času pandemije. Potrebovale so tedensko podporo zaradi prilagoditev, načina učenja, motiviranja učencev in ostalega. Ostali prostovoljci so izvajali učno pomoč po povratku v šolo z upoštevanjem vseh varnostnih navodil. Bilo je zelo težko. Največ pomoči so potrebovali učenci priseljenci.

Učenci šestih in sedmih razredov OŠ Milojke Štrukelj Nova Gorica, so v okviru ur za nadarjene iz naravoslovja ob svetovnem dnevu zdravja razmišljali o zdravju. Nekaj misli:

Kaj mi pomeni zdravje?

Kako skrbim za svoje zdravje?

Ali so se moje navade (glede skrbi za zdravje) v zadnjem času kaj spremenile?

- ✧ Zdravje je pomembna vrednota, sploh pa meni. Jaz skrbim za svoje umsko in telesno zdravje, pa tudi fizično. Vsak dan tečem in delam vaje za moč, tako da sem v dobri formi. Za umsko zdravje in spomin se vsak dan učim 1 uro, lahko tudi več. Za umsko zdravje igram tudi klavir in sem zanj zelo nadarjen.

Aleks

- ✧ Odkar so se začele izredne razmere telovadim veliko več ... No, tako se mi samo zdi. Vsak dan sem peš hodila v šolo, tam sem imela telovadbo, po šoli pa sem čas preživljala zunaj, s prijateljicami. Ni se mi zdelo ravno veliko, no, pa saj tudi ni bilo. Ampak ko se zdaj poskušam gibati vsaj približno toliko kot prej, res komaj čakam, da se prebijemo skozi ta zahrbtni virus. Prav tako sem oboževalka sladke hrane, kar se bo pač zdaj moralo spremeniti. Zaenkrat mi še kar gre, tudi nobenega virusa še nimam:).

Maša

- ✧ Za zdravje moramo najprej sami poskrbeti. To storimo tako, da se pravilno prehranjujemo, se veliko gibljemo, se izogibamo prepovedanim substancam (alkohol, droga, kajenje ...). Upoštevati moramo navodila zdravnika, če imamo kakršno koli bolezen, ki ne ugodno vpliva na naše zdravje. V današnjem času – času Korona virusa pa moramo upoštevati navodila vlade RS: #ostanimo doma!

Natalija

- ✧ Zdravja ne moreš kupiti. Zdravje je ravnovesje vseh funkcij v telesu. Velikokrat premalo mislimo na svoje zdravje. Največkrat se pomembnosti zdravja zavedamo šele takrat, ko zbolimo. Takrat se zelo trudimo, da bi čim prej ozdraveli. Za zdravje se trudim vsak dan z redno in zdravo prehrano, veliko se gibam na zraku (delam na vrtu) in pijem dovolj tekočine. Sedaj, ko sem doma, je marsikaj lažje.

Nika

- ✧ Zdravje mi pomeni vse. Če nisi zdrav, ne moreš tekati naokrog ali se družiti s prijatelji. Če ne skrbiš zase, ko si bolan, lahko okužiš tudi druge, ki niso nič vpleteni, ki so popolnoma skrbeli za svoje zdravje, imaš potem tudi slabo vest. Ko si bolan, moraš samo ležati in spati, kar ni ravno prijetno. Dobro, prva dva dni, priznam, ti je všeč, a po dveh dneh bi rad takoj šel nazaj v šolo. Če dobro skrbiš za svoje zdravje, pravijo, da živiš dlje. Če nisi zdrav, sploh ne moreš nič delati, kot bi rekli, zapravljaš čas. Tako da se ne veseli nobene priložnosti, ko zboliš. Zato mi zdravje pomeni vse.

Manca

Prispevek Duševno zdravje in COVID, ki je bil objavljen kot strokovni prispevek, v Schools for Health in Europe Network Foundation, je dobil posebno pohvalo. Izbran je bil med tri najboljše prispevke na navedeno temo in bil predstavljen v spletnem časopisu SHE, kjer so članek izbrali kot zelo inovativen. Kot primer dobre prakse je bil predstavljen tudi na njihovem FB in bil izbran med tri najboljše prispevke in bil predstavljen na you tube.

Svetovna zdravstvena organizacija je duševno zdravje opredelila kot »stanje dobrega počutja, v katerem posameznik razvija svoje sposobnosti, se spoprijema s stresom v vsakdanjem življenju, učinkovito in plodno dela ter prispeva v svojo skupnost.«

Veliko dejavnosti, ki izboljšujejo duševno zdravje, se izvaja v času pouka. Učence učimo, kako naj poskrbijo zase, kako odreagirati v različnih situacijah, kako se organizirati, kaj narediti, ko smo pod stresom ...

Kaj se zgodi, ko nas COVID-19 ohromi?

Šole se zaprejo. Učenci ostanejo zaprti v svojih stanovanjih. Prenehajo fizični stiki z vrstniki in okolico. Tudi večina staršev je doma. Pojavi se situacija, ki je družine niso vajene. V majhnih prostorih so zaprti cel dan. Pred tem so družine funkcionirale tako, da so bili učenci dopoldan v šoli, popoldan na treningu. Starše so videli zvečer, preden so odšli spat. Stikov ni bilo ravno veliko. Manj je bilo možnosti za napete situacije in konflikte. Rutina se je v trenutku obrnila na glavo. Organizacija družine je na ramenih staršev, ki bi radi, da njihovi otroci redno delajo za šolo, pospravljajo za sabo, se sami zaposlijo in niso zahtevni. Dejansko stanje je daleč od tega. Prva stresna organizacija je bila prostorska organizacija, da lahko vsi otroci sodelujejo pri pouku in starši opravljajo delo na daljavo. Poskrbeti je bilo treba za dovolj IKT opreme. Učenci računalnika niso znali uporabljati, saj večino igrice in ostalega opravijo preko pametnega telefona. Problemi so se vrstili in stopnjevali.

Na naši šoli smo za duševno stanje v novo nastali situaciji poskrbeli na več načinov:

- posneli smo meditacije za učence, starše in zaposlene,
- pripravili smo posnetek z različnimi vajami za telo in dobro počutje, ki jih lahko vsi udeleženci opravljajo doma,
- staršem smo pošiljali različna poučna gradiva in telefonske številke za klic v stiski,
- pripravili smo posnetek telovadbe za možgane za učence ...

Poleg tega smo organizirali tudi prostovoljno delo na daljavo. Potekalo je preko različnih kanalov: zoom, skype, viber ...

Prostovoljno delo so izvajale osnovnošolke, srednješolke in študentke Fakultete za socialno delo.

Potrebno se je bilo prilagoditi na več načinov. Pomoč ni potekala v živo. Nekateri so se samo slišali, saj vsi niso imeli kamere. Velikokrat je bilo srečanje podobno svetovanju po telefonu. Morali so biti zelo iznajdljivi in tehnično dobro podkovani.

Ob prvem zaprtju šol je bilo učence zelo strah. Bali so se naslednjega:

- Kdaj bodo videli prijatelje?
- Ali so zdravi?
- Koliko se jih ne bo vrnilo v šolo?
- Kako bodo dobili dobro oceno?
- Kdo mi bo pomagal pri učenju?
- Kaj bodo rekli sošolci, ko bodo videli mojo sobo?

Poleg pogovorov z učenci, razlage snovi, reševanja nalog in učenja so prostovoljci poskrbeli tudi za starše. Seznanjali so jih z različnimi telefonskimi številkami, kamor lahko pokličejo brezplačno in se pogovorijo o različnih težavah. Usmerili so jih tudi k mentorici na šoli. Vsebine pogovorov so bile:

- Kako preprečiti okužbo?
- Kaj naj naredim, če se okužim?
- Izpad dohodkov/finančne težave
- Nesigurnost
- Izguba prostora
- Omejevanje gibanja
- Izguba svobode
- Različne stresne situacije

- Kako bo njihov otrok naredil razred?
- Kako reagirati v določenih situacijah doma, ki jih prej ni bilo in z njimi nimajo izkušenj?
- Kako poskrbeti zase?

Po pogovorih jim je bilo veliko lažje. Pomagala jim je tudi informacija, da niso sami.

Prostovoljci imajo velik pomen v skupnosti. To se je pokazalo prav za čas COVID-a 19.

Poskrbeli so za tiste, ki so bili v stresu, prikrajšani in včasih tudi izključeni.

2020/2021

Rdeča nit je bila **Čas za zdravje je čas za nas.**

Letos so srečanja na regijskem in državnem nivoju potekala preko različnih aplikacij.

Na srečanju v decembru, ki je potekalo pod naslovom *Kako lahko šola pristopi pri zasvojenostih s psihoaktivnimi snovmi?*, je vodja projekta predstavila pomen vloge prostovoljcev na daljavo.

V oktobru smo na Zdravstveni dom Nova Gorica naslovili dopis o nujnosti izvajanja predavanj Zdravstveno vzgojnih vsebin s strani medicinskih sester v osnovni šoli. Njihova predavanja so kvalitetna in strokovna. Žal se to ni uresničilo, saj so se kmalu zatem šole zaprle.

Zadnji teden v oktobru so učenci 9. a razreda izpolnjevali vprašalnik v sklopu HBSC (Health Behaviour in School-aged Children). To je potekalo je na daljavo preko spletnega vprašalnika.

V decembru so učenci izdelovali voščilnice za varovance Doma upokojencev.

Prvošolci so narisali risbice. Tretješolci so pripravili celoten novoletni program. S pomočjo staršev so doma prostovoljno pripravili eno točko za nastop. Lahko so zapeli, zaplesali, recitali, zaigrali na inštrument. Nekateri so pripravili skupno plesno točko, kjer je vsak plesal v svoji sobi, posnetek pa so posneli s pomočjo ZOOM-a. Posnetke so poslali učiteljici, ki je skupaj z računalničarjem vse prispevke uredila pod naslovom **Novoletna prireditve**. Posnetek so si varovanci lahko ogledali večkrat, saj smo ga izročili na USB ključku. Sodelovali so učenci obeh razredov v sodelovanju z učenci OŠ Draga Bajca iz Vipave. S tem prispevkom smo se prijavili na natečaj **Naj projekt medgeneracijskega sodelovanja** v okviru *prostovoljstvo.org*, ki je letos bil prvič razpisan in tudi prejeli pohvalo.

Vpisali smo se v Slovensko mrežo prostovoljskih organizacij in podelili so nam **znak prostovoljske organizacije**.

Odzvali smo se na povabilo k lepim mislim za naše zdravstvene delavce in vse, ki so skrbeli za naše zdravje ter boljše počutje v posebnem času. Čestitke za zdravstvene delavce je v Zdravstvene domove, bolnišnico in na sedež Civilne zaščite poslala socialna delavka. Voščilnice so izdelali učenci naše šole.

Na NIJZ OE Nova Gorica so vse naše prispevke združili v regijsko voščilnico, ki je bila dostopna na https://www.youtube.com/watch?v=IDrMxOl_o24&feature=youtu.be. Pod rubriko *Zahvale vsem, ki skrbite za naše zdravje*, smo si pa lahko ogledali prispevke šol iz drugih regij. (<https://www.nijz.si/sl/zahvala-vsem-ki-skrbijo-za-nase-zdravje>.)

V decembru sta psihologinja in socialna delavka izpeljali meditacijo za zaposlene preko ZOOM-a.

Nacionalni inštitut za javno zdravje nam je posredoval povezavo do posnetka predavanja *Zgodnji odnosi in njihov vpliv na razvoj osebnosti skozi prizmo teorije navezovanja*, ki se je pod okriljem projekta Mobilne enote na področju prepovedanih drog na Ministrstvu za zdravje odvilo 11. decembra.

V februarju nas je Nacionalni inštitut za javno zdravje povabil k sodelovanju pri pilotni izvedbi CLICK aplikacije – trženje nezdrave hrane in pijače. Aplikacija samodejno beleži platforme, ki tržijo nezdravo hrano in pijačo pri običajni uporabi telefona. Prva faza je potekala od februarja do aprila. V njej sodeluje 500 učencev iz Zdravih šol. Vabilo je bilo poslano vsem staršem.

V sklopu programa *Življenje je lepo – skrbim za svoje zdravje* (s podpisom slovesne obljube o nekajenju) so nas seznanili, da je bila v lanskem šolskem letu nagrajena ena učenka, letos pa so bili izžrebani trije sedmošolci.

Nacionalni inštitut za javno zdravje nam je poslal povezavo predavanj *Kako se pogovarjati z otroki o bolezni in smrti?*, *Pogovoriti se moramo o alkoholu*. Obe predavanji sta bili posredovani staršem in zaposlenim. Pripravili so tudi gradivo *Pomoč v stiski za starše in učence*. Posredovali smo jih staršem in učencem.

Veliko dejavnosti je bilo izpeljanih na daljavo. Podprte so bile s strani vodstva in zaposlenih. Imeli smo stalno podporo in usmeritve s strani regijske in nacionalne koordinacije Slovenske mreže zdravih šol.

Začetna stresna situacija ob zaprtju šole je bila prostorska organizacija v domačem okolju. Doma so ostali starši in vsi otroci. Vsi so delali na daljavo in se skušali prilagoditi eden drugemu ter časovno uskladiti obveznosti. Poskrbeti je bilo treba za dovolj IKT opreme. Za delo na daljavo so tako starši kot otroci potrebovali mir, ki ga ni bilo, saj so doma bili tudi vrtčevski otroci. Šolarji so potrebovali pomoč in vzpodbudo za delo, saj niso razumeli, niso znali ali pa preprosto niso želeli. Problemi so se vrstili in stopnjevali.

Pri izpeljavi nalog smo pri učencih več časa porabili za motivacijo. Ko pa so začeli sodelovati, smo opazili pozitivne spremembe pri vedenju, izboljšanju medsebojnih odnosov, samovrednotenju.

Na naši šoli smo za duševno stanje v novo nastali situaciji poskrbeli na več načinov. Psihologinja je pripravila več posnetkov za učence: kako se učimo, telovadba za možgane, sproščanje in meditacije. Tudi za starše in zaposlene smo posneli meditacije, pripravili smo posnetek z različnimi vajami za telo in dobro počutje, ki so jih lahko vsi udeleženci opravljali doma. Staršem smo pošiljali različna poučna gradiva in telefonske številke za klic v stiski. Pošiljali smo jim različna predavanja o organizaciji dela od doma, sobivanju ...

Poleg vsega naštetega smo na šoli organizirali tudi prostovoljno delo na daljavo. Na šoli so delovale 4 osnovnošolke prostovoljke, 2 srednješolca in 3 študentke. Vsi prostovoljci so zadostili kriterijem za priznanje na nivoju Mestne občine.

S strani prostovoljcev je bilo potrebnih veliko prilagoditev. Morali so biti zelo iznajdljivi in tehnično dobro podkovani. Izkazali so se za zaupanja vredne osebe. Za vsako oviro so sami začeli iskati nove poti. Bili so vztrajni in dosegli lepe rezultate. Učenci so jih sprejeli, z njimi sodelovali in dosegli lepe uspehe.

Prostovoljno delo se je izvajalo preko različnih kanalov: Zoom, Skype, Viber ... Vsi so začeli na isti način: preko telefona. Uporabnika so učili namestitve in uporabe programa. Potrebna je bila prilagoditev obveznosti vključenih in poiskati termin, ki je odgovarjal obema. Nekateri uporabniki na začetku niso imeli kamere in je pomoč potekala kot svetovanje po telefonu. Ta čas so prostovoljci izkoristili za pogovor o aktualni problematiki. Učenci so imeli veliko konkretnih vprašanj, saj jih je bilo strah.

Poleg pogovorov z učenci, razlage snovi, reševanja nalog in učenja so prostovoljci poskrbeli tudi za starše. Seznanjali so jih z različnimi telefonskimi številkami, kamor so lahko poklicali brezplačno in se pogovorili o različnih težavah. Usmerjali so jih k mentorici na šoli. Kako bo njihov otrok naredil razred?

Po pogovorih jim je bilo veliko lažje. Pomagala jim je tudi informacija, da niso sami, da se lahko obrnejo na določene ljudi, pokličejo na telefonske številke, če imajo kakšno vprašanje ali če se znajdejo v stiski.

Šele po vseh teh ključnih pogovorih so prostovoljci pričeli z izvajanjem pomoči. Večino časa so porabili za prepričevanje učencev, da snov obvladajo. Tedensko so delali na volji do dela, koncentraciji, vztrajnosti, dvigu samopodobe. Uporabljali so tehniko pohval, vzpodbud, »tečne muhe« in humorja. Med izvajanjem vsega tega jim je uspelo tudi, da so se učenci naučili in pridobili ocene.

Prostovoljci so navezali stik in sodelovali tudi z razredničarko učenca in dotično učiteljico posameznega predmeta.

V času izvajanja prostovoljnega dela smo pri sedmošolcu zaznali problem igranja video igrice, ki je mejil že na zasvojenost. Izvajalka je opozorila mentorico, ki je takoj navezala stik s starši, razredničarko in presekala potek dogodkov.

Ravno tako je prostovoljka opazila depresivno vedenje pri osmošolki, ki se ji je zaupala, da razmišlja o samomoru. Izvajalka je opozorila mentorico, ki je skupaj s šolsko psihologinjo aktivirala osebno pediatrijo, pedopsihiatrijo in Center za socialno delo. Izkazalo se je, da je situacija zelo pereča in nevarna. S skupnimi močmi smo bili uspešni in deklici preprečili najhujše.

Kaj pa prostovoljci? Tudi oni so se srečevali s stiskami, vprašanji in dilemami. Z mentorico so opravili veliko pogovorov in najprej razrešili svoje osebne stiske, vprašanja in dileme. Nato jim je bilo potrebno vliti zaupanje, da so tehnično dobro podkovani in jim pomoč na daljavo ne bo predstavljala nikakršnega problema. Šele zatem smo se posvetili informacijam, ki so primerne in potrebne, da jih učenci in starši dobijo kot odgovor na njihova vprašanja. Na razpolago so imeli mentorico osebno številko telefona, v kolikor bi bilo potrebno reševati nujne primere. Enkrat mesečno so se srečali preko ZOOM-a.

Prostovoljci so imeli velik pomen v skupnosti. V času COVID-a 19 smo to lahko videli v živo. Bili so pomembna vez med posamezniki in ustanovo. Prejemali so dragocene informacije. Znali so poiskati pomoč. Poskrbeli so tudi za posameznike, ki so bili prikrajšani, so se nevede znašli v stresu in bili včasih tudi izključeni.

Vse osnovnošolke prostovoljke so sodelovale tudi pri organizaciji in izpeljavi dogodka *Dan za spemembe* in dobile priznanje s strani Slovenske filantropije. Priključili smo se k izvedbi projekta ***Glas generacije*** in dobili priznanje.

V aprilu je prostovoljka devetošolk imela prispevek na Radiu Koper v tednu prostovoljstva na temo ***Prostovoljno delo v času šolanja na daljavo***.

V času COVID-a smo spoznali, da s krepitvijo duševnega zdravja na šoli opolnomočimo posameznike z znanjem, s katerim spoznajo sebe, svoja čustva, kako jih izraziti in ravnati z njimi. Poleg tega spoznajo pomembnost zdrave prehrane, gibanja, počitka in sproščanja. Spodbujamo kreativnost, radovednost in humor. Poudarek je tudi na komunikaciji, reševanju konfliktov, zmanjševanju nasilja, premagovanju stresnih situacij in uporabi IKT tehnologij.

Želeli smo jih naučiti, da so pomembni ravno toliko kot njihovi vrstniki, naj zdravo cenijo sebe in druge, so kritični do dogodkov in znajo povedati svoje mnenje ter jih opremiti z dovoljšnjo mero informacij.

V letošnjem letu smo se vključili v projekt *Varno in spodbudno učno okolje*, ki ga vodi Zavod za šolstvo. Vsi stiki, predavanja in delavnice so potekale na daljavo.

V juniju je potekalo srečanje na Danskem na temo Duševno zdravje, kjer je bil izbran prispevek naših sedmošolk. Govorili sta o pomenu duševnega stanja, dobrega počutja in poznavanju ter uravnavanju lastnih čustev.

2021/2022

Rdeča nit je bila ***Mi vsi za lepši (boljši) jutri***.

Med poukom so bile večino šolskega leta obvezne zaščitne maske. Poleg tega je na šoli potekala sanacija. Pouk smo imeli na gradbišču.

Delavnice so potekale okrnjeno, saj so še vedno veljale omejitve glede druženja.

Učenci so sodelovali na Festivalu zdravja, ki ga je organiziral Mladinski center Nova Gorica.

Učenci so izdelovali okrasne metulje iz plastenk in bili nagrajeni. Ugotovili so, da z metulji lahko okrasijo rože in stene, lahko pa jih prilepijo na sponko za lase ali okrasijo nakit.

Razstava o vsebnosti sladkorja v različnih pijačah



V sklopu ur za nadarjene so učenci 7. razreda ponovili raziskavo *Koliko sladkorja zaužijemo s različnimi pijačami*. V šolski jedilnici so pripravili razstavo s prikazom koliko sladkorja je v posamezni pijači. Razstavo smo postavili tudi na podružnično šolo Ledine. Ugotovili so, da je pitje vode najboljša izbira.

Pričeli smo z izobraževanji v sklopu projekta *Vzpodbudno učno okolje*. Udeleženci so poglobili zavedanje o pomenu dobre klime in počutja na ravni kolektiva in razreda, na ravni skupine in

posameznika in so okrepili veščine vodenja razreda za dobro vključenost učencev in zmanjšanje vedenjskih težav. Izpopolnjevali so se v lastni časovni in vedenjski pismenosti (komunikacijske veščine, uravnavanje čustev) z namenom krepitve različnih oblik čustvenega in socialnega učenja tudi pri učencih. Seznanili so se z razlogi neželenega vedenja učencev in urili strategije za preprečevanje in za soočanje. Spoznali so protokol za ravnanje v primeru nasilja in razliko med nasiljem in konflikti. Osvojili so temeljne veščine moderiranja skupinskih procesov, ki jih preizkušajo v kolektivu med dvema srečanjema.

Šolski tim je vsebine in veščine, pridobljene skozi module, širil na kolektiv in učence z namenom sistematičnega vpeljevanja varnega in spodbudnega učnega okolja na šoli.

Eden od ciljev je bil tudi opolnomočiti učitelje pri premagovanju neželenega vedenja. Izpeljali smo delavnice za učitelje na temo prepoznavanja in izražanja čustev znotraj sebe in pri drugih, vaje čuječnosti, vaje poslušanja, upravljanja s čustvi (empatija do drugih in do sebe, da znamo regulirati lastna čustva, da znamo usmerjati učence in nuditi podporo).

Skozi pogovor smo pomagali učencem ozavestiti razloge za neželeno vedenje, okoliščine, sprožilce in skupaj z učencem poiskati nadomestne strategije in vedenja.

V razredu so sooblikovali razredna pravila na začetku šolskega leta, seznanili so se s posledicami neupoštevanja le teh, pravila so visela na vidnem mestu v razredu.

V vsakem oddelku je razrednik izpeljal vprašalnik Razredna klima na začetku in koncu šolskega leta in na podlagi rezultatov načrtoval delo z razredom.

Učencem smo v okviru razrednih ur omogočili čim več priložnosti za krepitev socialnih in čustvenih kompetenc. Na ravni šole smo izdelali protokol postopanja ob pojavu izrazitih oblik neželenega vedenja. Za učitelje smo uredili spletno učilnico, kjer dobijo ves potreben material za delo v razredu.

V soboto, 4. junija, je v Novi Gorici potekal festival **Dežela prijateljev**. Del pestrega dogajanja smo bili tudi predstavniki naše šole. Na podružnici Ledine so učenci razredne stopnje barvali kamenčke prijateljstva, ki smo jih, v zameno za prispevek, podarili mimoidočim. Zbrane prispevke smo namenili šolskemu skladu.



Utrinki s prireditve Dežela prijateljev

Na naši stojnici sta se poleg učencev, staršev in nekdanjih delavcev šole, ustavila tudi župan, Klemen Miklavič, in podžupan, Simon Rosič. Pohvalila sta predvsem naše prostovoljce – učence višjih razredov, ki so samostojno vodili ustvarjalno delavnico za otroke.

Rdeča nit je bila *Čas za zdravje, je čas za nas.*

Postali smo **Vodna šola**. Na Vodni šoli bomo učence spodbujali k pitju vode v času pouka, v vodnih odmorih. Učenci so v začetku šolskega leta dobili bidončke za vodo, vodo si bodo lahko natočili v vsakem razredu in jo pili pred ali po vsaki šolski uri ter pri kosilu. Pitje vode prispeva k boljšemu počutju otroka (hidracija telesa), s tem pa tudi k boljšim učnim rezultatom. S pitjem vode in ne sladkih pijač prispevamo tudi k preprečevanju debelosti. Z uporabo bidončkov bomo prispevali tudi k manjšemu onesnaževanju okolja s plastiko, saj na šoli ne bomo več uporabljali plastičnih lončkov. Iz ekonomskega vidika je pitje vode iz pipe cenejše kot kupovanje ustekleničene vode ali drugih pijač.



Na šoli poteka vrsto dejavnosti, ki so z leti postale tradicionalne.

- x Srečanja z varovanci CIRIUS-a iz Vipave.



*Aktivnost ob srečanju z
Vipavci*

- x Še vedno podpisujemo Slovesno zaobljubo, da v tekočem šolskem letu ne bomo prižgali cigarete.

Zaobljuba o nekajenju



- x Pri pripravi zdravih obrokov upoštevamo smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah.

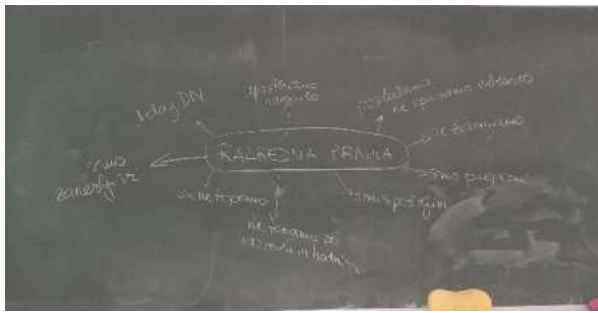


- x Spodbujamo uživanje sadja in zelenjave v sklopu Sheme šolskega sadja in zelenjave. Sadje ali zelenjava je pri vsakem obroku, ki ga otrok dobi v šoli. Prehrano, ki jo pripravljamo na šoli, redno spremlja NIJZ.

- x Spodbujamo gibanje, tako v sklopu ur športa kot tudi z gibalnimi odmori in minutami za zdravje v razredu.
- x Decembra izpeljemo delavnico *Skriti prijatelj*.
- x Delamo z učenci priseljenci.



Delo s priseljenci



- x Vsak september oblikujemo razredna pravila in posledice.
- x V tednu otroka organiziramo sprejem prvošolcev v šolsko skupnost. Organizirajo jo učenci šolskega parlamenta.
- x Jeseni in spomladi organiziramo tržnico *Meni je premajhno, tebi bo prav*.



- x Učenci prespijo noč v šoli in imajo ob tem spremljevalne aktivnosti, kot so branje s kužkom, ogled observatorija zvezd na gimnaziji, skupaj zajtrkujejo.



- x Izvajamo delavnice za duševno zdravje, za socialno učenje, *To sem jaz*.



- x Šolo ponovno opremljamo s pozitivnimi afirmacijami in vzpodbudnimi besedami in mislimi.



x Kolesarjenje zaposlenih.



x Ustvarjalne delavnice za učitelje v decembru.



x Bowling – decembrsko športno druženje.



x Meditacija za zaposlene.



- x Prireditve ob upokojitvi in za upokojene delavce šole.



- x Praznovanje rojstnih dni in ostalih posebnih dogodkov v zbornici šole.
- x Kava in sadje v zbornici.
- x Decembrska prireditev in obdaritev varovancev Doma upokojencev Nova Gorica.
- x Decembrski in zaključni izlet kolektiva.
- x Praznična tržnica.
- x Decembrsko srečanje z upokojenimi delavci šole.
- x Prostovoljno delo osnovnošolcev, srednješolcev in odraslih.
- x Izobraževanje za prostovoljce v decembru.
- x Sodelovanje na tednu prostovoljstva v maju.
- x Podelitev zahval prostovoljcem na občinski ravni.
- x Dobrodelna prireditev *Ključ za upanje*.
- x Zaključek bralne značke.
- x Urice branja.
- x Izhajanje Kemijskih novic.
- x Sodelovanje z zdravstvenim domom: šolski dispanzer, šolska zobozdravnica, Zdravstvena vzgoja.
- x Akcija za čiste in zdrave zobe za učence od 1. do 9. razreda.
- x Svetovni dan zdravja – sodelovanje s stojnico in predstavitvami naše šole na Bevkovem trgu.
- x Izvajanje aktivnega odmora in minute za zdravje.
- x Brain gym.
- x Delavnice za petošolce *Učimo se učiti*.
- x V posameznih razredih imajo skrinjico *Zaupaj mi*.
- x Spremljanje in izvajanje zdrave prehrane in kulturnega prehranjevanja.
- x Srečevanje komisije za zdravo prehrano.
- x Anketa o šolski prehrani – enkrat letno.
- x Naravoslovni dnevi na različne teme o zdravju, odnosih ...

- x Tekmovanju o znanju o sladkorni bolezni.
- x Urejanje zeliščnega in zelenjavnega vrta ter sadovnjaka.
- x Ločeno zbiranje odpadkov.
- x Zbiranje zamaškov.
- x Prireditev za prvi in zadnji šolski dan, na kateri nastopa večina učencev.
- x Tretješolci nastopajo za prvošolčke.
- x Tabor v Čepovanu za nadarjene in prostovoljce devetošolce.
- x Tabor v Čepovanu za zaposlene.
- x Tabori učencev zdravih šol 1. kroga.
- x Tehtanje šolskih torbic.
- x Načrtovanje in evalvacija projekta Zdrava šola.
- x Priprava seznamov učiteljev, ki so največ prispevali k projektu. Vsak predlagani član šolskega tima Zdrave šole mora v šolskem letu opraviti skupno najmanj 8 ur (izvedbe dejavnosti, brez priprave) na nalogah v okviru projekta Zdrave šole.
- x Dežurstvo učiteljev za nemirne učence.
- x Dežurstvo učiteljev med odmori, v jedilnici.
- x Izvajanje mednarodne raziskave *Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju* (HBSC).

Letos praznujemo 30 let Zdrave šole. V ta namen bomo organizirali Tabor učencev zdravih šol 1. kroga, prireditev ter razstavo, kjer bomo prikazali 30-letno delo.

Za ta namen je nastal filmček, ki so ga pripravili nadarjeni učenci pod mentorstvom slavistke, g. Alenke Čelik.

Prikazali smo ga na srečanju zdravih šol, ki je potekal v Mestni občini Nova Gorica. Prikazano je bilo tudi 30-letno delo Zdrave šole na OŠ Milojke Štrukelj Nova Gorica.

ZAKLJUČEK

Večina načrtovanih nalog je bilo uspešno izpeljanih, saj so bile podprte s strani vodstva in ostalih zaposlenih. Nekatere naloge so že tradicionalne in vpete v sam sistem na šoli. Zaradi zanimivih tem so bili motivirani tudi učenci. Imeli smo stalno podporo in usmeritve s strani regijske in nacionalne koordinacije NIJZ.

Pri izpeljavi nalog smo pri učencih opazili izboljšanje znanja na področjih, kjer so sodelovali. Nekateri so ob izvedbi določenih nalog razvijali in spremenili stališča. Opaziti je bilo pozitivne spremembe tudi pri vedenju, izboljšanju medsebojnih odnosov in boljšo pripadnost šolski skupnosti.

Učitelji so bili z izvedbami zadovoljni. Aktivnosti so ocenili kot koristne in uporabne.

Starši, katerih otroci so sodelovali pri različnih nalogah in akcijah, so le-te ocenili kot koristne. Pri nekaterih so opazili izboljšanje odnosov med učitelji in učenci, spremembo odnosa do vrstnikov, šolskega dela in okolja ter pogleda na različno aktualno tematiko.

Zavedamo se, da je najboljšo znanje tisto, do katerega pridejo učenci sami. Učitelji in strokovni delavci jim skušajo pri tem pomagati in jim posredovati snov na zanimiv in sodoben način. Z medsebojnim sodelovanjem učencem pomagamo premostiti težave na poti do uspeha.

Za razvijanje osebnosti, ki bo sposobna samostojno in zrelo reševati vsakdanje in izjemne situacije, mora tako šola kot družina biti ne le prijazna, ampak tudi znati sprejeti odgovornost za svoja dejanja, pridobiti zaupanje, spoštovanje in biti pripravljena reševati nastale situacije. Zavedamo se, da so konflikti in stres vsakdanja zadeva. Do vsake situacije skušamo hitro in strokovno pristopiti ter poiskati najboljšo možno rešitev za vse udeležene.

Zdrava šola je postala način dela naše šole.

Vsak, ki je delal na Osnovni šoli Milojke Štrukelj, je prispeval k uspešnosti in prepoznavnosti zdrave šole.

Posebej bi pohvalila sodelavce, ki so pripomogli, da je projekt zaživel.

Brulc Mirko – ravnatelj	Rajko Zorka	Krže Jožica
Krigl Darja	Ahlin Majda	Bužinel Janja
Fili Neva	Kante Zdravka	Kristančič Miranda
Mohorič Iris	Sulič Lilijana	Nemec Vidojka
Podgornik Florjana	Komel Katarina	Furlan Zdenka

Ravno tako posebna pohvala sodelavcem, ki so pomagali, da je projekt živel.

Stepančič (Balič) Majda	Marka Neda	Skerlovnik Štrancar Ana
Florijančič Mirjam	Gorjup Nada	Humar Ingrid
Miška Elizabeta	Zlobec Vlasta	Klanjšček Katja
Magajne Majda	Tomšič Edvina	Lavrenčič Vida
Velikonja Ada	Štrukelj Milojka	Devetak Kaja
Vrčon Bogdan	Pušnar Albert	Varl Radojka
Debeljak Laura	Bolčina Vlasta	De Brea Ada
Zajec Ivanka	Kostić Ivana	Žorž Dragica
Lisjak Iris	Marjanov Neda	Kuščer Klavdija
Preković Jelica	Slapernik Milojka	Šajna Edela
Žorž Kisilak Irena	Zoratti Majda	Krog Mišo
Šuligoj Majda	Štrancar Nataša	Ozebek Laura
Peršič Maja	Bavčar Nevenka	Manoilov Danijela
Klanjšček Schlegel Edica	Bandelj Danijel	Komel Dragutin
Kovačič Ines	Kožlin Barbara	Kramar Bajt Julija
Krošelj Sara	Kruh Jana	Kure Baša Ana
Hvala Branka	Grosar Kiti	Furlan Mojca
Doljak Bošković Jadranka	Zelić Anita	Šuligoj Miroslav
Štolfa Irma	Pipan Bruna	Nedeljković Lucija
Mavrič Danijel	Keranović Štefanija	Fabijan Ljuba
Caharija Manda	Zorn Živka	Frančeškin Barbara
Kralj Gregorič Mirjam	Komel Vlasta	Štrancar Irena
Krapše Tatjana - ravnateljica		

In še pohvala vsem tistim, ki še vedno vztrajate, da projekt živi še danes.

Bratuž Martina	Čelik Alenka	Černic Jasna
Rogelja Nina	Pavlica Žanet	Turk Cink Tarin
Popović Ljubinka	Prinčič Anja	Kašček Bučinel Ana
Kuhar Mojca	Pertovt Suzana	Jarc Mickovski Mateja
Šinigoj Danjela	Polanc Neva	Przybylski Ličen Aneja
Rabzelj Marina	Pintar Keli	Puc Irena
Markič Gerbec Barbara	Rajko Tina	Kapelj Janja
Sušanj Jana	Sušanj Špela	Štrukelj Jože
Peric Anja	Kobe Janez - ravnatelj	Markočič neža
Mikulić Jasmina	Podplatan Nejka	Minkuž jaka
Batič Katjuša	Volk Valentina	Žerjal Teja
Žigon Kokoravec Monika	Jarc Tina	Gulin Tanja
Gomišček Kaja	Humar Elizabeta	Krapež Alenka
Fili Maja	Gerbec Nataša	Figelj Peter
Batistič Poljšak Tanja	Filej Bremec Jana	Bavčar Mateja
Devetak Ivo	Besednjak Jasna	Boscarol Tatjana
Brankovič Petra	Fajdiga Magda	Fabčič Martina
Abramič Sonja	Čutura Tanja	Četina Irena
Vuga Mirjam	Kogoj Tanja	Ipavec Šaver Eleonora
Klinec Mojca	Lozej Doris	Kašček Darja
Ličen Hermina	Presl Anika	Bajc Teja
Zajc Vasja	Milost Onorina	Maček Maja
Peršič Boža	Minkuž Andrej	Živec Nadja
Plesničar Karmen	Lukežič Danilo	Lavrenčič Amina
Kodelja Klemen	Kocijančič Iris	Germek Ciril
Florijančič Martin	Brecelj Flavijana	Bizjak Borut
Bovcon Andreja	Vulić Martina	Vasiljević Ladislava

In še vse čistilke, blagajničarke, kuharske pomočnice, spremljevalke gibalno oviranih otrok, računovodkinje, hišniki in vzdrževalci računalniških del.

Skupaj smo močnejši.

VIRI

Osebni arhiv vodje projekta:

Načrtovanja in evalvacije projekta od 1993 do 2023.

Zapisniki sestankov vodje timov zdravih šol 1. kroga.

Gradivo seminarja *Obvladovanje stresa ali Kako ukrotiti tigra in se pri tem celo zabavati*, Radovljica, 1993

Šolsko svetovalno delo, 1997.

Evalvacija projekta Zdrava šola na osnovni šoli Milojke Štrukelj od 1993 do 1997.

Delovni dokument o strategiji, ciljih in prednostnih nalogah Evropske mreže šol, ki promovirajo zdravje 1996 – 2000, januar 1996, IVZ LJ.

Načrt projekta Jabolko v šoli, 2003.

Projekt Varna šola, 2009.

Projekt Shema šolskega sadja, 2009.

Projekt Comenius šolska partnerstva z naslovom "FIT FOR EUROPE – FIT FOR FUTURE", 2011 – 2014.

Projekt UŽIVAJMO V ZDRAVJU, 2016 – 2018.

Network News 1999, fifth edition The European Network on Health Promoting Schools. Schools for Health in Europe Network Foundation (SHE), julij 2020.

Bilten slovenske mreže zdravih šol od 1996 do 2009.

Bilten 25. let zdrave šole OŠ Milojke Štrukelj, 2018.

DELO, 9. maj 1997.

Revija OKO - štirinajstdnevnik za Goriško, 2. december 1993, letnik 1.

V reviji Zdravje, letnik 22, številka 243 (maj 2000).

Primorske novice, 2000.

Primorske novice, 16. 2. 2010, letnik 64.

Revija Otrok in družina - fotolepljenka, 2000.

Revija OKO, 1996.

Revija OKO, maj 2003, letnik 11.

Revija SOŽITJE, letnik 39, leto 2006, št. 4.

DELO, 1993.

Primorske novice, 1996.

Spletna strani NIJZ (<https://nijz.si/>)

Šolski arhiv

Šolske kronike OŠ Milojke Štrukelj.

Žvečkalniki OŠ Milojke Štrukelj.

ZAHVALA GRE SPONZORJEM, KI SO OMOGOČILI IZDAJO KNJIGE.



OŠ MILOJKE ŠTRUKELJ
NOVA GORICA

Šolski sklad Osnovne šole Milojke Štrukelj Nova Gorica