

**VSEBINSKO POSLOVANJE V LETU 2019**

1. DRUŠTVO ŠOLA ZDRAVJA

**OSNOVNA DEJAVNOST DRUŠTVA**

Društvo Šola zdravja je prostovoljno, samostojno in nepridobitno združenje fizičnih oseb, ki se združujejo in povezujejo v članstvo, z namenom **širjenja jutranje telovadbe na prostem**, širjenja športne rekreacije starejših oseb ter drugih pojavnih oblik športne rekreacije, med vse generacije naše družbe, v mesta in vasi in v vsak poseljen kraj v Republiki Sloveniji.

**CILJ DRUŠTVA**

Društvo poleg temeljne naloge iz 1. člena teh Pravil zasleduje še naslednje cilje:

* skrbi za spodbujanje rednega gibanja in telesne vadbe za zdravje svojih članov,
* skrbi za povečanje deleža gibalno dejavnega prebivalstva v Republiki Sloveniji,
* skrbi za krepitev zdravja prebivalcev in zdrav življenjski slog, ki temelji na načelih uvajanja ustreznih gibalnih življenjskih navad,
* skrbi za uvajanje množične športne rekreacijo starejših in popularizacijo svoje dejavnosti med člani v vseh starostnih skupinah;
* skrbi za dvig strokovnega znanja članov in k širitvi spoznanja, da vsak posameznik sam lahko največ stori za svoje zdravje,
* skrbi za sistematično uvajanje znanja o pomenu zdravega načina življenja in gibanja v vse sloje naše družbe, v mesta in vasi, v vsak poseljen kraj v Sloveniji,
* skrbi za sistematično medgeneracijsko povezovanje v svoji dejavnosti s predšolskimi in šoloobveznimi otroki, mladino in ostalimi odraslimi starostnimi skupinami;
* skrbi za osveščanje ljudi o preventivi za vzdrževanje svojega zdravja, od rojstva do smrti,
* spodbuja sodelovanje raziskovalnih institucij, univerz in posameznih strokovnjakov pri posameznih projektih društva.

**VIZIJA DRUŠTVA**

Pripeljati jutranjo telovadbo v vsak kraj, vas, naselje. Trenutno smo aktivni v 81 občinah.

2. ČLANSTVO V DRUŠTVU

2.1. BAZA ČLANOV

V letu 2019 se je včlanilo 1.081 novih članov (886 - 2018, 874 – 2017, 727 - 2016). Na dan 31.12.2019 je bilo v društvo včlanjeno 4.387, od tega 442 članov , ki so v skladu določil 3. alinee, 12.člena Pravil društva Šola zdravja, oproščeni plačila članarine (v letu 2018 je bilo teh članov 320).

V tem primeru gre za kar znaten izpad sredstev članarine (8.840,00 eur) in ta boniteta je glede na določila Zakona o društvih – neutemeljena. Zakon o društvih namreč predpisuje, da so člani društev dolžni plačevati članarino, kot svoj prispevek za delovanje društva.

Na dan 31.12.2019, je bila povprečna starost v društvu 69,5 let. Moških je 8,5%, 428 članov.

nad 80                 10,07 %

nad 65 do 80      63,74 %

nad 50 do 65      24,90 %

do 50                     1,29 %

Skupno                 100,00 %

Bazo članov so urejale, Maja Nagode, Brigita Grubič in Nedeljka Galijaš.

2.2. SKUPINE

V letu 2019 smo aktivirali 40 novih skupin (2018 - 31). V bazi članov vodimo skupine, ki štejejo več kot 5 članov in teh je, na dan 31.12.2019 bilo 204 (2018 - 167). Tri stare skupine niso plačalo članarine v letu 2019 in jih ne vodimo več kot skupine (Butoraj, Kamnik - Duplica, NM - Gabrje). Kar nekaj skupin ima manj kot 5 članov ali so še v nastajanju in se še niso včlanili (okolica Krškega, Griblje, NM - Ratež). So tudi taki, ki se včlanijo za eno leto, da opravijo usposabljanja, pridobijo gradiva in jim članstvo v društvu predstavlja breme (članarina) ali pa imajo posamezniki lastne interese (članstvo v drugih društvih). Veseli nas, da vseeno vztrajajo pri vsakodnevni jutranji telovadbi vendar so idejo, podporo, vaje osvojili s pomočjo članov in članic Društva šola zdravja.

2.3. NOVE SKUPINE V LETU 2019

Aktivirali smo 40 skupin, planirali pa smo jih 30. Tak izjemen rezultat smo lahko dosegli samo s pomočjo že delujočih skupin.

1. LJ – BRINJE – Osrednjeslovenska (november 2019)

2. HORJUL – Osrednjeslovenska (oktober 2019)

3. KRKA – Dolenjska (oktober 2019)

4. MIRNA PEČ – Dolenjska (23. 10. 2019)

5. ZAGORJE OB SAVI – Zasavje (oktober 2019)

6. PTUJ – BREG – Podravje/Štajerska (oktober 2019)

7. PODNART – Gorenjska (september 2019)

8. KAMNIK – OŠ MARIJE VERE – Gorenjska (2. 9. 2019)

9. KRŠKA VAS (Brežice) – Posavje (15. 7. 2019)  
10. CERKLJE OB KRKI – Posavje (15. 7. 2019)  
11. SKORBA (HAJDINA) – Podravje / Štajerska (avgust 2019)  
12. KRŠKO – DB – VELIKI KAMEN – Posavje (julij 2019)  
13. RUŠE – VAS – Podravje / Štajerska (julij 2019)  
14. SEVNICA – STARI DEL – Posavje (julij 2019)  
15. KRMELJ (Sevnica) – Posavje (junij 2019)  
16. BOŠTANJ (Sevnica) – Posavje (junij 2019)  
17. ŽEJNO (Brežice)– Posavje (5. 6. 2019)  
18. KRIŽE pri Tržiču – Gorenjska (junij 2019)  
19. PIŠECE (Brežice)– Posavje (3. 5. 2019)

20. NM – TOP DRSKA – Dolenjska (apr./maj 2019)  
21. NM – ŽABICE – ŽABJA VAS – Dolenjska (febr/maj 2019)  
22. KRŠKO – DB – RAKA – Posavje (april 2019)  
23. VINICA – Bela krajina (april 2019)  
24. MB – LIMBUŠ – Podravje / Štajerska (april 2019)  
25. TRBOVLJE – Zasavje (marec 2019)  
26. STARI TRG OB KOLPI – Bela krajina (marec 2019)  
27. SELA – VIDEM PRI PTUJU – Podravje / Štajerska (marec 2019)

28. PREDDVOR – Gorenjska (marec 2019)  
29. KR – PREDOSLJE - BRITOF – Gorenjska (marec 2019)  
30. ŠENTJUR – Savinjska (11. marec 2019)  
31. KRANJ – MLAKA – KOKRICA – Gorenjska (marec 2019)  
32. KRŠKO – D.B. – ZDOLE – Posavje – (februar 2019)  
33. PREBOLD – LATKOVA VAS – Savinjska (februar 2019)  
34. KOSTANJEVICA NA KRKI – Posavje (februar 2019)  
35. JAVORNIK – RAVNE NA KOROŠKEM – Koroška (januar 2019)  
36. STIČNA – Dolenjska (januar 2019)  
37. RUŠE – BEZENA – Podravje/Štajerska (januar 2019)  
38. KRŠKO – D.B. – VELIKO MRAŠEVO – Posavje (januar 2019)  
39. DOLNJA PREKOPA – Posavje (januar 2019)  
40. KRŠKO – D.B. – VELIKA VAS – Posavje (januar 2019)

2.4. SKUPINE- praznovale 10. let

V letu 2019 je 5 skupin praznovalo 10. let delovanja: LJ - BS3, Kamnik - Keršmančev park, LJ - Kolezija, Trzin, Domžale - Ihan. Vse zveste člane smo nagradili z nahrbtniki.

2.5. 10. OBLETNICA DRUŠTVA ŠOLA ZDRAVJA

23. oktobra 2019 smo v KD France Bernik praznovali 10. leto delovanje našega društva. Ob tem jubileju smo izdali tudi Zbornik v nakladi 5.000 izvodov. Povabili smo vse, ki so se včlanili v letu 2009 in 2010.

3. AKTIVNOSTI DRUŠTVA

3.1. SREČANJA

V letu 2019 smo organizirali vseslovensko srečanje v Velenje. Poleg tega smo imeli še 6 regionalnih srečanj:

15. maja 2019 smo v Kranju imeli regijsko srečanje skupin Šola zdravja Gorenjske. Sodelovali smo v prireditvi Parada učenja 2019 v okviru Tedna vseživljenjskega učenja 2019;

17. maj 2019, Sevnica, 2. regijsko srečanje posavskih skupin;

18. maj 2019, Kamnik, regijsko srečanje kamniških skupin in okolice, ter proslava 10. obletnice prve kamniške skupine

5. junij 2019, Semič, regijsko srečanje belokranjskih skupin DŠZ na Dan sosedov

22. junij 2019, Velenje - smo organizirali tradicionalno vseslovensko srečanje vseh skupin društva v Velenju na Titovem trgu. Srečanja se je udeležilo več kot 1100 oseb.

14. avgust 2019, Trzin, regijsko srečanje okoliških skupin in proslava 10. obletnice skupine Trzin

11. september 2019, Ljubljana, regijsko srečanje ljubljanskih skupin, ki je sovpadalo s projektom MOLa Razgibajmo Ljubljano in LUPA Festivalom, prireditev katerih se redno udeležujemo že nekaj let.

3.2. PREDAVANJA, IZOBRAŽEVANJA

Za člane društva pa smo s SLO Filantropijo organizirali usposabljanje “*Vodenje skupine in dobra komunikacija*” - Jaka Kovač: 20.2.20 v Dragatušu, 3.9.2019 v Ljubljani, 5.9.2019 na Bledu, 27.11.2019 v Radovljici. Ptuj.

Društvo Šola zdravje je v letu 2019 izvedlo 19 internih (2018-12) usposabljanj za vaditelje.

Usposabljanj se je udeležilo skupno 966 slušateljev (2018 – 548). Večino predavanj je izvedel Andraž Purger, prof. športne vzgoje, 2 nadaljevalna pa Nikolay Grishin, dr. med.

18. februar 2019, KRANJ, 73 udeležencev

26. februar 2019, NOVA GORICA, 71 udeležencev

2. marec 2019, CELJE, 23 udeležencev

7. marec 2019, ČRNOMELJ, 53 udeležencev

11. marec 2019, KRŠKO, 64 udeležencev

4. april 2019, KIDRIČEVO, 57 udeležencev

10. april 2019, LJUBLJANA, 68 udeležencev

7. maj 2019, MB - RUŠE, 56 udeležencev

21. maj 2019, NOVO MESTO, 39 udeležencev

2. september 2019, NOVO MESTO, 36 udeležencev

13. september 2019, BREŽICE, 51 udeležencev

20. september 2019, DOMŽALE, 55 udeležencev

30. september 2019, SLOVENJ GRADEC, 40 udeležencev

8. oktober 2019, ŠMARJEŠKE TOPLICE, 52 udeležencev

5. november 2019, BLED, 45 udeležencev

13. november 2019, LJUBLJANA, 55 udeležencev

14. november 2019, PTUJ, 46 udeležencev

25. november 2019, SEŽANA, 28 udeležencev

26. november 2019, PORTOROŽ 54 udeležencev

V letu 2019 smo imeli 15 strokovnih predavanj, ki smo jih organizirali po različnih regijah. Predavatelji so bili: Nikolay Grishin (10x), Andraž Purger (1x), Blažka Slatinšek (3x), Nejc Završan (1x):

**9. 3. 2019 -** predavanje N. Grishina v Hrvatinih – *Gibalne težave, preproste rešitve;*

**12. 3. 2019** – predavanje *Delovanje človeškega telesa*, Kranj, predavatelj Nejc Završan, absolvent medicinske Fakultete;

**28. 3. 2019 -** predavanje N. Grishina v Kamniku – *Gibalne težave, preproste rešitve;*

**1. 4. 2019 -** predavanje N. Grishina - *Glava, Rubikova kocka v Stični*;

**5. 4. 2019** - predavanje N. Grishina v Dolenjskih Toplicah – *Gibalne težave, preproste rešitve*;

**9. 4. 2019** - predavanje N. Grishina - *Glava, Rubikova kocka* v Novem mestu.

**17. 4. 2019** - predavanje N. Grishina - *Glava, Rubikova kocka* na Vrhniki;

**17. 5. 2019 -** predavanjeN. Grishina - *Gibanje je življenje - mirovanje je smrt* **-** V Kulturnem domu Melinci (občina Beltinci);

**24. 5. 2019** - predavanje N. Grishina v Izoli – *Gibalne težave, preproste rešitve;*

**3. 6. 2019 -** predavanje N. Grishina - *Glava, Rubikova kocka* - Krško.

**1. 10. 2019** - predavanje dr. Grishina na F3ŽO “*20 vaj in prijemov za izboljšanje zdravja in vitalnosti v tretjem življenjskem obdobju*“ - zbralo se je več kot 130 poslušalcev.

**2. 10. 2019 -** Drugi dan F3ŽO smo sodelovali s predavanjem “*Sem zdrav in neodvisen*”, predaval pa je Andraž Purger, prof. športne vzgoje.

**16. 10. 2019** - Predavanje : *Lajšanje simptomov pri blagi do zmerni osteoartrozi* – Šentjanž pri Dravogradu, Blažka Slatinšek, magistra farmacije

**23. 10. 2019** - Predavanje : *Lajšanje simptomov pri blagi do zmerni osteoartrozi* – v Kranju, Blažka Slatinšek, magistra farmacije

**6. 11. 2019** – Predavanje : *Lajšanje simptomov pri blagi do zmerni osteoartrozi* – na Ptuju, Blažka Slatinšek, magistra farmacije

3.3. PREDSTAVITVE

V letu 2019 smo zabeležili 110 predstavitev in 125 praktičnih prikazov po celotni Sloveniji. Skupine izvajajo praktične prikaze in predstavitve dejavnosti društva ŠZ na različnih prireditvah, sejmih, festivalih. V lokalnih skupnostih poskušamo sodelovati z vrtci, šolami, društvi upokojencev, zdravstvenimi domovi in ostalimi društvi. Več informacij je zabeleženo na spletni strani: <http://solazdravja.com/zgodilo-se-je/>

Aktivne imamo tudi pevske skupine in plesno skupino Češminke, ki pridno promovira (oranžna barva) in predstavlja dodatne aktivnosti naših članov.

- **12. 3. 2019** Predsednica Z. Katkič je imela predstavitev projekta Šola zdravja v Trbovlju *Zdrav duh v zdravem telesu*. Rezultat tega je, da je kmalu začela delovati nova skupina DŠZ tudi v tem kraju.

- **14. 3. 2019** je Z. Katkič predstavila projekt ŠZ v Ravnah na Koroškem *Zdrav duh v zdravem telesu* in kmalu so tudi tam začeli telovaditi na Javorniku;

**- 17. 9. 2019 -** *SENIORIJADA na Ptuju - izobraževalno - rekreativna olimpijada za seniorje, za kakovostno življenje v tretjem* življenjskem obdobju. Marija Gabron, vodja ptujske podružnice in članica UO, je imela predavanje "*Zdrav duh v zdravem telesu*", napovedana je kot Društvo Šola zdravja;

- **12. 11. 2019** – predsednica Z. Katkič predstavila projekta ŠZ v Dobrovi – *Vsak trenutek je lahko nov začetek*;

- **14. 11. 2019** - predsednica Z. Katkič predstavila projekta ŠZ v Polhovem Gradcu– *Vsak trenutek je lahko nov začetek*;

Skupine so se aktivno udeleževale dogodkov in predstavljale delovanje društva na:

* *Dnevi medgeneracijskega sožitja*, na Gospodarskem razstavišču  v Ljubljani, aktivno smo sodelovali vsa tri dni (14.-16.5.2019)
* *Teden vseživljenjskega učenja* *– Parada učenja* (maj 2019) *na več lokacijah in več naših skupin vključenih;*
* Evropskem tednu mobilnosti (16.9.-22.9.2019)
* Evropskem tednu športa (23.-30.9.2019)
* Festivalih: 3. življenjsko obdobje (Cankarjev dom, 1.10.-3.10.2019)
* Simbioza giba (14.-21. oktober 2019)
* 50. sejem Narava – zdravje (24. 10. 2019)
* Občinskih in lokalnih prireditvah (Dan sosedov, Dan Četrtnih skupnostih, Festival športa in rekreacije, Dnevi zdravja, medgeneracijski festivali, Razgibajmo Ljubljano)

TUJINA

16. 5. 2019 – Ponovno smo sodelovali na 6. sejmu za zrele generacije “**Pravo doba 50+**” v Zagrebu in predstavili aktivnosti Društva Šola zdravja. Tokrat so se povabilu odzvali Zaklade zajednički put (Senior centar) in člani gorenjske regije skupinami gorenjske regije ( Kranj – Šorlijevo naselje, Kranj- Stražišče, Medvode -Center, Medvode -Preska, Bohinjska Bela ter Ljubljana Vižmarje-Brod)

17. 9. 2018 se udeležili mednarodne prireditve  „**XIV. Maksimirske jeseni**“, u Parku Maksimir v Zagrebu. Prireditve so se udeležile skupine iz  Mengeša in nekaj kranjskih skupin ( Prešernov gaj, Planina, Čirče in Šenčur).

Ob meji s sosednjo državo Hrvaško imamo 1 skupino in sicer skupino CRO Pribanjci .

3.4. SPLETNA STRAN

Spletna stran društva je redno ažurirana. Spletno stran je urejala Nedeljka Galijaš. Na spletni strani je na ogled: medijski arhiv, fotoarhiv, najave dogodkov, predavanj, srečanj, seznam aktivnih skupin po abecedi in po občinah ter druge pomembne informacije o delovanju društva.

Število ogledov **spletne strani** v letu 2019 se je zmanjšalo 19.881 (38.071 ogledov / 2018; 15.563 ogledov / 2017)

- v odnosu na preteklo obdobje pada število novih uporabnikov 26,8% (82,8%/2018; 76,3%/2017),

povečuje pa se št. starih uporabnikov 73,2% (17,2% - 2018; 23,7% - 2017) (google analytics)

- povprečno trajanje enega ogleda je 4:25 min

- število uporabnikov v tem letu je 2541 (leta 2018 - 3954)

Število ogledov na družbenih omrežjih – **facebook**

- število doseženih oseb v letu 2019 je 2,5 tisoč (največji doseg je imela objava o Občnem zboru, ki jo je obiskalo več kot 1100 naših članov (1,3K oz. 1328 oseb)

- največ aktivnosti glede všečkanja, deljenja kakšnih objav in komentiranja je bilo v decembru 2018

- populacija, ki spremlja naš profil na facebooku je po pričakovanjih starejša.

Kar se populacije tiče, ostaja pa nespremenjeno. Največ je ženskih **81%** (79%-2017), moških pa je **18%** (21%-2017), glede starosti pa je po pričakovanjih največ oseb:

* od 55 - 64 leta starosti, 23% (23%-2018; 24%-2017)
* pol so starejši od 65 let, 21% (17%-2018; 13%-2017).
* sledi populacija od 45 – 54 let, 15% (16%-2018; 15%-2017)
* za njimi pa so mlajši od 35 – 44 leta, 13% (14%-2018; 16%-2017)

3.5. MEDIJI

Skupno število javnih objav in prispevkov o Društvu Šola zdravja, ki smo jih zasledili v letu 2019 je **539**. Od tega smo zasledili 210 medijskih objav, na naši spletni strani smo imeli 125 objav (Splošna obvestila in Zgodilo se je), na družbenem omrežju (facebook) pa 204 objave.

Oktobra 2019 smo imeli akcijo s plakati po Ljubljani. Za našo promocijsko kampanjo je agencija TAM-TAM, d.o.o. – specialisti za mestne plakate, izbrala deset lokacij po Ljubljani, seveda po naših željah in glede na ciljno skupino, ki se najbolj pogosto tudi zadržuje v tej bližini (CD, bližina avtobusnih postaj).

Kar se tiče medijskih objav, večinoma gre za spletne medije in spletne strani različnih NVO in društev ter za lokalne medije. Nacionalna televizija TV SLO nam je v letu 2019 namenila veliko pozornosti, saj smo bili v več njenih oddaj (bodisi povabljeni, bodisi so novinarji poročali o nam). Sodelovali smo na RTV SLO 1 v oddaji "*Ugriznimo znanost*" in *Dobro jutro Slovenija*; sodelovali s TV hišami na lokalnem in nacionalnem nivoju RA Kum, TV ATM Kranjska gora, TV ATM Mozirje, RA Sraka, RA Ptuj, TV SLO, KTV Dravograd.

Veliko smo bili prisotni v regijskih dnevnikih Večer, Primorske novice, Koroške novice , tednikih Štajerski tednik, Dolenjski list, dvotedniku Gorenjski glas, štirinajstdnevniku Posavski obzornik, v Nedelu in v veliko drugih lokalnih tiskanih, avdiovizualnih in spletnih medijih.

Ob Svetovnem dnevu zdravja smo bili aktivni in imeli radijske objave, intervjuje, članke in predstavitve.

3.6. PROMOCIJSKI MATERIAL

Razdelili smo 24.000 zgibank. V letu 2019 smo izdali časopis v nakladi 15.000 izvodov, ki smo ga delili med člani, na predavanjih, predstavitvah in kjer se predstavljamo, promoviramo.

V letu 2019 smo prvič izdali svoj prvi Zbornik društva, ki je izšel v nakladi 5.000 komadov in sicer v oktobru 2019, ko smo praznovali uradno 10. obletnico društva.

Posneli smo video film (Velenje 2019).

Natisnili smo tudi 111 transparentov .

Omeniti moramo še naše oranžne majice, anorake, flise. Oranžna barva je naš prepoznavni znak.

3.7. KONGRESI

9.4.2019, GR Ljubljana - Udeležili smo se Nacionalne konference *Zdrava povezava - Združujemo moči za zdravje ljudi*;

8. maja 2019 - Bili smo na Nacionalni konferenci *S skupnimi močmi za boljšo občino in bolj zadovoljne občane*, ki je potekala v Tehnološkem parku v Ljubljani.

11. maja 2019 - smo se udeležili zaključnega dela mednarodne konference projekta *Old Guys Say Yes to Community* (Erasmus+) z naslovom »*DEJAVNEJŠA UDELEŽBA STAREJŠIH MOŠKIH V SKUPNOSTI*«, ki je bila v Stari elektrarni v Ljubljani .

- Udeležili smo se 12. mednarodne znanstvene konference o izzivih in potrebah družbe na področju preventive

in promocije zdravja na vseh ravneh zdravstvenega varstva

3.8. SODELOVANJA

- Z Gospodarskim razstaviščem Ljubljana smo sodelovali v spremljevalnem programu v času razstave Body Worlds Vital, ki je trajal tudi v začetku leta 2019. Tako je Društvo Šola zdravja v obdobju od septembra 2018 do konca januarja 2019 izvedlo več kot 15 predavanj za približno 500 šolskih otrok in 400 dijakov na temo ***Aktivna delavnica Šole zdravja*.**

29. 1. 2019 - V organizaciji Studia moderna je nekaj članov skupine Domžale – Radomlje s predsednico Zdenko Katkič, včeraj (29. januarja 2019) zaključilo snemanje spota za Walkmaxx čevlje. Govorili so o čevljih Walkmaxx in Društvu Šola zdravja. Iz posnetega materiala bodo naredili dva spota (8 minut in 2 minuti), ki se bosta predvajala na TVSlo 1 in 2, Planet TV in med oddajo Dobro jutro. S predvajanjem se začne 18. februarja 2019. Poleg avdio posnetkov, bomo tudi v vseh tiskanih oglasih, kjer se bodo oglaševali čevlji Walkmaxx.

- Odzvali smo se povabilu MZ, da zaposlenim predstavimo projekt "1000 gibov". Tako smo s 23 zaposlenimi pol ure telovadili in prikazali sklop vaj, ki jih naše skupine izvajajo vsako jutro. V drugem delu smo s PP prezentacijo predstavili naš projekt, cilje, kako delujemo, kje so naše prednosti in slabosti. Vsem smo razdelili naš časopis, letake, zgibanke.

- Zaposlenim UE Krško je aktivna ustanoviteljica skupin Šole zdravja na krškem območju, predstavila Šolo zdravja in telovadila z zaposlenimi.

- Od 14.-26. maja 2019 smo aktivno sodelovali na Dnevih medgeneracijskega sožitja na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani, ki ga je organizirala ZDUS. Sodelovali smo na več nivojih, s telovadbo, predstavitvijo, z otroki, predstavile so se pevke in plesalke Šole zdravja.

- 25. 5. 2019 - Pridružili smo se javnemu dogodku Eko Reka ob Kamniški Bistrici;

- 6. 6. 2019 - v Občini Krško smo za zaposlene izvedli predavanje in promocijo zdravja na delovnem mestu;

- Dogovor s Fakulteto za šport in Primorsko univerzo za opravljanje prakse študentov Kineziologije v našem društvu.

- v Mercatorjevih živilskih trgovinah so vsem kupcem v kategoriji SENIOR (osebe s statusom upokojenca) ob nakupu katerihkoli izdelkov in katerekoli vrednosti podarili poseben SENIOR kupon. To smo izvedli skupaj z OKS in Mercatorjem.Na voljo po vsej Sloveniji je bilo 5.000 kuponov. S kuponom so se zainteresirani posamezniki lahko pridružili vadbam v organizaciji Društva Šola zdravja.

- Mariborske skupine so se avgusta udeležile delavnice ***Ali sem fit?*** - na podlagi prehojenega časa so jim izmerili indeks telesne zmogljivosti. Testiranja izvajajo diplomirani fizioterapevti ter diplomirana kineziologinja.

- V okviru zavoda ***Zdrave Arterije*** smo se v Ljubljani (Športni park Kodeljevo) udeležili brezplačnega dogodka ***Karton zdravja***, katerega namen je na zanimiv in interaktiven način izobraziti ter ozavestiti ljudi o problematiki zamašenih žil, posledicah prepoznega odkritja ter preventivnih ukrepih.

- 17. 9. 2019 smo sodelovali na 18. festivalu nevladnih organizacij LUPA 2019

- vMoravskih toplicah smo v sklopu Evropskega tedna športa med 9. in 14. uro pripravili ***Olimpijski dan starejših*** in promovirali aktivnost društva Šola zdravja v prekmurski regiji. v tej regiji velik problem prekomerne teže, na kar zelo opozarja ministrstvo za zdravje. Zato smo letos z OKS izbrali Prekmurje.

- Na letošnjem ***19. Festivalu za tretje življenjsko obdobje*** v ljubljanskem Cankarjevem domu (1.-3.10.2019) smo pustili globoko sled. Saj smo bili prisotni vsa tri dni festivala in smo sodelovali v programu v štirih terminih z različnimi predstavitvami (2 predavanja z visoko udeležbo, 1x praktični prikaz vaj "1000 gibov" in še v razvedrilnem in zabavnem programu so se udeležile naše pevke in plesalke Češminke..

- V okviru ***Evropskega tedna mobilnosti*** (16.-22.9.2019) se je veliko naših skupin vključilo v ta projekt. Zdravstveni dom Sevnica in Center za krepitev zdravja sta v več krajih po sevniški občini vsako jutro organizirala delavnico pravilne hoje ***Hodimo za zdravje***, sevniške skupine Šole zdravja pa so vsako jutro ob 7.30 od ponedeljka do petka organizirale jutranjo vadbo na prostem – vaje "1000 gibov" na več lokacijah.

1.10. 2019 - smo bili povabljeni na sprejem k predsedniku države Borutu Pahorju, na predstavitev pobude za razglasitev 1. oktobra za Dan slovenskega športa kot državnega praznika, posvečenega športu.

- S Fakulteto za šport smo dogovorjeni, da lahko študentje kineziologije lahko opravijo 60 ur prakse v našem društvu.

- Na terenu veliko sodelujemo z Zdravstvenimi domovi in različnimi prireditvami, ki jih organizirajo ZD. Ankete kažejo, da zdravniki premalo napotujejo oz. usmerjajo svoje paciente na našo vadbo. S strani Zdravstvenega doma Piran smo prejeli zahtevo, da jim pošljemo izjavo iz katere bo razvidno, da našo vadbo podpira Ministrstvo za zdravje.

- Opažamo, da nas različni organizatorji prireditev vabijo na prireditve zato, da jim številčno »rešujemo« prireditev. Organizatorji prejmejo finančna sredstva, nas pa dostikrat izigrajo z dogovorjenim prikazom naših vaj. Naše člane opozarjamo in jih učimo, kako vplivat na organizatorje.

V mesecu marcu 2018 nas je kar nekaj društev upokojencev in gasilskih društev povabilo na predstavitev na njihovih občnih zborih.

Športna unija Slovenije (v 10 skupinah) in Olimpijski komite Slovenije (Moravske Toplice) sta izvedla meritve-teste telesne pripravljenosti članov. Sami smo izvajali testiranja v nekaterih novih skupinah.

Aktivno sodelujemo z različnimi zvezami in nevladnimi organizacijami: Športna unija Slovenije, Slovenska filantropija, Regijsko stičišče NVO osrednja Slovenija-Consulta, Center Nevladnih Organizacij Slovenija-CNVOS, ZDUS.

V Varstveno delovnem centru Kranj članica iz skupine KR - Prešernov gaj vodi 1x tedensko vadbo "1000 gibov".  Prav tako v Občini Kranj poteka redna vadba ob petkih in tudi v letošnjem letu ob torkih.

V letu 2019 je nekaj skupin sodelovali v projektu »Peš bus« NVO gre v šolo (Vrhnika, Lesce, Šmarješke Toplice, Slovenj Gradec, Dravograd, Nova Gorica….).

Medgeneracijsko povezovanje:

* Sodelovanje z vrtci in šolami. Večina skupin večkrat obišče najbližji vrtec in šolo ter sodelujejo z njimi na športnih dnevih šole oz. vrtca.
* Prvi teden v septembru, so naši člani sodelovali pri projektu »Varno v šolo«.

V nekaterih občinah je zelo zgledno in dobro sodelovanje z zdravstvenimi domovi (Črnomelj, Lucija, Radovljica)

3.9. OBČINE

Skupine delujejo v 80 občinah. V letu 2019 nas je podprlo 20 občin: Bohinj, Brežice, Črnomelj, Dolenjske Toplice, Domžale, Hajdina, Ivančna Gorica, Kamnik, Kranjska gora, Krško, Ljubljana, Mengeš, Ormož, Polhov Gradec, Semič, Sežana, Velenje, Maribor, Tolmin

4. PROSTOVOLJCI

Društvo temelji na prostovoljcih. Dogovor o prostovoljskem delu je imelo na dan 31.12.2019 **podpisanih 892 članov** (689 članov v letu 2018).

V letu 2019 smo opravili 83.880 (64.880-leta 2018) prostovoljskih ur, kar je eur ovrednoteno 702.700 eur (586.962 eur-leta 2018).

**PRIROČNIK ZA VADITELJE**

Izdelali smo Priročnik “Metoda 1000 gibov” za vaditelje. Natisnili smo 1.200 izvodov. Priročnik je namenjen prostovoljcem, ki vsakodnevno vodijo jutranjo telovadbo. Brezplačno jih bodo prejeli vaditelji, ki imajo sklenjen Dogovor o prostovoljskem delu.

5. UPRAVNO ORGANIZACIJSKE AKTIVNOSTI

Predsednica društva: Zdenka Katkič

5.1. OBČNI ZBOR

22.3.2019 smo izvedli 10. Redni letni občni zbor članov društva. Na zboru je bilo prisotnih čez 954 članov iz večine skupin DŠZ (2018 - 850 članov).

5.2. ORGANI DRUŠTVA

**UPRAVNI ODBOR**

V letu 2019 se je Upravni odbor sestal trikrat (4 v letu 2018) in imel 3 korespondenčne seje (1 v letu 2018). Sprejel je 35 sklepov.

Člani upravnega odbora so: Zdenka, Katkič, predsednica društva in predsednica upravnega odbora – Domžale, Olga Štrus – Kresnice, Darinka Smrke– Novo mesto, Dane Klepec– Dragatuš,   Dr. Franc Habe – Domžale,  Marija Gabron – Ptuj,  Nedeljka Galijaš– Ljubljana, Ema Perkovič  – Piran,  Dr. Uroš Janez Stanič – Ljubljana.

**NADZORNI ODBOR**

Članice nadzornega odbora so: Branislava Ogric-predsednica, članice: Vera Kerin in Vida Potočnik.

**UREDNIŠKI ODBOR**

V letu 2019 smo izdali 7. številko časopisa Društva šola zdravja v nakladi 15.000 izvodov. Časopis smo razdelili vsem članom, skupinam za promocijo in ga delili na predstavitvah, predavanjih. Urednica je bila Pika Trpin, oblikovalec Matjaž Ljubič. Prispevke so zapisali člani društva. Strokovne članke pa so prispevali različni strokovnjaki.

5.3. KOMISIJE

**INVENTURNA KOMISIJA**

Člani inventurne komisije so bili: dr. Franc Habe- predsednik, članice: Silvica Erlih in Ana Podržaj.

**STROKOVNA KOMISIJA**

Se je sestala enkrat, 19. 11. 2019.

Člani strokovne komisije so: dr. Franc Habe, dr. Uroš Stanič, Maksimiljana Mali, uni. dipl. soc. del., Nikolay Grishin, dr. med. in Zdenka Katkič.

5.4. ZAPOSLENI

Za redno delovanje društva je bila zaposlena 1 oseba za 8 ur, in sicer 4 ure v breme MZ in 4 ure v breme Društva Šola zdravja**.** Zaposlena je Zdenka Katkič.

Meseca novembra smo dodatno zaposlili strokovno sodelavko Bernardko Krnc, ki bo skrbela za razpise, javno upravo, lokalno skupnost.

5.5. REDNI SODELAVCI

Da društvo lahko redno in normalno deluje, je potrebno tudi profesionalno opravljeno delo. Zato imamo sklenjene pogodbe z zunanjimi sodelavci: Nikolay Grishin (predavanja, strokovne vsebine), Brigita Grubič (finance, razpisi, administracija, tekstil), Nedeljka Galijaš (spletna stran, FB, mediji), Maja Nagode (baza članov, meritve), Miomira Šegina (članki, objave tekstov), Andraž Purger (predavanja, meritve), Boris Širayev (strokovni članki, meritve) in Rok Kompare (filmi, oblikovanje).

5.5. TRGOVSKO BLAGO

Prodali smo 1.919 kosov - od tega iz razpisa Ministrstva za zdravje je bilo kritih 496 komadov trgovskega blaga v skupni višini 26.125,16 eur (1.934 kosov v letu 2018).       
Najbolj prodajan artikel je majica z logotipom Društva šola zdravja (824 kosov) ter bombažnih jopic (392 kosov).

Trgovsko blago je urejala Brigita Grubič.

5.6. PODRUŽNICE

Registriranih imamo 16 podružnic. Glavni namen podružnic je pridobivanje sredstev na lokalnih razpisih in delovanje v lokalnih okoljih. Nove podružnice so: Sevnica.

5.7. AKTIVNOSTI PO SKUPINAH

Vse skupine so zelo aktivne v svojem lokalnem okolju. Uspešno sodelujejo z vrtci, šolami, na lokalnih prireditvah in so dobro prepoznavni v svojem kraju. Skrbijo za objave v lokalnih medijih. Poleg telovadbe je med nami veliko druženja, prijateljstva, dobre volje, optimizma…..

Aktivnosti:

- sodelovanje pri projektu Peš bus

- sodelovanje in aktivna udeležba v EU teden športa

- sodelovanje in aktivna udeležba v EU teden mobilnosti

- sodelovanje in aktivna udeležba v Tednu vseživljenjskega učenja

- sodelovanje in aktivna udeležba Dan prostovoljstva, festival Lupa

- praznovanje obletnic in druženje

- sodelovanje na občinskih prireditvah

- sodelovanje na dobrodelnih prireditvah

- sodelovanje z zdravstvenimi domovi in preventivnimi centri

- sodelovanje z vrtci in šolami - medgeneracijsko povezovanje

- pomoč pri ustanavljanje novih skupin

- sodelovanje z občinami, krajevnimi skupnostmi, četrtnimi skupnostmi

- organizacija srečanj društva Šola zdravja

-predstavitve društva na krajevnih, lokalnih, občinskih in nacionalnih prireditvah.

Velik del aktivnosti je evidentiran na spletni strani društva; <http://solazdravja.com/zgodilo-se-je/>

6. PRIZNANJA

* **14. 2. 2019** – v Športni dvorani Domžale so se na Dan zaljubljenih družili vsi, ki nosijo ljubezen do športa v srcu, saj je ravno na valentinovo potekala prireditev **Športnik leta 2018** v občini Domžale. Na prireditvi je posebno priznanje, bronasto – več kot 10 let, za dolgoletno delo posameznikov, **prejela Zdenka Katkič,** za vodenje Društva Šola zdravja. Plaketo za športno rekreativno dejavnost  so prejele članice skupine Drevored 88 lip: **Jana Debevec, Tončka Grilj in Jelka Barlič**za 10 let vodenje jutranje telovadbe.
* **18. 2. 2019** – Župan Občine Črnomelj Andrej Kavšek je na osrednji slovesnosti ob črnomaljskem občinskem prazniku med drugimi podelil diplomo občine Črnomelj  **Lidiji Malešič**: – za prizadevno delo na področju Šole zdravja.
* **15. 3. 2019** – Na občnem zboru DU Dovje-Mojstrana je pod točko šport in rekreacija vodstvo društva podelilo priznanji za vodenje vsakodnevne jutranje telovadbe Šole zdravja 1000 gibov na Trgu olimpijcev v Mojstrani. Prejeli sta ga **Zdenka Taler in Metka Kern Trček.**
* **21. 3. 2019** – Društvo upokojencev Šoštanj je podelilo priznanje za uspešno vodenje Šole zdravja – skupine Šoštanj.
* **27. 6. 2019** ­­­– Ob občinskem prazniku na Mirni je **Ana Popit** prejela zahvalo za požrtvovalno delo in trud ob ustanovitvi skupine „Šola zdravja“ v domačem kraju. Zahvalo je prejela tudi **Dragica Hazdovac**, članica DŠZ, za dolgoletno predanost delu z otroki in navdihujočo ustvarjalnost na področju kulture.
* **4. 12. 2019** – Komisija za priznanja Športne unije Slovenije je na svoji 3. redni seji z dne 22. 11. 2019 sprejela sklep, da bo na novoletni slovesnosti ŠUS  (dne 4. decembra) med nagrajenci oz. [dobitniki priznanj ob posebnih obletnicah](https://solazdravja.com/wp-content/uploads/2019/12/ŠUS-prejemniki-nagrad-DRUŠTVO-ŠOLA-ZDRAVJA.pdf) tudi Društvo Šola zdravja.
* **5. 12. 2019** – Predsednik Državnega sveta Alojz Kovšca je 5. decembra 2019 v prostorih Zveze svobodnih sindikatov Slovenije najzaslužnejšim prostovoljcem in prostovoljkam za leto 2019 podelil plakete Državnega sveta RS. Med dobitniki plakete je tudi naša članica **Ema Perkovič**.
* **5. 12. 2019** – Mestna občina Ptuj je podelila nagrade prostovoljcem.Tudi naša članica iz skupine Ptuj – Ljudski vrt, **Marija Gabron** je bila opazna in je za svoje prostovoljsko delo prejela priznanje.

Pripravili: Zdenka Katkič, Nedeljka Galijaš, Maja Nagode, Brigita Grubič