



VSEBINSKO POROČILO za leto 2021

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 rekreacije 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.

STATUSI DRUŠTVA

Društvo Šola zdravja ima status prostovoljne organizacije, deluje v javnem interesu na področju športa in status humanitarne organizacije.

JUTRANJA TELOVADBA 1000 GIBOV

Vsako jutro ob 7.30h ali 8h se na 248 lokacijah izvaja jutranja telovadba 1000 gibov po metodi dr. Nikolaya Grishina. Vaje se izvajajo na zunanjih površinah vse leto. V 30 minutah razgibamo vse dele telesa. Začnemo pri dlaneh, končamo pri podplatih. Vsak udeleženec vaje izvaja po svojih zmožnostih in sposobnostih.

Izredne razmere

V letu 2021 smo zaradi izrednih razmer Covid-19 in prepovedi druženja, v spomladanskih mesecih leta 2021 ponovno doživeli prepoved izvajanja jutranje telovadbe na prostem. Zato smo organizirali jutranjo vadbo **1000 gibov** preko zooma, v času od januarja do aprila 2021. Jeseni, od 8. novembra dalje, smo ponovno organizirali jutranjo vadbo "1000 gibov" prek zoom aplikacije, ker je bil s strani vlade določen pogoj PCT za udeležbo na vadbi in pojava novih nalezljivih različic korona virusa (delta, omikron). Vadbo je vodila Eva Jeza, mag. kineziologije, vsako jutro ob 8. uri preko spletne povezave: <https://us02web.zoom.us/j/83039587437?pwd=QmRyZTdZRlllaWJpSUVpeVp2Rm91UT09>

V letu 2021 smo skupno izvedli 113 zoom vadb 1000 gibov s skupnim številom udeležencev 6.490.

| ZOOM VADBA | MESEC | ŠT. VADB | ŠT. UDELEŽENCEV |
|--------------------------|--------|------------|-----------------|
| 1000 GIBOV | jan.21 | 13 | 626 |
| 1000 GIBOV | feb.21 | 21 | 1725 |
| 1000 GIBOV | mar.21 | 23 | 1300 |
| 1000 GIBOV | apr.21 | 16 | 880 |
| 1000 GIBOV | nov.21 | 17 | 767 |
| 1000 GIBOV | dec.21 | 23 | 1192 |
| SKUPAJ 1000 GIBOV | | 113 | 6.490 |

Prva tako smo se dogovorili z lokalnimi TV v Sloveniji, da lahko naši člani izvajajo vadbo 1000 gibov preko malih zaslonov nekaterih lokalnih televizij, in sicer: STV (Savinjska TV), VI-TEL (Primorska TV), TV Bled, AS televizija (MS), TV Vaš kanal, Koroška TV, Koroška Regionalna TV, Gorenjska TV, E-Posavje TV, ETV HD (Zasavje), GO TV, R Kanal, TV Medvode, TV Uršlja, Vascom TV, KTV Ormož, Zasavska TV, SIP TV in PeTV.

Preko zoom aplikacije smo v letu 2021 izvajali tudi **vaje za moč**, ki se jih je na 14 vadbah skupno udeležilo 322 naših članov in članic. Vaje je vodila Eva Jeza, mag. kineziologinje, ki je tudi avtorica priročnika Vaja za starejše-vaje za moč, ki ga je Društvo Šola zdravja izdalo v tiskani izdaji v letu 2021 in so ga prejele vse skupine Šole zdravja ter vsi člani ŠZ iz Domžal in MOL, ker je bil le ta sofinancirano iz sredstev občinskih razpisov za šport.

| ZOOM VADBE | MESEC | ŠT. VADB | ŠT. UDELEŽENCEV |
|---------------------------|--------|-----------|-----------------|
| VAJE ZA MOČ | jan.21 | 4 | 60 |
| VAJE ZA MOČ | feb.21 | 8 | 244 |
| VAJE ZA MOČ | mar.21 | 2 | 18 |
| SKUPAJ VAJE ZA MOČ | | 14 | 322 |

V letu 2021, smo imeli v Društvu Šola zdravja preko projekta Usposabljam.se» s Zavoda za zaposlovanje 3 diplomante kineziologije za regijo Štajerska. Projekt je bil financiran iz sredstev EU (Operativni program za izvajanje Evropske kohezijske politike v obdobju 2014 - 2020 in Spodbujanje zaposlovanja in transnacionalna mobilnost delovne sile) in se je izvajal od 15.2. do 15.5.2021. V sklopu projekta smo, s pomočjo mladih diplomantov kineziologije, v aprilu 2021 izvedli tudi zoom **malo gibalno malico**, in sicer 30 vadb s 777 udeleženci.

| ZOOM VADBA | DATUM | ŠT. VADB | ŠT. UDELEŽENCEV |
|---------------------|-----------------|----------|-----------------|
| MALA GIBALNA MALICA | 12. - 23.4.2021 | 30 | 777 |

2. ČLANSTVO V DRUŠTVU

2.1. BAZA ČLANOV

V letu 2021 se je včlanilo **681 novih članov** (646-2020, 1081-2019). Na dan 31. 12. 2021 je bilo v društvu **včlanjeno 4.313** članov. V letu 2021 je začelo veljati pravilo ki v skladu določil 3. alinee, 12. člena Pravil društva Šola zdravja navaja, da starejši nad 80 let NISO oproščeni plačila članarine (v letu 2020 je bilo teh članov 504, v letu 2021 pa 690 članov, od katerih je 366 članov članarino plačalo, kar pomeni, da bo za leto 2021 izbrisanih 324 članov iz tega naslova).

V tem primeru je šlo iz leta v leto za kar znaten izpad sredstev članarine in ta boniteta je bila 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. 2021, je bila povprečna starost v društvu **71,5 let**. Moških je 10,5 %, 452 članov.

| | |
|--------------|----------|
| nad 80 | 16,02 % |
| nad 65 do 80 | 66,20 % |
| nad 50 do 65 | 6,90 % |
| do 50 | 0,88 % |
| Skupno | 100,00 % |

Bazo članov je urejala Brigita Grubič.

2.2. SKUPINE

V letu 2021 smo aktivirali **25 novih skupin** (2020-20; 2019-40). V bazi članov vodimo skupine, ki štejejo več kot 5 članov in teh je, na dan 31. 12. 2021 bilo 223 (2019-204). Skupin je še 13 več, vendar imajo manj kot 5 članov. Žal 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 2021

Aktivirali smo **25 skupin**. Plana 30 novih skupin sicer nismo izpolnili, smo pa kljub slabi epidemiološki situaciji dosegli 80 % planiranih novih skupin. V ustanavljanju imamo še 5 skupin, vendar nas je ustavila epidemija. Ta rezultat smo lahko dosegli samo s pomočjo že delujočih skupin.

1. AJDA ODRANCI – Pomurska regija
2. BISTRICANKA – G. BISTRICA – Pomurska regija
3. BOTANIKA HOČE – Podravska regija
4. BREŽICE – MOSTEC – Jugovzhodna regija
5. ČRENŠOVCI – Pomurska regija
6. DOLNJA BISTRICA – Pomurska regija
7. ITA RINE – DIVAČA – Obalno – kraška regija
8. KRTINA – Osrednjeslovenska regija
9. LANCOVA VAS – Podravska regija

10. LISEC – Jugovzhodna regija
11. LJUBLJANA – GUNCLJE – Osrednjeslovenska regija
12. LJUBLJANA – PODUTIK – Osrednjeslovenska regija
13. LJUBLJANA – TIVOLI – Osrednjeslovenska regija
14. METLIKA BOŽAKOVO – Jugovzhodna regija
15. MORAVČE – Osrednjeslovenska regija
16. MOTNIK – Osrednjeslovenska regija
17. NOVO MESTO – KANDIJA GRM – Jugovzhodna regija
18. RAŠICA VELIKE LAŠČE – Osrednjeslovenska regija
19. RUŠE BISTRICA – Podravska regija
20. SENICA – Osrednjeslovenska regija
21. SKARUČNA – Osrednjeslovenska regija
22. SNOVIK – Osrednjeslovenska regija
23. STARŠE – Podravska regija
24. VRANSKO – Savinjska regija
25. ŠENTRUPERT - Dolenjska regija

2.4. SKUPINE - praznovale 10. let

V letu 2021 je 9 skupin praznovalo 10. let delovanja: Lj – Dravlje, Domžale – Stob, Maribor – Koroška vrata, Ptuj – Ljudski vrt, Sežana, Most na Soči, Nova Gorica, Pungrt - Šmartno pri Litiji in Mengeš - Oranžerija. Vse zveste člane (145 oseb) smo nagradili z nahrbtniki ali steklenicami za vodo.

3. AKTIVNOSTI DRUŠTVA

3.1. REGIJSKI POSVETI IN SREČANJA

Regijskih posvetov in srečanj zaradi epidemije Covid-19, omejitev zaradi druženja ter daljšega bolniškega staleža naše predsednice v letu 2021 nismo uspeli realizirati. Zato bomo z regijskimi posveti nadaljevali v letu 2022 najprej v regijah, kjer ni bilo možno izvesti regijskih posvetov v letu 2020 (Primorska, Kranj in okolica, Celje in okolica ter vsa širša okolica Ljubljane).

3.2. PREDAVANJA, IZOBRAŽEVANJA

Zaradi vladnih ukrepov v povezavi s Covid-19 in omejitev glede druženja smo v letu 2021 organizirali 14 zoom predavanj, izobraževanj in usposabljanj s pomočjo naših zunanjih strokovnih sodelavcev, katerih se je udeležilo 1012 naših članov in članic. Vsa predavanja so posneta in so na voljo na ogled na spletni strani Društva šola zdravja.

| Datum | Naslov izobraževanja | Predavatelj | Št. udeležencev |
|------------------|---|--------------------------------------|-----------------|
| 22.02.2021 | Vsak trenutek je lahko nov začetek | dr. Nikolay Grishin | 88 |
| 1. in 2.3.2021 | Usposabljanje po metodi 1000 gibov | Andraž Purger, prof.šp.vzg. | 57 |
| 29.03.2021 | Kaj seniorjem prinaša prihodnost? | Andraž Purger, prof.šp.vzg. | 51 |
| 6.04.2021 | Uporaba intraneta in spletne strani DŠZ | Brigita Grubič in Matej Plešej | 67 |
| 9.04.2021 | Dihanje z roko v roki z gibanjem | dipl. kineziolog Simon Jurmič | 119 |
| 10.04.2021 | Gibanje nas povezuje - Dan za spremembe | dipl. kineziolog Simon Jurmič | 92 |
| 16.04.2021 | Gibalni avtomatizmi - človek na avtopilotu | dipl. kineziolog David Mlakar | 48 |
| 1. in 22.4.2021 | Učinkovita in povezovalna komunikacija | Jaka Kovač (Slovenska filantropija) | 90 |
| 4.05.2021 | Ohranjanje zdravja s pomočjo skrivnosti starih kitajskih mojstrov | Andraž Purger, prof. šp. vzg. | 50 |
| 6.05.2021 | Hoja za smislom | mag. Martin Lisec, Inštitut stopinje | 80 |
| 19.05.2021 | Prehrana starostnikov | Ana Stepančič, nutricionistka | 95 |
| 26. in 27.5.2021 | Usposabljanje po metodi 1000 gibov | Andraž Purger, prof.šp.vzg. | 117 |
| 28.05.2021 | Dihamo z naravo - predstavitev nove aktivnosti DŠZ | Andraž Purger, prof.šp.vzg. | 51 |
| 23.11.2021 | Motivi za udeležbo pri vadbi in odnos do vadbe preko spleta | Janja Kepec, mag. kineziologije | 7 |

Kljub epidemiji, smo v poletnih mesecih 2021, organizirali 21 izobraževanj in predavanj v živo s skupno 737 udeleženci. Kar 13 izobraževanj smo organizirali v sklopu družabno-rekreativno-izobraževalnega dogodka na Otočcu, ki smo ga v letu 2021 izvedli 3-krat (v juliju, avgustu in začetku oktobra) v sodelovanju s Termami Krka. V sklopu Festivala za 3. življenjsko obdobje v Cankarjevemu domu v Ljubljani, smo 3 predavanja izvedli konec septembra oz. začetek oktobra, ter ostalih 5 predavanj in izobraževanj, kar je razvidno iz spodnje preglednice. Člane smo o predavanjih in izobraževanjih redno obveščali v e-novičkah Šole zdravja in preko naše prenovljene spletne strani ter jih spodbujali k udeležbi na teh izobraževanjih in usposabljanjih.

| Datum | Naslov predavanja ali izobraževanja | Predavatelj | Lokacija | Št. udeležencev |
|------------|--|-------------------------------|--------------|-----------------|
| 22.06.2021 | Usposabljanje po metodi 1000 gibov | Andraž Purger, prof. šp. vzg. | RIC NM | 32 |
| 27.07.2021 | Računalniško opismenjevanje | Brigita Grubič | Otočec | 42 |
| 27.07.2021 | Dihamo z naravo - predstavitev nove aktivnosti DŠZ | Andraž Purger, prof.šp.vzg. | Otočec | 50 |
| 28.07.2021 | Metode samopomoči 23+5 | dr. Nikolay Grishin | Otočec | 67 |
| 28.07.2021 | Predavanje o zdravi prehrani | Janja Strašek, nutricionistka | Otočec | 43 |
| 16.08.2021 | Predavanje o zdravi prehrani | Janja Strašek, nutricionistka | Otočec | 41 |
| 17.08.2021 | Računalniško opismenjevanje | Brigita Grubič | Otočec | 42 |
| 17.08.2021 | Metode samopomoči 23+5 | dr. Nikolay Grishin | Otočec | 67 |
| 18.08.2021 | Dihamo z naravo - predstavitev nove aktivnosti DŠZ | Eva Jeza, kineziologinja | Otočec | 58 |
| 13.09.2021 | Vsak trenutek je lahko nov začetek | dr. Nikolay Grishin | Piran | 26 |
| 14.09.2021 | Vsak trenutek je lahko nov začetek | dr. Nikolay Grishin | Piran | 28 |
| 14.09.2021 | Metode samopomoči 23+5 | dr. Nikolay Grishin | Loka NM | 22 |
| 29.09.2021 | Dihamo z naravo - predstavitev nove aktivnosti DŠZ | Andraž Purger, prof.šp.vzg. | CD LJ - F3ŽO | 4 |
| 30.09.2021 | Metode samopomoči po preboleli bolezni Covid-19 | dr. Nikolay Grishin | CD LJ - F3ŽO | 15 |
| 1.10.2021 | Predavanje vaje za moč za starejše | Eva Jeza, kineziologinja | CD LJ - F3ŽO | 25 |
| 4.10.2021 | Predavanje o zdravi prehrani | Janja Strašek, nutricionistka | Otočec | 15 |
| 5.10.2021 | Računalniško opismenjevanje | Brigita Grubič | Otočec | 16 |
| 5.10.2021 | Metode samopomoči 23+5 | dr. Nikolay Grishin | Otočec | 28 |
| 6.10.2021 | Predavanje vaje za moč za starejše | Eva Jeza, kineziologinja | Otočec | 19 |
| 7.10.2021 | Dihamo z naravo - predstavitev nove aktivnosti DŠZ | Eva Jeza, kineziologinja | Otočec | 25 |
| 14.10.2021 | Usposabljanje po metodi 1000 gibov | Andraž Purger, prof. šp. vzg. | RIC NM | 72 |

3.3. PROJEKT DIHAMO Z NARAVO

V juniju 2021 smo začeli izvajati nov projekt Dihamo z naravo in s projektom nadaljujemo tudi v letu 2022. Projekt je sofinanciran iz sredstev javnega razpisa Ministrstva za zdravje za sofinanciranje programov neposredne pomoči, svetovanja in oskrbe ranljivih, ogroženih oseb, ki jih izvajajo humanitarne organizacije v letu 2021 in 2022.

Vadba Dihamo z naravo se je izvajala od junija do oktobra 2021 na 18. različnih lokacijah po Sloveniji

(Ljubljana, Maribor, Novo mesto, Metlika, Črnomelj, Nova Gorica, Šempeter pri Gorici, Medvode, Kranj, Dobrova-Polhov Gradec, Domžale, Kamnik, Ptuj, Odranci), v popoldanskem času in trajanju 90 minut, v mirnem naravnem okolju (sprehod do mirnega kotička v naravi, kjer se izvajajo sprostitvene dihalne in gibalne vaje ter meditacijo s poudarkom na programih čuječnosti). Vadbo so vodili strokovno usposobljeni posamezniki. V septembru 2021 sta se za izvajanje vadbe Dihamo z naravo strokovno usposobili tudi dve prostovoljki, za vodenje vadbe v Črnomlju in na novi lokaciji v Prekmurju, v Odrancih.

Na 18 lokacijah je bilo v petih meseci leta 2021 skupaj izvedenih 259 vadb Dihamo z naravo s 1460 vadečimi.

Posneli smo tudi film o izvedbi celotne vadbe Dihamo z naravo in vadečim omogočili, da ob posnetku sami nadaljujejo z aktivnostjo Dihamo z naravo. Posnetek je dostopen na YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=73buNTng8mQ> in preko naše spletne strani Društva Šola zdravja na naslovu <https://solazdravja.com/2021/11/02/dihamo-z-naravo-gre-na-zimski-pocitek/>. Vadbo Dihamo z naravo predvajajo tudi nekatere lokalne televizije.

3.4. PREDSTAVITVE

V letu 2021 smo zabeležili 58 predstavitev in 64 praktičnih prikazov po celotni Sloveniji. Skupine izvajajo praktične prikaze in predstavitve dejavnosti društva ŠZ na različnih prireditvah, sejnih, festivalih. V lokalnih skupnostih poskušamo sodelovati z vrtci, šolami, društvi upokojencev, zdravstvenimi domovi in ostalimi društvi. Zaradi epidemioloških razmer se je razumljivo zmanjšalo število predstavitev in praktičnih prikazov.

Več informacij je zabeleženo na spletni strani: <https://solazdravja.com/prispevki/>

Nekaj primerov praktičnih prikazov in predstavitev našega društva bomo izpostavili že tukaj:

Oktober 2021 – sodelovali smo v projektu »**V jati z drugačnimi**« v Novem mestu s predstavitvenim filmom DŠZ. Projekt je zamislil in izpeljal varstveno delovni center NM.

20 in 22. 10. 2021 smo se predstavili na **sejmu Narava - zdravje**

8. 10. 2021 - testiranje članov skupine v Melincih - v organizaciji OKS in ŠUSA.

29. 9. – 1. 10. 2021 – udeležili smo se na **Festivalu za tretje življenjsko obdobje** v Cankarjevem domu v Ljubljani. Bili smo prisotni vsa tri dni festivala s predavanji in spremnim programom, telovadba in Češminke s petjem.

29. 9. 2021 – v okviru Evropskega tedna športa je OKS na Aktivni dan starejših v sodelovanju ŠUSA izvedel meritve telesne pripravljenosti po naših skupinah – Miklavž na Dravskem polju.

23. 9. 2021 - množično smo se udeležili državnega praznika **Dan slovenskega športa**. Naši člani so prišli iz več skupin z različnih koncev Slovenije (Maribor, Nova Gorica, Vipava, Ajdovščina, Črnomelj, Grosuplje, Kranj, Bled, Pragersko, Mengeš, Metlika, Ljubljana). Privlekli smo pozornost evropske komisarke za znanost, šolstvo in šport, ki nas je pohvalila in spodbudila naj nadaljujemo z našim delom. Postali smo pilotni projekt za vso Evropo, obljuba evropskih športnih delegatov, da se naše prostovoljno delo prenese na celotno Evropo.

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

- **Teden vseživljenjskega učenja – Parada učenja** (namesto maja, zaradi epidemije je prireditev potekala **septembra 2021**) na več lokacijah in več naših skupin je bilo vključenih;
- **Evropski teden mobilnosti (16. 9. - 22. 9. 2021)** - V nekaj slovenskih občin smo se udeležili s praktičnim prikazom vaj 1000 gibov in s predstavitvijo DŠZ ter sodelovali pri projektu Pešbus.
- **Evropski teden športa (23. - 30. 9. 2021)**

- Občinske in lokalne prireditve (Dan sosedov, Dan Četrtnih skupnosti, Dnevi zdravja, Razgibajmo Ljubljano ter Šport v Ljubljani, Športna tržnica, Ptujski športni vikend, Športastična Sevnica, Fužinetlon 2021).

3.5. SPLETNA STRAN

Spletna stran društva je redno ažurirana. Spletno stran ureja Neda Galijaš. Na spletni strani je na ogled: medijski arhiv, foto arhiv, koledar dogodkov, predavanj, srečanj, seznam aktivnih skupin po abecedi in po občinah ter druge pomembne informacije o delovanju društva. V začetku leta 2021 je narejena prenova spletne strani za kar smo dobili novega ponudnika, ki zdaj mesečno vzdržuje spletno stran. Od marca 2021 imamo tudi INTRANET prek katerega komuniciramo s člani. Prek Intraneta jim pošiljamo tudi NOVIČKE (1-2x tedensko)

Število ogledov prenovljene spletne strani v letu 2021 (od 15. marca do konca leta 2021) je 55.228 (18.631 ogledov /2020; 19.881 ogledov /2019; 38.071 ogledov /2018; 15.563 ogledov /2017):

- v odnosu na preteklo obdobje raste število novih uporabnikov 10.536 / 81,8% (2020/77,1% (2019/26,8%; 2018/82,8%; 2017/76,3%),
- zmanjšuje pa se št. starih uporabnikov 18,2% (2020/22,9%; 2019/73,2%; 2018/17,2%; 2017/23,7%) (google analytics),
- povprečno trajanje enega ogleda je 2:20 min,
- število vseh uporabnikov v letu 2020 je 10.433 (2020 - 3462; 2019 - 2541; 2018 - 3954),
- stopnja obiskov ene strani je 54,34%.

Facebook profil

V letu 2021 je facebook profil Društva Šola zdravja obsegal:

- Objavljanje kratkih misli o gibanju; kviz vprašanja o društvu, vajah "1000 gibov" in novem projektu "Dihamo z naravo". Poleg tega smo delili vse objave z naše spletne strani; delili smo tudi objave vseh tistih, ki so nas omenjali na svojih fb profilih; delili smo tudi nekatere zanimive medijske objave v katerih se govori o DŠZ.

- Število doseženih oseb v letu 2021 je 15.581 oseb (največji rekordni doseg - 5073 oseb in 46 delitev). Šlo je za objavo o ponovnem začetku vadbe "1000 gibov" preko Zooma od 8. 11. 2021. Zanimanje je razumljivo glede na epidemiološke razmere.

- Populacija, ki spremlja naš profil na facebooku, je po pričakovanjih starejša. Tokrat pa so v ospredju najstarejši, nad 65+. Po pričakovanju je največ ženskih 84,1%, moških pa je 15,9%.

Glede starosti je trenutno statistika uporabe našega Facebook profila:

- starejših od 65 let, 29,3% (25%-2020; 21%-2019; 17%-2018; 13%-2017),
- od 55 - 64 leta starosti, 26,3% (21%-2020; 23%-2019; 23%-2018; 24%-2017,
- od 45 - 54 let, 19,4% (17%-2020; 15%-2019; 16%-2018; 15%-2017)
- mlajši od 35 - 44 leta, 15% (12%-2020; 13%-2019; 14%-2018; 16%-2017).

Instagram

Na instagramu smo objavili 65 objav in imamo 88 sledilcev.

Vse objave skupaj so dosegle 1615 oseb. Največji doseg je imel video o uporabi elastičnih trakov za vadbo (doseg 115 oseb).

Prva objava na Instagramu Šole zdravja je bila objavljena 2. maja 2021.

3.6. MEDIJI

Skupno število javnih objav in prispevkov o Društvu Šola zdravja, ki smo jih zasledili v letu 2021 je 966 (leta 2020 /680, leta 2019 / 539). Od tega smo zasledili 497 medijskih objav (2020 /308), na naši spletni strani smo imeli 122 objav (2020 /112), na družbenem omrežju (facebook) 282 objav (2020 /260) in na instagramu 65 objav.

Kar se tiče medijskih objav, večinoma gre za spletne medije in spletne strani različnih NVO, društev, občin ter za lokalne medije. Med nacionalnimi mediji smo opazili prispevke v naslednjih medijih:

NACIONALNI MEDIJI:

- RTV SLO 1 , POP TV, 23.9.2021 - na vseh poročilih smo bili omenjeni in vidni (3x),
- RTV SLO 1, oddaja Dobro jutro (3x smo sodelovali v oddaji)
- Večer (3x)
- Dnevnik
- POP TV, 23. 6. 2021, oddaja "Ljubezen po domače" - članica DŠZ, Domžale - Radomlje
- Slovenske novice,
- STA,
- RTV SLO, Radio Maribor

Ob Svetovnem dnevu zdravja (7.4.2021) smo medijsko opozorili na naše društvo s člankom, ki je bil objavljen v veliko lokalnih in nacionalnih medijih, pa tudi sami mediji so nas na podlagi tega članka klicali za intervjuje ali izjave, kar je povečalo našo prepoznavnost (v mesecu aprilu zasledili 92 objav).

REGIONALNI in LOKALNI MEDIJI

Veliko smo prisotni v regijskih dnevnikih Večer, Primorske novice, Koroške novice; tednikih - Štajerski tednik, Dolenjski list; dvotedniku - Gorenjski glas; štirinajstdnevniku - Posavski obzornik; v drugih lokalnih tiskanih, avdiovizualnih in spletnih medijih, v občinskih glasilih in glasilih četrtnih skupnosti, MojaObčina.si .

V zimskem valu epidemije smo naredili obsežno medijsko akcijo za filma DŠZ "Metoda 1000 gibov" in "Dihamo z naravo". Prvega smo posneli konec 2020, kot pomoč našim članom pri telovadbi doma, drugega pa oktobra 2021. Ponudili smo ga lokalnim televizijam, da ga uvrstijo v svoj jutranji program. Odzvalo se je 18 lokalnih TV. Zahvaljujoč velikemu odzivu lokalnih TV, telovadbo lahko spremlja kdorkoli, saj so se odzvale televizije iz različnih regij.

3.7. PROMOCIJSKI MATERIAL

Razdelili smo 5.000 zgibank-letakov.

V letu 2021 smo izdali časopis v nakladi 5.000 izvodov, ki smo ga delili med člani, na predavanjih, predstavitev in povsod kjer smo se lahko predstavili, promovirali.

Natisnili smo tudi 45 transparentov.

Razdelili smo 250 plakatov formata A3 in A4 za potrebe ustanavljanja novih skupin oziroma obveščanja lokalnih prebivalcev o telovadbi v njihovem kraju.

V občini Domžale smo imeli 1 jumbo plakat, ki je visel na zelo frekventni lokaciji (oglasni pano pred športno rekreacijskimi objekti) od marca do avgusta 2021.

Natisnili smo tudi 1.250 letakov in 100 plakatov za projekt Dihamo z naravo.

3.8. KONGRESI

Kongres športa za vse, ki ga organizira Olimpijski komite Slovenija, je potekal od 26. do 27. novembra 2021. Tako kot vsako leto, smo se udeležili dogodka Kongres športa za vse.

Dne 2. in 3. 12. 2021 smo se udeležili 13. Slovenskega kongresa prostovoljstva, ki ga organizira Slovenska filantropija.

3.9. SODELOVANJA

- Sodelujemo z Dnevnim centrom aktivnosti za starejše v Mestni občini Ljubljana kot partnerjem pri projektu financiranem s strani Ministrstva za zdravje.
- V nekaterih občinah je zelo zgledno in dobro sodelovanje z zdravstvenimi domovi.
- Sodelovali smo v projektu Peš bus in smo spremljali otroke nižjih razredov v šolo v petih občinah.
- Sodelovanje z Domovi starejših občanov – občasno skupaj vadimo, pojemo in jih peljemo na sprehod – gre za sodelovanje z domovi po različnih občinah, kjer imamo naše skupine.
- 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.
- konec oktobra je Občina Domžale izdala **brošuro »Skupaj za lepšo starost«** v kateri so predstavili vsa društva, med drugim tudi Društvo Šola zdravja. Pripravili smo tekst o dejavnostih našega društva ter seznam lokacij, terminov in kontaktov devetih skupin, ki delujejo v domžalski občini.
- Šest študentov 1. letnika podiplomskega študija Ekonomske Fakultete so pri predmetu **Management neprofitnih organizacijah**, pripravili seminarsko nalogo na temo: **Pridobivanje sredstev za Društvo Šola Zdravja**, kar so imenovali "Trženje v malem podjetju" (nosilka predmeta prof. dr. Metka Tekavčič);
- Študentka s fakultete za šport je pripravila magistrsko nalogo **»Motivi za udeležbo pri telesni aktivnosti starostnikov v Sloveniji in njihov odnos do vadbe preko spleta«** v katero je vključila tudi Društvo Šola zdravja (mentor prof. dr. Matej Tušak);
- **8. 10. 2021** - OKS je v sodelovanju s strokovnim kadrom ŠUSa izvedel **meritve telesne pripravljenosti** v okviru evropskega tedna športa z našimi člani v Prekmurju.
- Sodelovanje s **Centrom za krepitev zdravja Kamnik**, ki je septembra 2021 izvedel meritve telesne pripravljenosti in telesne zmogljivosti med člani kamniških skupin;
- sodelovanje z Olimpijskim komitejem Slovenije, ki so na Aktivni dan starejših (29. 9. 2021) v sodelovanju ŠUSa izvedli meritve telesne pripravljenosti v skupini– Miklavž na Dravskem polju. Potem oktobra 2021 pa po še nekaterih naših skupinah.
- Sodelovanje z OKS, ki so organizatorji Dneva slovenskega športa (23. 9. 2021) in so nam omogočili brezplačne avtobuse za udeležbo naših članov iz drugih koncev Slovenije, tako smo se množično udeležili **Dneva slovenskega športa** v Tivoliju. Naši člani so prišli iz Maribora, Nove Gorice, Vipave, Ajdovščine, Črnomlja, Grosuplja, Kranja, Bleda, Pragerskega, Mengša, Metlike, Ljubljane.
- v sodelovanju z **NIJZ** (interdisciplinarna delovna skupina NIJZ za duševno zdravje starejših) smo pripravili izjave (izkušnje članov Društva šola zdravja) za spodbujanje prostovoljstva med starejšimi;
- **3. 9. 2021** - Udeležili smo se konference v organizaciji ŠUSa z okroglo mizo **Veriga zdravja z naslovom "Odpornost v napornih časih"** v predavalnici GZS v LJ. Osredotočili smo se na zdravje in dobro delo zaposlenih v času covid-19;
- **17. 6. 2021** - od 10 - 12. ure. Udeležba na konferenci **Solidarnost in prostovoljstvo kot odziv na potrebe starajoče se družbe v občini Litija**. Gre za izmenjavo dobrih praks na področju prostovoljstva (preko Zooma);

- **17. 6. 2021** - Udeležili smo se video konference prvega mednarodnega dogodka z naslovom "**EU and Solidarity in Times of Crisis**". Gre za projekt SOLIDART, ki ga je preko platforme Zoom organizirala **občina Grosuplje** v sodelovanju z Zavodom Nefiks;
- **26. in 27. 5. 2021** – Udeležili smo se dvodnevne tretje **Nacionalne konference o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje**, ki sta jo preko spleta organizirali MZ in NIJZ – naziv konference »**Dober tek, Slovenija – Zdravo uživaj in več gibaj!**«;
- **Matica umirovljenika grada Zagreb** nas je povabila, da bomo v prihodnje sodelovali pri EU razpisih kot eden od partnerjev na projektih;
- prijavili smo se na razpis "**Digitalizacija NVO sektorja**" in nismo dobili dovolj točk;
- Ob svetovnem dnevu zdravja smo skupaj s **Stičiščem Središčem za NVO** (Zavod Nefiks) organizirali dvotedensko akcijo telovadbo na delovnem mestu (12. - 23. 4. 2021) – **Mala gibalna malica**. Vadba se izvajala 3x na dan po 10 min;
- predstavitev projekta »**Izzivi za vključevanje starejših v telesno dejavnost v času Covid-19 pandemije**«, 2. regijska delavnica »Podpora neodvisnemu življenju krhkih starejših v domačem okolju«, NIJZ INterreg Centrral Europe;
- vključili smo se v projekt **#delimopodprimo** oz. »**Knowing me knowing you, share what we do!**« - o atopijskem dermatitisu, hkrati pa za podporo, pomoč pri promociji tudi drugim organizacijam po Sloveniji.
- vključili smo se v projekt **Slovenske filantropije Dan za spremembe - Premagajmo osamljenost**, ki se je zaradi epidemije raztegnil na ves mesec april. Prijavili smo lokacije in termine tako novih skupin in tistih v nastajanju kot tudi povezavo do vsakodnevne telovadbe preko zooma.
- **10. 4. 2021** - v sodelovanju s **Slovensko filantropijo** v okviru projekta Dan za spremembe, organizirali smo druženje s telovadbo in klepetom preko zooma **Gibanje nas povezuje**.
- povezali smo se s podjetjem **Kovanček Group d.d.**, ki je lastnik spletne platforme E-Donacije, ki so ob Svetovnem dnevu zdravja objavili fotografije naših skupin na svoji spletni strani in družbenih omrežjih;
- sodelujemo s študenti različnih fakultet in jim pomagamo pri izpolnjevanju spletnih anket za njihove diplomske oziroma magistrske naloge.
- **Anketo o gibalnih interesih starostnikov**, ki sta jo med januarjem in aprilom 2021 izvedla dva diplomirana kineziologa na usposabljanju v našem društvu prek ZZRS - anketo sta opravila med člani podravske skupine Šole zdravja - rezultati so javno dostopni na naši spletni strani.
- V Varstveno delovnem centru Kranj članica iz skupine KR - Prešernov gaj vodi 1x tedensko vadbo "1000 gibov".

3.10. AKTIVNOSTI PO SKUPINAH

Vse skupine so zelo aktivne v svojem lokalnem okolju. Uspešno sodelujejo z vrtci, šolami, na lokalnih prireditvah in so dobro prepoznavne v svojem kraju. Večina skupin vsaj 1x letno obišče najbližji vrtec in šolo ter se udeležujejo športnih dnevorov šol in vrtcev. Skrbijo za objave v lokalnih medijih. Poleg telovadbe je med njimi veliko druženja, prijateljstva, dobre volje, optimizma.

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

Udeležba na »**Kohezijski četrtki**« v organizaciji CNVOS in Radio Študent.

V juliju 2021 smo začeli z kviz vprašanji na družbenem omrežju (facebook), kjer se lahko preizkušajo vsi, ki pridejo na naš FB profil. Vprašanja se nanašajo na oba naša projekta: "Jutranja telovadba 1000 gibov" in "Dihamo z naravo".

Dne 11. 6. 2021 – Krško - z vadbo 1000 gibov so člani krških skupin telovadili ob trasi kolesarske dirke po Sloveniji. Določili so jim zelo vidno točko, snemalo se je s helikopterjem, tudi Eurosport, tako da je oranžne videlo na milijone gledalcev.

Od 22. aprila do 23. julija je po Sloveniji potovala **Slovenska olimpijska bakla**. Kar nekaj naših

skupin je spremljalo slovensko olimpijsko baklo na poti po Sloveniji (Domžale, Mengeš, Medvode, Sevnica, Krško, Šmarješke Toplice Šmartno pri Litiji, Mirna peč in še drugi slovenski kraji).

Aktivna udeležba v EU teden športa.

Aktivna udeležba v EU teden mobilnosti.

Aktivna udeležba v Tednu vseživljenjskega učenja

Vsakoletna aktivna udeležba na prireditvi "Razgibajmo Ljubljano" ter "Šport v Ljubljani".

Skupine Šola zdravja - praznovanje obletnic in druženje, člani se udeležujejo krajevnih, lokalnih, občinskih in nacionalnih prireditev ter se odzivajo se tudi na dobrodelne prireditve. Člani in skupine Šole zdravja sodelujejo pri ustanavljanje novih skupin.

Velik del aktivnosti je evidentiran na spletni strani društva; <https://solazdravja.com/prispevki/>

3.11. OBČINE

V letu 2021 je naše delovanje preko javnih razpisov podprlo 19 občin: Mestna občina Ljubljana, Mestna občina Maribor, Mestna občina Slovenj Gradec, Mestna občina Novo mesto, Mestna občina Velenje, Mestna občina Ptuj, Občina Krško, Občina Brežice, Občina Domžale, Občina Sevnica, Občina Vipava, Občina Mengeš, Občina Preddvor, Občina Mežica, Občina Semič, Občina Šentjernej, Občina Piran, Občina Miklavž na Dravskem polju in Občina Tolmin. Z nakupom tekstila, za svoje člane Šole zdravja, pa so v letu z društvom sodelovale tudi Občina Črenšovci, Občina Zagorje on Savi in KS Krtina.

V juniju 2021 smo imeli sestanke v 4 občinah, in sicer: v MO Koper, na Občini Izola in Občini Piran ter na Občini Krško. Glavni namen sestankov je bilo predstavitev dejavnosti Društva Šola zdravja in redno financiranje že delujočih skupin v občini iz lokalnih razpisov.

V drugi polovici leta 2021 zaradi daljšega bolniškega staleža predsednice društva in zaradi vladnih ukrepov povezanih z epidemijo vseh predvidenih sestankov po občinah nismo mogli izvesti, zato načrtujemo s sestanki v občinah nadaljevati v letu 2022.

Občina Domžale je konec oktobra izdala brošuro v kateri so predstavljene vse organizacije, društva in občinski programi, ki pripravljajo in zagotavljajo različne aktivnosti ali pomoči in skrbijo, da se starejši ljudje tudi v jeseni svojega življenja lahko vključijo v lokalno skupnost in si s tem lepšajo vsakdan. Med njimi se je na štirih straneh predstavilo tudi naše društvo (str. 25.-28.)

Prav tako na Mestni občini Kranj poteka redna vadba "1000 gibov" ob petkih in torkih. Telovadbo vodi naša članica - prostovoljka.

3.12. TRGOVSKO BLAGO

V letu 2021 je bilo prodano 2.198 kosov promocijskega tekstila v višini 33.034,42 eur, in sicer:

- V breme javnih razpisov je bilo oddano 784 kosov v višini 7.961,27 eur
- V breme doniranih sredstev je bilo oddano 47 kosov v višini 1.209,42 eur

Skupaj je bilo na račun javnih razpisov, donacij oddano 831 kosov v vrednosti 9.170,69 eur.

Najbolj prodajan artikel je majica z logotipom Društva šola zdravja (815 kosov) ter brezrokavnikov (215 kosov), bombažnih jopic (211 kosov), zimskih bund (142 kosov).

4. PROSTOVOLJCI

Društvo temelji na prostovoljcih. Dogovor o prostovoljskem delu je imelo na dan 31.12.2021 **podpisanih 634 članov** (614 članov v letu 2020, 892 članov v letu 2019, 689 članov v letu 2018).

V letu 2021 smo opravili 43.174 (46.283 ur -2020) prostovoljskih ur, kar je eur ovrednoteno 469.010 eur (446.474 eur-2020).

Kot vsako leto, smo tudi v letu 2021 podelili nagrade in priznanja prostovoljcem članom Društva Šola zdravja za leto 2020.

Prejemniki **DENARNIH NAGRAD** so bili:

- KLOTILDA LETONJA, iz skupine LJUDSKI VRT, PTUJ,
- DRAGICA KRANJEC, iz skupine PORTOVAL, NOVO MESTO,
- FRANC PIRC iz skupine MEDUZA, PORTOROŽ (zavrnil)
- MARIKA HALER iz skupine DREVORED 88 LIP, DOMŽALE,
- SAVICA BRAJIČ. iz skupine PRULE-ŠPICA, LJUBLJANA,
- ANTONIJA STANIČ. iz skupine KOSEŠKI BAJER, LJUBLJANA,
- ANTON RAJH iz skupine GROSUPLJE,
- MARIJA HABE. iz skupine DREVORED 88 LIP, DOMŽALE,
- EMA MODRIJAN. iz skupine DREVORED 88 LIP, DOMŽALE,
- MARIJA KRIŽAJ iz skupine BLED,
- ROMANA IVAČIČ, iz skupine SEVNICA.,
- DRAGICA JURŠE. iz skupine RUŠE.

PRIZNANJA so prejeli člani DŠZ:

- MARIJA KURNIK iz skupine ŠIŠKA, LJUBLJANA,
- LJUTA JAVORNIK. iz skupine KOLEZIJA, LJUBLJANA,
- BUDIMIR OLGA iz skupine TURIŠKA VAS, SLOVENJ GRADEC,
- ANAMARIJA KRANJC iz skupine VIDEM, KRŠKO.

5. UPRAVNO ORGANIZACIJSKE AKTIVNOSTI

5.1. OBČNI ZBOR

V letu 2021 smo zaradi izrednih razmer in vladnih ukrepov prepovedi organiziranja dogodkov izvedli 12. redni letni zbor članov društva v času od 25. 5. do 20. 6. 2021 po skupinah Šola zdravja, ki so osnovna celica delovanja društva. Na delnih zborih je bilo prisotnih 2.416 članov (v letu 2020 2.709 članov) iz 165 skupin (v letu 2020 181 skupin) Društva Šola zdravja iz območja celotne Slovenije, kar predstavlja 52,8% vseh članov Društva Šola zdravja. Na delnih občnih zborih po skupinah Društva Šola zdravja je bilo potrjenih vseh predlaganih 10. sklepov in tudi dve novi članici UO.

Zaradi Covid-19 v Društvu Šola zdravja ni bilo možno izvesti rednega letnega zbora članov, zato smo v društvu tudi v letu 2021 organizirali občni zbor delne občne zборе, v času od, po skupinah Šola zdravja, ki predstavljajo osnovno celico delovanja društva. Upoštevali so se prispeli zapisniki delnih občnih zborov do 29. 6. 2021, ki so pripeli do tega datuma in še v času seje UO. Na zboru članov je sodelovalo 2416 članov iz 165 skupin Društva Šola zdravja. Na 6. redni seji Upravnega odbora, dne 29. 6. 2021, so bili potrjeni rezultati delnih zborov članov Društva Šola zdravja po skupinah za leto

2021 in sprejetih vseh 10. sklepov zbora članov.

Nato je UO društva na svoji 6. redni seji dne 29. 6. 2021, na podlagi prejetih zapisnikov o opravljenih delnih zborih članov društva, potrdil vse sprejete sklepe, med njimi tudi spremembe in dopolnitve Pravil društva Šola zdravja in tudi izvolitev dveh novih članic UO (odstopni izjavi sta podali članici UO Tatjana Mastnak in Bernardka Krnc) za mandatno obdobje 2021-2024, in sicer:

- Mirjam Trnkoczy Likovnik, Obala in
- Silvica Erlih, MO Ljubljana.

5.2. ORGANI DRUŠTVA

UPRAVNI ODBOR

V letu 2021 se je Upravni odbor sestel 6-x (5-x v letu 2020) in imel 1 dopisno sejo (3 v letu 2020). Sprejel je skupaj 67 sklepov (63 sklepov v 2020) v mandatu 2020-2024.

Člani upravnega odbora, v mandatu 2020-2024, so: Zdenka, Katkič, predsednica društva in predsednica upravnega odbora–Domžale, Bernardka Krnc - podpredsednica društva–Šmarješke Toplice (do 29.6.2021), Dr. Franc Habe-Domžale, Marija Gabron-Ptuj, Matjaž Marinček-Zagradec-Ivančna Gorica, Helena Španovič-Krško, Tatjana Mastnak-Obala in Celjska (do 29 .6. 2021), Martina Erman-Kamnik, Alojzija Glavač-Novo mesto. Mirjam Trnkoczy Likovnik, Obala (od 29. 6. 2021 dalje) in •Silvica Erlih, MO Ljubljana (od 29. 6. 2021 dalje).

NADZORNI ODBOR

Članice nadzornega odbora, v mandatu 2020-2024, so: Ana Ponikvar-Novo mesto, Dolenjska, Frančiška Štalcar-Semič in Vida Potočnik Mežica.

V letu 2021 so bile 3 seje NO in sprejetih je bilo 11. sklepov. Med drugim je v letu 2021 je prišlo do menjave predsednice NO, in sicer je ga. Vido Potočnik zamenjala na mestu predsednice ga. Ana Ponikvar. Sprejet je bil tudi Poslovnik o delu NO v Društvu Šola zdravja.

UREDNIŠKI ODBOR

V letu 2021 smo izdali 9. številko časopisa Društva Šola zdravja v nakladi 5.000 izvodov. Časopis smo poslali vsem članom po pošti na dom, in ga imamo kot promocijo na predstavitev, predavanjih. Urednica je bila Pika Trpin, oblikovalec Rok Kompare. Prispevke so zapisali člani društva. Strokovne članke pa so prispevali različni strokovnjaki.

UO je na 8. redni seji v letu 2021 imenoval tudi odgovornega in glavnega urednika ter pet članski uredniški odbor Društva Šola zdravja, v mandatu 2021-2024, v naslednji sestavi:

- Odgovorni urednik: Zdenka Katkič, predsednica in zaposlena za nedoločen čas v Društvu Šola zdravja,
- Glavni urednik: Matjaž Marinček, član Društva Šola zdravja skupina Zagradec in član UO,
- Uredniški odbor:
- NEDELJKA GALIJAŠ, medijski promotor v Društvu Šola zdravja, zaposlena za določen čas 4-ure,
- PIKA TRPIN, članica Društva Šola zdravja skupina Vrhovci MOL,
- DANICA CVETKO, članica Društva Šola zdravja skupina Velike Lašče,
- ZORICA MUŽINIČ, članica Društva Šola zdravja skupina Piran,
- EVA JEZA, članica Društva Šola zdravja skupina Tivoli MOL in pogodbeni strokovni kader.

Oba urednika in člani Uredniškega odbora so imeli 1 sejo Uredniškega odbora v letu 2021.

5.3. KOMISIJE

INVENTURNA KOMISIJA

Člani inventurne komisije so bili: Branislava Ogrinc, Martina Erman in Vida Zorič.

STROKOVNA KOMISIJA

Strokovna komisija se je sestala 1-krat v letu 2021 (v letu 2020 se zaradi Covid-19 komisija ni sestala).

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. PODRUŽNICE

Registriranih imamo 18 podružnic, in sicer: PODRUŽNICA 1-OBALA, PODRUŽNICA 2-LJUBLJANA, PODRUŽNICA 3-PRIMORSKA, PODRUŽNICA 4-ŠTAJERSKA, PODRUŽNICA 7-IG, PODRUŽNICA 8-KAMNIK, PODRUŽNICA 9-SEŽANA, PODRUŽNICA 10-BELA KRAJINA, PODRUŽNICA 11-DOLENJSKE TOPLICE, PODRUŽNICA 12-DRAVOGRAD, PODRUŽNICA 13-SEMIČ, PODRUŽNICA 14-BREŽICE, PODRUŽNICA 15-MARIBOR, PODRUŽNICA 16-CELJE, PODRUŽNICA 17-SEVNICA, PODRUŽNICA 18-KRŠKO-KOSTANJEVICA, PODRUŽNICA 19-PREDDVOR in PODRUŽNICA 20-NOVO MESTO.

V letu 2021 nismo ustanovili nove podružnice (v letu 2020 dve).

5.5. ZAPOSLENI

Tri osebe so zaposlene za 8h (vodenje društva, vodja projekta, razpisi, javna uprava, računovodstvo, baza članov, tekstil, administracija) od 1.9.2021 dalje (od 1.1. do 31.8.2021 sta bili 2 osebi zaposleni za 8 ur in 1 oseba za 6 ur) ter ena za 4h (mediji, spletna stran, FB, press kliping).

5.6. REDNI SODELAVCI

Imamo sklenjene pogodbe z zunanjimi sodelavci: Andraž Purger (predavanja, meritve, strokovni kader), Društvo Kineziologi na kvadrat (strokovno delo, na terenu, meritve) in s strokovnimi sodelavci pri projektu Dihamo z naravo (Društvo za razgibano življenje, ŠD Kineziologi na kvadrat, ŠD Efi,, Katja Murko, Andraž Purger, Mauro Lugano, ŠD Mamut, David Mlakar).

6. PRIZNANJA

V letu 2021 so Društvo Šola zdravja in naši člani in članice prejeli naslednja priznanja:

- **Priznanje občine Šmartno pri Litiji** skupini Društva Šola zdravja – Šmartno pri Litiji Z jutranjo telovadbo »1000 gibov« je skupina Šole zdravja – Šmartno pri Litiji začela devetega avgusta 2011. Letos avgusta so praznovali svoj jubilej – deset let vztrajanja pri redni jutranji telovadbi. Občinski svet Občine Šmartno pri Litiji je predlog o priznanju potrdil na svoji 17. redni seji dne 6. 10. 2021.

- Društvo Šola zdravja je od **Vlade Republike Slovenije** prejelo **spominski znak za požrtvovalnost pri izvajanju ukrepov za preprečevanje širjenja epidemije nalezljive**

bolezni SARS-CoV-2 (COVID-19) med ranljivimi družbenimi skupinami;

- **Plaketa Mestne občine Nova Gorica** - Društvu Šola zdravja in Šoli zdravja Nova Gorica - **za desetletno delovanje na prostovoljni osnovi**, ki skrbi za ohranjanje fizične kondicije predvsem starejših občanov in občanov promovira zdrav način življenja;
- **Darinka Smrke, nagrada MONM za leto 2020** - za dolgoletne uspehe in predano delo na področju prostovoljstva ter **promociji zdravega življenjskega sloga**;
- **Hana Premrl je nagrajenka občine Bled** za uspešno vodenje in razvoj Medgeneracijskega centra Bled, številnih programov in projektov kamor je pripeljala tudi Šolo zdravja;
- **Helena Španovič** je nagrajena s **Priznanjem občine Krško za krepitev zdravja občanov in občanov v letu 2020**;
- **Frančiška Horvat in Božena Lavrič – športnici leta 2020** v svoji kategoriji iz domžalske skupine.
- Romana Ivačič -Sevnica - Posebna pohvala 2020 (Športnik leta 2020 - 4. 3. 2021)
- Častni član Društva Šola zdravja in avtor čudovitih fotografij naših srečanj po vsej Sloveniji, **UBALD TRNKOCZY** je na Prešernov dan (8. februarja 2021) prejel TARTINIJEVO PRIZNANJE za izjemne dosežke s področja kulture v občini Piran.

Dne, 24.2.2022

Pripravili: Zdenka Katkič, mag. Bernardka Krnc, Nedeljka Galijaš, Brigita Grubič