

Z letošnjim septembrom je OŠ Benedikt pod taktirko koordinatorice Darje Stražišnik začela projekt HILS (Healthy Inclusive Lifestyle through Schools). Temu projektu programa Erasmus+, akcije KA2, strateška partnerstva, sta poleg osmih šol (Nizozemska, Velika Britanija, Francija, Slovenija, Španija, Portugalska, Finska, Italija) priključeni še dve nevladni organizaciji, in

*Učence želijo opolnomočiti z zdravimi izbirami*

sicer VGGM (Public Health/Gezonde School) iz Nizozemske in Healthy Schools iz Londona. S projektom HILS želijo promovirati različne aspekte zdravega načina življenja in dobrega počutja, vključujoč vsakogar ne glede na socialno-demografske raznolikosti. Učence (in posledično širšo javnost) želijo opolnomočiti z zdravimi izbirami, jih seznaniti s pastmi vsakdana in vplivati na odločitve, ki bodo vodile v bolj zdravo, daljše in kvalitetnejše življenje.

### Za pravilno gibanje in prehranjevanje

V tednu od 9. do 13. decembra je benediška šola zažarela v mavrici evropskih barv. V ponedeljek, 9. decembra, se je v večnamenski dvorani v Benediktu odvila izjemna otvoritvena slovesnost, s katero so učenci OŠ Benedikt pod mentorstvom Helene Kotnik in Petre Cafnik Novak na izviren način povabili vse partnerske šole, da se predstavijo, in tako začeli izvajati program mobilnosti. Med občinstvom so med drugim pozdravili župana Benedikta Milana Repiča, šolsko pediatrinjo dr. Bernardo Vogrin, predstavnike NIJZ in Zavoda za šolstvo. V tem tednu se je odvijalo kar nekaj dejavnosti. Učenci so aktivno



### MEDNARODNO SODELOVANJE

## Tkejo vezi za bolj zdrave otroke Evrope

S projektom HILS bi na OŠ Benedikt radi promovirali različne aspekte zdravega načina življenja in dobrega počutja, vključujoč vsakogar ne glede na socialno-demografske raznolikosti

sodelovali v delavnicah, kjer so predstavili analizo vprašalnika in svoje poglede na zdrave aktivnosti, ki se odvijajo na posamezni partnerski šoli. Uvod v predstavitev je pripravila dr. Bernarda Vogrin, šolska zdravnica iz ZD Lenart, ki je predstavila projekt Most, v okviru katerega se učenci in starši naučijo pravilno in zdravo gibati ter prehranjevati.

### Sami zase lahko storimo največ

V nadaljevanju tedna so se odvijale še delavnice na temo čuječnosti, o pomembnosti spanca, aromaterapije in dobrega počutja. Glavni namen je bil ozavestiti mlade o vplivih, ki jih imajo sami na svoje dobro počutje, kaj lahko storijo zase, da bi se

dobro počutili, kako se lahko sprostijo in umirijo, ko so v stresnem obdobju, kako pomemben je spanec in kako vpliva na naš vsakdan, kako prepoznati nekoga, ki se ne počuti dobro, kako si pomagati za boljšo pozornost. Kar nekaj pozornosti pa je bilo posvečeno velnes de-

Na OŠ Benedikt so se vključili v mednarodni projekt Erasmus+.  
Foto: OŠ Benedikt

javnostim v Sloveniji, saj so jih predstavili Iztok Altbauer, direktor skupnosti slovenskih naravnih zdravilišč, ter prijazno osebje Term Ptuj, ki je omogočilo vpogled v velnes v hotelu Primus. Učenci so si širili obzorja še z ogledom Ptuj, Postojnske jame in Predjamskega gradu. Prav tako ne smemo pozabiti na najpomembnejši del projekta - tkanje vezi med otroki Evrope, sprejemanje drugih kultur in zavedanje pomena lastne. Verjamejo, da so vsi učenci in učitelji v tem tednu postali ena velika evropska družina, ki bo ohranjala stike tudi v prihodnosti. (štr)

Foto: OŠ Benedikt

