



Schools for Health in Europe



SHE PRIRUČNIK ZA ŠKOLE 2.0

Prosinac 2019

| Metodološki priručnik – kako steći
status škole koja promiče zdravlje

6	POGLAVLJE 1 – ZAŠTO NOVO IZDANJE PRIRUČNIKA ZA ŠKOLE?
8	1.1 Koja je svrha novog izdanja SHE priručnika?
9	1.2 Kome je priručnik namijenjen?
9	1.3 Kako je ovaj priručnik strukturiran?
10	POGLAVLJE 2 – ZAŠTO STEĆI STATUS ŠKOLE KOJA PROMIČE ZDRAVLJE?
11	2.1 Što je promicanje zdravlja?
12	2.2 Kako se definira zdravljie iz perspektive promicanja zdravlja?
14	2.3 Zašto je promicanje zdravlja u školi važno?
15	2.4 Što je promicanje zdravlja u školi?
16	2.5 Cjelovit školski pristup
17	2.6 Što školu koja promiče zdravljie čini učinkovitom?
18	POGLAVLJE 3 - KAKO U PET KORAKA STEĆI STATUS ŠKOLE KOJA PROMIČE ZDRAVLJE?
20	3.1 Faza 1: Kako početi
27	3.2 Faza 2: Procjena početnog statusa vaše škole
30	3.3 Faza 3: Planiranje provedbe
27	3.4 Faza 4: Provedba
39	3.5 Faza 5: Praćenje i vrednovanje
40	POGLAVLJE 4 - KAKO SUSTVARATI PROMICANJE ZDRAVLJA U ŠKOLI
41	4.1 Zašto je bitno graditi mostove u zdravom okruženju?
41	4.2 Kako škole koje promiču zdravljie mogu imati koristi od sustvaranja?
43	4.3 Koje se aktivnosti mogu provesti da bi se unaprijedilo sustvaranje?
51	LITERATURA
55	DODATAK
56	Dodatak 1. Vratimo se u prošlost da bismo razumjeli glavne izazove i prioritete
58	Dodatak 2. Alat za izradu akcijskog plana škole
75	Dodatak 3. SHE Alat za brzu procjenu
79	Dodatak 4. Razvoj pristupa zdravog okruženja kroz povelje i deklaracije

SHE PRIRUČNIK ZA ŠKOLE 2.0

Autori:

Teresa Vilaça (Sveučilište Minho, Portugal)
Emily Darlington (Sveučilište Claude Bernard Lyon 1, Francuska)
María J. Miranda (Sveučilište Extremadura, Španjolska)
Olgica Martinis (Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Hrvatska)
Julien Masson (Sveučilište Claude Bernard Lyon 1, Francuska)

S dopunama:

Ingibjörg Guðmundsdóttir (Island)
Tineke Vansteenkiste (Belgija)
Luis Lopes (Portugal)
Annamária Somhegyi (Mađarska)
Davor Černi (Hrvatska)
Peter Bentzen (Danska)

Datum izdavanja:

Prosinac 2019.

Izdavač:

Zaklada mreže Škole za zdravlje u Europi (SHE), Haderslev, Danska

Ovaj dokument dostupan je na poveznici:

www.schoolsforhealth.org/resources/materials-and-tools/

Zahvale:

SHE školski priručnik – novo dopunjeno izdanje prilagodba je „SHE online priručnika za škole“ čiji su autori Erin Safarjan M.P.H., Goof Buijs M.Sc., Silvia de Ruiter M.Sc., a koji je objavljen u prosincu 2013. i financiran sredstvima Europske unije (operativna potpora CB_FY2013).

Strateški okvir promicanja zdravlja u školama

Promicanje zdravlja u školama u Europi pa tako i u Hrvatskoj ima drugu tradiciju počevši od Europe-ske mreže škola koje promiču zdravlje (European Network of Health Promoting Schools, ENHPS) 1990-tih godina prošlog stoljeća do Zaklade mreže Škola za zdravlje u Europi (Schools for Health in Europe Network Foundation, SHE, <https://www.schoolsforhealth.org/>). Kao što je navedeno na navedenoj mrežnoj stranici, opći cilj Zaklade mreže Škola za zdravlje u Europi (SHE) je poboljšati zdravlje djece i mladih u Europi, uključujući smanjenje zdravstvenih nejednakosti, kroz posebno postavljanje usredotočenosti na škole. SHE podržava svoje članice u dalnjem razvoju i održavanju promicanja zdravlja u školama u svakoj zemlji pružajući europsku platformu za promicanje zdravlja u školama.

Hrvatska je dio mreže Škola za zdravlje u Europi (Schools for Health in Europe – SHE). Mreža Škola za zdravlje u Europi na strukturiran i sustavan način obraća pažnju na zdravlje i dobrobit učenika i školskog osoblja kao dio plana škole. Uloga mreže SHE je djelovati kao europska platforma za promicanje zdravlja u školama pružajući informacije, potičući istraživanja, dijeleći dobru praksu, ekspertizu i vještine, kontinuirano zagovarači zdravlje u školama, potičući zajedničku suradnju zdravstvenog i obrazovnog sektora te potičući razvijanje i implementaciju nacionalnih politika i promicanja zdravlja u školama. U suradnji Agencije za odgoj i obrazovanje i Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo održavale su se stručna usavršavanja nastavnika i koordinatora. Hrvatska je također dio mreže Međunarodno istraživanje o zdravstvenom ponašanju učenika (Health Behaviour in School-aged Children – HBSC). HBSC je međunarodno istraživanje koje se provodi u suradnji sa Svjetskom zdravstvenom organizacijom u više od 40 zemalja i regija Europe i svijeta. Zbog duge međunarodne tradicije, ovo istraživanje je temeljni izvor podataka za međunarodna i nacionalna tijela i institucije o zdravlju i dobrobiti mladih. Ove dvije mreže su surađivali skupa u HBSC-SHE pilot-projektu Svjetske zdravstvene organizacije koji je omogućio korištenje resurse i podatke iz obje mreže kako bi se bolje razumjelo i ocijenilo zdravlje i dobrobit u školama. HBSC-SHE pilot-projekt provenen je krajem 2018. i početkom 2019. u Hrvatskoj, Makedoniji, Škotskoj i Walesu.

O povezanosti zdravlja i školskog okruženja govori se još od 1986. godine od Ottawske povelje za promicanje zdravlja Svjetske zdravstvene organizacije. U povelji je navedeno da je neophodno omogućiti ljudima da uče tijekom života, da se pripreme za sve njegove faze i da se nose s kroničnim bolestima i ozljedama što se mora omogućiti u školi, kući, na poslu i u zajednici. Nadalje je navedeno da su potrebne aktivnosti kroz obrazovna, profesionalna, komercijalna i dobrovoljna tijela, kao i unutar samih institucija.

Pristup promicanju zdravlja u školama utemeljen je na:

- strukturalnom i sustavnom fokus na zdravlje i dobrobit učenika i školskog osoblja kao dio sveobuhvatnog školskog plana
- pristupu cijeloj školi
- školskoj politici, fizičkom i društvenom okruženju, znanju i vještinama, uključenosti roditelja i zajednice, uključenost zdravstvenog sektora.

Promicanje zdravlja u školama treba razmatrati kao dio razvoja obrazovanja i zdravstvene politike te kao interakciju zdravstvenog i obrazovnog sektora.

Pristup škola koje promiču zdravlje je podrška osnovnim procesima u školama s ciljem ukupnog poboljšanja školske klime i dobrobiti nastavnika i učenika što je proces za koji potrebno razdoblje od nekoliko godine. To je prilika za profesionalni i osobni razvoj učenika i nastavnika. S pozicije nastavnika radi se o premicanju zdravlja na radnom mjestu.

Važnost koncepta promicanja zdravlja u školama:

- izvor informacija i znanja
- poticanje istraživanja i evaluacije
- prenošenje dobrih iskustava i ideja
- kontinuitet u zagovaranju zdravlja kao ključnog resursa
- poticanje suradnje između sektora
- potpora razvoju nacionalnih strategija o zdravlju u školama.

Holistički pristup fizičkom, mentalnom i socijalnom zdravlju:

- Višestruki zdravstveni rizici
- Višestruko rizično/nezdravo ponašanje
- Zajednička, cjelovita rješenja za više izazova odrastanja
- Sudjelovanje učenika (aktivno uključivanje učenika ne samo u provedbi već i u osmišljavanju aktivnosti, odnosno u izboru teme i načina rada koji je za učenike najrelevantniji, izbjegavanje izvrsnosti i kompeticije kako nitko ne bi bio izostavljen, te izbjegavanje finansijskih i drugih prepreka).



POGLAVLJE 1. —

ZAŠTO NOVO IZDANJE PRIRUČNIKA ZA ŠKOLE?

Na 5. Europskoj konferenciji¹ o školama koje promiču zdravlje naglašeno je da je potreba za prilagodbom SHE online priručnika proizašla iz trenutnih društvenih izazova s kojima se zemlje suočavaju. Kulturna i religijska raznolikost, politička i ekomska kriza, klimatske promjene, rodna pitanja i nezarazne bolesti između ostalog su glavni i aktualni problemi koji rezultiraju promjenama odlučujućih okolišnih i društvenih čimbenika zdravlja; Na 5. Europskoj konferenciji o školama koje promiču zdravlje (1) ponovno je naglašena važnost dalnjeg zalaganja svih članica zaklade Škola koje promiču zdravlje² (vidi niže u tekstu).

**Moskovski izvještaj – „Preporuke za djelovanje“ – 5.
Europska konferencija na temu škola koje promiču zdravlje**

- A.** Prepoznajemo i potvrđujemo postojeće vrijednosti i temelje članica umreženih u Zakladu Škole za zdravlje u Europi (SHE). Naročito u vremenima obilježenim neizvjesnostima i nejasnoćama, škole koje promiču zdravlje ustraju u svojim neotuđivim demokratskim vrijednostima. Ova je zaklada temelj svih školskih aktivnosti i odraz je ljudske i društvene perspektive koju karakteriziraju otvorenost i uzajamno poštovanje. (...)
- B.** Spoznajemo da su okoliš, klima i zdravlje međusobno isprepleteni i da se ne mogu razmatrati odvojeno. Klimatski problemi i okoliš utječu na zdravlje, a zdravstvene odluke i djelovanje utječu na klimu i okoliš. Iste temeljne strukturne odrednice u društвima pokreću pitanja okoliša, klime i zdravlja. Promicanje zdravlja i edukacija o održivom razvoju ili klimatskim promjenama imaju zajedničke ciljeve i područja djelovanja. (...)
- C.** „Zdravlje u svim segmentima“ pristup je za koji se zalažemo. Zdravlje treba promicati u svim sredinama u kojima mladi žive i bave se svakodnevnim aktivnostima. Iako škole igraju značajnu ulogu u životu mladih, promicanje zdravlja u školi ne može se sagledati izolirano od zajednice koja je okružuje. (...)
- D.** Spoznajemo da su u mnogim zemljama nezarazne bolesti (Noncommunicable Diseases – NCD) uključujući mentalne bolesti prijetnja budućnosti zdravstvenom i socijalnom sustavu, kao i gospodarstvu. Kako je naglašeno u Pozivu na djelovanje donesenom u Jakartu 2011. na temu nezaraznih bolesti, prioritet treba dati nacionalnim zdravstvenim politikama i programima za njihovo sprečavanje. Kako bi se suzbio sve veći broj nezaraznih bolesti, potrebno je pravovremeno djelovati; Škola koja promiče zdravlje može poslužiti kao prikladno okruženje za artikulaciju ciljeva plana za prevenciju i kontrolu nezaraznih bolesti kojeg SZO provodi globalno, 2013 – 2020. (...)

1 Europske konferencije o Školama koje promiču zdravlje, koje su zajedno organizirali SHE i njihovi partneri, izvrsna su prilika za razmjenu, sistematizaciju i prenošenje lekcija koje su članovi mreže SHE naučili. Saslušaju se i uzmu u obzir glasovi svih sudionika SHE kako bi se ažurirale i unaprijedile okosnice, vrijednosti i strategije djelovanja SHE. Takve su okosnice, vrijednosti i strategije osnova SHE priručnika.

2 Od osnutka Europske mreže škola koje promiču zdravlje (uz podršku SZO), SHE nacionalni koordinatori koji predstavljaju 33 zemlje iz Europe i Srednje Azije imaju glavnu ulogu u pružanju podrške Školama koje promiču zdravlje u svojim zemljama posredstvom i kroz dijalog s upravom i djelatnicima škole. Nekoliko godina nakon osnutka Mreže, istraživači i istraživačke institucije iz različitih europskih zemalja udružili su se u konzorcij: „SHE istraživačka grupa“. Glavni je cilj SHE istraživačke grupe podrška razvoju škola koje promiču zdravlje u Europi putem poticanja, potpomaganja i koordinacije konceptualnih, teorijskih i empirijskih istraživanja.

Temeljem ovih preporuka potrebne su zajedničke akcije kako bi se fokus preusmjerio samo sa škola (pojedinačno okruženje) na integraciju škola i okolnih službi u zajednici, sportskih klubova, bolnica, radnih mješta itd. (pristup integriranog okruženja). Akcije na školskoj razini uvijek bi trebale biti povezane s akcijama u lokalnoj zajednici. Jedna od strategija za provedbu toga je proces sustvaranja³.

1.1 Koja je svrha novog izdanja SHE priručnika?

Cilj ovog priručnika je potaknuti nacionalne / regionalne SHE koordinatori, ravnatelje škola, školsko rukovodstvo, nastavnike, ostalo školsko osoblje, učenike i partneri u zajednici da budu uključeni u razvoj škola koje promiču zdravlje. Otvorene i fleksibilne metode predstavljene u ovom priručniku o tome kako steći status škole koja promiče zdravlje osmišljene su tako da se ispitaju i prilagode ovisno o povjesnim i sociokulturnim specifičnostima svakog konteksta i okruženja.

SHE priručnik ima namjeru nadahnuti načine i mogućnosti da olakša, potakne, podrži i usmjeri djecu i mlade da kritički promišljaju, pojedinačno i kao dio grupe koja sudjeluje u sustvaranju, da pojedinačno i kolektivno djeluju na promicanju zdravlja i održivosti okoliša. Stoga bi djeca u vrtićima i učenici osnovnih i srednjih škola trebali biti uključeni u pitanja koja se tiču njihovog zdravlja i okruženja. Uz vodstvo odraslih, djeca i mladi trebali bi razvijati kompetenciju i djelovati tako da održavaju vlastito zdravlje i poboljšaju uvjete za zdravlje i ekološku održivost u sredini u kojoj žive i uče.

Sažeto prikazano, cilj priručnika je:

1. predstaviti koncept škola koje promiču zdravlje,
2. pružiti potporu i nadahnuće nacionalnim / regionalnim koordinatorima, kreatorima politika, ravnateljima škola, učiteljima, lokalnim moderatorima i svim ostalim sudionicima u tome da se uključe školi koja promiče zdravlje ili da se postojeća škola koja promiče zdravlje unaprijedi,
3. ohrabriti nacionalne / regionalne vlade, ministarstva u radu na obrazovnom okruženju u kojem sva djeca i mladi sudjeluju u učinkovitom promicanju zdravlja u svojim školama,
4. potaknuti osmišljavanje jasnih politika, strategija i akcijskih planova za profesionalni razvoj dionika koji sudjeluju u procesu kojim se stječe status škole koja promiče zdravlje ili da unaprijede postojeću školu koja promiče zdravlje,
5. potaknuti nacionalne / regionalne koordinatori, ravnatelje škola, učitelje, lokalne moderatori i
6. sve ostale sudionike na zajedničko oblikovanje strategije škole koja promiče zdravlje (pristup integriranog okruženja),
7. podržati školu u razvoju akcijskih sposobnosti učenika za promicanje njihovog zdravlja.

Sustvaranje uključuje transdisciplinarni tim koji mora uključivati krajnje korisnike i profesionalce koji u procesu imaju „formalnu odgovornost“. Temelji se na sporazumnoj razumijevanju situacije, stvaranju zajedničkog jezika, dijalogu, sjedinjenju i međusobnoj umješnosti i međuovisnosti te uključuje zajedničko pregovaranje o ciljevima. Glavno načelo procesa je potaknuti proces promjene koja vodi prosperitetu. [32]

1.2 Kome je priručnik namijenjen?

SHE online priručnik namijenjen je nacionalnim/regionalnim SHE koordinatorima, ravnateljima škole, upravi škole, učiteljima i drugim djelatnicima škole, učenicima i ostalim partnerima uključenima u razvoj škole koja promiče zdravlje u osnovnoškolskom i srednjoškolskom okruženju.

Možete ga koristiti uz pomoć drugih lokalnih/regionalnih stručnjaka iz područja zdravstva ili obrazovanja ukoliko su relevantni i dostupni. Iako je usmjeren na lokalne vrtiće (predškolske ustanove), osnovne i srednje škole, informacije sadržane u priručniku također mogu biti korisne onima koji su uključeni u razvoj nacionalne politike promicanja zdravlja u školama ili u drugom akademskom okruženju.

1.3 Kako je ovaj priručnik strukturiran?

Ovaj priručnik započinje uvođenjem važnih koncepata koji se odnose na škole koje promiču zdravlje, koji se mogu opširno tumačiti u Materijalima za učitelje – Ključni pojmovi i aktivnosti: Učenje o zdravlju i promicanju zdravlja u školama [2], dostupnom na SHE internetskoj stranici.

Također, važno je započeti s općenitim razumijevanjem SHE okosnica i vrijednosti i fleksibilnim pristupom promicanju zdravlja, koji odgovara potrebama i specifičnostima konteksta.

Drugi dio opisuje proces kako se korak po korak stječe status škole koja promiče zdravlje, predstavljen u pet uzastopnih faza koje predstavljaju trajan, ciklički proces. Ovaj je proces bio opisan u prethodnoj verziji SHE online priručnika. Povratne informacije SHE članova ističu da je ovaj postupak u pet koraka koristan za organiziranje strategije procesa u kojem se stječe status škole koja promiče zdravlje.

U trećem odjeljku dionike se potiče na aktivnosti za suoblikovanje i sustvaranje školske strategije za promicanje zdravlja, od početka (suradničko formuliranje problema) do kraja (sustvaranje rješenja).

Dobro zdravlje



Dobar život

POGLAVLJE 2. —

ZAŠTO STEĆI STATUS ŠKOLE KOJA PROMIČE ZDRAVLJE?

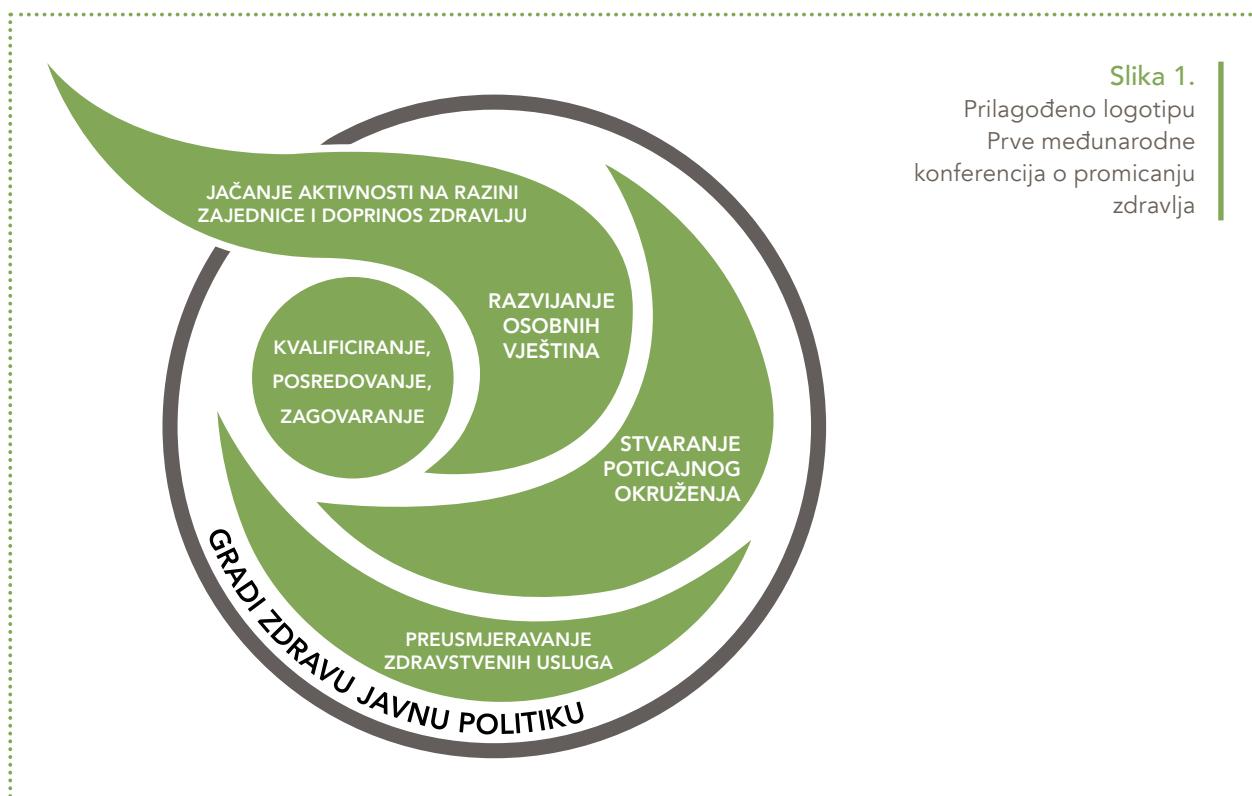
2.1 Što je promicanje zdravlja?

Ottawska povelja o promicanju zdravlja donesena na Prvoj međunarodnoj konferenciji o unapređenju zdravlja održanoj u Ottawi u studenom 1986. navodi da je promicanje zdravlja „postupak koji omogućuje ljudima da povećaju kontrolu nad svojim zdravljem i poboljšaju ga“[3]. U povelji se također izjavljuje da zdravje treba smatrati bogatstvom, a ne ciljem. Mir, utočište, obrazovanje, hrana, prihodi, stabilan ekosustav, održivi resursi, socijalna pravda i pravednost među potrebnim su uvjetima za promicanje i održavanje zdravlja.

Relevantne i učinkovite strategije za promicanje zdravlja uključuju (vidi sliku 1)

- Jačanje aktivnosti na razini zajednice i doprinos zdravlju
- Razvijanje osobnih vještina
- Stvaranje poticajnog okruženja
- Kvalificiranje, posredovanje, zagovaranje
- I preusmjeravanje zdravstvenih usluga

Slika 1.
Prilagođeno logotipu
Prve međunarodne
konferencija o promicanju
zdravlja



Ottawska povelja navodi pet ključnih područja djelovanja u promicanju zdravlja (gradnja zdrave javne politike, stvaranje okruženja poticajnog za zdravje, jačanje aktivnosti na razini zajednice i doprinos zdravlju, razvijanje osobnih vještina i preusmjeravanje zdravstvenih usluga) i tri osnovne strategije za promicanje zdravlja (Health Promotion – HP) (kvalificiranje, posredovanje i zagovaranje).

Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji, logotip na slici 1 predstavlja ideju da je promicanje zdravlja sveobuhvatan, multistrateški pristup.

Općenito, dizajn logotipa strategije za Promicanje zdravlja otvoreno prikazuje krila koja se šire iz kruga, što predstavlja činjenicu da je područje promicanja zdravlja raslo i razvijalo se. Sada i ubuduće aktivnostima Promicanja zdravlja treba doprijeti do novih dionika i partnera na svim razinama društva, od lokalne do globalne razine.

Naše zdravlje ovisi i o prirodnom i o socijalnom sustavu te o njihovoj interakciji, stoga moramo usvojiti eko-socijalni pristup u promicanju zdravlja, uzimajući u obzir interakciju ekološke i socijalne odrednice zdravlja [4]. U tom smislu zalažemo se da intervencija za promicanje zdravlja ima tri ključna principa [5]: sudjelovanje i sustvaranje; pozitivan i širok zdravstveni koncept; okruženje i sinergiju.

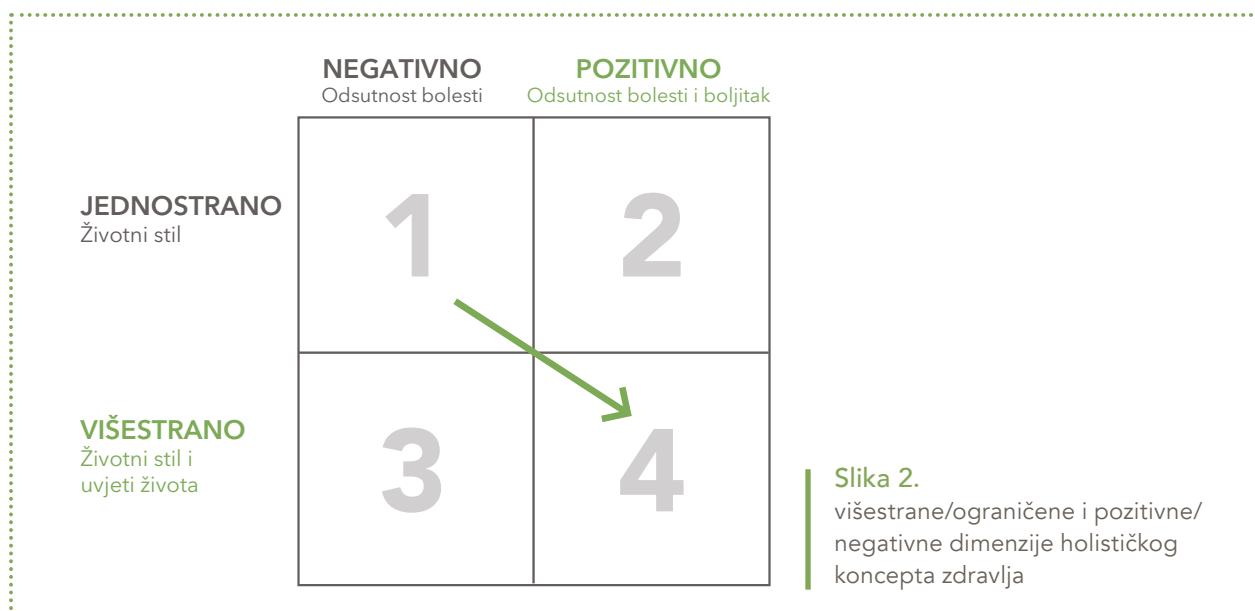
2.2 Kako se definira zdravlje iz perspektive promicanja zdravlja?

Ne postoji samo jedna definicija zdravlja. Međutim, zdravlje se može opisati kao „stanje potpunog tjelesnog, mentalnog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsutnost bolesti ili nemoći“ [6].

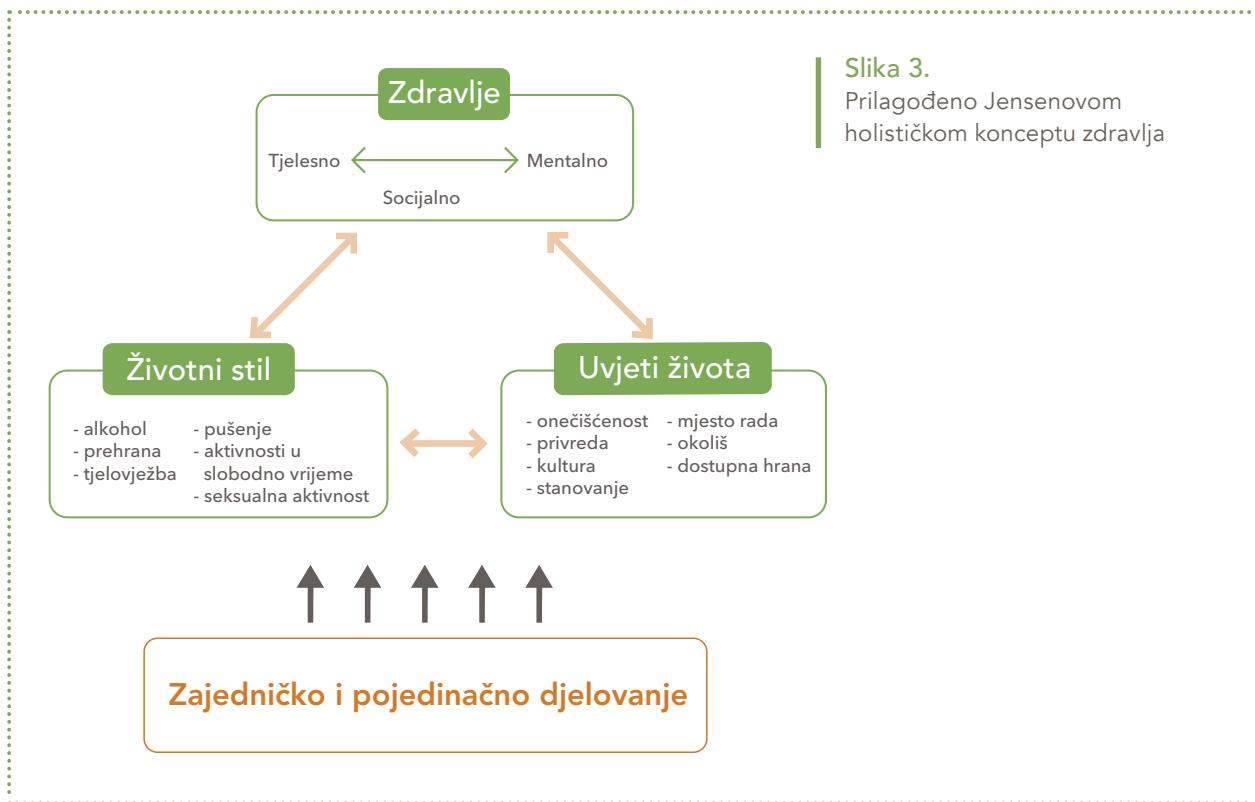
SZO-ov cjeloviti koncept zdravlja uvodi individualnu dimenziju „stanja fizičkog, mentalnog i socijalnog blagostanja“. Huber daje pozitivnu definiciju „zdravlja“ kao „sposobnosti prilagodbe i samokontrole, unatoč društvenim, fizičkim i emocionalnim izazovima“ [7].

U tom je smislu korisno razmisleti o obrazovnim implikacijama napuštanja negativnog koncepta zdravlja kao „odsutnosti bolesti“ i prelaska na pozitivan i cjelovit koncept zdravlja.

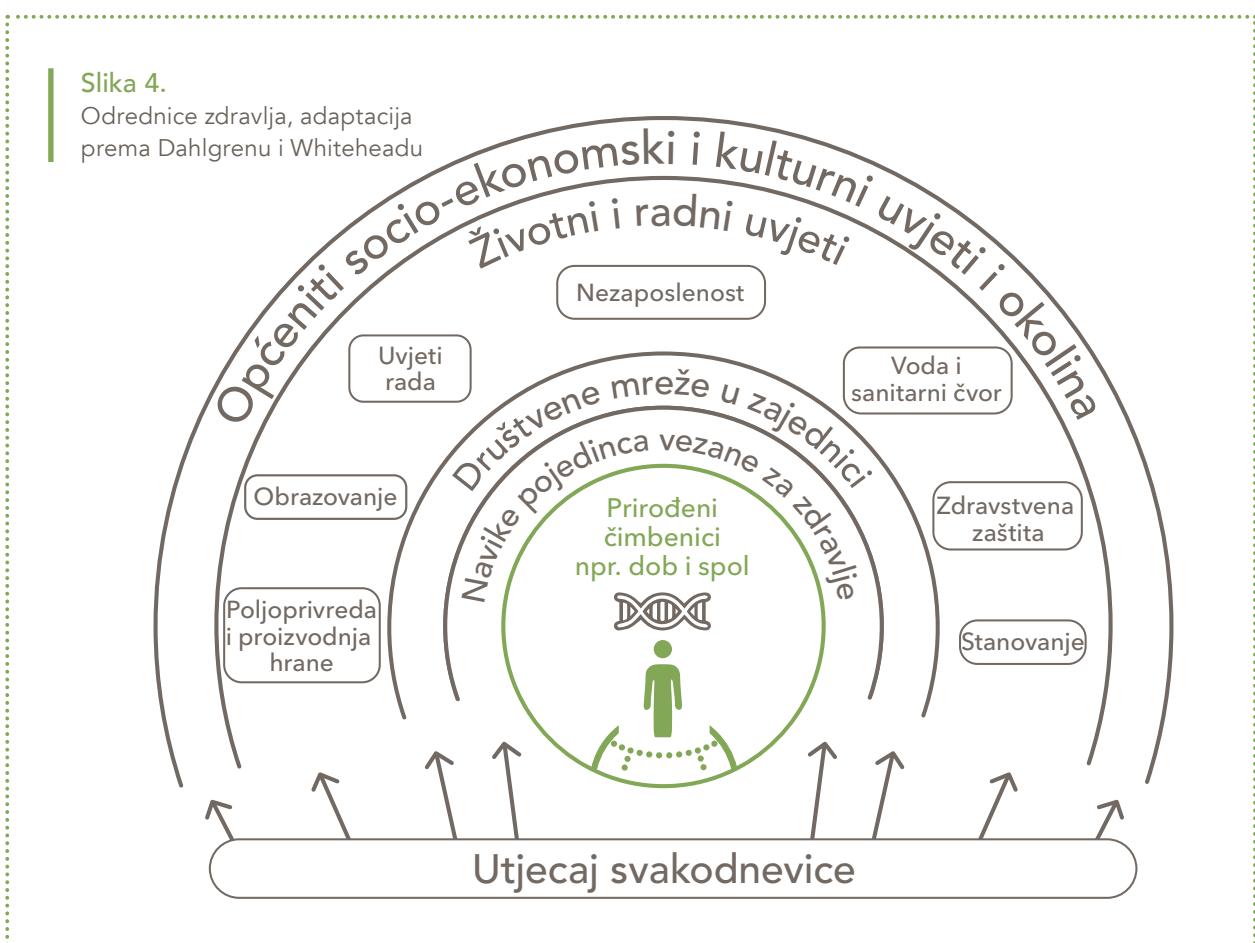
To podrazumijeva rad na boljtku, stilu života i životnim uvjetima (višestran koncept zdravlja) ne gubeći izvida što se događa s bolesti (pozitivan koncept zdravlja).



Uključenost učenika u inkluzivne i akcijski orientirane projekte usmjerene na zdravlje u učionici, školi i društvu ukazuje na to da je definicija holističkog zdravlja Svjetske zdravstvene organizacije čvrsto ugrađena u demokratsku paradigmu zdravstvenog obrazovanja. Prema Jensenu [8,10] koncept zdravlja koji se može koristiti kao osnova za podučavanje cjelovit je i usmjeren na djelovanje. Holističko vodstvo uključuje dvije vrste cjelovitosti, to jest promatranje osobe kao cjeline i u cjelovitom okruženju (slika 3).



Mnogi čimbenici utječu na zdravje ljudi, kako je prikazano u adaptaciji modela Odrednice zdravlja prema Dahlgrenu i Whiteheadu (slika 4):



Životni stil i uvjeti života dva su važna čimbenika zdravlja [10]:

- **Životni stil** uključuje zdravstveno ponašanje i navike poput prehrane, vježbanja, društvenih odnosa, uzimanja opijata i spolnog ponašanja. Pojedinci često imaju utjecaja na odabir vlastitog životnog stila.
- **Uvjeti života** odnose se na okruženje u kojem ljudi žive i rade, kao i na to kako okruženje i društvo utječu na život pojedinca. Životni uvjeti mogu biti teški, ali nije ih nemoguće promijeniti, a ovo je nešto što je važno pokušati poboljšati.
- **Životni stil i uvjeti života** međusobno su povezani. Naprimjer, život u sigurnom susjedstvu gdje postoji dovoljno mjesta za igru na otvorenom povećava vjerojatnost da su djeca dovoljno tjelesno aktivna.

Zdravlje se postiže interakcijom ljudi i njihove okoline. Stoga promicanje zdravlja uključuje ponašanje pojedinca i kvalitetu njegovih društvenih odnosa, okoliša i uvjeta života. Škole koje promiču zdravlje odražavaju način na koji pojedinci i čimbenici iz okoliša utječu na zdravlje i prosperitet.

Ovaj holistički koncept zdravlja učitelji mogu koristiti za oblikovanje svojih nastavnih metoda tako da primjeric istovremeno unapređuju mentalno zdravje i podupiru akademska postignuća (kroz razvoj socijalnih vještina učenika).

Osnovni je cilj osigurati da učenici školu napuste s pozitivnim pogledima i stavovima prema zdravlju i razumijevanjem odnosa između zdravlja i socijalnog i vanjskog okruženja koje im je potrebno da bi funkcionali kao građani u demokratskom društvu [10].

2.3 Zašto je promicanje zdravlja u školi važno?

Zdravlje i obrazovanje međusobno su povezani [10]:

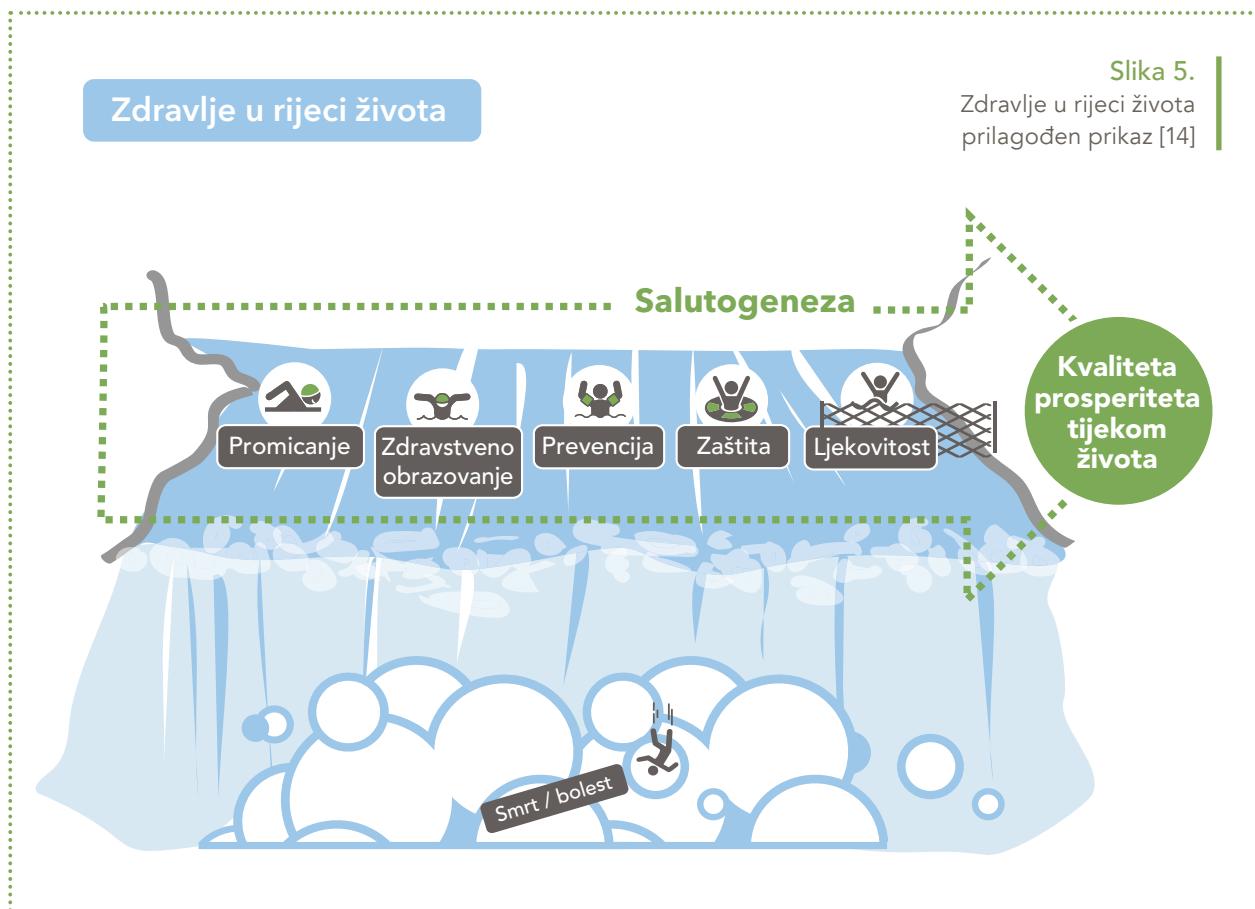
- Zdrava djeca imaju veći kapacitet za učenje i manje izostaju iz škole
- Vjerojatnost da će biti zdrava veća je kod one djece koja pohađaju školu
- Manje je vjerojatno da će učenici kod kojih postoji pozitivna povezanost sa školom i odraslim osobama koje su im važne sudjelovati u rizičnom ponašanju te je kod njih veća vjerojatnost pozitivnih ishoda učenja
- Obrazovna postignuća pozitivno su povezana s dugoročnim ekonomskim prosperitetom i zdravstvenim ishodima
- Promicanje zdravlja i prosperiteta djelatnika škole može dovesti do smanjene odsutnosti djelatnika i većeg zadovoljstva poslom
- Aktivnim promicanjem zdravlja djelatnika škole kao i učenika, djelatnici škole postaju potencijalni pozitivni uzori

Zbog toga promicanje zdravlja u vašoj školi može pomoći u postizanju obrazovnih i društvenih ciljeva, kao i ciljeva vezanih uz zapošljavanje djelatnika škole te utjecati na zdravlje čitave školske zajednice.

Za dodatne informacije o tome zašto je promicanje zdravlja u školama važno, pogledajte SHE činjenice 2; popis činjenica dostupan je na internetskoj stranici SHE mreže.

2.4 Što je promicanje zdravlja u školi?

Promicanje zdravlja u školama možemo opisati kao „bilo koju aktivnost koju poduzimamo kako bismo unaprijedili i/ili zaštitali zdravlje svih unutar školske zajednice“[13]. Slika 5 predstavlja salutogenu interpretaciju Ottawske povelje [14].



Prema Ottawskoj povelji „promicanje zdravlja proces je koji omogućuje pojedincima i zajednicama da povećaju kontrolu nad čimbenicima zdravlja i na taj način poboljšaju zdravlje kako bi živjeli aktivan i produktivan život [3]. „Salutogeni pristup podrazumijeva jačanje zdravstvenog potencijala ljudi čineći dobro zdravlje alatom za produktivan i ugodan život“[13].

Promicanje zdravlja u školama uključuje napore da se stvori zdravo školsko okruženje, školska politika i kurikulum kako bi zdravija opcija bila dostupnija. Ali uključuje i zdravstveno obrazovanje, tj. ono što predajete u učionici.

Škola koja promiče zdravlje je „škola koja provodi strukturirani i sustavni plan za zdravlje, prosperitet i razvoj društvenog kapitala svih učenika, nastavnog i nenastavnog osoblja“ (Marjorita Sormunen na 5. SHE konferenciji). Škola koja promiče zdravlje više je od škole koja samo provodi te aktivnosti. To je škola koja primjenjuje potpun školski pristup zdravlju.

Škola koja promiče zdravlje upućuje na zdravlje i prosperitet na sustavan i integriran način te ima pisani plan ili politiku škole. Orijentirana je na akcije i sudjelovanje; cijela školska zajednica uključujući učenike, nastavno/nenastavno osoblje i roditelje, ima aktivnu ulogu u donošenju odluka i provedbi aktivnosti. Također je usmjerena na izgradnju kapaciteta što je povezano s razvojem znanja, vještina i obavezom članova čitave školske zajednice da promiču zdravlje i prosperitet.

Za više informacija možete pristupiti SHE internetskoj stranici – Modul o školi koja promiče zdravlje: Materijali za učitelje – Ključni pojmovi i aktivnosti: Učenje o zdravlju i promicanju zdravlja u školama [2].

2.5 Cjelovit školski pristup

Priručnik se za promicanje zdravlja oslanja na cjelovit školski pristup. Ovaj je pristup usmjeren na postizanje zdravstvenih i obrazovnih ishoda sistematičnim pristupom kroz sudjelovanje i usmjereno na akciju. Utemeljen je na onome što se dokazalo učinkovito u okviru istraživanja i prakse promicanja zdravlja u školi.

Dokazano je da su cjelovit školski pristup zdravlju i pristup održivom razvoju zapravo usko povezani, pokazujući da su zdravlje učenika i održivo okruženje u kojem učenici žive temelj za ishod učenja. St. Leger [13] zagovara da je potrebno posredovanje za snažno povezivanje promicanja zdravlja i promicanja održivog okruženja.

Potpun školski pristup promicanja zdravlja može se podijeliti na šest komponenti:

Komponenta 1	Zdravstvena politika škole jasno su definirani dokumenti ili prihvaćene prakse osmišljene za promicanje zdravlja i prosperiteta. Ove politike mogu regulirati koja se hrana poslužuje u školi ili opisati kako spriječiti ili se suočiti s vršnjačkim nasiljem (bullyingom) u školi. Ove politike dio su školskog plana.
Komponenta 2	Fizičko okruženje škole uključuje zgrade, dvorište te okoliš škole. Primjerice, stvaranje zdravog fizičkog okruženja može uključivati uređenje školskog okoliša da bi bio privlačniji za rekreaciju i tjelesnu aktivnost.
Komponenta 3	Društveno okruženje škole odnosi se na kvalitetu odnosa unutar i između članova školske zajednice, primjerice između učenika međusobno i između učenika i djelatnika škole. Na društveno okruženje utječu socijalne kompetencije članova školske zajednice, kao i veza s roditeljima i širom zajednicom.
Komponenta 4	Zdravstvene vještine pojedinca i kompetencije za provedbu akcija moguće je promicati kroz kurikul, kao i aktivnostima koje razvijaju znanje i vještine koje učenicima omogućuju da steknu kompetencije i poduzmu radnje u vezi zdravlja, prosperiteta i obrazovnih postignuća. Te radnje treba uključiti u svakodnevni život škole. Trebale bi biti usmjerene na primjerice zdravu prehranu, svakodnevnu tjelesnu aktivnost, razvijanje socijalnih vještina i zdravstvenu pismenost.
Komponenta 5	Povezanost sa zajednicom povezanost je škole i obitelji učenika te škole i ključnih skupina/pojedinaca u zajednici koja ih okružuje. Savjetovanje i suradnja sa sudionicima zajednice pružit će potporu naporima škole u promicanju zdravlja, a školskoj zajednici pri provedbi aktivnosti promicanja zdravlja.
Komponenta 6	Zdravstvene službe lokalne su i regionalne službe unutar škole ili povezane sa školom, odgovorne za zdravstvenu skrb učenika i promicanje zdravlja pružanjem usluga izravno učenicima. Ovo uključuje učenike s posebnim potrebama. Zdravstveni djelatnici mogu surađivati s nastavnicima na specifičnim temama, primjerice higijena i spolno obrazovanje.

Usporedno bavljenje zdravljem i prosperitetom kroz ovih šest komponenti osnažuje ih uzajamno te stoga vaše napore za promicanje zdravlja čini učinkovitijima.

Primjerice, zdrave prehrambene navike možemo promicati pomoću politike škole kojom se regulira ponuda hrane u školi i dostupnost hrane. Školska kantina može se odrediti da bude pozitivan socijalni i fizički okoliš u koji učitelji i učenici dolaze nešto pojesti i družiti se. Stvaranjem pozitivnog okoliša manje je vjerojatno da će učenici i djelatnici odlaziti iz škole na ručak nekamo gdje bi vjerojatno izabrali manje zdrav obrok. Nadalje, prehrana, odnos prema hrani s poštovanjem i poznavanje zdravih odabira u prehrani mogu se podučavati u učionici u skupini ili individualno. Uključivanje roditelja, lokalnih restorana i drugih poduzeća može dodatno osnažiti vaše napore u okviru školskog okruženja.

Za više informacija možete pristupiti SHE internetskoj stranici – Modul o školi koja promiče zdravlje: Materijali za učitelje – Ključni pojmovi i aktivnosti: Učenje o zdravlju i promicanju zdravlja u školama [2].

2.6 Što školu koja promiče zdravlje čini učinkovitom?

Pronađeno je da učinkovitosti škola koje promiču zdravlje doprinosi nekoliko čimbenika.

Ti čimbenici uključuju [13]:

- razvoj i održavanje demokracije i sudjelovanje u školskoj zajednici
- uvjete u kojima članovi školske zajednice, uključujući osoblje i roditelje imaju osjećaj odgovornosti u životu škole
- postupanje prema cijelovitom školskom pristupu u promicanju zdravlja umjesto prema tradicionalnom koji se odvija isključivo unutar učionice ili u slučaju pojedinačne intervencije
- stvaranje društvene okoline koja podupire otvorene i iskrene odnose unutar školske zajednice
- stvaranje ozračja u kojem postoji visoka očekivanja od društvenih odnosa učenika kao i visoka očekivanja vezana uz akademska postignuća
- različite tehnike učenja i podučavanja kako bi se opravdali različiti stilovi učenja uključujući pružanje istih informacija različitim kanalima (npr. kurikul, politika/pravila, aktivnosti izvan učionice)
- istraživanje zdravstvenih problema u kontekstu života učenika i zajednice
- svijest o tome da se ishodi u školama koje promiču zdravlje postižu u srednjoročnim do dugoročnim razdobljima (3-4 godine nakon što škola stekne status škole koja promiče zdravlje) te da je učinkovita provedba ključ uspjeha

Za više informacija o povijesti pristupa – vidi Dodatak 1 „Vratimo se u prošlost da bismo razumjeli ključne izazove i prioritete“.



POGLAVLJE 3. —

KAKO U PET KORAKA STEĆI STATUS ŠKOLE KOJA PROMIČE ZDRAVLJE?

POGLAVLJE 3

Vodič opisan u ovom poglavlju revidirano je izdanje SHE online priručnika za škole. Promjene u odnosu na prvu verziju SHE priručnika, odnosno SHE online priručnika napravljene su prema zaključcima intervjuja sa SHE članovima o korištenju priručnika i njihovim prijedlozima za poboljšanje.

Kako su spomenuli Safarjan, Buijs i Ruiter (2013.), ovaj se vodič temelji na „HEPS* alatu za škole: Vodič za razvoj politike škole po pitanju zdrave prehrane i tjelesne aktivnosti te nizozemskog online Priručnika za zdravu srednju školu“[15].

Evo nekoliko primjera povratnih informacija i osvrta SHE istraživača iz različitih zemalja na ovaj vodič koji korak po korak daje upute kako steći status škole koja promiče zdravlje:

■■■ Dakle, kad smo dobili SHE priručnik kako u pet koraka steći status škole koje promiče zdravlje, uistinu je bilo vrlo uzbudljivo, jer je stvarno dobar, fantastičan resurs. Izvrstan je. Odličan je za one koji nisu imali nikakve upute kako steći status škole koja promiče zdravlje. U državi nije bilo ničega, a jedan od načina da se započne оформљавањем мреже школа koje promiču zdravlje је zajednički dokument. Ideja je bila fantastična i od velike pomoći. (...) Znam da se u Španjolskoj koristi barem u raznim autonomnim zajednicama.“

(SHE istraživač iz Španjolske, 2019.)

■■■ Mislim da je SHE priručnik vrlo koristan i dobra polazna točka za našu školu. Mislim da je bitno SHE priručnik pretvoriti u mobilnu aplikaciju. U Hrvatskoj sva djeca imaju mobitele i koriste mnogo različitih aplikacija.“

(SHE istraživač iz Hrvatske, 2019.)

Vodič „5 koraka kako steći status škole koja promiče zdravlje“ može se koristiti na različite načine, ovisno o potrebama i prioritetima vaše školske zajednice. Svrha mu je pružiti vam potporu u postupku u kojem stječete status škole koja promiče zdravlje. Važno je naglasiti i prepoznati da je **većina škola možda već mnogo napravila po pitanju promicanja zdravlja, kao što je primjerice podučavanje zdravstvenih tema u sklopu kurikula ili provedbe projekata za promicanje socijalnog/emocionalnog zdravlja**.

Pet faza kroz koje se stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje može se koristiti pri pokretanju, unapređenju, održavanju i kao nadahnuće u procesu kroz koji se stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje. Može se koristi za postizanje sveobuhvatnijeg akcijskog plana i provedbu akcijskog plana u praksi.

One škole koje već promiču zdravlje, ove faze mogu koristiti kako bi ocijenile i ažurirale trenutni plan i aktivnosti promicanja zdravlja škole u smislu daljnog unapređenja.

Priručnik vas korak po korak vodi kroz proces kojim se stječe status škole koja promiče zdravlje, a predstavljen je u pet uzastopnih faza koje predstavljaju stalni, ciklički proces (Slika 6).

Slika 6.

Ključne faze cjelevitog školskog pristupa tijekom kojeg škola stječe i zadržava status škole koja promiče zdravljie



U idealnom slučaju proces je cikličan, ali u stvarnosti biste možda željeli krenuti s korakom 4. To samo po sebi nije problem, ali nadamo se da će škole razmotriti i prethodne korake kada se koriste školskim priručnikom.

Ovaj Vodič ne uključuje prijedlog zdravstvenih tema koje možete uvrstiti okviru promicanja zdravlja u svojoj školi. Odabir ovih tema dio je samog procesa. Sadržaj aktivnosti vaše škole u okviru promicanja zdravlja trebala bi biti vaša odluka koju ćete donijeti tijekom faze 2.

Faza 1: Kako početi

➡ Donošenje odluke da stječete status škole koja promiče zdravljie

Vaša odluka da steknete status škole koja promiče zdravljie može proizaći iz različitih situacija, a mogu ju potaknuti razni dionici unutar ili izvan školske zajednice.

Primjerice:

- Nacionalna ili regionalna zdravstvena uprava u vašoj zemlji postavila si je za cilj pomoći školama u promicanju zdravlja te su vam se obratili da dobiju vašu podršku i suradnju tako što će vaša škola steći status škole koja promiče zdravljie
- djelatnici škole ukazuju na tendenciju zdravstvenih problema (npr. mentalno zdravljie, uporaba supstanci, vršnjačko nasilje ili pretilost) u svojoj školi i odlučuju odgovoriti na imenovane probleme uvođenjem pristupa škole koja promiče zdravljie
- neke škole u vašoj regiji ili zemlji stekle su status su škole koje promiču zdravljie. Pažnja koja im se posvećuje djelatnicima vaše škole o svijestila je o prednostima koje bi imali da promicanje zdravlja uključite i u svoju školsku zajednicu

- vaša je vlada donijela obrazovnu politiku kojom se provodi pristup škola koje promiču zdravlje te se traži da se u vašoj školi uvede pristup škole koja promiče zdravlje
- roditelji učenika ukazali su na probleme u vašoj školi vezane uz određenu zdravstvenu temu, npr. mentalno zdravlje, životne vještine, kvalitetu hrane koja se nudi učenicima. Želite riješiti ovaj problem i ugraditi ga u pristup škole koja promiče zdravlje
- Želite bolje organizirati i unaprijediti postojeće aktivnosti promicanja zdravlja u vašoj školi
- Vaša je motivacija važna za diskusiju i odluke koje ćete donijeti tijekom procesa u kojem stječete status škole koja promiče zdravlje. Bez obzira na to kako je odluka o tome donesena, promicanje zdravlja u vašoj školi treba inkorporirati šest komponenti cjelovitog školskog pristupa.

Osigurajte potporu vodstva škole

Početna potpora i trajna obveza vodstva škole, uprave škole i ravnatelja nužna je da bi škola stekla i задржала status škole koja promiče zdravlje. Iako su zdravstveni djelatnici i prosvjetni djelatnici izvan škole važni za proces, vodstvo škole trebalo bi preuzeti glavnu ulogu i odgovornost za promicanje zdravlja u školi u partnerstvu s ostalim članovima školske zajednice.

Ukoliko je odluka da steknete status škole koja promiče zdravlje došla izvan kruga vodstva škole, vodstvo će škole možda trebati uvjeriti u dobrobiti koje donosi status škole koja promiče zdravlje te će ono trebati preuzeti dugoročnu obvezu.

Kontinuirana potpora vodstva škole važna je, jer se kod škola koje promiču zdravlje radi o dugoročnim projektima koji se tijekom provedbe razvijaju, provode i vrednuju te unapređuju. (Slika 6)

- Možda će biti potrebna cijela godina kako biste dobili potporu i izradili školski akcijski plan promicanja zdravlja, a važno je tu podršku pridobiti i za sve ostale korake.

Kako biste o dobrobitima koje ostvarujete kada steknete status škole koja promiče zdravlje učinkovito informirali vodstvo svoje škole i pridobili podršku, korisno je sastaviti plan komunikacije. U nastavku pogledajte kako komunicirati s vodstvom škole o prednostima pristupa škola koje promiču zdravlje.

Kada se pripremate vodstvu škole dati informacije o prednostima škole koja promiče zdravlje, korisno je razmotriti sljedeća pitanja te pronaći argumente kako biste ih odbacili ili riješili.

Što bi moglo sprječiti upravu škole ili ravnatelja da podrži odluku da steknete status škole koja promiče zdravlje? **Primjerice:**

- Škola je već uključena u sličnu inicijativu, npr. za održivu ili sigurnu školu te se boji da bi škola koja promiče zdravlje zasjenila ono što se već provodi ili da bi to zahtijevalo dodatan posao*
- Ograničeno vrijeme/financiranje
- Uvjerenje da promicanje zdravlja nije prioritet u školskom okruženju
- Nisu uvjereni da je to za dobrobit škole

Koji su prioriteti uprave škole ili ravnatelja?

* Ako se ovaj primjer odnosi na vašu školu, mogla bi vas zanimati sljedeća informacija: (sljedeća stranica)

Škole sa sličnim programima i aktivnostima



„Što ako je moja škola već uključena u slične programe ili aktivnosti kojima se promiče zdravlje (npr. sigurna škola ili druge aktivnosti vezane uz zdravlje), a ravnatelj ili uprava škole možda se protive još jednoj promjeni? Smatraju da bi status škole koja promiče zdravlje preopteretio tim, a možda smatraju i da će cijelovit školski pristup zasjeniti postojeće aktivnosti.“

Prijedlog:

Škola koja promiče zdravlje može poslužiti kao okvir za organizaciju drugih programa i aktivnosti, što će pripomoći učinkovitosti. Ovo može biti važna komunikacijska poruka koju valja prenijeti zabrinutom vodstvu škole.

Za više informacija o izradi komunikacijskog plana vidi Tablicu 2 – Planiranje komunikacije (i Alat za izradu akcijskog plana škole (Dodatak 2)

➡ Pridobijte potporu školske zajednice

Pridobiti potporu i konsenzus školske zajednice ključno je za učinkovitost vaše škole koja promiče zdravlje. Članovi školske zajednice trebali bi dijeliti istu viziju toga što predstavlja škola koja promiče zdravlje i onoga što se želi postići. Pomaže, ako postoji osjećaj pripadnosti i uključenosti u donošenje odluka u čitavoj školskoj zajednici. Ravnatelji mogu imati važnu ulogu u motiviranju drugih članova školske zajednice, npr. drugih nastavnika i školskog osoblja.

Prijedlozi za postizanje konsenzusa unutar vaše školske zajednice: [9]

1. Organizirajte sastanak (npr. za djelatnike, roditelje ili učenike) ili školski skup. Ravnatelji i predstavnik zdravstva vašu školsku zajednicu mogu na sastancima uključiti u dijalog o tome kako stići status škole koja promiče zdravlje. Ovo bi trebalo provesti u obliku otvorene rasprave u kojoj sudionici razmjenjuju mišljenja i dileme. Istovremeno, ovime dobivate priliku predstaviti prednosti stjecanja statusa škole koja promiče zdravlje. Kada se pripremate za sastanak/skup možda ćete htjeti pogledati odlomak Planiranje komunikacije u priručniku te Alat za izradu akcijskog plana škole (Dodatak 2).
2. Posjetite neku drugu školu koja promiče zdravlje. Za svoje kolege, učenike i njihove roditelje organizirajte posjet školi koja promiče zdravlje, to im može pomoći uvidjeti koje su prednosti pristupa školi koja promiče zdravlje. U konačnici, ovo ih može motivirati da podrže odluku da steknu status škole koja promiče zdravlje.

➡ Odredite koji su vam drugi partneri i angažirajte ih

Uz članove školske zajednice, postojat će pojedinci ili skupine izvan škole koji su zainteresirani i važni za provedbu procesa kojim škola stječe status škole koja promiče zdravlje. Ovi partneri su pojedinci ili skupine kao što su vođe zajednice ili javnozdravstvene institucije koje bi mogle pomoći u procesu kojim škola stječe status škole koja promiče zdravlje.

Identifikacija i uključivanje ovih partnera može dovesti do snažnije potpore u promicanju zdravlja u vašoj školi u okviru šire zajednice (Slika 7).

Kako i kada će se ovi partneri uključiti u proces kojim se stječe status škole koja promiče zdravlje ovisi o tipu partnera te je to u konačnici vaša odluka. Ukoliko Vam netko od partnera može pomoći u tome da postanete škola koja promiče zdravlje, trebali biste ih u idealnom slučaju uključiti od samog početka te bi oni mogli biti dobri kandidati za članove školske radne skupine za promicanje zdravlja. Partneri možete uključiti i kasnije tijekom procesa.



Naprimjer:

Nakon što ste odabrali koji su prioriteti vaše škole u promicanju zdravlja, suradnja s partnerima izvan škole možda će biti potrebna kako bi se mogle provesti potrebne promjene.



Naprimjer:

Nakon što ste izradili plan za promicanje zdravlja u vašoj školi, možda ćete htjeti kontaktirati partnera izvan škole (npr. vodstvo zajednice) kako biste od njih dobili povratne informacije i podršku. Umjesto da ih izvijestite o planu za promicanje zdravlja u vašoj školi, možete ih uputiti u fazu Provedbe aktivnosti (faza 4) u procesu tijekom kojeg škola stječe status škole koja promiče zdravlje.

Slika 7.

Primjer angažiranja drugih partnera

Nadalje, uključivanje lokalnih zdravstvenih stručnjaka i razvijanjem partnerstva s njima može se postići veća učinkovitost škole koja promiče zdravlje. Lokalni zdravstveni stručnjaci mogu dati savjet i potporu u razvoju, provedbi i vrednovanju vaše škole koja promiče zdravlje.

Svaka škola ima svoje vlastite partnera. Neki će partneri biti zajednički za većinu škola dok će drugi biti specifični za školu i prioritete školske zajednice. Primjerice, ukoliko škola želi put do škole učiniti sigurnijim za hodanje ili vožnju biciklom, lokalna ili regionalna uprava bila bi važan partner.

Primjer: Pridobivanje potpore političara

U nekim slučajevima važno je pridobiti potporu lokalnih političara, ali mogao bi biti izazov uvjeriti lokalne političare da pruže potporu promicanju zdravlja u školama s obzirom na to da su dobrobiti ovog pristupa vidljivi tek nakon duljeg vremena.

U Rotterdamu, gradu u Nizozemskoj, lokalne su političare uvjerili da podrže promicanje zdravlja u školama imajući na umu misao „maksimalne iskorištenosti potencijala“. U ovom lučkom gradu u kojem su stope napuštanja srednjoškolskog obrazovanja visoke, lokalni političari zainteresirani za akademska postignuća postali su ambasadori pristupa škola koje promiču zdravlje.

➡ Identificirajte dostupne resurse

Potpore nastojanju da steknete status škole koja promiče zdravlje vaš će školski plan i aktivnosti učiniti djelotvornijima. Istovremeno, jednako je važno raspolagati dovoljnim resursima za provedbu promjena koje želite uvesti.

Prije nego počnete s izradom plana škole za promicanje zdravlja najprije je potrebno provjeriti koje aktivnosti već provodite u vezi s promicanjem zdravlja u školi i koji su vam resursi dostupni kako biste mogli proširiti i unaprijediti to za što se trenutno zalažete.

Resursi uključuju:

- ljudski resursi kao što su školo osoblje, roditelji, vanjski stručnjaci koji su već uključeni u aktivnosti u vašoj školi
- finansijski resursi uključujući financiranje koje se može koristiti u procesu tijekom kojeg škola stječe status škole koja promiče zdravlje

Za to vrijeme možda uvidite da:

- možete planirati i provoditi promicanje zdravlja u vašoj školi uz ograničene resurse ili da imate potrebne resurse
- trenutno nemate dostatnih resursa. Trebali biste mobilizirati ljudski kapital i/ili pronaći način da prikupite novac ili se prijavite na natječaj za financiranje
- Možda postoji regionalni ili nacionalni program koji vam može pomoći dobiti dodatne ljudske ili finansijske resurse
- aktivnosti promicanja zdravlja u vašoj školi morat će biti ograničene s obzirom na trenutno dostupna sredstva

➡ Osnujte radnu skupinu

Osnivanje školske radne skupine za promicanje zdravlja važan je prvi korak pripreme u procesu stjecanja statusa škole koja promiče zdravlje. Uloga je školske radne skupine za promicanje zdravlja voditi školsku zajednicu u procesu kojim se stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje. (Okvir 1)

Napomena: nije uvijek potrebno pokretati novu radnu skupinu. Drugi pristup bio bi integracija promicanja zdravlja u okviru postojeće radne skupine, npr. radne skupine za brigu o okolišu u školi. To je na primjer slučaj u Flandriji gdje škole imaju brojne radne skupine.

Okvir 1 - Koji su zadaci školske radne skupine za promicanje zdravlja?

Uloga je školske radne skupine za promicanje zdravlja voditi školsku zajednicu u procesu kojim se stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje.

- Radna skupina donosi procjenu trenutne zdravstvene politike i prakse škole kako bi se utvrdile potrebe i prioriteti školske zajednice.
- Radna skupina vodi školu kroz sve faze razvoja i održavanja škole koja promiče zdravlje.
- Radna skupina pruža potporu kontinuiranoj obavezi školske zajednice u procesu kojim se stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje.

Vašu školsku radnu skupinu za promicanje zdravlja mogu činiti predstavnici školske zajednice, ali i važni izvanškolski partneri. U Okviru 2 prikazana su moguća pitanja za identifikaciju potencijalnih članova radne skupine u kojoj članstvo mogu imati i važni izvanškolski partneri.

Okvir 2 - Pitanja za identifikaciju potencijalnih članova radne skupine

1. Tko pripada ili predstavlja vašu školsku zajednicu i kakvo bi gledište/vid mogao pružiti aktivnostima koje se spominju u Okviru 1 – Koji su zadaci školske radne skupine za promicanje zdravlja?
2. Postoje li organizacije/pojedinci izvan vaše školske zajednice koji bi trebali biti uključeni u radnu skupinu? Razmislite o relevantnoj stručnosti koja bi mogla nedostajati unutar školske zajednice.
3. Kakva bi mogla biti njihova uloga, kakav bi doprinos mogli dati radnoj skupini?
4. Tko su najrelevantniji i najmotiviraniji članovi unutar i izvan vaše školske zajednice?
5. Mogu li ovi članovi posvetiti dovoljno vremena ispunjenju svoje uloge sada te u idealnom slučaju tijekom idućih nekoliko školskih godina?

Potencijalni članovi predstavljaju vašu školsku zajednicu te su ugledni i kompetentni ili posebno zainteresirani za područje promicanja zdravlja u školama te su motivirati za sudjelovanje.

Članovi školske radne skupine za promicanje zdravlja mogu uključivati:

- Direktora odnosno ravnatelja škole
- Voditelja školskog odbora
- Učenike (bivše/sadašnje)
- Roditelje
- Učitelja koji podučava zdravstveno obrazovanje
- Školska medicinska sestra/školski liječnik
- Školskog socijalnog radnika ili psihologa
- Učitelja tjelesnog odgoja
- Upravitelja škole ili predsjednika uprave
- Zdravstvene/obrazovne stručnjake izvan škole

Nakon što je školska radna skupina za promicanje zdravlja osnovana, važno je imenovati koordinatora koji će organizirati aktivnosti skupine. Koordinator bi trebao biti netko tko može posvetiti dovoljno vremena i tko može u potpunosti preuzeti ulogu voditelja. Taj netko trebao bi imati potporu čitave školske zajednice i dovoljno kapaciteta kako bi utjecao na promjene u školi. On/a se može dobrovoljno javiti na mjesto koordinatora, ali može biti i zamoljen/a da preuzme ovu ulogu. Okvir 3 predstavlja neke savjete za osnivanje školske radne skupine.

Okvir 3 – Savjeti za osnivanje školske radne skupine za promicanje zdravlja

Preporučeno je da ova skupina ima relativno mali broj članova, po mogućnosti između 5 i 8. U velikoj skupini može biti teško postići konsenzus te je potrebno znatno više ljudskih resursa. Istovremeno, potrebno je dobiti mišljenje, potporu i pomoć svih predstavnika glavnih ciljnih skupina.

Važno je aktivno uključiti učenike u proces razvoja, provedbe i vrednovanja škole koja promiče zdravlje. Učenička perspektiva je važna, a damo li im aktivnu ulogu u ovom procesu, povećat će se njihov osjećaj pripadnosti i obveze usvajanja i daljnog pridržavanja novih politika i praksi. Aktivno sudjelovanje učenika ključno je za aktivnosti promicanja zdravlja u školi.

Kada ste osnovali školsku radnu skupinu za promicanje zdravlja važno je potvrditi ulogu svakog člana i njegove obaveze u sklopu te uloge. Nadalje, članovi se trebaju složiti oko toga koliko će se često sastajati i koliko je očekivano trajanje sastanka. Pogledajte Alat za izradu akcijskog plana škole (Dodatak 2, str. xy) gdje ćete pronaći tablice za popunjavanje ovih važnih koraka.

Dokument Alat za izradu akcijskog plana škole može biti koristan u osnivanju školske radne skupine za promicanje zdravlja.

Možda već imate školski odbor ili drugu skupinu koja može poslužiti kao školska radna skupina za promicanje zdravlja. Okvir 4 predstavlja primjer radne skupine koja se temelji na modelu Moj dragi Pinocchio: talijanski način kako se stječe status škole koja promiče zdravlje [16,17].

Okvir 4 – Primjer osnivanja radne skupine i provedba zadataka

Škole talijanske regije Lombardija koje su pristale sudjelovati u programu promicanja zdravlja u školama prema modelu Moj dragi Pinocchio trebale su slijediti tri koraka:

1. Dobiti formalno odobrenje upravnog odbora škole
2. U planu rada škole te na internetskoj stranici škole pismeno priložiti opis koja je svrha toga da škola stekne status škole koja promiče zdravlje
3. Osnovati školsku radnu skupinu za promicanje zdravlja koju čine nastavnici, djelatnici, roditelji, učenici i zdravstvene službe

Školska radna skupina za promicanje zdravlja odgovorna je za sljedeće zadatke:

1. Definirati i istražiti zdravstveni status u svojoj školi
2. Uz pomoć školske zajednice odabrati prioritete u promicanju zdravlja
3. Predložiti glavne i specifične ciljeve i akcije kojima bi se rješili zdravstveni prioriteti
4. Integrirati zdravstvene teme/područja interesa u službeni kurikul primjenom participativnih metoda poučavanja
5. Integrirati zdravstvene teme/područja interesa u školsku politiku, službu za okoliš i zdravstvo
6. Uključiti se u proces osnaživanja koji uključuje školsku i izvanškolsku zajednicu i promiče participaciju
7. Vrednovati aktivnosti promicanja zdravlja koje se provode u školi i njihove ishode u suradnji sa stručnjakom za evaluaciju lokalnog sveučilišta/zdravstvene institucije.

Školska radna skupina za promicanje zdravlja sastajala se najmanje jednom mjesечно ili prema potrebi. Na prvom sastanku raspravljalo se o planu komunikacije kojim bi se školsku zajednicu informiralo o tome koje su prednosti toga da škola postane škola koja promiče zdravlje; organizirani su dodatni sastanci kako bi se isplnile sve faze tijekom kojih škola stječe status škole koja promiče zdravlje.

➡ Počnite planirati komunikaciju

Komunikacija je važan dio svake faze tijekom koje škola stječe status škole koja promiče zdravlje. Unutar školske zajednice, priopćavanje pravih poruka putem pravih kanala pomoći će vam da pridobijete potporu za školu koja promiče zdravlje. Pomoći će vam razjasniti važne korake ovog procesa, a može pomoći postići da školska zajednica ima osjećaj da nadzire proces i rezultate procesa. Također je važno imati dobru komunikaciju s partnerima izvan školske zajednice npr. informirati ih o vašoj školi koja promiče zdravlje, pridobiti njihovu potporu, a po mogućnosti i zatražiti njihovu pomoć.

Poruke i kanali koje koristite ovisit će o ciljnoj skupini i mogu se razlikovati ovisno o trenutnoj fazi procesa. Primjerice, poruke koje želite priopćiti školskoj zajednici na samom početku razlikovat će se od poruka koje želite priopćiti prilikom planiranja akcija.

Otpočetka je korisno osmisliti plan komunikacije, primjerice, kada želite pridobiti potporu članova školske zajednice i partnera izvan škole. U tom planu zacrtajte komunikacijske ciljeve, poruke koje želite prenijeti i kanale koje želite koristiti za pojedine ciljne skupine. Napravite li ovo, bit ćeće organizirani i učinkovitiji.

U vašoj školi možda ima djelatnika koji vam mogu pomoći pri izradi plana komunikacije. Za više informacija i za početne smjernice, molimo pogledajte dokument Alat za izradu akcijskog plana škole (Dodatak 2, str. xy)

➡ Počnite planirati vrednovanje

Prilikom osnivanja školske radne skupine za promicanje zdravlja, preporučuje se početi planirati vrednovanje. Možda će se činiti da je u ovoj fazi procesa prerano za to, no dobro promišljeno i smisleno vrednovanje zahtijeva rano planiranje. Ovo će omogućiti bolju provedbu čitavog procesa.

Nakon osnivanja radne skupine jedan od prvih zadataka može biti donošenje odluke o tome tko će provesti evaluaciju.

- Hoće li članovi školske radne skupine za promicanje zdravlja koordinirati i provoditi evaluaciju?
- Preferirate li koristiti usluge za vrednovanje osobe izvan škole? Primjerice, vanjski stručnjak može biti netko iz lokalne ili regionalne zdravstvene institucije ili predavač na katedri društvenih znanosti lokalnog sveučilišta, djelatnik iz područja javnog zdravstva ili obrazovanja.

Za više informacija o koracima procesa pogledajte odlomak *Planiranje vrednovanja*.

Nakon određivanja stručnjaka/tima za provedbu vrednovanja, dobra je ideja početi planirati vrednovanje, primjerice koje će aktivnosti biti potrebno provesti, kada i tko će ih provesti te koliki vam je proračun na raspolaganju. Detalji plana vrednovanja poput onoga što se vrednuje i koje će se metode koristiti mogu se odrediti kasnije kada ocijenite situaciju vaše škole i odaberete prioritete. Vaš plan vrednovanja dio je akcijskog plana.

3.2 Faza2: Procjena početnog statusa vaše škole

➡ Procjena početnog statusa vaše škole

U ovoj fazi u kojoj stječete status škole koja promiče zdravlje, procjena zdravstvenog statusa vaše škole ključna je početna točka; ovo uključuje identifikaciju trenutne politike koja se tiče zdravstva i prosperiteta te praksi u svrhu određivanja prioriteta i potreba vaše školske zajednice. Ovo također uključuje procjenu organizacijskih, fizičkih i osobnih čimbenika te kako oni potiču ili sprečavaju aktivnosti promicanja zdravlja škole.

Možda ćete kao pomoć za procjenu ili pri odabiru strategije koristiti *SHE Alat za brzu procjenu* (*SHE Alat za brzu procjenu* nalazi se u Dodatku 3 na str. xy, a možete i na stranicama *SHE Zaklade* preuzeti ili ispuniti online verziju što će vam pomoći u procjeni ili pri odabiru vlastite strategije). *SHE Alat za brzu procjenu* sastoji se od niza pitanja vezanih uz cjelovit školski pristup. Rasprava i postizanje konsenzusa o ovim pitanjima može vam pomoći u donošenju odluke o tome koji su prioriteti i potrebe vaše škole u

promicanju zdravlja. Provedba procjene vaše škole može vam pomoći kod određivanja početne točke za razvoj, praćenje i vrednovanje vaše škole koja promiče zdravlje.

Odlučite li se za *SHE Alat za brzu procjenu*, možete ga koristiti u kombinaciji s drugim metodama procjene. Primjerice, on vam može poslužiti kao početna točka za raspravu nakon koje je moguće organizirati radionicu za određivanje prioriteta; putem radionice za određivanje prioriteta možete biti sigurni da su prioriteti vaše škole koja promiče zdravlje ujedno i prioriteti vaše školske zajednice.

Prije primjene *SHE Alata za brzu procjenu* ili bilo koje druge metode procjene, od pomoći može biti najprije prodiskutirati pitanja poput ovih opisanih u Okviru 5 unutar školske radne skupine za promicanje zdravlja. Ova pitanja mogu biti od pomoći na početku procjene početnog statusa vaše škole.

Okvir 5 - Pitanja za pomoći pri procjeni početnog statusa škole

1. Postoji li u vašoj školi politika usmjerena na promicanje zdravlja školske zajednice? Ukoliko postoji, jesu li dječatnici škole/školske zajednice upoznati s njom i provodi li se? Provodi li se trenutno?
2. Imate li trenutno definirane prioritete vezane uz promicanje zdravlja i prosperiteta u vašoj školi?
3. Kakva je trenutna praksa vezana uz promicanje zdravlja u vašoj školi? Razlikuje li se ona ovisno o razrednom uzrastu ili učitelju? Uključuje li ona cijelu školsku zajednicu?
4. Koji organizacijski čimbenici podupiru ili sprečavaju učenike i učitelje u provedbi aktivnosti promicanja zdravlja u školi? Primjerice, uvjerenje da je ovo posao učitelja koji provode zdravstveno obrazovanje, a ne pošao čitave škole.
5. Koji fizički čimbenici podupiru ili sprečavaju učenike i učitelje u provedbi aktivnosti promicanja zdravlja u školi?
6. Koji individualni čimbenici poput stavova, uvjerenja ili vremena podupiru ili sprečavaju učenike i učitelje u provedbi aktivnosti promicanja zdravlja u školi?
7. Postoje li etničke, vjerske ili socio-ekonomske razlike u zdravstvenom ponašanju u vašoj školskoj zajednici? Ako postoje, koje su te razlike i kako se nositi s njima?
8. Postoje li trenutno partneri izvan školske zajednice koji podržavaju napore vaše škole u promicanju zdravlja? Ukoliko postoje, tko su ti partneri i koje su njihove uloge?
9. S kojim ljudskim i financijskim resursima za provedbu aktivnosti promicanja zdravlja trenutno располaze?

Podržavaju li lokalni/regionalni/nacionalni kreatori politika vaš projekt?

Uzorak *SHE Alata za brzu procjenu* u Dodatku 3 nalazi se na str. xy, a na stranicama SHE Zaklade možete preuzeti ili ispuniti online verziju.

Postavljanje prioriteta

Škola koja je učinkovita u promicanju zdravlja opširno pristupa promicanju zdravlja i prosperiteta. Istovremeno, važno je postaviti prioritete u vezi zdravstvenih tema na koje se želite usredotočiti. Preporučujemo da se fokusirate na dvije do tri zdravstvene teme, uvođeci po jednu temu godišnje kako biste bili sigurni da vaša škola može učinkovito provesti ove aktivnosti i nastaviti s njima. Naravno, prioriteti ovise o kontekstu zemlje, na primjer u Mađarskoj se škole moraju usredotočiti na sva četiri osnovna zadatka promicanja zdravlja (zdravu prehranu, svakodnevnu tjelesnu aktivnost, jačanje mentalnog zdravlja, razvijanje zdravstvene pismenosti). Postavljanje prioriteta u Mađarskoj u skladu je s načinom na koji treba poboljšati provedbu 4 akcijska cilja.

Školska radna skupina za promicanje zdravlja može imati važnu ulogu u određivanju prioriteta zdravstvenih tema, no njihova specifična uloga ovisit će o školi. Vaša školska radna skupina može odlučiti odabrati pojedine zdravstvene teme. Primjerice, uz pomoć SHE Alata za brzu procjenu i kroz daljnji razgovor može odabrati potencijalne prioritete te potom članove školske zajednice zamoliti povratne informacije prije donošenja konačnog odabira.

➡ Radionica za postavljanje prioriteta

Druga je mogućnost da vaša radna skupina za promicanje zdravlja ima nadzornu ulogu pomažući školskoj zajednici kod određivanja prioriteta. Ovaj pristup može poprimiti oblik radionice za postavljanje prioriteta (Okvir 6).

Okvir 6 - Radionica za postavljanje prioriteta

Svrha radionice za postavljanje prioriteta je:

- dobivanje daljnje potpore školske zajednice za provedbu procesa kojim škola stječe status škole koja promiče zdravlje
- postizanje konsenzusa oko nadzora i osjećaj da škole koja promiče zdravlje ima nadzor nad fokusom i prioritetima
- raspraviti i odabrati prioritetna područja

Uloga školske radne skupine za promicanje zdravlja: jedan ili dva člana školske radne skupine za promicanje zdravlja mogu preuzeti ulogu voditelja radionice. Oni će razviti strategiju odabira i pristupa potencijalnim sudiocima radionice i organizacije radionice. Čitava radna skupina izglasat će konačan odabir zdravstvenih tema koje će na temelju rezultata radionice biti uključene u promicanje zdravlja u školi.

Provđenja radionice: članove se školske zajednice odabire ili dobrovoljno sudjeluju na radionici. Podijeljeni su u skupine djelatnika, roditelja i učenika.

Predlažemo provđenje radionice u tri dijela:

1. Uvod: Polaznicima se pružaju informacije o ishodu procjene statusa škole i uvid u provđenje radionice uključujući ciljeve i proces određivanja zdravstvenih prioriteta.
2. Postavljanje prioriteta: Polaznici radionice uz podršku voditelja odabiru nekoliko zdravstvenih prioriteta.
3. Zaključak: Kao skupina, polaznici radionice odabiru 3-5 zdravstvenih prioriteta kojima će se posvetiti tijekom sljedećih 3-5 godina uvođenjem jedne zdravstvene teme godišnje.

Na kraju radionice svaka skupina može predstaviti svoje konačne zdravstvene prioritete. Voditelj radionice sažima rezultate i iznosi ih školskoj radnoj skupini za promicanje zdravlja na raspravu radi konačnog određivanja prioriteta. Radionica može trajati sat i pol do dva sata.

Uključivanje učenika

Ovisno o dobi učenika i kapacitetu razumijevanja i sudjelovanja u postavljanju zdravstvenih prioriteta, možda neće biti prikladno uključiti ih u radionicu kao skupinu. Prosudba je na vama. Ukoliko učenici sudjeluju, radionicu treba prilagoditi njihovom stupnju razvoja.

Druga je mogućnost tražiti učitelja da u razredu organizira raspravu o postavljanju prioriteta koja bi se sastojala od iznošenja prijedloga, određivanja prioriteta i konačnog odabira dva ili tri prioriteta, što bi moglo biti prikladnije.

U sklopu radionice za postavljanje prioriteta odabrani članovi školske zajednice podijele se u skupine dje-latnika škole, roditelja i učenika te ih voditelji radionice vode kroz proces određivanja prioriteta i odabira zdravstvenih tema kojima bi se bavili u okviru škole koja promiče zdravlje. Školska radna skupina za promicanje zdravlja potom koristi rezultate radionice kako bi napravila konačan odabir zdravstvenih tema.

Upitnik za dobivanje povratnih informacija

Umjesto održavanja radionice za postavljanje prioriteta, članovi školske zajednice mogu popuniti pisani upitnik u kojem će naznačiti u kojoj mjeri pojedine zdravstvene teme smatraju važnima. Nakon prikupljanja rezultata, dvije ili tri teme koje su do bile najviše glasova uključiti će se kao prioriteti škole koja promiče zdravlje.

Nakon odabira prioriteta možda ćete zaključiti da je za njihovo rješavanje potrebno uključiti partnera izvan škole, primjerice stručnjake za određenu zdravstvenu temu.

3.3 Faza 3: Planiranje provedbe

→ Planiranje provedbe

Kada ste donijeli procjenu početnog statusa vaše škole i identificirali potrebe i prioritete vaše školske zajednice, ove informacije možete upotrijebiti kako biste sastavili akcijski plan vaše škole za promicanje zdravlja.

U ovoj fazi, članovi vaše školske zajednice zajedničkim će radom odlučiti o budućnosti vaše škole koja promiče zdravlje tj. odlučit će o tome na što se žele usmjeriti, što žele postići, kako i u kojem vremenskom razdoblju.

Preporuka je usmjeriti se na implementaciju jednog prioriteta tijekom jedne školske godine. Odnosno, u prvoj školskoj godini provedbe provode se aktivnosti vezane uz prioritet A. Tijekom druge školske godine nastavljaju se aktivnosti vezane uz prioritet A i uvode se nove aktivnosti vezane uz prioritet B. U trećoj školskoj godini nastavljaju se aktivnosti vezane uz prioritete A i B, a uvode se aktivnosti vezane uz prioritet C. Nastavak aktivnosti vezanih uz svaki prioritet može uključivati i redovitu provjeru provodi li se i dalje već ranije uvedena aktivnost. Dijeljenjem prioriteta na faze na ovakav način utrošit će se manje vremena na prioritete koji su uvedeni ranije, a ove će aktivnosti biti više usmjerene na održavanje/unapređenje negoli na uvođenje novih stvari.

Razvijanje akcijskog plana

Sljedeći korak od ideje do provedbe u promicanju zdravlja vaše škole jest razviti konkretni akcijski plan. Akcijski plan pomoći će vam u ostvarivanju glavnih ciljeva promicanja zdravlja i u vrednovanju uspjeha vaše škole koja promiče zdravlje. On uključuje popis strategija i aktivnosti koje će se koristiti kako bi se postigli opći i specifični ciljevi uz definiranje vremenskog slijeda njihove provedbe. Također može biti korisno zabilježiti materijale koje ćete koristiti te tko sastaviti popis odgovornih za provedbu određenih aktivnosti (Okvir 7).

Okvir 7 – Što treba uzeti u obzir kod izrade plana

Kod izrade akcijskog plana važno je u obzir uzeti sljedeće:

1. Karakteristike, potrebe i prioritete vaše školske zajednice
2. Akcijski plan/aktivnosti sadržane u akcijskom planu trebale bi biti vremenski izvedive, a u obzir bi trebalo uzeti i raspoložive ljudske i finansijske resurse
3. Zadaci, uloge i vremenski tijek aktivnosti trebali bi biti jasno prikazani i dokumentirani. Alat za izradu akcijskog plana škole mogao bi biti od koristi u prikazivanju detalja prije same izrade plana.
4. Istovremeno treba definirati ograničen broj aktivnosti i odabranih područja interesa. Uvođenje velikog broja promjena moglo bi opteretiti vaše djelatnike i umanjiti kvalitetu i motivaciju.

Vaš akcijski plan trebao bi uključivati strategiju za pripremu školske zajednice na provedbu školskog plana promicanja zdravlja, primjerice, pružajući djelatnicima škole relevantnu obuku radi stručnog razvoja.

Prije razvijanja akcijskog plana preporučljivo je povezati se s regionalnim stručnjacima iz područja obrazovanja ili stručnjacima javnog zdravstva u svrhu formuliranja ostvarivog plana.

Svoj vlastiti održiv akcijski plan možete razviti koristeći *Alat za izradu akcijskog plana škole* (Dodatak 2).

➡ Opći i specifični ciljevi

Definiranje jasnih i razumnih općih i specifičnih ciljeva pomaže u pojašnjenju ciljeva škole koja promiče zdravlje tijekom narednih 3-5 školskih godina. Na općim i specifičnim ciljevima zasniva se vrednovanje; oni predstavljaju temelj za određivanje je li program promicanja zdravlja u školi proveden uspješno i jesu li postignuti željeni ishodi.

- **Opći ciljevi** predstavljaju ukupnu željenu promjenu zdravlja i boljatik i trebali bi biti utemeljeni na prioritetnim područjima.
- **Specifični ciljevi** zapravo su glavni ciljevi prikazani na razini mjerljivih aktivnosti i ishoda pomoću kojih se očekuje ispunjenje općih ciljeva.

Specifični ciljevi trebali bi biti SMART (engl. kratica) tj. specifični (Specific), mjerljivi (Measurable), ostvarivi (Achievable), relevantni (Relevant) i trebali bi se moći postići u određenom vremenskom razdoblju (Timeframe). SMART specifični ciljevi mogu vam pomoći u izradi plana vrednovanja.

Procesni ciljevi i ciljevi ishoda

Postoje dva tipa specifičnih ciljeva – procesni ciljevi i ciljevi ishoda:

- **Procesni ciljevi** su aktivnosti koje će biti provedene kako bi se postigli glavni ciljevi npr. specifičan broj edukacija za učitelje vezanih uz promicanje zdravlja ili broj učenika koji su sudjelovali u radionici za postavljanje prioriteta. Ovi ciljevi odgovaraju procesnom vrednovanju.
- **Ciljevi ishoda** mjerljivi su ishodi, jasnije iskazane inačice općeg cilja koji određuju jesmo li postigli opći cilj. Primjerice, cilj ishoda može biti mjerljiva promjena ponašanje učitelja/učenika ili emocijonalni boljatik. Ciljevi ishoda odgovaraju vrednovanju ishoda.

Prilikom određivanja općih i specifičnih ciljeva pogledajte komponente cjelovitog školskog pristupa. U idealnom slučaju, vašim ćeete prioritetima pristupiti putem nekoliko kanala, možda i putem svih. Ovo će vašoj školi pomoći osigurati učinkovitost i struktturnu implementaciju u promicanju zdravlja, što će joj omogućiti održivost.

Budite realni prilikom odabira vremenskih rokova za provedbu specifičnih ciljeva i razine očekivane promjene. Stručnjaci iz područja zdravstva i/ili obrazovanja izvan vaše školske zajednice mogu vam pomoći u ovom procesu. Okvir 8 opisuje primjer plana koji se odnosi na vršnjačko zlostavljanje (bullying) i nasilje u školi.

Okvir 8 – Primjer rješavanja problema vršnjačkog zlostavljanja (bullyinga) i nasilja u školi

Zabrinjavajući trend vršnjačkog zlostavljanja (bullying) i nasilja u školi potaknulo je ravnatelja 24. osnovne škole u Pireju u Grčkoj na to da istraživačima i stručnjacima Instituta za zdravlje djece uputi poziv s molbom da pomognu u razvoju plana škole za promicanje zdravlja. Procjenu početnog statusa škole napravili su istraživači iz područja zdravlja i učitelji u suradnji.

Glavni cilj ove škole koja promiče zdravlje bio je razviti prijateljsko ozračje s naglaskom na razumijevanje, iskrenost i poštovanje među učenicima, roditeljima i učiteljima. Cilj je odabran u suradnji s učenicima, učiteljima i stručnjacima za promicanje zdravlja.

Aktivnosti:

- učenici su pod vodstvom učitelja proveli istraživanje o iskustvu i osjećajima članova školske zajednice u odnosu prema vršnjačkom nasilju (bullyingu)
- učenici su u glavnim crtama dali prikaz svoje vizije škole koja promiče zdravlje
- učenici su kroz vlastite priče i crteže prikazali pozitivne i negativne događaje u školi
- učenici su igrali uloge ili uprizorili kazališne predstave na temu komunikacije, prijateljstva i rješavanja problema
- učenici su radili na tome da školsko ozračje učine emocionalno ugodnijim mjestom gdje osjećaju zadovoljstvo
- 5 je učitelja dobilo edukaciju u trajanju od 9 sati vezanu uz kreiranje i vrednovanje programa škole koja promiče zdravlje, razvoj vještina vezanih uz promicanje zdravlja i metode aktivnog učenja
- novi pristup škole koja promiče zdravlje proslavljen je festivalom i izložbom učeničkih radova predstavljenih školskoj zajednici

→ Pokazatelji

Pokazatelje možemo usporediti s prometnim znakom; pokazuju nam „jesmo li na pravom putu, koliko smo daleko stigli i koliko još dugo moramo putovati“[18]. Drugim riječima, pokazatelji pomažu mjeriti napredak škole koja promiče zdravlje, koliki je napredak postigla i koliko toga je još potrebno napraviti kako bi se postigli opći i specifični ciljevi. Oni su odraz razvoja programa i procesa provedbe odnosno izlaznih materijala/ishoda i koriste se u praćenju i vrednovanju programa škole koja promiče zdravlje.

Pokazatelji bi trebali biti SMART (engl. kratica za specifični (Specific), mjerljivi (Measurable), ostvarivi (Achievable), relevantni (Relevant) i trebali bi se moći postići u određenom vremenskom razdoblju (Timeframe).

Ponekad će vaši ciljevi poslužiti kao pokazatelji no ponekad ćeete morati definirati posebne pokazatelje. To će ovisiti o složenosti, specifičnosti i mjerljivosti vaših ciljeva.

- Nakon što ste izradili dobar plan, za uspješno promicanje zdravlja u školi ključno je provesti akcije potpuno i sustavno.
- Većina ciljeva postiže se 3-4 godine nakon što ste stekli status škole koja promiče zdravlje.

➡ Planiranje komunikacije

Komunikacija ima važnu ulogu u svim fazama tijekom kojih se stječe status škole koja promiče zdravlje. Primjerice, dobra je komunikacija važna kod:

- Dobivanja i zadržavanja potpore članova školske i lokalne zajednice za školu koja promiče zdravlje
- Imenovanja onih koji su odgovorni za određene aktivnosti; npr. prilikom provedbe akcijskog plana za promicanje zdravlja vaše škole i kada želite biti sigurni da će sve aktivnosti biti provedene na vrijeme.

Radi učinkovite komunikacije u različitim situacijama plan komunikacije može biti vrlo koristan.

Koraci pri izradi plana komunikacije [19,20]:

1. Postavite jasne komunikacijske ciljeve
2. Sastavite jasne i jednostavne poruke
3. Odlučite se za dobre komunikacijske kanale
4. Opišite sve komunikacijske aktivnosti
5. Izradite proračun za provedbu komunikacijskih aktivnosti

Prva tri koraka opisana su u ovom poglavlju. Možete zapisati ključne komponente vašeg komunikacijskog plana u Alat za izradu akcijskog plana škole (Dodatak 2).

Postavite jasne komunikacijske ciljeve

Kao temelj komunikacijskih aktivnosti važno je imati jasne komunikacijske ciljeve. Komunikacijski ciljevi su ono što želite postići komunikacijskim porukama [20].

- Ciljevi bi se trebali odnositi na znanje, stavove ili ponašanje ciljnih skupina
- Ciljevi bi trebali biti SMART (engl. kratica za specifični (Specific), mjerljivi (Measurable), ostvarivi (Achievable), relevantni (Relevant) i trebali bi se moći postići u određenom vremenskom razdoblju (Timeframe).

Ovo je primjer cilja za ciljnu skupinu djelatnika škole vezan uz znanje: svi djelatnici škole tijekom prva tri mjeseca procesa planiranja postaju svjesni dobrobiti koja se stječe priključivanjem programu škole koja promiče zdravlje.

Ciljne skupine koje mogu postojati:

- Učenici
- Upravno vijeće škole
- Nastavno i nenastavno osoblje
- Roditelji
- Stručnjaci školske medicine (npr. socijalni radnik i školska medicinska sestra)
- Mjesne zdravstvene institucije
- Mjesni mediji
- Vođe zajednice

Sastavite jasne i jednostavne poruke

Nakon definiranja komunikacijskih ciljeva važno je na temelju njih osmisliti jasne i jezgrovite poruke za ciljne skupine.

Predlažemo da odvojite dovoljno vremena za osmišljavanje pravih poruka. Uvid u izvješće o učinkovitosti poruka može biti od pomoći. U većini situacija bolje je koristiti afirmativne poruke. Možete primjerice reći „učenici će biti zdraviji“ ili „učenici će rjeđe biti bolesni“.

Proučite nekoliko savjeta za osmišljavanje učinkovitih poruka:

- Razmislite o tome je li za vaše ciljne skupine i ciljeve prikladnija pozitivna ili negativna poruka
- Razmislite je li bolji ozbiljan ton poruke ili bi humorom postigli veći učinak
- Neka poruke budu SMART
- Poruke bi se trebale odnositi na znanje, stavove ili ponašanje
- Razmislite o tome kako poruke mogu biti potpora školi koja promiče zdravlje

Odlučite se za dobre komunikacijske kanale

Odabir pravog komunikacijskog kanala jednako je važan kao i sama poruka. Kada odabirete komunikaciju kanal korisno je zapitati se pomaže li vam on u postizanju komunikacijskog cilja. Kanal bi također trebao biti prikladan za vašu specifičnu ciljnu skupinu. Ukoliko roditelji učenika ne koriste Internet ili društvene mreže, u tom slučaju Internet i kanali društvenih mreža nisu prikladni za širenje komunikacijskih poruka ovoj skupini.

Odlučite se za dobre komunikacijske kanale:

- Brošure, letci, plakati
- Školske novine
- Školska internetska stranica
- Informativni sastani (primjerice sastanak cijele škole ili sastanak učitelja i roditelja)
- Priopćenja za medije
- Društveni mediji (Twitter, Facebook, Instagram)

Napomena: možda biste naglasak željeli staviti na neformalne kontakte. Osobno obraćanje ljudima na ulazu u školu, naprimjer roditeljima iz osjetljive skupine koji su teško dostupni drugim kanalima.

➡ Planiranje vrednovanja

Vrednovanje vaše škole koja promiče zdravlja treba planirati kao dio školskog akcijskog plana za promicanje zdravlja. Nakon odabira prioriteta, općih i specifičnih ciljeva, imat ćete bolju predodžbu toga što želite vrednovati i u kojem vremenskom razdoblju.

Koraci u procesu vrednovanja

Planiranje i provedba vrednovanja sastoje se od sljedećih koraka [21]:

1. U fazi 1 (u procesu kojim se stječe status škole koja promiče zdravlje): počnite planirati vrednovanje programa
2. U fazi 1: Odlučite tko će provesti vrednovanje (npr. članovi školske radne skupine za promicanje zdravlja ili vanjski stručnjak za vrednovanje lokalne ili regionalne zdravstvene institucije; sveučilišni stručnjak za vrednovanje iz područja društvenih znanosti, javnog zdravstva ili katedre za obrazovanje).
3. U fazama 2-3: razvijte plan vrednovanja uključujući detalje o nacrtu plana, vremenskim rokovima, potrebnim resursima i podjeli zadataka.
4. U fazi 3: odaberite prikladnu metodu, npr. intervju, zapažanje ili upitnik. Prikladnost metode vrednovanja ovisit će o nekoliko čimbenika, primjerice o vremenu i resursima koje imate na raspolaganju i o onome što želite izmjeriti. Imajte na umu da rezultati početne procjene statusa škole služe kao početna točka za vrednovanje škole koja promiče zdravlje.
5. U fazi 5: provedite vrednovanje.
6. U fazi 5: rezultate vrednovanja uskladite s postojećim program škole za promicanje zdravlja.

Sljedeći prikaz (Okvir 9) temelji se na shemi koju je jedna škola u Švicarskoj osmisnila za svoje aktivnosti promicanja zdravlja s ciljem boljeg vrednovanja njihova programa [21].

Okvir 9 - Prikaz akcijskog plana				
	Što želimo promijeniti? (kvalitativni cilj)	Kako vidimo promjenu? (pokazatelj)	Kako želimo postići ciljeve? (akcije)	Kada i kako želimo izmjeriti promjenu? (vrednovanje)
Cilj 1	Povećati sudjelovanje učenika i roditelja	Učenici sudjeluju u donošenju odluka; roditelji ih službeno zastupaju	Organizirati školsko vijeće ili roditeljski sastanak i metodu za praćenje i davanje povratnih informacija o sadržaju održanih sastanaka svima u zajednici/ravatelju	Na kraju školske godine vrednovat će se rad učeničkog vijeća; iduće ljeto znat će se jesu li roditeljski sastanci bili uspješni
Cilj 2	Izbjegavati nasilje, a konflikte i teške situacije rješavati na konstruktivan način	Učenici teške situacije rješavaju razgovorom, moguće uz podršku neke treće, nepristrane osobe	Projekt Mirovorac kojem je cilj intenzivirati dijalog i međusobno poštovanje među učenicima	Mjesečno vrednovanje na učeničkom vijeću i pismeno vrednovanje nakon dvije godine onih koji sudjeluju u projektu Mirovorac

Prilikom planiranja vrednovanja korisno je razmotriti pitanja vezana uz vrednovanje:
Ukoliko odaberete odgovoriti na njih tijekom vrednovanja, morat ćete razviti odgovarajuće pokazatelje i metode mjerena:

1. U kojoj su mjeri provedene planirane aktivnosti?
2. U kojoj su mjeri postignuti opći i specifični ciljevi?
3. Koje su poteškoće i izazovi i kako ih je moguće riješiti?
4. Što možemo naučiti iz rješavanja ovih izazova?
5. Kakav je stav djelatnika škole prema novim praksama škole koja promiče zdravlje?
6. zdravlje?
7. Kakav je stav roditelja prema novim praksama škole koja promiče zdravlje?
8. Kakav je stav učenika prema novim praksama škole koja promiče zdravlje?
9. Je li uspjeh škole u promicanju zdravlja obznanjen i proslavljen?

Vrste vrednovanja: proces, izlazni podaci i ishod

Jedan od načina da se klasificiraju vrste vrednovanja je vrednovanje procesa, izlaznih podataka i ishoda.

Vrednovanje procesa pokazuje u kojoj su mjeri aktivnosti promicanja zdravlja provedene prema planu. Ovo je način praćenja napretka i procesa provedbe programa promicanja zdravlja u školi. Praćenjem se procjenjuje što funkcioniра, što ne i zašto. Kada saznate što ne funkcioniра i zašto, možete promjeniti aktivnosti, komunikaciju ili resurse na način da proces provedbe programa bude prema planu i učinkoviti. Uspjeh se može i proslaviti.

Vrednovanje izlaznih podataka mjeri kratkotrajne procese i promjene, naprimjer:

- veća podrška okoline
- dio internetske stranice škole posvećen promicanju zdravlja
- okupljanje roditelja u izvannastavno vrijeme kako bi se razgovaralo o napretku vezanom uz promicanje zdravlja
- postavljanje stalaka za bicikle na raspolaganje
- zdrava ponuda u školskoj kantini
- upućenost u zdrav izbor i zdrav način života

Izlazni podaci rezultat su postignuća školskih aktivnosti vezanih uz promicanje zdravlja. Rezultati vrednovanja procesa i izlaznih podataka dat će vrijedne informacije za prilagodbe tijekom provedbe plana i programa [22].

Vrednovanje ishoda mjeri do koje su razine postignuti specifični ciljevi i/ili pokazatelji, odnosno koliko je učinkovit utjecaj na zdravlje imao program škole koja promiče zdravlje. Plan vrednovanja možete ispuniti uz pomoć Alata za izradu akcijskog plana škole (Dodatak 2).

➡ Izrada plana i revizija

Školska radna skupina za promicanje zdravlja odgovorna je za izradu plana promicanja zdravlja, no savjetujemo vam da školsku zajednicu o postignutom napretku izvještavate jednostavno i jasno. Također je korisno dobiti povratne informacije od različitih članova školske zajednice prije usvajanja konačnog plana za promicanje zdravlja. To pruža osjećaj posvećenosti i nadzora nad planom i provedbom. Moglo bi biti

lakše dobiti povratne informacije u obliku upitnika prilagođenih različitim ispitanicima (npr. učenicima, nastavnom/nenastavnom osoblju i roditeljima).

Imajte u vidu da je za prikupljanje i primjenu povratnih informacija potrebno određeno vrijeme. To vrijeme treba uračunati u akcijski plan škole za promicanje zdravlja.

Kada prikupite sve povratne informacije vezane uz nacrt plana, školska radna skupina za promicanje zdravlja trebala bi raspraviti o povratnim informacijama te napraviti potrebne izmjene.

Prilikom izrade i revizije akcijskog plana mogla bi vam pomoći pitanja poput ovih navedenih u Okviru 10. Pitanja bi vam mogla pomoći potanko razraditi plan.

Okvir 10 - Pitanja za razmatranje prilikom izrade i revizije plana za promicanje zdravlja

- polaze li odabrana područja interesa od temeljnog dokumenta škole koja promiče zdravlje i od školskih vrijeđnosti?
- temelje li se odabrana područja interesa i opći ciljevi na trenutnim zdravstvenim potrebama i prioritetima vaše školske zajednice kao i na viziji za budući razvoj škole?
- Kako će predloženi opći i specifični ciljevi utjecati na specifične obrazovne ciljeve, ciljeve škole i organizaciju svakodnevnih aktivnosti?
- Kako će ovaj školski plan/aktivnosti promicanja zdravlja utjecati na postojeće politike škole?
- Je li se tijekom procesa razvoja plana u dovoljnoj mjeri konzultiralo članove Vaše školske zajednice, uključujući učenike?
- Postoje li specifične skupine učenika ili komponente školskog života kojima bi trebalo dati posebnu pažnju u školskom planu/programu promicanja zdravlja kako je navedeno u procjeni potreba (ocjena početnog statusa škole)? Ukoliko postoje, jesu li dobili potrebnu pažnju u vašem akcijskom planu?
- Jesu li svi prijedlozi i komentari analizirani sustavno i primijenjeni kako bi izrazili želje školske zajednice?
- Jesu li predloženi glavni i specifični ciljevi SMART i odražavaju li povratne informacije vaše školske zajednice?

3.4 Faza 4: Provedba

➡ Proširite vijest o konačnom planu

Stjecanje statusa škole koja promiče zdravlje zajednički je proces suradnje cijele školske zajednice. Stoga su podjela konačnog školskog plana za promicanje zdravlja ostalim sudionicima i proslava dio procesa. Ovo svima uključenima daje priliku uživati u postignutim rezultatima rada. Prilika je to i za informiranje i dobivanje dodatne potpore partnera izvan školske zajednice. Dio plana komunikacije je i odluka o tome kako i kome uručiti konačni plan škole za promicanje zdravlja.

Alat za izradu akcijskog plana škole (Dodatak 2) može vam pomoći u odabiru komunikacijske strategije.

Kanali koje odaberete kako biste informirali članove škole i vanjske partnere o konačnom planu za promicanje zdravlja vaše škole razlikovat će se ovisno o školi i ciljnoj skupini.

Navedeno je nekoliko mogućih kanala:

- objavite plan na internetskoj stranici škole i reklamirajte ga u školskim novinama da bude dostupan svim roditeljima i djelatnicima škole
- organizirajte informativne sastanke na kojima će se predstaviti i razmotriti školski plan promicanja zdravlja
- informirajte učenike na sastancima učeničkog vijeća, satovima razrednog odjela, skupu učenika, putem plakata i drugih vizualnih metoda komunikacije
- postavite u školi oglasnu ploču posvećenu promicanju zdravlja
- organizirajte događaje za podizanje svijesti, primjerice u školskoj kantini
- uključite lokalne medije da lokalnu (mjesnu) zajednicu informiraju o planu i pridonesu osvještavanju o zdravstvenih problema

➡ Uklopite plan u svakodnevnu primjenu

Da biste postigli opće i specifične ciljeve škole za promicanje zdravlja, svoju ćete politiku morati uklopiti u svakodnevnicu školske zajednice. Za provedbu plana morat ćete provesti strategije u školskom akcijskom planu za promicanje zdravlja. Prema tome, aktivnosti vezane uz svaki specifičan cilj morat će biti organizirane, raspoređene i za njih će se morati osigurati dosta sredstva.

U ovoj fazi procesa možda ćete htjeti dobiti dodatnu potporu roditelja, učenika i partnera u lokalnoj zajednici. Okvir 11 navodi različite savjete za provedbu aktivnosti.

Okvir 11 - Savjeti za provedbu aktivnosti

- Preporuka je odrediti prijelomnice [8]. One vam omogućuju vrednovanje procesa tijekom aktivnosti i potrebne prilagodbe.
- Učinkovita koordinacija i komunikacija ključna je u ovoj fazi procesa. Ona omogućuje identifikaciju i rješavanje izazova, provedbu aktivnosti, završetak u roku i proslavu uspjeha. Zato je važno predvidjeti dovoljno vremena za razmjenu iskustva, napretka i izazova.
- Dijeljenje primjera dobre prakse kako se stječe status škole koja promiče zdravlje s čitavom školskom zajednicom također je način na koji možete biti sigurni da svi dobro razumiju viziju, proces i ishode, a postignuća mogu pobuditi interes i rezultirati raspravom koja može dovesti do naprednjeg promicanja zdravlja u školi.

Prilikom provedbe aktivnosti važno je razmisliti o sljedećem:

- Imaju li članovi vaše školske zajednice osjećaj pripadnosti vašem planu za promicanje zdravlja i obvezi da se provede?
- Jeste li u vašoj lokalnoj zajednici pronijeli vijest da vaša škola promiče zdravlje?
- Jesu li djelatnici vaše škole sigurni u svoju sposobnost provedbe plana?
- Raspolažete li s dovoljno vremena, ljudskih i finansijskih resursa za primjerenu provedbu plana?
- Jesu li zadaci, ciljevi i vremenski rokovi jasno zadani i priopćeni?
- Imate li sustav koji može pružiti trajnu potporu i motivaciju djelatnicima tijekom provedbe aktivnosti?
- Jeste li razmotrili kako ćete informirati i motivirati nove učenike, djelatnike i učitelje za sudjelovanje u školskom planu promicanja zdravlja?
- Postoje li uvjeti za nastavak provedbe aktivnosti promicanja zdravlja u školi tijekom duljeg razdoblja?

3.5. Faza 5: Praćenje i vrednovanje

→ Praćenje i vrednovanje

Praćenje i vrednovanje pruža ključne informacije o planu i aktivnostima promicanja zdravlja u školi, kao i o:

- napretku tekućih aktivnosti
- izazovima i uspjehu provođenja plana
- učinkovitosti promicanja zdravlja u školi u odnosu na očekivane opće i specifične zdravstvene ciljeve
- prikladnost ove inicijative za školsku zajednicu tijekom vremena

Prioriteti, potrebe i željeni ishodi u školskoj zajednici mogu se promijeniti. Stoga planiranje, prilagodba i provedba plana za promicanje zdravlja predstavlja trajni proces. On zahtijeva opetovano praćenje, vrednovanje i reviziju najmanje svake 3-4 godine.

Imajte na umu da djelatnici škole i drugi članovi školske zajednice ideju o provođenju vrednovanja mogu smatrati negativnim iskustvom. Možda će se osjećati kao da ih se prosuđuje. Važno je objasniti prednosti praćenja i vrednovanja. Radi se o procesu učenja koji nudi priliku za napredak.



POGLAVLJE 4.

KAKO SUSTVARATI PROMICANJE ZDRAVLJA U ŠKOLI?

4.1. Zašto je bitno graditi mostove u zdravom okruženju?

Zdravo okruženje je „mjesto ili društveni kontekst u kojem se ljudi bave svakodnevnim aktivnostima u kojima okolišni, organizacijski i osobni čimbenici utječu na zdravlje i prosperitet. (...) Okruženje obično podrazumijeva postojanje fizičkih granica, mnoštvo ljudi s definiranim ulogama i organizacijsku strukturu [23]. Okruženje poput škole, doma i zajednice oblikuju kontekst unutar kojeg se utječe na zdravlje, tako da je pristup koji uzima u obzir okruženje postao osnovni međunarodni temelj i fokus pažnje za planiranje i provedbu plana za promicanje zdravlja [24].

Iz povelja i deklaracija u Dodatku 4 saznajte više o pristupu koji u obzir uzima okruženje.

Škole, gradovi i zajednice predstavljaju ključno okruženje za zdravlje. Zdravlje se oblikuje u svakodnevnom okruženju – u četvrtima i zajednicama u kojima ljudi žive, vole, rade, kupuju i igraju se [29].

Škole za promicanje zdravlja mogu bi graditi mostove između programa zdravog okruženja i mreža lokalne zajednice i/ili djelovati kao katalizator za razvoj niza programa za zdravo okruženje u svojim zajednicama pozivanjem na sudjelovanje glavnih institucija, organizacija ili dionika u svoje vlastito suradničko formuliranje problema i rješavanje problema od početka utvrđivanja potreba i prioriteta školske zajednice.

4.2. Kako škole koje promiču zdravlje mogu imati koristi od sustvaranja?

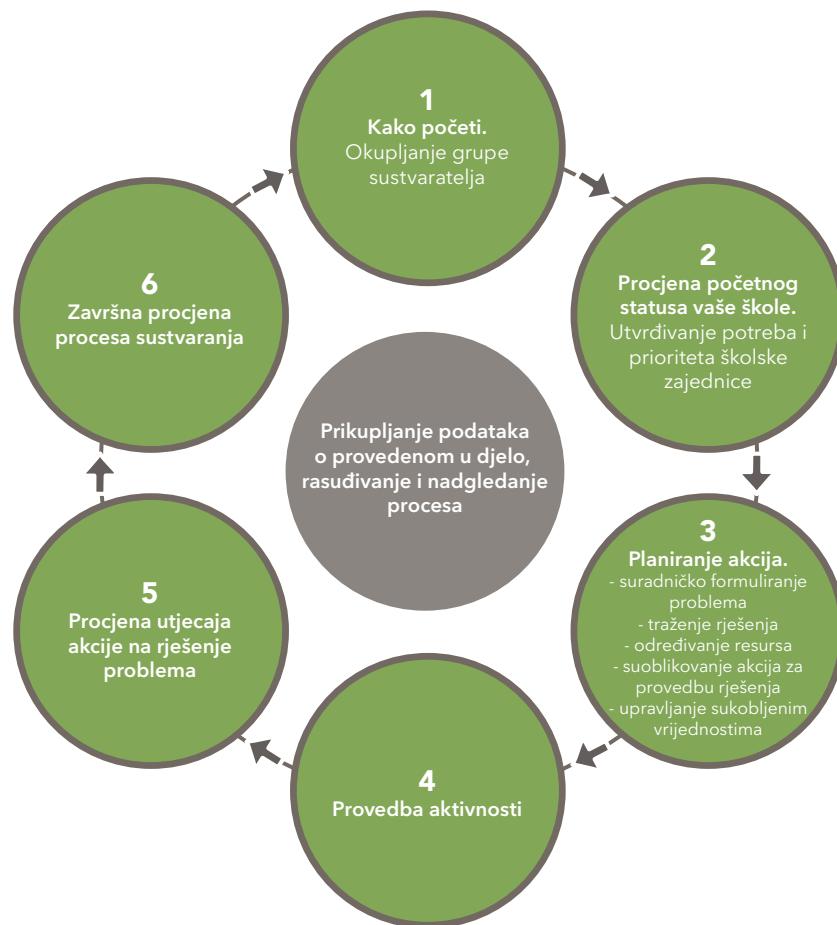
Sustvaranje u kontekstu škola za promicanje zdravlja odnosi se na činjenicu da se školska zajednica (uglavnom učenici, učitelji, nenastavno osoblje, ravnatelj škole, udruženje roditelja, udruženje učenika) zajedno sa stručnjacima i/ili dionicima (poput nutricionista, medicinske sestre, predstavnika gradskog vijeća, predstavnika lokalne tržnice ili predstavnika lokalnog sportskog kluba, itd.) pozove na sudjelovanje o osmišljavanju ili postupku rješavanja problema. Cilj takvog postupka je stvoriti obostrano vrijedan ishod u vezi promicanja zdravlja. Stoga je sustvaranje oblik suradničke inovacije, jer se ideje razmjenjuju i zajednički unapređuju da bi se zajednički razvile nove vrijednosti (koncepti, rješenja, proizvodi i usluge).

Škole moraju utvrditi tko su voditelji (npr. nastavnik, predavač zdravstvenog odgoja, tim predavača zdravstvenog odgoja, predstavnik učenika) s kompetencijama ili ih sposobiti za provedbu ove otvorene interakcije, suradnju i razmjenu znanja među sudionicima grupe za sustvaranje, pri čemu se sudionike uključuje u dijalog radi zajedničkog definiranja i rješavanja problema u združenom, nehijerarhijskom partitivnom okruženju.

Koristeći cjelovit školski pristup, tijekom procesa sustvaranja promicanja zdravlja sve ideje i znanja (znanstvena ili kontekstualna) jednako su vrijedna i vrednovana kroz sudionički i dijaloški održiv ciklički proces (slika 8).

Slika 8.

Ključne faze sustvaranja
u potpunom školskom
pristupu



Voditelj treba unaprijed pripremiti i planirati dnevni red sastanaka („tko”, „što”, „zašto” i „gdje” da odluci „kako” održati sastanak), pojasniti ciljeve i očekivano vrijeme svake aktivnosti, sustvoriti pravila zajednice kako bi se utvrdio prikladan način međusobne interakcije tijekom sastanaka, održavati raspravu živom, pratiti vrijeme aktivnosti, zaključiti sastanak i ponoviti pojedine točke za sljedeći sastanak ili za ubuduće.

Prema Centru za kontrolu i prevenciju bolesti [25], pravila zajednice utvrđuju prikladan način međusobne interakcije tijekom sastanaka grupe sustvaratelja (npr. učenika u razredu s nastavnicima, liječnika iz mješnjog Doma zdravlja i predstavnika Gradskog vijeća).

Vidi primjere u Okviru 12.

Okvir 12 - Primjeri grupnih pravila za zajednicu sustvaratelja

Sudionici su pozvani:

- iskustvom, vještinama i vremenski doprinijeti zajednici sustvaratelja
- raspodijeliti odgovornosti vodstva i zajednički razdijeliti upravljanje zajednicom sustvaratelja
- sudjelovati u oštroumnim i slobodouumnim raspravama o idejama i iskustvima
- biti obazrivi i primjereni se izražavati u grupnim raspravama
- međusobno se slušati i uzvraćati uima otvorena za suradnju
- biti spremni dijeliti izazove, stečeno znanje, ograničenja/prepreke pred kojima su se našli i uspjehe
- bez straha uviđavno jedni drugima postavljati pitanja
- uzdržati se od osobnih napada
- podupirati tuđe sposobnosti
- obvezati se drugima pomoći poboljšati ono što traži daljnju doradu
- koristiti kratke, jasne rečenice i izbjegavati nerazumljive izraze bez objašnjenja
- obvezati se tražiti prilike za konsenzus ili kompromis i za kreativna rješenja
- biti voljni doprinijeti ozračju ili rješavanju problema
- promicati svoje osobne i profesionalne ciljeve kroz sudjelovanje u zajednici sustvaratelja

Korisno je da voditelji imaju vještine za promicanje otvorenog dijaloga, odnosno da [25]: i) na sastancima s timom sustvaratelja sudjeluju u otvorenom, participativnom, transparentnom razgovoru bez žargona, rješavaju sporna pitanja, iznose stavove i sintetiziraju razlike; ii) uvažavaju dionike i njihove ideje; iii) među članovima tima promiču međusobno uvažavanje; iv) služe se u suštini otvorenim pitanjima za pokretanje otvorenih razgovora, pitaju za mišljenje ili brige drugih osoba, ispituju pojedinosti, pomažu pronaći rješenja za probleme ili pomažu pregovarati; v) ohrabruju sudionike da nastave govoriti; vi) uzvraćaju na primjedbe dionika; vii) timu nikada ne nameće rješenje; viii) aktivno slušaju kako bi poboljšali komunikaciju i riješili kontroverzna ili problematična pitanja; ix) iznose više stajališta i uvažavaju oprečna mišljenja.

Sustvaranje u školama koje promiču zdravlje uzima u obzir kolaboracijsko razmjenjivanje među višestrukim i jednakim vrijednim stavovima (učenika, nastavnika, nenastavnog osoblja, ravnatelja škole i stručnjaka ili dionika u lokalnoj zajednici) na kojem se zasniva novo i rasprostranjenije razumijevanje koje se odnosi na promicanje zdravlja.

4.3. Koje se aktivnosti mogu provesti da bi se unaprijedilo sustvaranje?

Da bi se škole potaknulo na sustvaranje u procesu tijekom kojeg stječu i zadržavaju status škole koja promiče zdravlje, bit će opisane neke od aktivnosti koje su osmišljene i testirane u okviru projekta Sustvaranje u sustavu socijalne skrbi [26].

Niže je izbor radnih listova iz projekta „Sustvaranje u sustavu socijalne skrbi: materijali za obuku i osposobljavanje stručnjaka da s građanima sustvaraju rješenja za socijalnu pomoć“ [27]⁴.

⁴ Ovo je djelo licencirano pod međunarodnom licencom Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0. Za presliku ove licence posjetite <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

RADNI LIST 1 – Načelno razumijevanje sustvaranja kroz prikaz aktivnosti CUbe*

Svrha

Kocka Sveučilišta Coventry (CUbe) je praktična kutija (ne veća od 30cm³) koja se dodaje u grupi. Kocka CUbe je alat za prikupljanje ideja svih prisutnih na skupu generatora ideja, čak i onih koji ih možda ne mogu izraziti. Površina kocke (CUbe) namijenjena je pisanju i skiciranju. Svaki sudionik ima priliku pisati/crtati na površini kocke (CUbe).

Dok se kocka (CUbe) prenosi od sudionika do sudionika, tijekom živahne rasprave mogu se generirati leti-mične ideje, a istovremeno ih se može zapisivati na kocki da ostanu sačuvane. Ideje se na kocki (CUbe) mogu povezivati bez obzira na to na kojoj su strani napisane (npr. sudionici mogu nacrtati strelice između dvije poruke napisane na kocki (CUbe). Jednom kada se artefakt rastvori i izravna, može se skenirati kako bi se dobila grafika koju je jednostavno poslati e-poštom ljudima koji su sudjelovali u aktivnosti.

Poželjno je da se ova aktivnost provodi u okruženju različitom od onog na koje su sudionici navikli, naprimjer: ako sudionici tijekom rasprave uglavnom sjede oko stola, preporučujemo da ustanu kako bi stekli angažirano, aktivno iskustvo. Možete promijeniti mjesto pa stajati u drugom dijelu prostorije ili napustiti prostoriju i naći drugo mjesto (npr. u nekoj manje formalnoj prostoriji ili negdje vani).

Proces

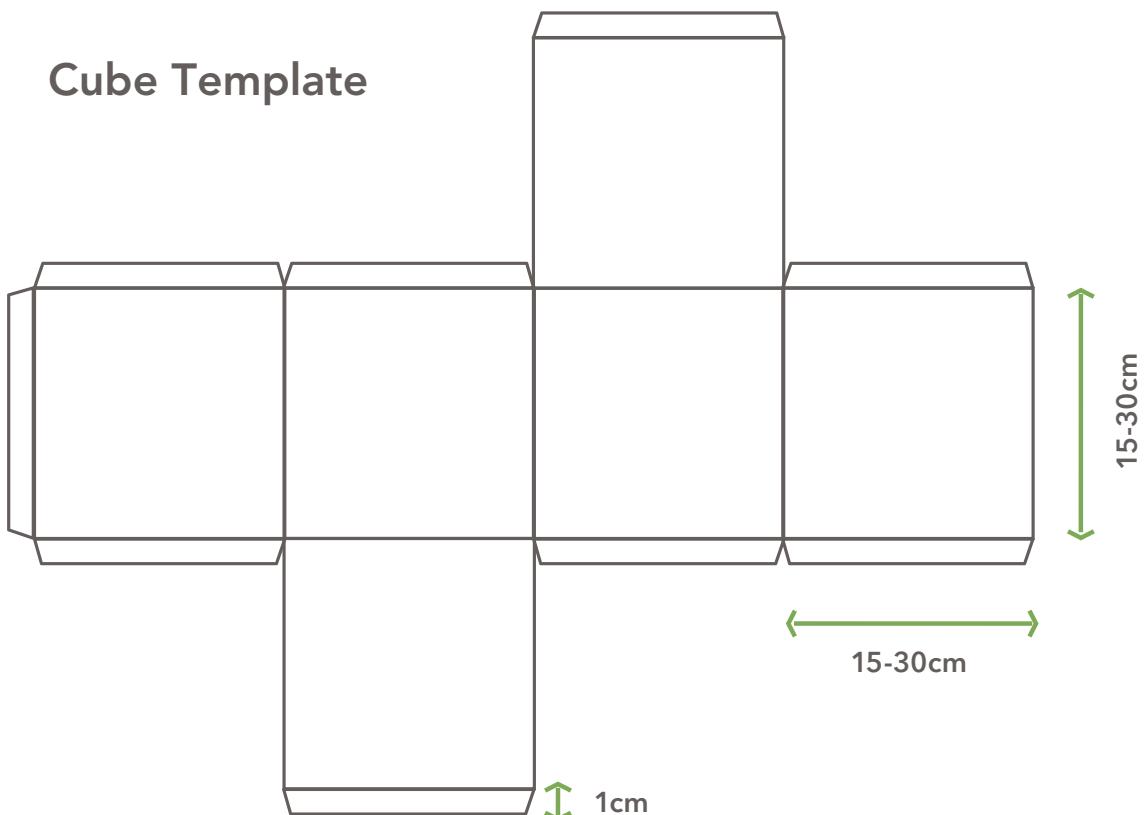
- maksimalno preporučeno vrijeme za CUbe aktivnost je 30 minuta. Skup bi trebao biti kratko, intenzivno iskustvo koje potiče brzo generiranje ideja naglas, a ne promišljanje.
- prije početka aktivnosti grupi treba kratko obrazložiti pitanja koje treba istražiti (najviše 2 minute).
- veliku grupu podijelite u manje timove
- Poželjni su timovi od 6, ali prema potrebi to se može odraditi i s timovima od 4 do 8 ljudi. Budite svjesni da timovi od 4 osobe trebaju više pomoći kako bi se svima omogućilo ujednačeno zalaganje tijekom skupa. Više od 8 zahtjeva veću kontrolu voditelja i možda neće urodit ravnomernim doprinosom svih sudionika tima unutar predviđenih 30 minuta

Kako olakšati aktivnost CUbe:

- prije početka aktivnosti objasnite da će skup trajati 30 minuta. Nakon tog vremena voditelj će izuzeti kocku (CUbe) iz tima
- predstavite pitanje (najviše 2 minute)
- za svaki tim osigurajte 1 kocku (CUbe). Osigurajte kemijske olovke (mogu koristiti i vlastite, ako žele)
- Koristite PowerPoint prezentaciju koja ima unaprijed postavljene vremenske intervale koji označavaju koliko je vremena proteklo. Instruktor može snimiti zvučni zapis na svaku sliku prezentacije kako bi objavio vremenski interval, a postoji i grafička oznaka. Instruktor će možda željeti prilagoditi vremenski interval kako bi naznačio preostalo vrijeme umjesto proteklog. Neki instruktori možda žele olakšati proces i bez dodatne podrške prezentacije. U tom slučaju, instruktor će grupama trebati najaviti vremenske intervale
- počnite 30-minutni skup
- dajte timovima do znanja kada su im je preostalo 10, 5 i 2 minute
- u 30. minuti objavite da je vrijeme isteklo. Uzmite kocku (CUbe) timu
- Završite PowerPoint prezentaciju
- rastvorite kocku (CUbe) iz 3D oblika u 2D. Skenirajte ili uslikajte da možete podijeliti s timom

*CUbe (prim.prev.) – engl. kocka, ovdje grafemski igra riječi (CU – Coventry University)

Cube Template



Slika 9
CUbe uzorak

RADNI LIST 2 – Pokretanje sustvaralačkog procesa kroz suradničko formuliranje problema uz pomoć tehnike „fishbowl“

Svrha

Tehnika „fishbowl“ (akvarij) gotovo u cijelosti je razvijena u praksi kliničke psihologije kao novi sustvarateljski trust mozgova koji pomaže ljudima da u samo jednoj sesiji dođu od uvida do ideja, odnosno do evaluacije tih ideja.

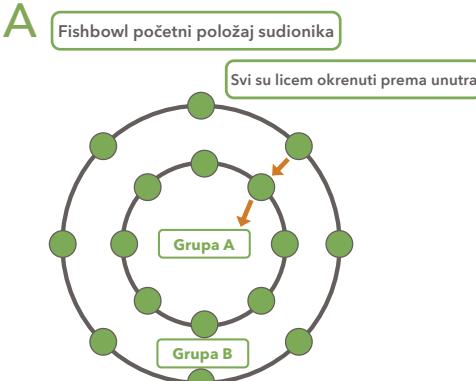
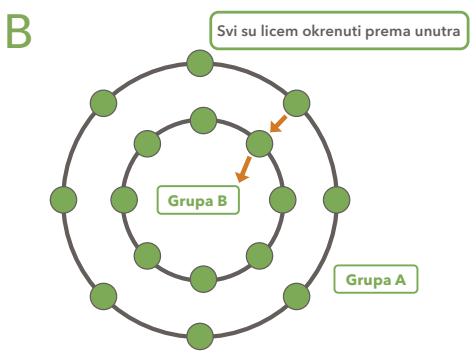
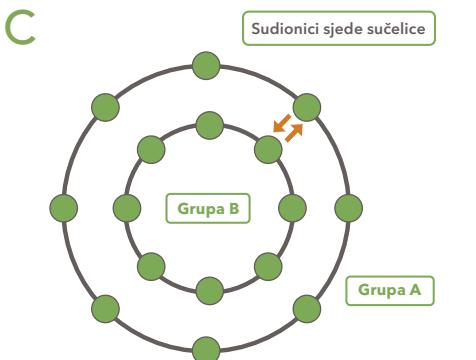
Tradicionalna metoda „goldfish bowl“ provodi se tako da mala grupa ljudi raspravlja o scenariju ili studiji slučaja dok ih izvan njihovog kruga promatra druga skupina ljudi koja pojedinačno sa svog stajališta promišlja o raspravi. Nakon što razgovor u unutarnjem krugu završi, sudionici iz vanjskog kruga prelaze u unutarnji (i obrnuto) i iznose mišljenje o tome što su vidjeli, čuli i osjetili tijekom rasprave. Naposljetku cijela grupa razmatra problematiku, usvaja pritom nova znanja i izvodi zaključke.

„Fishbowl“ je tehnika koja omogućuje istovremeno unutarnje i vanjsko opažanje. Promjenom točke gledišta promatrača, raspon perspektiva može se povećati. Objedinjene perspektive na kraju pružaju bogat skup podataka i bolji uvid.

Postoji više načina na koje se tehnika aktivnosti „fishbowl“ provodi, a ovaj je radni list jedan od njih. Ova je metoda odabrana, jer sve u prostoriji uključuje zajedno u jednoj aktivnosti i svakome omogućuje priliku da govoriti, slušati i donosi odluke. Potiče razmišljanje i promiče razumijevanje pojedinačnih perspektiva.

Proces

U sobi je potrebno postaviti stolice u dva kruga (ili bilo koji oblik koji odgovara vašoj sobi) s istom količinom stolica u unutarnjem i vanjskom krugu.

 <p>A Fishbowl početni položaj sudionika Svi su licem okrenuti prema unutra</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A) Svim prisutnima recite neka sjednu na stolice licem okrenuti prema unutarnjem krugu (npr. u skupini od 40 ljudi, 20 bi ih trebalo biti u svakom krugu (Slika 4A). Svaki sudionik neka sa sobom ima kemijsku olovku i notes.
 <p>B Svi su licem okrenuti prema unutra</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Faza 1 (10 min) (slika 10A) <ul style="list-style-type: none"> - Grupa A (unutarnji krug) zajedno raspravlja pitanje 1: „Koje potrebe i prioritete školske zajednice trebamo identificirati? - Grupa B (vanjski krug) sluša i bilježi.
 <p>C Sudionici sjede sučelice</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Faza 2 (10 min) (Slika 10B) <ul style="list-style-type: none"> - Grupa A i B zamijene mjesta. - Grupa B (unutarnji krug) zajednički raspravlja pitanje 2 (u svjetlu razgovora grupe A): „Koje su potrebe i prioriteti školske zajednice identificirani u SHE Alatu za brzu procjenu?” - Grupa A (vanjski krug) sluša i bilježi.

Slika 10.

Različite faze implementacije tehnike „fishbowl“ za suradničko formuliranje problema

Alternativni načini provođenja tehnike „fishbowl“

1. Ova se tehnika koristi i tako da je grupa A jedan tip sustvaratelja (npr. učenici), a grupa B drugi (npr. nastavnici, stručnjaci). U ovakvom scenariju obično se i grupu A i grupu B traži da rasprave isto pitanje u fazi 1 i 2 (to obično pomaže da se naglase potrebe i ograničenja odvojenih grupa), a zatim da se u fazi 3 združe i usuglase koja je glavna potreba/prioritet (ili kada se implementira u nekoj drugoj fazi da zajedno dogovore rješenja, uzimajući u obzir potrebe i ograničenja).
2. U nedostatku prostora pokušajte podijeliti prostoriju i oformiti manje grupe (primjerice oko već postojećih stolova).

RADNI LIST 3 – Upravljanje procesom sustvaranja uz pomoć aktivnosti LEGO (@Agnes_Crepet)

Svrha

Ova LEGO aktivnost osmišljena je da promiče sustvaranje rješenja i sustvaranje evaluacijske aktivnosti/alata koristeći *design thinking*, odn. dizajnersko promišljanje. Fokus za ovu aktivnost bit će: „kako možemo evaluirati projekt sustvaranja? Kako možemo evaluirati pogodnosti sustvaranja?“



Proces

Ako radite s velikom grupom, podijelite je u skupine od 10-12 sudionika.

KORAK 1: Promicanje empatije i definiranje potreba – ukupno 20 minuta

Cilj ovog koraka:

Omogućiti sudionicima da zamisle da se nalaze u koži korisnika/pacijenta/gradačanina.

- od svakog sudionika traži se da oblikuje 2 persone koje predstavljaju korisnike / građane s kojima rade.
- (Pogledajte Radni list – Persona za inspiraciju) (10 minuta)
- Lego neka predstavlja personu, a na samoljepivi papirić napišite kratak opis te osobe
- Kada su sve persone osmišljene, svakoga tražite neka predstavi svoju. Za to vrijeme voditelj na ploču zapisuje glavna pitanja/probleme/interese.
- Na kraju ove faze, sudionici bi trebali imati jasnu ideju s kojim tipom problema se nose, koje pitanje nastoje riješiti (10 minuta).

Obrazac za personu

IME		UZORAK PERSONE		
DOB		MOTIVACIJE (osjenčani dio)	OSOBNOSTI	
SPOL		Poticaj	Ekstrovert Introvert	
ZANIMANJE		Strah	Razumijevanje Intuicija	
STATUS		Postignuće	Razmišljanje Osjećanje	
LOKACIJA		Rast	Prosuđivanje Opažanje	
		Moć	TEHNOLOGIJA	
PREDODŽBA		Društvena	IT I Internet	
		CILJEVI (koje osoba želi dostići)		Softver
				Mobilne aplikacije
				-
		-	BRENDOVI (pozitivne ili negativne karakteristike, stigme itd.)	
		-		
FRUSTRACIJE (Bolne točke koje bi želio/la izbjegći)				
		-		
		-		
		-		
BIO				
OPAŽANJA				

KORAK 2: IZRADA PROTOTIPA – 20 minuta

- Svaki tim od 10-12 ljudi podijeli se u grupe od 3-4
- Oni zatim prikupljaju ideje da pronađu rješenje problema utvrđenog u koraku 1 i izrade prototip (najviše 15-20 minuta)

KORAK 3: PROCES PONAVLJANJA – 15 minuta

- Svaka grupa od 3-4 izlaže svoje ideje grupi od 10 ljudi u 3 minute.
- Zatim svaki sudionik navodi jake strane, ideje koje su mu se svidjele kao i slabosti ili nužne promjene. To traje jako kratko (1 minuta po osobi).

KORAK 4: IZRADA PROTOTIPA – 15 minuta

- Svaka grupa od 3-4 ljudi radi na svom prototipu ponovno uzimajući primjedbe u obzir
- Oni zatim predlažu nove ideje i novi prototip (najviše 15 minuta)

KORAK 5: PROCES PONAVLJANJA – 15 minuta

- Svaka grupa od 3-4 izlaže svoje ideje grupi od 10 ljudi u 3 minute.
- Zatim svaki sudionik navodi jake strane, ideje koje su mu se svidjele kao i slabosti ili nužne promjene. To traje jako kratko (1 minuta po osobi).

KORAK 6: IZRADA PROTOTIPA – 15 minuta

- Potom cijela grupa zajedno izrađuje prototip.

RADNI LIST 4 – Diseminacija i komunikacija procesa sustvaranja i rezultata procesa pomoću prezentacije Pecha Kucha

Svrha

Japanska riječ Pecha Kucha znači čavrjanje. Također se odnosi na oblik prezentacije koja prikazuje 20 sličica, svaku u trajanju od 20 sekundi – to znači da je ukupno trajanje vaše prezentacije 6 minuta i 40 sekundi. Prezentacije ovog formata su koncizne i ubrzane, ali tjeraju vas i da se kreativnije dosjetite kako publici prenijeti poruku.

Pecha Kucha metoda učinkovita je kada u vrlo kratkom vremenu želite predstaviti ideju. Vježba je usmjerenja na to kako se osobni entuzijazam može transformirati i učiniti vidljivim većoj grupi/organizaciji. Prezentacija Pecha Kucha na konkretan način pomaže privući pažnju drugih ljudi, dijeliti znanje, dobiti novu perspektivu itd.

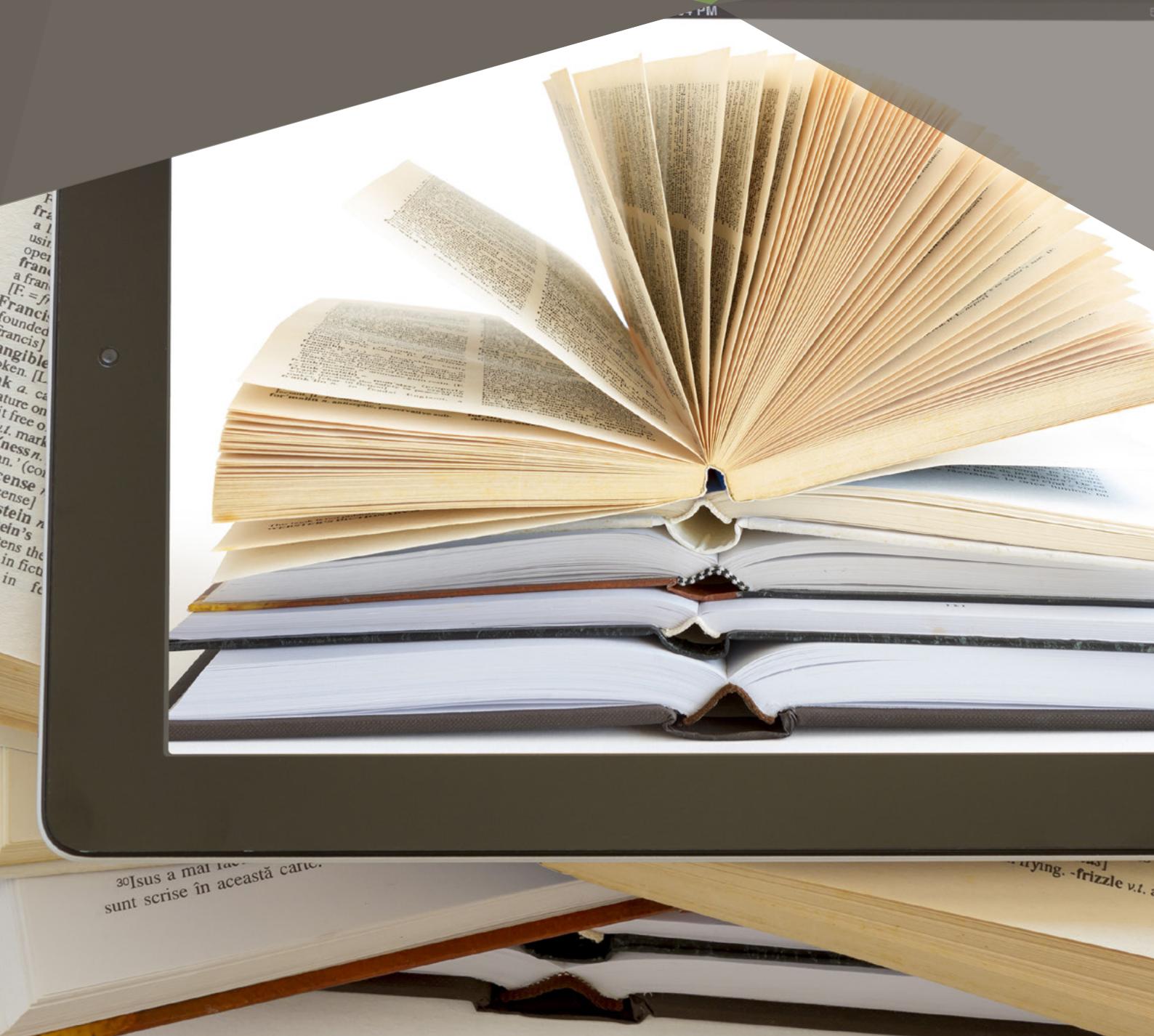
Proces

- 10 minuta: Kratka prezentacija voditelja, objašnjenje koja je svrha, kako napraviti prezentaciju Pecha Kucha i možda jedan primjer. Kad prvi put izvodite prezentaciju Pecha Kucha, uobičajeno je biti frustriran ograničenim formatom i usklađivanjem vremena između govora i sličica. Ovu informaciju možete prenijeti sudionicima da ih pripremite na frustraciju.
- 50 minuta: Svaka grupa koja je sudjelovala u prikazu putem Pričokocki (Story Cubes) aktivno priprema jednu prezentaciju. Zbog vremenskog ograničenja prezentaciju će možda morati skratiti na manje od 20 sličica.

Kako biste napraviti prezentaciju Pecha Kucha, trebali biste:

- početi od toga da utvrdite koja je vaša poruka. Možda s publikom želite podijeliti puno poruka, ali zbog ograničenog formata morat ćete odabrat samo nekoliko njih.
- Zatim oblikujte priču. Za svaku sličicu imate vremena otpliklike koliko odgovara 2 ili 3 rečenice napisane Word programu. Sami odlučujete hoćete li određeno pitanje ili temu obraditi na više od jedne sličice.
- U prezentaciju Pecha Kucha možete uvrstiti prikaze, slike, crtiće, naslovne riječi itd. Izbjegavajte previše riječi po sličici, jer publika neće imati vremena sve pročitati. Zapamtite: slike govore više od riječi.
- Zatim oblikujte sličice. Kako biste se držali zadanog ograničenog formata, predlaže se prikaz prezentacije postaviti na automatsku izmjenu sličica svakih 20 sekundi. Sada je vrijeme da uvježbate svoju prezentaciju. A vježba je uistinu potrebna, možda ćete biti u stanju stresa zbog novog formata, ali ne očajavajte. S vremenom će postati lakše i vaša izvedba bit će sjajna. Publika će rado slušati i gledati prezentacije i poruke koje se daju upamtiti.
- Na YouTube-u možete pronaći sjajne prezentacije Pecha Kucha koje će vam biti inspiracija kako da izradite svoju. Puno sreće u radu na novom, kreativnom i učinkovitom stilu prezentacije.
- 60 minuta. Zatim svaka grupa svoju priču predstavlja cijeloj skupini polaznika. Povratne informacije polaznika i voditelja daju podatak o tome kako je prezentacija shvaćena i što bi možda mogla obuhvatiti u sljedećem koraku.

LITERATURA.



„...Isus a mai lăsat
sunt scrise în această carte.

- [1] Schools for Health in Europe Network Foundation (SHE) (2019).
The Moscow Statement: Health, wellbeing and education in times of uncertainty. Preuzeto s:
<https://www.schoolsforhealth.org/resources/conference-statements>
- [2] Paakkari, L., Simovska, V., Pedersen, U., & Schulz, A. (2019).
Learning about health and health promotion in schools: Materials for Teachers - Key concepts and activities. Haderslev, Danska: Schools for Health in Europe Network Foundation (SHE). Preuzeto s:
<https://www.schoolsforhealth.org/resources/materials-and-tools/teachers-resources>
- [3] World Health Organization (1986).
Ottawa Charter for Health Promotion. Geneva: WHO. Preuzeto s:
<https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
- [4] Hancock T. (2015).
Population health promotion 2.0: an eco-social approach to public health in the Anthropocene. *Can J Public Health*, 106(4):e252–5.
- [5] Jensen, B.B. (2019).
Health Promotion, Version 2.0 - Key principles and challenges. Preuzeto s:
<https://www.ntnu.edu/documents/1268773379/1281392859/01-Trondheim+25.9.18+bbj+finals.pdf>
- [6] Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19 June - 22 July 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. The definition has not been amended since 1948
- [7] Huber, M., Knottnerus, J. A., Green, L., van der Horst, H., Jadad, A. R., Kromhout, D., & Schnabel, P. (2011).
How should we define health?. *Bmj*, 343, d4163
- [8] Jensen, B. B. (1997).
A case of two paradigms within health education. *Health Education Research*, 12 (4), 419-428.
- [9] Simovska, V., Dadaczynski, K., Viia, N.G., Tjomsland, H.E., Bowker, S., Woynarowska, B., de Ruiter, S., & Buijs, G. (2010).
HEPS Tool for Schools: A Guide for School Policy Development on Healthy Eating and Physical Activity. Woerden: NIGZ.
- [10] Jensen, B. B. (1995).
Concepts and models in a democratic health education. In B. B. Jensen, (Ed.). *Research in environmental and health education* (pp.151-169). Copenhagen: Research Centre for Environmental and Health Education. The Danish University of Education.
- [11] Jensen, B. B. (1994).
Health promoting schools in Danska: an action competence approach to health education. In C. Chu & K. R. Simpson (Eds.). *Ecological public health: from vision to practice* (pp.132-141). Canada e Australia: Institute of Applied Environmental Research, Griffith University & Centre for Health Promotion, Toronto, Canada.

- [12] St. Leger, L. (2015). Foreword. In S. Venka, & P. Mannix- McNamara (eds.). *Schools for Health and Sustainability: Theory, Research and Practice* (pp.v-viii). Dordrecht, Heidelberg, New York, London Springer.
- [13] St Leger, L., Young, I., Blanchard, C., Perry, M. (2010) *Promoting Health in Schools: from Evidence to Action*. An International Union for Health Promotion and Education (IUHPE) publication. Retrieved from: <http://www.iuhpe.org/index.html>
- [14] Eriksson, M., & Lindström, B. (2008). A salutogenic interpretation of the Ottawa Charter. *Health promotion international*, 23(2), 190-199
- [15] Safarjan, E., Buijs, G., & Ruiter, S. de (2013). *SHE online School Manual. 5 steps to a health promoting school*. Preuzeto s: <https://www.schoolsforhealth.org/resources/materials-and-tools/health-promoting-school-manuals/english>
- [16] Bruinen, G. (2009). Effective and efficient health promotion in schools; the Rotterdam experience. In G. Buijs, Jociute A., Paulus P. & Simovska V. (Ed.), *Better schools through health: learning from practice. Case studies of practice presented during the third European Conference on Health Promoting Schools, held in Vilnius, Lithuania, 15-17 June 2009* (pp. 33-35). Netherlands: Netherlands Institute for Health Promotion NIGZ. Preuzeto s: <http://www.academischewerkplaatslimburg.nl/wp-content/uploads/131109-Better-schools-through-health.pdf>
- [17] Vezzoni, M., Morelli, C., Calaciura, A., Mariani, C., Acerbi, L. Tassi, R., Penati, M., Bonaccolto, M., Fantini, Luigi, Sequi, C. & Germani, T. (2009). "My dear Pinocchio": The Italian way to the health promoting school. In G. Buijs, Jociute A., Paulus P. & Simovska V. (Ed.), *Better schools through health: learning from practice. Case studies of practice presented during the third European Conference on Health Promoting Schools, held in Vilnius, Lithuania, 15-17 June 2009* (pp. 22-24). Netherlands: Netherlands Institute for Health Promotion NIGZ. Preuzeto s: <http://www.academischewerkplaatslimburg.nl/wp-content/uploads/131109-Better-schools-through-health.pdf>
- [18] Barnekow, V., Buijs, G., Clift, S., Jensen, B. B., Paulus, P., Rivett, D. & Young, I. (2006). *Health-promoting schools—definition and role of indicators in Health Promoting Schools: a resource for developing indicators* (pp. 41-60). Copenhagen: IPC, WHO regional Office for Europe.
- [19] RIVM (2013). Handleiding Gezonde School middelbaar beroepsonderwijs. Preuzeto s: <https://www.gezondeschool.nl/communicatiematerialen-en-instrumenten-gezonde-school-1>
- [20] RIVM (2013). Handleiding Gezonde School middelbaar beroepsonderwijs, Communicatieplan. Preuzeto s: <https://www.gezondeschool.nl/communicatiematerialen-en-instrumenten-gezonde-school-1>

[21] Lanfranconi, E. (2006).

A self-evaluation tool for linking health-promoting schools with school development in Switzerland. In V. Barnekow, Buijs, G., Clift, S., Jensen, B. B., Paulus, P., Rivett, D. & Young, I. (Eds.), *Health Promoting Schools: a resource for developing indicators* (pp.159-168). Copenhagen: IPC, WHO regional Office for Europe.

[22] World Health Organization (2008).

School Policy Framework: implementation of the WHO global strategy on diet, physical activity and health. Geneva: World Health Organization Press. Preuzeto s: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43923>

[23] World Health Organization (1998).

Health Promotion Glossary. Geneva: World Health Organization Press. Preuzeto s:
<http://www.who.ch/hep>.

[24] Kokko, S., Green, L.W., & Kannas, L. (2013).

A review of settings-based health promotion with applications to sports clubs. *Health Promotion International*, 29(3), 494–509. doi:10.1093/heapro/dat046

[25] Centres for Disease Control and Prevention (2016).

Public Health Information Network Communities of Practice. Resource Kit. Atlanta: CDC. Preuzeto s:
<https://www.cdc.gov/phcommunities/resourcekit/index.html>

[26] Co-creating Welfare (2019).

Retrieved from: <http://ccw.southDanska.eu/>

[27] Anastacio, Z., Bernard, S., Carvalho, G., Christensen, F., Darlington, E., Hansen, H., ... Vilaça, T. (2019). *Co-creating Welfare - Training Course Material Preparing Professionals to Co-Create Welfare Solutions with Citizens.* Braga, Portugal: Universidade do Minho. Instituto de Educação Centro de Investigação em Estudos da Criança.

DODATAK.



Dodatak 1.

Vratimo se u prošlost kako bismo razumjeli glavne izazove i prioritete

Europska mreža škola koje promiču zdravlje (engl. The European Network of Health Promoting Schools – ENHPS) održala je svoju prvu konferenciju o školama koje promiču zdravlje u Solunu u Grčkoj 1997. godine. Rezolucija s ove konferencije pod nazivom „Ulaganje u obrazovanje, zdravlje i demokraciju“ izriče da “svako dijete i mlada osoba u Europi ima pravo i treba imati priliku obrazovati se u školi koja promiče zdravlje” (ENHPS, Regionalni ured za Europu Svjetske zdravstvene organizacije, 1997, str. 1). Odrednice obrazovanja i zdravlja neraskidivo su povezane. Pristup Škole koja promiče zdravlje (The Health Promoting School – HPS) znači ulaganje i u obrazovanje i u zdravstvo, kao i relevantna strategija za smanjenje nejednakosti.

Kao rezultat 2. Europske konferencije o Školama koje promiču zdravlje uslijedila je Egmondska agenda: Novi alat koji pomaže uspostaviti i razviti promicanje zdravlja u školama i srodnim sektorom diljem Europe (ENHPS, Regionalni ured za Europu Svjetske zdravstvene organizacije, 2002.), a naglašava zdravstvene uvjete, izradu nacrta i procjenu kao ključne za razvoj i opstanak škola koje promiču zdravlje. Dokazi svjedoče koliki uspjeh i održivost može imati pristup škole koja promiče zdravlje i kako ih politike kojima se uspostavlja proces unutar zdravstva i školstva mogu podržati.

Rezolucija konferencije u Vilniusu: „Zdravljem do boljih škola“ (3. Europska konferencija o Školama koje promiču zdravlje, Škole za zdravlje u Europi, 2009.) ističe da obrazovanje i zdravlje imaju zajedničke interese. Objedine li škole te interesu, one postaju bolja mjesta za djecu i mlade gdje uživaju u učenju, podučavanju i radu. Škole kao ključna sastavnica u zajednici, okruženje su gdje se donosi odabir kojim se pridonosi smanjenju zdravstvene nejednakosti⁵. Suradnja među dionicima ostalih relevantnih područja, naprimjer politike za mlade, socijalne politike i politike zaštite okoliša i održivog razvoja su nužne.

Odenska deklaracija: „Naša abeceda jednakosti, obrazovanja i zdravlja“ (4. Europska konferencija u Odensu u Danskoj – Škole za zdravlje u Europi, 2013) prepoznala je temeljne vrijednosti i glavna načela promicanja zdravlja u školi kao snažan doprinos općim i specifičnim ciljevima zdravstvenih politika SZO-a, Zdravlje 2020 i EU2020 strategija za pametan, uključiv i održiv rast. Škole koje promiču zdravlje doprinose poboljšanju zdravlja i prosperiteta europske populacije. Škole imaju potencijal doprinijeti razvoju sa zdravljem povezanih kompetencija i stila života djece i mlađih.

Zadnja europska konferencija održana je u Moskvi, u Ruskoj Federaciji od 20. do 22. studenog 2019. (5. Europska konferencija o Školama koje promiču zdravlje). Prisustvovalo je više od 450 sudionika iz 40 zemalja. Moskovska deklaracija: „Zdravlje, boljševik i obrazovanje: Stvaranje održive budućnosti“ prepoznala je i potvrdila važnost vrijednosti i temeljnih načela europske mreže Škola za zdravlje i njezinog doprinosa u rješavanju zdravstvene nejednakosti i poboljšanju zdravlja, stvaranju boljševika i akademskih postignuća djece i mlađih. Naglašeno je da nedavne društvene promjene⁶ „ne treba promatrati odvojeno od promicanja zdravlja u školi, koje za cilj ima mlađim ljudima pružiti podršku da razviju zdrav i samoodređujući stil života i omogući im da sustvaraju svoje socijalno, tjelesno i ekološko okruženje i da imaju pozitivan i održiv odnos prema odrednicama zdravlja“ (Škole za zdravlje u Europi, 2019., str. 1)

5 Zdravstvena nejednakost koja je nepravedna, nepoštena i nepotrebna i koja se može izbjegić, odnosi se na zdravlje među društvenim skupinama.

6 npr. ratovi, nasilje i klimatske promjene značajno mijenjaju okolišne i socijalne odrednice zdravlja socijalne

LITERATURA

World Health Organization (1991).

The Sundsvall Statement on Supportive Environments for Health. Preuzeto s:

<https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/sundsvall/en/>

World Health Organization (1997).

The Jakarta Declaration on Leading Health Promotion into the 21st Century. Preuzeto s:

<https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/jakarta/declaration/en/>

World Health Organization (2005).

The Bangkok Charter for Health Promotion in a Globalized World. Preuzeto s:

https://www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp/bangkok_charter/en/

World Health Organization (2009).

Nairobi Call To Action Declaration. Preuzeto s:

<https://www.who.int/healthpromotion/conferences/7gchp/en/>

World Health Organization & Finland. Ministry of Social Affairs and Health (2013).

Health in all policies: Helsinki statement. Framework for country action. Preuzeto s:

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/112636>

World Health Organization (2016).

Shanghai Declaration on promoting health in the 2030 Agenda for Sustainable Development.

Preuzeto s: <https://www.who.int/healthpromotion/conferences/9gchp/shanghai-declaration.pdf?ua=1>

World Health Organization (2016).

Promoting health to delivering on the Sustainable Development Goals. Preuzeto s:

<https://www.youtube.com/watch?v=T8qMwDxpwOs#action=share>

Dodatak 2.

Alat za izradu akcijskog plana škole

Uvod

Proces kojim se stječe status škole koja promiče zdravlje zanimljiv je i bitan. Zahtijeva vremena i dobru pripremu, ali na koncu će vas navesti da uspostavite uspješniju i vrsniju školu koja promiče zdravlje.

Iskustvo nam govori da je možda potrebna i cijela jedna školska godina da bi se izradio akcijski plan škole za promicanje zdravlja. *Alat za izradu akcijskog plana škole* osmišljen je da vam pomogne u tom procesu, primjerice opisati ciljeve i aktivnosti i odrediti tko je za što zadužen. Na taj će način proces kojim se stječe status škole koja promiče zdravlje proći bolje i lakše, komunikacija će biti usmjerena i sve će napredovati prema planu.

Pet faza tijekom kojih škola stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje prikazani su u sljedećem dijagramu (Dijagram 1). Kao što strelice na dijagramu pokazuju, proces je stalan i ciklički. Ovaj dokument u žarište interesa stavlja prve tri faze procesa s ciljem da vam pomogne razviti vaš vlastiti akcijski plan za promicanje zdravlja u školi.

Iako Alat za izradu akcijskog plana škole sadrži nekoliko primjera ključnih pojmoveva koji će vam pomoći da ga dovršite, sveobuhvatna objašnjenja nisu uključena. Za dodatne informacije pogledajte odgovarajuće faze i odlomke u SHE online priručniku za škole: 5 koraka kako steći status škole koja promiče zdravlje.

Dijagram 1.

Ključne faze za potpuni školski pristup u procesu kojim škola stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje



2. Faza 1: Kako početi: Osnujte radnu skupinu

2.1. Dodjeljivanje uloga i zadataka

Nakon što ste osnovali školsku radnu skupinu za promicanje zdravlja, korisno je dodijeliti uloge i utvrditi koje su odgovornosti i zadaci članova radne skupine. U tome vam može pomoći popunjavanje priložene tablice.

Uloge i zadaci:

Članovi radne skupine škole koja promiče zdravje

Ime	Pozicija	Zadaci	Uloge / odgovornosti	Vrijeme za provedbu unutar jedne školske godine
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				

2.2. Utvrđivanje rasporeda sastanaka

Utvrđivanje rasporeda sastanaka za svaku sljedeću školsku godinu članovima radne skupine pomaže međusobno se uskladiti i omogućiti redovno sastajanje u dužem vremenskom periodu. Također, može spriječiti nesporazume i razjasniti ključne uloge.

Raspored sastanaka radne skupine škole koja promiče zdravlje
Tko će voditi sastanke?
Tko će voditi računa o vremenu/ voditi zapisnik?
Koliko često će se sastajati?
O čemu će se raspravljati?
Kada će se sastanci održati (kojeg datuma)?
Gdje će biti održani?
Koliko će dugo sastanci trajati?

3. Faza 2: Procjena početnog statusa vaše škole

3.1. Određivanje i zapisivanje prioriteta

Nakon što ste procijenili trenutnu situaciju u školi u pogledu promicanja zdravlja, možete početi razmišljati o tome koji su vaši prioriteti i izazovi u promicanju zdravlja i kako im želite pristupiti.

Nakon što ste odabrali prioritetna područja/teme za svoju školu, svoj izbor možete dokumentirati u niže priloženoj tablici.

Prioriteti vaše škole u promicanju zdravlja	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

4. Faza 3: Planiranje akcija

4.1. Opći i specifični ciljevi

Nakon što odredite koji su prioriteti vaše škole za promicanja zdravlja, važno je odlučiti koji su primjereni opći i specifični ciljevi. Opći ciljevi predstavljaju sveukupno željeno poboljšanje zdravlja i prosperiteta i trebali bi se temeljiti na odabranim prioritetnim područjima. Specifični ciljevi su općeniti ciljevi raščlanjeni na mjerljive aktivnosti i ishode, a putem njih se očekuje postizanje općih ciljeva.

Primjer 1

Cjelovit školski pristup: opći i specifični ciljevi u suzbijanju i rješavanju vršnjačkog nasilja (bullyinga)

Prioritet: Sprječiti i suzbiti vršnjačko nasilje
<p>Prioritetni opći ciljevi</p> <ol style="list-style-type: none">1. Razviti politiku škole za suzbijanje i sprečavanje vršnjačkog nasilja2. Dokumentirati slučajeve vršnjačkog nasilja3. Stvoriti društveno ozračje u kojem se o vršnjačkom nasilju može otvoreno raspravljati i prijaviti ga se4. Izučiti nastavnike i ostale djelatnike škole da bolje prepoznaju i suzbiju vršnjačko nasilje u školi5. Poučiti učenike razrednih odjela o vršnjačkom nasilju
<p>Prioritetni specifični ciljevi</p> <ol style="list-style-type: none">1. Sveobuhvatna* politika o vršnjačkom nasilju provedena je unutar naredne dvije godine2. Unutar naredne godine uveden je sustav za prepoznavanje i dokumentiranje slučajeva vršnjačkog nasilja.3. Postojanje društvenog ozračja u kojem učenici i djelatnici škole osjećaju da ih se uvažava i da slobodno mogu prijaviti slučajeve vršnjačkog zlostavljanja.4. Nastavnici i ostali bitni djelatnici škole prošli su tečaj prepoznavanja i suzbijanja vršnjačkog nasilja u školi.5. Nastavnici i drugi djelatnici škole znaju kako reagirati u slučaju vršnjačkog zlostavljanja, kako se prijavljuje i kome.6. Učenici znaju zašto je vršnjačko nasilje štetno i znaju kome se obratiti u slučaju da oni ili netko drugi doživи zlostavljanje.

*identificirati i odgovarajuće prekoriti učenike identificirane kao nasilnike; pojednostaviti prijavljivanje vršnjačkog nasilja i navesti uzroke

U priložene tablice možete zapisati opće i specifične ciljeve za promicanje zdravlja, temeljene na odabranim prioritetima vaše škole. Ako imate više od tri prioriteta, možete dodati još tablica.

Prioritet

Općeniti cilj(evi) za Prioritet 1

Specifični cilj(evi) za Prioritet 1

Prioritet 2

Općeniti cilj(evi) za Prioritet 2

Specifični cilj(evi) za Prioritet 2

Prioritet 3

Općeniti cilj(evi) za Prioritet 3

Specifični cilj(evi) za Prioritet 3

4.2. Pokazatelji

Pokazatelji vam pomažu utvrditi jeste li na dobrom putu, dokle ste stigli i koliko vam je još potrebno da biste postigli svoje opće i specifične ciljeve. Usporedba pokazatelja s nacrtom akcijskog plana može vam pomoći u dalnjoj razradi plana.

Primjer 2.

Pokazatelji: Oглаšavanje koncepta škole koja promiče zdravlje

Opći ciljevi	Pokazatelji
<ol style="list-style-type: none">1. Diseminacija/oglašavanje koncepta škole koja promiče zdravlje među članovima školske zajednice2. Među članovima školske zajednice poticati osjećaj da su upoznati s tim konceptom	<ul style="list-style-type: none">• Novi nastavnici, ostali školski djelatnici, učenici i roditelji upućeni su u konceptu i strategiju za stjecanje i zadržavanje statusa škole koja promiče zdravlje• Nastavnici i ostali djelatnici škole imaju pristup publikacijama i drugom materijalu vezanom uz koncept škola koja promiču zdravlje i uz promicanje zdravlja u školi• Ključni djelatnici škole sudjelovali su u planiranim aktivnostima obuke škole koja promiče zdravlje• Djelatnici škole, učenici i roditelji smatraju da imaju dovoljno znanja o konceptu i planu škole koja promiče zdravlje da bi proveli školske aktivnosti za promicanje zdravlja

U sljedeću tablicu možete upisati pokazatelje vaše školske koji se podudaraju s vašim općim ili specifičnim ciljevima.

Opći ciljevi	Pokazatelji



5. Planiranje komunikacije

Komunikacija ima važnu ulogu u svim fazama u kojima škola stječe status škole koja promiče zdravlje. Unutar školske zajednice prenošenje pravih poruka i korištenje pravih komunikacijskih kanala pomoći će vam dobiti potporu za školu koja promiče zdravlje. Pomoći će odrediti važne korake tijekom procesa i jamči da školska zajednica ima nadzor nad procesom i ishodima. Komunikacijski plan koristan je za uspješnu komunikaciju u različitim situacijama. U sljedećim tablicama možete upisati važne sastavnice svog komunikacijskog plana.

5.1 Postavite jasne komunikacijske ciljeve

Komunikacijski ciljevi su ono što želite postići sa svojim komunikacijskim porukama.

Primjeri 3. Komunikacijski ciljevi za djelatnike škole

Cilj 1 (znanje): Svaki djelatnik škole svjestan je pogodnosti koje se stječu statusom škole koja promiče zdravlje unutar prva tri mjeseca procesa planiranja.

Cilj 2 (stavovi): Uvjeriti upravu škole (ravnatelja škole) da će stjecanje statusa škole koja promiče zdravlje imati pozitivan učinak na zdravlje i obrazovna postignuća učenika, kao i na rad i ugled škole.

Cilj 3 (ponašanje): Najmanje 75% djelatnika škole aktivno je uključeno u razvoj i implementaciju škole koja promiče zdravlje u narednih 3-5 godina.

U sljedeću tablicu možete upisati komunikacijske ciljeve vaše škole prema ciljnim skupinama.

Komunikacijski ciljevi	
Ciljna skupina/Primatelj	Ciljevi

5.2 Sastavite jasne i jednostavne poruke

Komunikacijske poruke su poruke koje želite priopćiti određenim članovima školske zajednice ili pojedinima/grupama izvan školske zajednice u vezi s promicanjem zdravlja u školi.

Primjer 4. Komunikacijske poruke

Komunikacijski ciljevi	
Ciljne skupine/primatelj	Ciljne skupine/primatelj
Uprava škole	Aktivnosti promicanja zdravlja u školi mogu popraviti ugled škole u zajednici
Ravnatelj	Aktivnosti promicanja zdravlja u školi mogu doprinijeti zdravlju i boljitu cijele školske zajednice i poboljšati obrazovna postignuća učenika
Lokalni mediji	Naša je škola u postupku stjecanja statusa škole koja promiče zdravlje kako bi doprinijela zdravlju i boljitu cijele školske zajednice i nadalje promicala obrazovna postignuća učenika

U sljedećoj tablici možete po ciljnim skupinama zapisati svoje vlastite komunikacijske poruke. Vjerovatno ćete za svaku ciljnu skupinu u različitim fazama procesa imati različite poruke. Moglo bi biti korisno podjeliti poruke po fazama/vremenskim razdobljima.

Komunikacijske poruke	
Ciljna skupina/primatelj	Poruka

5.3 Odlučite se za dobre komunikacijske kanale

Komunikacijski kanali su sredstvo širenja vaših komunikacijskih poruka. Metoda/kanal koji odaberete ovisit će o nekoliko čimbenika, uključujući preferencije vaše ciljne skupine, vremenski okvir za širenje poruke i troškove. U sljedećoj tablici možete vidjeti primjere mogućih komunikacijskih kanala za učenike i roditelje.

Komunikacijski kanali							
Ciljne skupine	Kanali						
	Školske novine	Internetska stranica škole	Roditeljski sastanci	Priopćenja za javnost	Društvene mreže	Tiskani materijali (npr. plakati, leci)	...
Učenici							
Roditelji							

U sljedećoj tablici možete označiti odabrane komunikacijske kanale prema ciljnoj skupini

Komunikacijski kanali							
Ciljne skupine	Kanali						
	Školske novine	Internetska stranica škole	Roditeljski sastanci	Priopćenja za javnost	Društvene mreže	Tiskani materijali (npr. plakati, leci)	...

6. Planiranje vrednovanja

Vrednovanje je važan dio procesa tijekom kojeg se stječe i zadržava statusa škole koja promiče zdravlje. Vaša procjena (što, kada i kako) ovisi o ostalim komponentama vašeg školskog plana za promicanje zdravlja, uključujući komunikacijsku strategiju, prioritete te opće i specifične ciljeve. Osmišljavanjem SMART (engl. kratica za specifični (Specific), mjerljivi (Measurable), ostvarivi (Achievable), relevantni (Relevant) i dostižni u određenom vremenskom razdoblju (Timeframe)) ciljeva, općih i specifičnih ciljeva, aktivnosti i pokazatelji omogućit će vam vrednovanje svoje škole koja promiče zdravlje.

6.1 Odabir pitanja i metoda za vrednovanje

Primjer – Pitanja i metode za vrednovanje

Pitanja za vrednovanje	Metode vrednovanja
1. U kojoj su mjeri provedene planirane školske aktivnosti za promicanje zdravlja?	npr. opažanje, dokumentiranje, upitnici i/ili intervjuj djelatnika škole i učenika
2. Koje su se komunikacijske aktivnosti provele?	npr. opažanje, dokumentiranje, upitnici i/ili intervjuj djelatnika škole i učenika
3. U kojoj su mjeri provedene planirane komunikacijske aktivnosti?	npr. opažanje, upitnici i/ili intervjuj djelatnika škole i učenika
4. U kojoj su mjeri postignuti opći i specifični ciljevi?	npr. usporediti početne točke i mjere ishoda da bi se procijenio napredak (kvantitativne promjene) pomoću upitnika i dokumentacije
5. U kojoj su mjeri postignuti komunikacijski ciljevi?	npr. upitnik ili intervjuj djelatnika škole i učenika
6. Kakav je stav djelatnika škole i roditelja prema novoj praksi škole koja promiče zdravlje?	npr. upitnik ili intervjuj djelatnika škole i roditelja

U sljedeću tablicu možete upisati svoja vlastita pitanja i metode vrednovanja.

Pitanja za vrednovanje	Metode vrednovanja

7. U cijelosti:

Akcijski plan škole za promicanje zdravlja

Sad kad ste zapisali ključne komponente akcijskog plana svoje škole za promicanje zdravlja, sve to možete sastaviti u cjelinu kako biste dovršili svoj plan, uključujući vremensko razdoblje za aktivnosti, raspodjelu odgovornosti i određivanje proračuna za aktivnosti.

Sljedeće tri tablice mogu vam pomoći sastaviti komponente u jedan akcijski plan, uključujući vaš plan komunikacije i vrednovanja.

Tablica 1: Akcijski plan škole za promicanje zdravlja						
Opći ciljevi	Specifični ciljevi	Kriteriji / pokazatelji uspjeha	Zadaci / aktivnosti	Ključni sudi-onici / odgovornosti	Sredstva i troškovi	Vremen-sko raz-doblje

Tablica 2: Plan komunikacije škole koja promiče zdravje

Tablica 3: Plan vrednovanja škole koja promiče zdravlje

Pokazatelji/pitanja za vrednovanje	Metode procjene	Zadaci/aktivnosti	Ključni sudionici i odgovornosti	Sredstva i troškovi	Vremensko razdoblje

Hrana za misli tijekom postavljanja prioriteta i određivanja akcijskog plana

1. **Utvrđite postojeće politike promicanja zdravlja u školi**
 - a. Utvrđite lokalnu politiku za promicanje zdravlja u školi
 - b. Utvrđite postojeće resurse za potporu projekata zdravstvenog obrazovanja u školama u lokalnom uredju za obrazovanje
 - c. Procijenite zalaganje uprave / institucija / općine za razvoj škole koja promiče zdravlje
 - d. Procijenite zalaganje ureda za obrazovanje za razvoj i praćenje plana škole koja promiče zdravlje
 - e. Odredite odjel zadužen za koordinaciju škola koje promiču zdravlje u regiji, kao i odgovornu osobu / osobe
 - f. Utvrditi sustave podrške za procjenu i praćenje promicanja zdravlja u školama
2. **Preduvjeti za izradu akcijskog plana**
 - a. SHE akcijski plan jasno je iskazan u obrazovnom planu škole
 - b. Utvrđite postojeća sredstva za izradu SHE akcijskog plana
 - c. Pojedinosti o povezanosti školskog kurikula i SHE akcijskog plana
 - d. Organizirana obuka o inovativnim metodologijama za poticanje sudjelovanja cijele škole

Literatura za Dodatak 2

1. RIVM (2013). Handleiding Gezonde School middelbaar beroepsonderwijs, Projectplan.
<http://www.gezondeschool.nl/mbo/materialen-en-instrumenten/>
2. Woynarowska, B. & Sokolowska, M. (2006). A national framework for developing and evaluating health-promoting schools in Poland. In V. Barnekow, Buijs, G., Clift, S., Jensen, B.B., Paulus, P., Rivett, D. & Young, I. (Ed.). Health-promoting schools: a resource for developing indicators (118-125). International Planning Committee, ENHPS
3. RIVM (2013). Handleiding Gezonde School middelbaar beroepsonderwijs, Communicatieplan.
<http://www.gezondeschool.nl/mbo/materialen-en-instrumenten/>

Dodatak 3.

SHE Alat za brzu procjenu

Uvod

U fazi 2 tijekom koje se stječe status škole koja promiče zdravlje, procjenjujete trenutne politike i prakse svoje škole povezane s promicanjem zdravlja radi utvrđivanja potreba i prioriteta vaše školske zajednice.

SHE Alat za brzu procjenu osmišljen je da vam pomogne u toj procjeni. SHE Alat za brzu procjenu sastoji se od niza pitanja koja se odnose na cjelovit školski pristup. Odgovaranje na pitanja može vam pomoći prepoznati što vaša škola već dobro radi, koja područja treba poboljšati i na što se želite usredotočiti u svojoj školi koja promiče zdravlje.

SHE Alat za brzu procjenu može se koristiti i nakon što vaša škola koja promiče zdravlje počne s djelovanjem. Možete usporedite svoje odgovore s prve procjene s odgovorima druge kako biste procijenili napredak vaše škole, a to vam može pomoći u dalnjim prilagodbama u radu škole koja promiče zdravlje.

Upute

Savjetujemo vam da kao radna skupina škole koja promiče zdravlje raspravite pitanja navedena u SHE Alatu za brzu procjenu i postignete konsenzus.

Svakom se pitanju treba pristupiti na dva načina:

1. **Trenutno:** trenutna situacija u školi na ljestvici od tri boda, 1=nije zadovoljavajuća; 2=djelično zadovoljavajuća; 3=potpuno zadovoljavajuća. Vidi lijevi stupac Alata za procjenu označen s *trenutno*.
2. **Prioritet:** školska zajednica ocjenjuje pitanje na ljestvici od tri boda, 1=nizak/bez prioriteta; 2=srednji prioritet; 3=visok prioritet. Vidi desni stupac Alata za procjenu označenog s *prioritet*.

Rezultati procjene mogu se protumačiti uvidom u rezultat za svako pitanje s obzirom na *trenutnu* situaciju i razinu *prioriteta* ili utvrđivanjem sredstava za trenutnu situaciju i sredstava za razinu prioriteta po dijelovima. Dijelovi označeni niskim rezultatom/sredstvima za *trenutnu* situaciju u školi i visokim rezultatom/sredstvima na ljestvici *prioriteta* mogu biti fokus budućeg djelovanja u procesu kojim se stječe status škole koja promiče zdravlje.

SHE Alat za brzu procjenu

Vaša trenutna situacija:

1=nije zadovoljavajuća; 2=djelomično zadovoljavajuća; 3=potpuno zadovoljavajuća

Vaš prioritet:

1=nizak/bez prioriteta; 2=srednji prioritet; 3=visok prioritet

	Trenutno			Prioritet		
	1	2	3	1	2	3
1. Orijentacija						
1.1. Naša škola ima uvid u trenutnu situaciju zdravlja učenika (uključujući tjelesno, mentalno i socijalno zdravlje) i prosperitet.						
1.2 Naša škola ima uvid u trenutnu situaciju u vezi sa zdravljem nastavnog/nenastavnog osoblja (uključujući fizičko, mentalno i socijalno zdravlje) i prosperitet.						
1.3 Naša škola može procijeniti trenutno zdravstveno ponašanje (prehrana i tjelesna aktivnost, seksualna aktivnost, pijenje, pušenje, lijekovi i higijena) naših učenika s obzirom na dob, porijeklo i spol.						
1.4 Naša je škola procijenila potrebe i želje učenika, nastavnog i nenastavnog osoblja u vezi sa zdravljem i prosperitetom (npr. anketa, kutije želja).						
1.5 Cijeloj je školskoj zajednici poznato tko je odgovoran za zdravstvene teme u školi, uključujući za promicanje mentalnog zdravlja.						
	Trenutno			Prioritet		
	1	2	3	1	2	3
2. Zdrava politika škole						
2.1 Naša škola ima pisani politiku o zdravlju i prosperitetu učenika i nastavnog/nenastavnog osoblja, uključujući promicanje zdravlja i prosperiteta, kao i sprečavanje i rješavanje zdravstvenih problema.						
2.2 Zdravlje i prosperitet povezani su s obrazovnim ciljevima naše škole.						
2.3 Zdravlje i prosperitet dio su kurikula naše škole.						
2.4 Pristup naše škole zdravlju i prosperitetu odražava stavove, želje i potrebe cijele školske zajednice (učenika, nastavnog/nenastavnog osoblja i roditelja).						
2.5 Učenike, nastavno/nenastavno osoblje i roditelje potiče se sudjelovati u planiranju i provedbi zdravstvenih aktivnosti u školi.						

		Trenutno			Prioritet		
		1	2	3	1	2	3
3. Školsko okruženje							
3.1 Školski sadržaji poput igrališta, učionica, toaleta, kantine i hodnika prilagođeni su učenicima, sigurni su, čisti i promiču higijenu (dovoljno sapuna i papirnatih ručnika u zahodima) za sve učenike.							
3.2 Školski sadržaji poput igrališta, učionica, toaleta, kantine i hodnika prilagođeni su dobi, spolu i učenicima s posebnim potrebama.							
3.3 Učenici i djelatnici imaju pristup školskim objektima za izvannastavnu tjelesnu aktivnost.							
3.4 Sva oprema za tjelesnu aktivnost i kantina naše škole zadovoljavaju zajedničke sigurnosne i higijenske standarde							
3.5 Put do naše škole siguran je i osmišljen kako bi potaknuo učenike da se bave tjelesnom aktivnošću (npr. biciklizmom ili hodanjem).							
3.6 Sve zgrade u našoj školi dobro su osvijetljene i prozračene, temperatura u njima je ugodna.							
3.7 Ponuda školske kantine, školske trgovine i automata nudi zdravu i cjenovno pristupačnu hranu i piće koji odgovaraju nacionalnim smjernicama.							
		Trenutno			Prioritet		
		1	2	3	1	2	3
4. Socijalno okruženje škole							
4.1 Naši školski sadržaji poput kantine, igrališta, učionica i hodnika ugodno su uređeni i potiču na druženje							
4.2 Naša škola nudi redovite zajedničke aktivnosti poput projektnih tjedana, festivala, natjecanja i zajednički doručak za ranoranoice koji su barem djelomice osmišljeni da promiču zdravlje i prosperitet.							
4.3 Zdravstveni odgoj i aktivnosti za promicanje zdravlja, uključujući mogućnosti za vježbanje i razvijanje životnih vještina dio su izvannastavnih programa							
4.4 U školi je svim učenicima koji imaju potrebu razgovarati s nekim u povjerenju i podijeliti brige ili misli uvijek dostupna pouzdana osoba.							
4.5 U školi uvijek vlada prijateljska i vesela atmosfera u kojoj se svi učenici i nastavno/nenastavno osoblje osjećaju ugodno i uvaženo.							
4.6 školski zdravstveni djelatnici (školska sestra, socijalni radnik ili psiholog) uključeni su u pojedinačno i sveukupno promicanje zdravlja u školi i surađuju s upravom škole na integriranju zdravstvenih tema u školski kurikul i politiku škole.							
4.7 U našoj školi postoji sustav podrške (usluge i smještaj) za učenike s posebnim nastavnim programom te razvojnim i tjelesnim potrebama.							
4.8 Naša škola ima razvijen sustav prepoznavanja i upućivanja učenika s posebnim potrebama na vanjske stručnjake, ako potrebe učenika nadilaze opseg stručnosti škole.							

	Trenutno			Prioritet		
	1	2	3	1	2	3
5. Zdravstvene vještine						
5.1 Naša škola provodi programe koji su usredotočeni na pojedinačne vještine i znanje o zdravstvenim temama, uključujući promicanje mentalnog zdravlja.						
5.2 Naša škola ima jasna pravila koja promiču zdravo ponašanje.						
5.3 Aktivan odmor redovito se provodi i tijekom nastave i tijekom praznika.						
	Trenutno			Prioritet		
	1	2	3	1	2	3
6. Povezanost sa zajednicom						
6.1 Roditelji učenika naše škole aktivno sudjeluju u školskoj zajednici.						
6.2 Naša škola povezala se s lokalnim partnerima kao što su sportski klubovi i klubovi mladih, zdravstvene ustanove u zajednici ili regiji, savjetovališta, zdravstveno osiguranje, restorani, lokalne trgovine itd.						
6.3 Naša škola organizira redovite posjete lokalnim partnerima/dionicima kako bi potaknula učenike na zdravu prehranu, tjelesnu aktivnost, na promicanje njihovog emocionalno ili socijalnog zdravlja i razvoja itd.						
	Trenutno			Prioritet		
	1	2	3	1	2	3
7. Zdravi djelatnici						
7.1 Naša škola nudi redovitu obuku učitelja i izgradnju kapaciteta povezanih s promicanjem zdravlja i prosperiteta školske zajednice.						
7.2 Dostupna su dostačna sredstva da se za djelatnicima škole osiguraju najnoviji materijali o zdravstvenim temama, uključujući teme za promicanje mentalnog zdravlja.						
7.3 Naša škola promiče ravnotežu između poslovnog i privatnog života, razumno opterećenje poslom i jamči otvoreno okruženje za raspravu o problemima na poslu i stresu.						
7.4 Novo školsko osoblje u našoj školi dobiva mentorstvo i obuku koja im pomaže u njihovom profesionalnom razvoju.						
7.5 Škola ima protokol za postupanje s opetovanim odsustvom djelatnika i za pružanje pomoći po povratku s bolovanja kako bi se djelatnici reintegrirali i prilagodili.						
7.6 Naša škola podržava djelatnike škole u postizanju i održavanju zdravog načina života, npr. stvaranjem zdravog, povoljnijeg okruženja.						

Dodatak 4

Razvoj pristupa zdravog okruženja kroz povelje i deklaracije

Ottawska povelja o promicanju zdravlja (SZO, 1986.) [3] zagovara da ljudi stvaraju i žive zdravje u svom svakodnevnom okruženju; gdje uče, rade, igraju se i vole.

Izvještaj iz Sundsvalla o Okolini sigurnoj za zdravje (SZO, 1991.) [23] ojačao je koncept Zdravog okruženja, a tvrdi se da:

- okruženje - fizičko okruženje, socijalno i ekonomsko okruženje i političko okruženje - moramo učiniti sigurnim za zdravje
- svatko ima ulogu u stvaranju sigurnog okruženja za zdravje

Deklaracija iz Jakarte o Vodećem promicanju zdravlja u 21. stoljeću (SZO, 1997.) [24] kao preduvjete za zdravje prepostavlja:

- mir, zaklon, obrazovanje, socijalnu sigurnost, društvene odnose, hranu, prihode, osnaživanje žena, stabilan ekosustav, održivu upotrebu resursa, socijalnu pravdu, poštivanje ljudskih prava i jednakost.
- „Okruženje za zdravje“ predstavlja organizacijsku osnovu infrastrukture potrebne za promicanje zdravlja. Novi zdravstveni izazovi znače da treba stvoriti nove i raznolike mreže da bi se postigla međusektorska suradnja. Takve mreže trebaju pružati uzajamnu pomoć unutar i među zemljama i omogućiti razmjenu informacija o tome koje su se strategije pokazale učinkovitima i u kojem okruženju.

Povelja iz Bangkoka
(SZO, 2005.) [25]

Deklaracija iz Nairobija
Poziv na akciju
(SZO, 2009.) [26]

Helsinška izjava o zdravlju
u svim djelatnostima
(SZO, 2013.) [27]

Šangajska deklaracija o promicanju zdravlja u
Agendi 2030 za održivi razvoj
(SZO, 2016.) [28]

ISBN 978-87-94161-05-3

SHE PRIRUČNIK ZA ŠKOLE 2.0

| Metodološki priručnik – kako steći
status škole koja promiče zdravlje

Autori:

Teresa Vilaça

(Sveučilište Minho, Portugal)

Emily Darlington

(Sveučilište Claude Bernard Lyon 1, Francuska)

María J. Miranda Velasco

(Sveučilište Ekstremadura, Španjolska)

Olgica Martinis

(Hrvatski zavod za Javno zdravstvo, Hrvatska)

Julien Masson

(Sveučilište Claude Bernard Lyon 1, Francuska)

Datum izdavanja:

Prosinac 2019

Izdavač:

Zaklada mreže Škole za zdravlje u Evropi (SHE), Hørdeslev, Danska

Ovo izdanje dostupno je na poveznici:

www.schoolsforhealth.org/resources/materials-and-tools/how-be-health-promoting-school/

Zahvale:

SHE školski priručnik – novo dopunjeno izdanje prilagodba je „SHE online priručnika za škole“ čiji su autori Erin Safarjan M.P.H., Goof Buijs M.Sc., Silvia de Ruiter M.Sc., a koji je objavljen u prosincu 2013. i financiran sredstvima Europske unije (operativna potpora CB_FY2013).



Ovo izvješće je financirano sredstvima
u sklopu operativne potpore Programa
Europske unije u području zdravlja
(2014. – 2020.)



Schools for Health in Europe

www.schoolsforhealth.org