AKTIVNÍ
ZÁŘÍ 2025
Aktivní
ČESKO
Jak se zapojit do Aktivního ZÁŘÍ
Průvodce pro Aktivní ŠKOLY a ŠKOLkY
NF Aktivní ČESKO podporují
OLIVOVÁ DĚTSKÁ LÉČEBNA
VZP
ČESKÁ spořitelna
balance club BRUMLOVKA
umbrella
Partneři Aktivního ZÁŘÍ jsou
Zdravá města, obce, regiony České republiky
ČESKÝ OLYMPIJSKÝ VÝBOR
ČESKÁ KOMORA FITNESS

1. Kdo jsme?

2. Minulé ročníky

- Brožura 2023
- Brožura 2024

3. Inspirace z minulých ročníků Aktivní ŠKOLY:

- ZŠ Dobříš
- Praha Školská
- OA a SŠP Veselí nad Moravou

Vážení zájemci,

děkujeme, že chcete být součástí Aktivního ZÁŘÍ — celonárodní kampaně Nadačního fondu Aktivní ČESKO na podporu pohybu a zdravého životního stylu.

Září - měsíce plného pohybu, zdraví a sportovního ducha! Připravili jsme pro vás jednoduchého průvodce, jak se můžete zapojit a inspirovat své žáky a studenty ke zdravějšímu a aktivnějšímu životnímu stylu.

1. Přidejte se oficiálně k výzvě

- Napište nám, že se chcete stát „Aktivní ŠKOLOU či ŠKOLKOU“ v rámci naší kampaně. Registrujte se zde.
- Vaše škola bude uvedena mezi zapojenými partnery na našem webu a sociálních sítích.
- Získáte od nás kompletní grafický balíček — manuál s logy a vizuály, které můžete využít na plakáty, bannery, webové stránky nebo sociální sítě.
- My vás na oplátku rádi podpoříme! Budeme sdílet vaše aktivity, fotky i pozvánky na našich oficiálních kanálech a pomůžeme vám šířit dobrou náladu i motivaci dál.

2. Vyberte si aktivity (nebo vytvořte vlastní)

Níže uvádíme několik nápadů, co můžete během Aktivního ZÁŘÍ v rámci projektu uspořádat:

- Pěší výzva — podpořte žáky a studenty, aby chodili pěšky do koly.
- Týden bez auta — motivujte ke změně I vaše učitele.
- Cyklojízda nebo den na kole — udělejte z cyklistiky společenskou událost.
- Sportovní den v parku / na školním hřišti — běh, jóga, tanec, cvičení, tělocvik I pro rodiče — možností je spousta.
- Školní akce — spolupracujte s místními dalšími školami na dětských pohybových aktivitách
- Obohaťte hodiny tělesné výchovy — pozvěte si na hodinu @trenéři ve škole
- Připojte se k aktivitám Děti na startu / SOKOL / České unie sportu

3. Zapojte komunitu

- Spojte se s místními spolky, školami/školkami, sportovními kluby nebo seniorskými organizacemi.
- Vytvořte školní měsíční kalendář aktivit.
- Využijte sociální sítě, vývěsky, web školy a místní média k propagaci.

5. Vyhodnoťte a oslavte váš úspěch!

- Po skončení měsíce shrňte, co všechno se povedlo a kolik aktivních příznivců se zapojilo.
- Pošlete nám krátkou zprávu nebo fotodokumentaci — rádi ji zveřejníme a zpropagujeme.

4. Sdílejte a inspirujte

- Během měsíce září sdílejte fotky, videa nebo příběhy na sociálních sítích pod hashtagem #aktivnizari a #aktivne2025
- Povzbuďte žáky a studenty, aby také sdíleli své pohybové výzvy a zážitky.
- Inspirujte ostatní školy svými nápady a úspěchy

Nezapomeňte nás označovat:

Instagram - @aktivnicesko

Facebook — Aktivní Česko

LinkedIn — Nadační fond Aktivní Česko

rádi Vaše příspěvky přesdílíme

6. Jak se registrovat

- Napište nám e-mail nebo vyplňte registrační formulář na našem webu
- Po registraci obdržíte uvítací grafické materiály a další informace k vašemu zapojení.

8. Co když máte málo času nebo kapacit?

- Nemusíte vymýšlet nic složitého — někdy stačí krátká ranní rozcvička, společná vycházka nebo výzva pro školáky. Přednáška či minikampaň ve vašem městě, která žákům a jejich rodičům připomene, proč je důležité se hýbat a udržovat se zdravý.
- I jedna malá aktivita může mít velký dopad. Ukažte, že vaše škola chce být aktivní a že vám záleží na aktivní a zdravé populaci.

7. Propagační podpora z naší strany

- Propagujeme vaše aktivity na našich sociálních sítích, webu i v newsletteru.
- Můžeme vám poskytnout šablony pro pozvánky, plakáty a tiskoviny.
- Akce bude viditelná i na kudyznudy.cz — portálu pro aktivní životní styl.
- Rádi vám pomůžeme i s lokálními médii — pokud chcete, pomůžeme vám s tiskovou zprávu, případně přidáme naši citaci.

Závěrem

Aktivní ZÁŘÍ není jen o sportu, je to o radosti z pohybu, komunitě
a zdravém životním stylu. Zapojením dáváte svým žákům šanci zažít školu
jinak: zdravěji, aktivněji a společně.

Těšíme se na vaši účast.
Váš tým Aktivního ČESKA