Ministrstvo v letu 2026/2027 podpira 194 brezplačnih programov vadbe telesno neaktivnim odraslim

6.7.2026 - | gov.si

Ministrstvo za gospodarstvo, delo in šport tudi v obdobju 2026/2027 nadaljuje s podporo projektu Zmigaj se do vadbe, ki ga izvaja Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez. Namen projekta je spodbuditi odrasle, ki se premalo gibljejo, k redni telesni dejavnosti.

V novem obdobju bo po vsej Sloveniji izvedenih 194 brezplačnih športno-rekreativnih programov, ki jih bo izvajalo 186 izvajalcev, na voljo pa bo približno 2.900 mest za udeležence.

Projekt se sofinancira iz sredstev Ministrstva za gospodarstvo, delo in šport ter Evropske unije iz Evropskega socialnega sklada plus (ESS+) v okviru Programa evropske kohezijske politike 2021–2027. Za izvedbo programov v obdobju 2026/2027 je namenjenih 845.420,40 evra.

Državna sekretarka mag. Katja Koren je ob predstavitvi poudarila: »Projekt Zmigaj se do vadbe s preprostim, a pomembnim sporočilom spodbuja ljudi k prvemu koraku na poti do bolj aktivnega in bolj zdravega življenja. Na ministrstvu podpiramo projekte, ki ljudem približujejo gibanje in odpravljajo ovire za vključitev v športno dejavnost. Namenjen je predvsem odraslim, ki se danes gibajo premalo ali pa se sploh ne.«

Projekt je v prvem letu izvajanja dosegel zelo dobre rezultate – v 130 programov se je vključilo 1.882 udeležencev, ki so programe ocenili zelo pozitivno. Cilj projekta ostaja dolgoročno povečati telesno dejavnost odraslih ter jim pomagati pri oblikovanju trajnih navad za bolj zdrav življenjski slog.

V novem ciklu bodo udeležencem na voljo številne oblike vadbe – od funkcionalne vadbe, joge, pilatesa in plavanja do različnih ekipnih športov ter specializiranih programov za starejše, nosečnice, osebe z bolečinami v hrbtu in druge ciljne skupine. Vadbe se bodo začele oktobra 2026, prijave pa bodo odprte od 1. septembra 2026.

Projekt Zmigaj se do vadbe je namenjen polnoletnim posameznikom, ki ne dosegajo priporočene ravni telesne dejavnosti. Programi so prilagojeni tudi osebam s stabilnimi kroničnimi boleznimi ter omogočajo varno in postopno vključevanje v redno gibanje.

Več o programih in prijavi preberite na spletni strani Olimpijskega komiteja Slovenije.

https://www.gov.si/novice/2026-07-06-ministrstvo-v-letu-20262027-podpira-194-brezplacnih-programov-vadbe-telesno-neaktivnim-odraslim