



5 grudnia

Międzynarodowy Dzień Wolontariusza



Zaczniemy od tego...

Co to jest wolontariat?



Wolontariat

To ochotnicza (dobrowolna) praca na rzecz innych osób, nie tylko znajomych i rodziny, wykonywana bez wynagrodzenia.

Wolontariusze mogą np. opiekować się chorymi, udzielać bezpłatnych korepetycji, organizować festyny, wystawy, zbierać fundusze, sędziować na zawodach sportowych.



Czy każdy może być wolontariuszem?



Tak!

Wolontariuszem może zostać każdy, bez względu na swój wiek czy doświadczenie (liczą się chęci). Osoby które nie ukończyły 18 roku życia muszą mieć zgodę rodzica lub opiekuna prawnego.

Czym zajmujemy się w SP61?

Szkolne Koło Wolontariatu prowadzi działalność edukacyjną i charytatywną. Należymy do *Klubu Szkół UNICEF Polska* i *wspieramy walkę z głodem na świecie*. Przykładami akcji w których uczestniczyliśmy są:



Loteria fantowa której dochód został przeznaczony na dary humanitarne.

Koszyk
dobrych myśli



Zdrowie psychiczne

CZYM JEST ZDROWIE PSYCHICZNE?
WEDŁUG ŚWIATOWEJ ORGANIZACJI ZDROWIA (WHO) ZDROWIE PSYCHICZNE TO DOBROSTAN FIZYCZNY, PSYCHICZNY I SPOŁECZNY CZŁOWIEKA, A TAKŻE ZDOLNOŚĆ DO ROZWOJU I SAMOREALIZACJI. POJĘCIA UŻYTE W TEJ DEFINICJI MAJĄ SZEROKIE ZNACZENIA. ICH ROZUMIENIE JEST SUBIEKTYWNE, UWARUNKOWANE KULTUROWO I ŚRODOWISKOWO.



Co to jest psychika ?
PSYCHIKA ODNOSI SIĘ DO WSZYSTKICH PROCESÓW WEWNĘTRZNYCH CZŁOWIEKA, W KTÓRYCH SKŁAD WCHODZĄ MIĘDZY INNYMI EMOCJE, INTELEKT, CZY PROCESY POZNAWCZE I MOTYWACYJNE.

Choroby psychiczne mogą się rozwinąć zarówno u dzieci, ludzi młodych, jak i dorosłych. Wpływa na to wiele czynników, w tym nasze geny, choć specjaliści wskazują, że w takich przypadkach możemy dziedziczyć predyspozycje do wystąpienia choroby, a nie samą chorobę. Warto również wspomnieć, że demencja, czyli jeden z typowych problemów dla wieku starczego, nie jest uznawana za chorobę psychiczną.

zdrowie psychiczne to :

- zdrowie odżywianie
- odpowiednia ilość snu
- aktywność fizyczna
- życie towarzyskie
- zarządzaniem stresem
- pomoc innym, życzliwość
- prośenie o pomoc



rodzaje zaburzeń
psychicznych.

Są to:

- organiczne zaburzenia
- zaburzenia nastroju
- zaburzenia osobowości
- zaburzenia nerwicowe
- zespoły behawioralne
- zaburzenia schizoaktywne i psychozy

Dzień zdrowia psychicznego (10 października) na który przygotowaliśmy wystawę o tematyce tego, jak możemy dbać o swoją psychikę na co dzień.



Dzień zaduszny (2 listopada) w który uczciliśmy pamięć ofiar II wojny światowej.



W Dzień życzliwości (21 listopada)
przygotowaliśmy zajęcia dla klas 1-8.

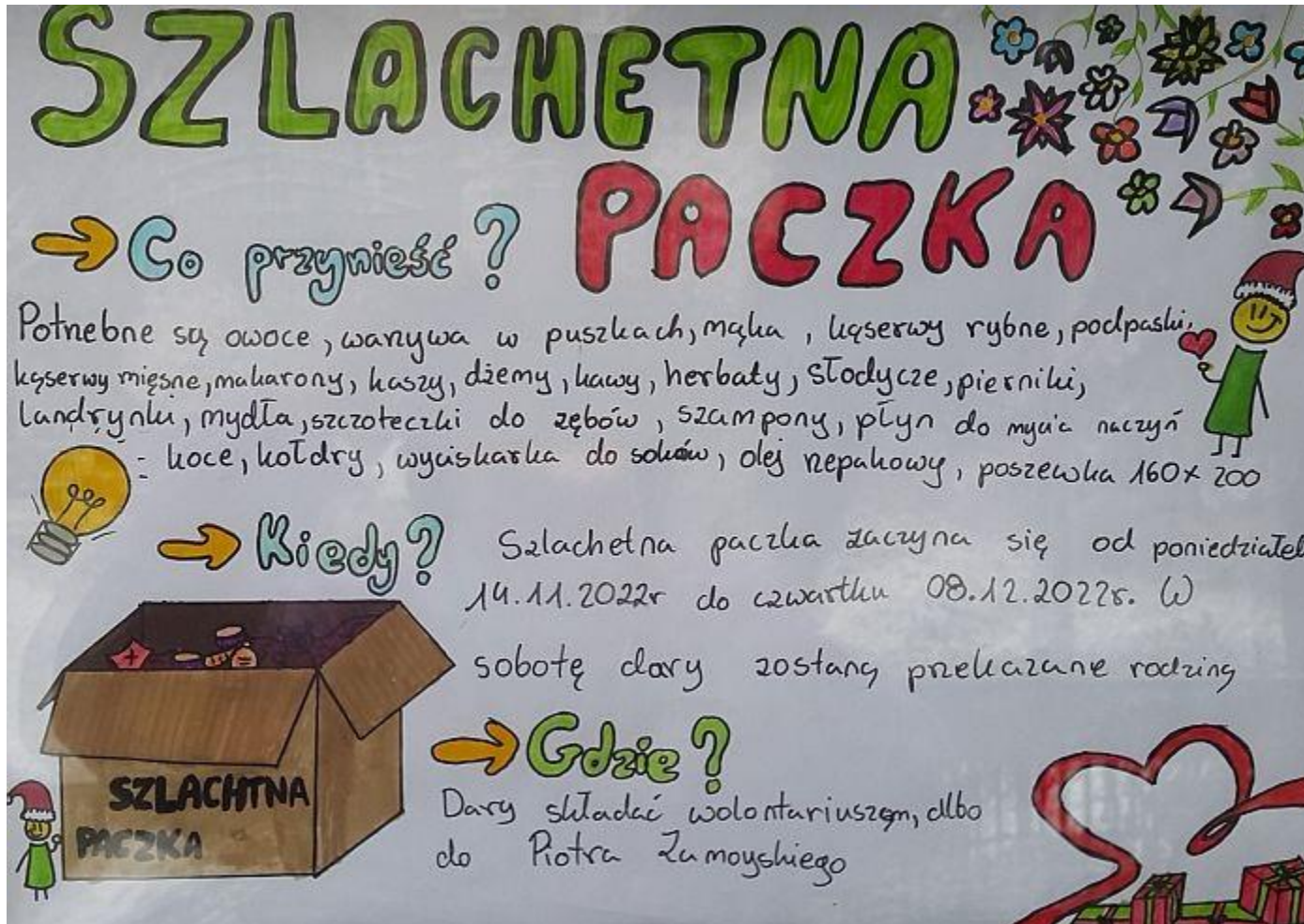
SZLACHETNA

→ Co przynieść? PACZKA

Potrzebne są owoce, wanylia w puszkach, mąka, konserwy rybne, podpasli, konserwy mięsne, makarony, kaszy, dżemy, kawy, herbaty, słodycze, pierniki, landrynki, mydła, szczoteczki do zębów, szampony, płyn do mycia naczyń, koce, kotdrys, wyuskarła do solów, olej nepalowy, poszewka 160x200

→ Kiedy? Szlachetna paczka zaczyna się od poniedziałku 14.11.2022r do czwartku 08.12.2022r. W sobotę dary zostaną przekazane rodzim

→ Gdzie? Dary składacie wolontariuszom, albo do Piotra Zumysłkiego



Zbieramy dary na **Szlachetną paczkę (14 listopada-8 grudnia)**



Akcja charytatywna na rzecz podopiecznych Fundacji McDonalda (4-8 kwietnia) na którą dzięki całej społeczności szkolnej zebraliśmy 241 paczek chusteczek nawilżanych.

Dziękujemy za uwagę!