

PRZYWRÓCIE KOLOR!

DNI DBAŁOŚCI
O ZDROWIE
PSYCHICZNE

**PIERWSZY DZIEŃ
CZWARTEK 20.02**

**ELEMENTY „DOGOTERAPII” SALA S15,
GRUPY 3-5 osób**

- Piesek Bary będzie pracował tego dnia z 4 grupami (po 15 minut).
- Osoby chętne proszone są o zgłaszanie się do pani Urszuli Francuziak.
- OSOBA PROWADZĄCA: p. Olga Grajkowska
- absolwentka naszej szkoły.

**ELEMENTY „AROMATERAPII” I
„SMAKOTERAPII” SALA NR 8
LEKCJA 4,5,6 i 7**

- OSOBA PROWADZĄCA: Kuba Kalusiński, barista, właściciel Guest Coffee Culture i absolwent naszej szkoły. Zapozna nas z tajnikami brewingu oraz wprowadzi w świat kawy.
- Zapraszamy w pierwszej kolejności klasy IV i V.
- Zgłoszenia przyjmuje p. Urszula Francuziak.

**ELEMENTY „BIBLIOTERAPII” I
„ARTETERAPII”**

- Antydepres-ARTY – warsztaty plastyczne
- Balance Place – strefa ciszy,
- Bibliomotywatory – wystawa książek,
- Ponad wszystko – biblioterapia,
- Wypożyczalnia marzeń – propozycje książek do wypożyczenia
- Zapraszamy zainteresowanych uczniów indywidualnie do biblioteki.

„SMAKOTERAPIA” – świetlica, malutki poczęstunek ciasteczkami :) (ilość ciastek ograniczona)

**REDUKCJA STRESU
REDUKCJA LEKU
USPOKOJENIE
UWAŻNOŚĆ
RADOŚĆ**

**DRUGI DZIEŃ
PIĄTEK 1.03**

**ELEMENTY „DOGOTERAPII” SALA S15,
LEKCJA 3,4 i 5**

- klasy zostaną wyznaczone przez Dyrekcję
- OSOBA PROWADZĄCA: Klaudia Smykowska.

**ELEMENTY „AROMATERAPII” I
„SMAKOTERAPII” SALA H.49**

- Nauka parzenia herbaty dla grup hotelarskich
- OSOBA PROWADZĄCA: Agnieszka Filipkowska, właścicielka PIAG TEA

PRZEDSTAWIENIE „CZASownik – spektakl teatralny, czyli co widzisz na scenie?”

- przygotowane przez koło teatralne Gra?My!-aula. Klasy zostaną wyznaczone przez Dyrekcję

**ELEMENTY „BIBLIOTERAPII” I
„ARTETERAPII”**

- Antydepres-ARTY – warsztaty plastyczne
- Balance Place – strefa ciszy,
- Bibliomotywatory – wystawa książek,
- Ponad wszystko – biblioterapia,
- Wypożyczalnia marzeń – propozycje książek do wypożyczenia
- Zapraszamy zainteresowanych uczniów indywidualnie do biblioteki.

ELEMENTY „LASOTERAPII” – czyli "kąpiel leśna" dla klasy, która najpiękniej przystroi swoje drzwi na te Dni :)
(spacer po lesie, terapia lasem, poczęstunek w Ośrodku Edukacji Leśnej)

W ciągu tych dwóch dni będzie można robić sobie „uśmiechnięte zdjęcia” w kwiecistej ramie. Rama będzie dostępna w świetlicy.

Na specjalnie przygotowanych „drzewach” będzie można zawieszać „złote myśli”. „Drzewa” będą dostępne w świetlicy szkolnej.