

EKSPRESNO ANTISTRESNO

V petek in soboto, 18. in 19. 11. 2022, bomo v šolskih prostorih organizirali dejavnosti za učence 8. razredov. Glavna tema aktivnosti bo kvalitetno preživljanje prostega časa, premagovanje stresa in stresnih situacij, čuječnost in čustvena inteligenca.

Želimo si, da bi mlade opremili z znanjem in orodji za premagovanje vsakodnevnih frustracij, ter da bi jih po letih ukrepov znova povezali v močno skupnost. Zelo pomemben vidik razvoja je tudi poznavanje čustev in občutkov, zato bomo temu namenili veliko pozornosti.

Udeleženci naj bodo oblečeni v udobna oblačila, s seboj naj prinesejo pripomočke za osebno higieno, pižamo ali trenirko za spanje, spalno vrečo, ležalno podlogo, vzglavnik, denar za pizzo ali svojo večerjo.

OKVIREN POTEK DOGODKOV

PETEK, 18. 11. 2022

- 17.00 zbor v šolski knjižnici – razgovor o pričakovanjih,
- 17.30 - delavnice
- 20.00 – večerja – naročili bomo pizzo, učenci imajo s seboj denar za plačilo. V primeru, da učenec ne želi jesti pizze, ima s seboj svojo večerjo. Druženje ob večerji
- 21.30 – joga Nidra in priprava na spanje
- 22.30 spanje

SOBOTA, 19. 11. 2022

- 8.00 – vstajanje, umivanje
- 8.30 – zajtrk – pripravi šola
- 9.30 – delavnice
- 10.30 – športne igre
- 12.00 - zaključek

Vodje delavnic: Katjuša Tomšič Juvančič, Barbara Jekoš, Simona Skupek, Irena Lukič

Katjuša Tomšič Juvančič

Prosim, da podpisano soglasje prinesete v šolo najkasneje do 10. 11. 2022

SOGLASJE

Soglašam, da se bo učenec/učenka _____, razred _____, udeležil/a dejavnosti v šolski knjižnici 18. in 19. 11. 2022. Za večerjo bo imel/a s seboj denar za pizzo ali svojo hrano. Prispevek za zajtrk bo obračunan na položnici.

Soglašam, da v primeru neprimerne vedenja učenec/učenka zaključi z delom in odide domov.

PODPIS STARŠEV: _____