

Drodzy Rodzice,

mamy dla Waszych dzieci propozycję udziału w projekcie „Wolontariat – jak mięśnie – trzeba codziennie trenować!”, którego jesteśmy autorami, a który posiada rekomendację i wsparcie finansowe MEiN.

Profilaktyka zdrowia psychicznego jest ważna w każdym czasie, a zwłaszcza teraz po okresie pandemii, nauki on-line i w trakcie wojny w Ukrainie. Chcemy, żeby nasze dzieci radziły sobie w życiu, podejmowały wyzwania i podnosiły się po porażkach. Tymczasem dzisiejszą młodzież określa się jako „płatki śniegu” – tak są nadwrażliwi, mało odporni, uciekający przed wymogami codzienności w świat wirtualny i przeróżne zachowania ryzykowne (np. dopalacze, alkohol, narkotyki) i autodestrukcyjne (np. cięcie się).

Program „Wolontariat – jak mięśnie – trzeba codziennie trenować!” stanowi prewencję zdrowia psychicznego, stwarzając dzieciom i młodzieży przestrzeń, w której rozwijają empatię, postawy prospołeczne, współpracę. Podnoszą swoje kompetencje społeczne i zaspakajają potrzeby definiowane jako filary poczucia własnej wartości bezpośrednio związane z odpornością psychiczną (według A. Adlera i R. Dreikursa: **potrzeba kompetencji** - jestem w czymś dobry, **mocy** - są sprawy, na które mam wpływ, **przynależności** - jestem członkiem różnych społeczności i jestem tam akceptowany, **szlachetności** - moje działania przyczyniają się do wzbogacania życia innych ludzi i otoczenia).

Na warsztatach poprzedzających główną, samodzielną działalność dzieci/młodzieży, uczestnicy zostaną zainspirowani i pokierowani do wyboru odpowiadających ich preferencjom i możliwościom zadań, które podejmą w ramach wolontariatu. Nagrają materiał filmowy dokumentujący te działania i prześlą na specjalną platformę. Filmiki same w sobie będą kolejną bazą wzajemnych inspiracji do czynienia dobra wokół siebie. Wszystkie przesłane materiały zostaną udostępnione na kanale YouTube Stowarzyszenia Latarnia, tak by każdy mógł zobaczyć, jak wiele dobrego dzieje się wokół nas. Podsumowanie konkursu, wręczenie nagród, certyfikatów i zaświadczeń o wolontariacie odbędzie się 12.12.2022 r. podczas uroczystej Gali Młodego Wolontariusza. Ponadto wszyscy uczestnicy zamkną udział w projekcie warsztatami podsumowującymi, które pozwolą uświadomić sobie kompetencje wykorzystane do podjętych działań, podnosząc poziom ich samoświadomości. Pokażą też perspektywy dalszego samorozwoju.

Prosimy Państwa o zachęcenie swoich dzieci do udziału w proponowanym przedsięwzięciu, które zapowiada się na wartościową przygodę!

Monika Róg
Prezes Stowarzyszenia

Projekt „Wolontariat – jak mięśnie – trzeba codziennie trenować!” współfinansowany ze środków budżetu państwa w ramach Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021 - 2025 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji i Nauki w ramach Programu Pozytywna szkoła. Moduł III. Szkolny wolontariat.