

Zachęcamy wszystkich wychowanków do udziału w zajęciach online

Pomoc psychologiczno-pedagogiczna dla rodziców i młodzieży

Wsparcie psychologiczne w czasie pandemii – gdzie szukać pomocy?

- W każdym mieście są poradnie psychologiczno-pedagogicznego, które zapewniają konsultacje telefoniczne z dyżurującymi specjalistami.
- Psychologowie pełnią dyżury od 10.00 do 22.00 pod numerem 222302207.
- **Znajdź Centrum Zdrowia Psychicznego** – sprawdź czy w Twojej okolicy znajduje się Centrum Zdrowia Psychicznego na stronie: <https://czp.org.pl/index.php/o-czp/>
- Pomoc można uzyskać także drogą elektroniczną, pod adresem: porady@liniawsparcia.pl. Porad udzielają psychologowie z Fundacji ITAKA.
- Wszelkie informacje o darmowym wsparciu psychologicznym znajdziecie również na stronie www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl.

Wychowawca:

Agnieszka Tokarek Walczak

"Trening mózgu - naucz się lepiej uczyć

Każdy chciałby przyswajać wiedzę łatwo, szybko i uzyskiwać jak najlepsze wyniki. Dlatego sięgamy po rozmaite treningi mózgu. Co o ich skuteczności mówi nauka? Jakie ćwiczenia będą faktycznie efektywne? Jak powinny być testowane treningi zanim będą polecane do użycia? O trenowaniu intelektu Joanna Gutral rozmawia z psychologami i neurokognitywistami z Uniwersytetu SWPS – Aleksandrą Kołodziej i Mikołajem Magnuskim.

Ciekawa propozycja:

"Trening mózgu - naucz się lepiej uczyć

https://www.youtube.com/watch?v=4Fxse6vx2sY&feature=push-sd&attr_tag=xNJyjsN-AgB5k3cL%3A6

Wychowawca:

Ilona Stanisławska

Koronawirus: jak skutecznie uczyć się z domu?

Nauka w domu to nie tylko zaplanowanie lekcji tak, jak zrobilibyśmy to w szkole. To także zorganizowanie przestrzeni do zdalnego nauczania i zadbanie o to, żeby nic nas nie rozpraszało. Jak uczyć się efektywnie w domu? Sprawdź.

Koronawirus: jak skutecznie uczyć się z domu? - prof. Tomasz Grzyb i Zofia Szynal <https://www.youtube.com/watch?v=D8UcJEgbHzw>

Wychowawca:
Izabela Paszyn

" Siła pozytywnego myślenia"

Pozytywne myślenie, czyli pozytywne nastawianie do życia i ludzi - pomaga w osiągnięciu wyznaczonych celów, daje poczucie szczęścia. Jak się nauczyć pozytywnego myślenia? Zachęcam do wysłuchania ciekawej rozmowy na ten temat. Warto posłuchać.

SWPS Warszawa wykłady
link dla wychowanków i rodziców - " Siła pozytywnego myślenia"
<https://www.youtube.com/watch?v=bdfxV18mHzQ> ,

Wychowawca:
Izabela Paszyn

Ciekawe linki do profesjonalnych porad psychologów

<https://www.psychologowie-dla-spoleszenstwa.pl/>

<https://forumprzeciwd depresji.pl/wazne-telefony-antydepresyjne>

https://zwierciadlo.pl/psychologia/jak-radzic-sobie-z-lekiem-i-jak-rozmawiac-o-epidemii-z-dzieckiem-w-rozmowie-z-dr-tomaszem-srebnickiem?utm_source=portalutm_medium=jak-radzic-sobie-z-lekiem-i-jak-rozmawiac-o-epidemii-z-dzieckiem-w-rozmowie-z-dr-tomaszem-srebnickiemutm_campaign=czytajtakze-srodekst

Wychowawca:
Tomasz Maćkowski

Organizacja czasu wolnego

Wirtualne wycieczki

Zapraszam wszystkich ciekawych świata na wycieczki, bardzo dalekie i bardzo bardzo bezpieczne, bo wirtualne. Czekają tam na Was precudne widoki i wyciszająca, lokalna muzyka. Można przenieść się w czasie i miejscu oglądając te obrazki. Jest to wspaniała propozycja relaksu. Zachęcam do chwili dla siebie w tym trudnym dla nas wszystkich, a szczególnie dla Was czasie.

Oto ciekawe propozycje:

<https://www.airpano.com/360photo/Machu-Picchu-Peru/>

<https://sketchfab.com/3d-models/mont-saint-michel>

<https://www.airpano.com/360photo/Taj-Mahal-India/>

<https://www.airpano.com/360photo/Angkor-Wat-Cambodia/>

<https://www.airpano.com/360photo/Acropolis-Athens-Greece/>

Zapraszam

Wychowawca:

Beata Kwinciak

"Ozdoby Wielkanocne"

Nadszedł czas przygotowań do Świąt Wielkiej Nocy. Powoli myślimy o tym, co znajdzie się na naszym stole.

W związku z tym zachęcam Was do zapoznania się z propozycjami z serii „Wykonaj to sam”. Może staną się one dla Was cenną inspiracją.

https://www.youtube.com/watch?v=RxiTtOOb_VE

<https://www.youtube.com/watch?v=gr63lopwKSE>

<https://www.youtube.com/watch?v=xuWt7S9ob0A>

Z pewnością niektórzy z Was za chwilę zaczną wykonywać w domu różne ciekawe ozdoby. Zachęcamy wszystkich do przesyłania zdjęć (maksymalnie 3), na których pochwalicie się swoimi ręcznie wykonanymi palmami, pisankami lub innymi ozdobami wielkanocnymi.

Zdjęcia należy przesyłać do 17.04.2020 r. na adres e-mail: agnieszka.walczak@ckziu.kalisz.pl

Wirtualną galerię Waszych zdjęć wychowawca Agnieszka Walczak opublikują na stronie internetowej naszej Bursy.

Wychowawca:

Agnieszka Tokarek Walczak