

## Projektas „Atverk paguodos skrynelę“

Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras kartu su viešąja įstaiga „Psichikos sveikatos perspektyvos“ jau ketvirtus metus organizuoja projektą „Atverk paguodos skrynelę 2017“, kuriuo siekiama prisidėti prie vaikų psichikos sveikatos stiprinimo, suteikiant Vilniaus miesto vaikams (10–11 metų) žinių ir priemonių padedančių saugoti ir rūpintis savo bei artimųjų psichikos sveikata.

Minint psichikos sveikatos dieną spalio dešimtą mokykloje etikos mokytoja, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Zina Piličiauskienė vedė užsiėmimus ketvirtokams. Pirmo užsiėmimo metu vaikai sužinojo apie psichikos sveikatą, išmoko atpažinti ir įvardinti savo išgyvenimus, kalbėti apie savijautą, bei įgijo priemonių, padedančių saugoti ir rūpintis savo emocine sveikata. Antro užsiėmimo metu ketvirtokai patys lankstė ir dekoravo iš anksto parengtą kartoninės dėžutės maketą – „paguodos skrynelę“, kurioje vėliau galės kaupti subjektyviai emociškai svarbius daiktus. Aplankius blogai nuotaikai, vaikai buvo skatinami atsidaryti „paguodos skrynelę“, apžiūrėti ten sudėtus daiktus bei prisiminti su tais daiktais susijusias šiltas ir laimingas akimirkas.

Smagu pažymėti, kad 4a klasės mokinių, klasės vadovė Irena Milevskaja, įmantriai papuoštos skrynelės buvo pripažintos gražiausiomis. Nuo jų nedaug atsiliko savo sumanumu, gražinant skryneles, ir 4b klasės mokiniai, klasės vadovė Natalija Buržinskaja.

Zina Piličiauskienė

4a klasė



4b klasè

