Fundacja DBAM O MÓJ ZASIĘG
80-537 Gdańsk, ul. Wyzwolenia 17c/3
tel. 512 474 482 NIP 957 108 25 04
fundacja@dbamomojzasieg.com

SPRAWOZDANIE MERYTORYCZNE Z DZIAŁAŃ FUNDACJI DBAM O MÓJ ZASIĘG ZA ROK 2022

PODSTAWA PRAWNA

- Ustawa z dnia 6 kwietnia 1984 roku o fundacjach (Dz.U. z 1991r.. Nr 46 poz. 203 ze zmianami)
- Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 roku o działalności pożytku publicznego i wolontariacie (Dz.U. z 2003 roku, Nr 96 poz. 873 ze zmianami)

DANE REJESTRACYJNE

- Adres siedziby: ul. Wyzwolenia 17c/3; 80-537 Gdańsk
- Adres email: fundacja@dbamomojzasieg.com
- Storna internetowa: www.dbamomojzasieg.com
- Data utworzenia: 8 grudnia 2015r.
- Numer KRS: 591833
- Numer Regon: 363242207
- Numer NIP: 957-108-25-04
- Okres sprawozdawczy: 01.01.2022 – 31.12.2022
- W skład organu zarządzającego w okresie sprawozdawczym wchodziły następujące osoby
  - Maciej Dębski – Prezes Zarządu Fundacji
- Organ sprawujący nadzór: Nadzór nad działalnością fundacji Dbam o Mój Z@sięg sprawuje Minister właściwy do spraw Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

CELE STATUTOWE FUNDACJI:

1. Inicjowanie i wspieranie nowatorskich rozwiązań w różnorodnych dziedzinach życia społecznego, a szczególnie w obszarze:

a. rozwiązywania problemów społecznych,
b. pomocy i integracji społecznej osób i całych rodzin, w tym w zakresie wspierania grup zmarginalizowanych (osób bezdomnych, uchodźców doświadczających przemocy, osób z ograniczoną sprawnością, ubogich, uzależnionych i zagrożonych uzależnieniem od substancji psychoaktywnych i uzależnionych behawioralnie, wykluczonych społecznie, zawodowo oraz cyfrowo),
c. aktywizacji zawodowej,
d. zdrowia,
e. bezpieczeństwa publicznego i socjalnego,
f. edukacji społeczności lokalnych,
g. ochrony środowiska,
h. prowadzenie wszechstronnej działalności w zakresie rozwoju zdrowia dzieci i dorosłych,
i. wspieranie, rozwój i promocja (upowszechnienie) sportu i kultury fizycznej a zwłaszcza wśród dzieci i młodzieży, a także wśród osób niepełnosprawnych.

2. Propagowanie odpowiedzialnego wykorzystywania nowoczesnych technologii w społeczeństwie.
3. Rozwijanie i umacnianie postaw nastawionych na aktywne współdziałanie w rozwoju społeczeństwa obywatelskiego, w szczególności podnoszenie poziomu kapitału społecznego kształtowania wartości obywatelskich takich jak prospołeczność, altruizm społeczny, zaufanie społeczne.

4. Działalność na rzecz organizacji, instytucji oraz podmiotów prywatnych, których celami statutowymi pozostają działalność naukowa, naukowo-technologiczna, badawcza, oświatowa, kulturalna, w zakresie kultury fizycznej i sportu, dobroczynności, ochrony zdrowi i pomocy społecznej, rehabilitacji zawodowej i społecznej osób wykluczonych społecznie i zagrożonych wykluczeniem.
5. Tworzenie, promowanie oraz wspieranie dobrych praktyk w wyżej wymienionym zakresie.

SPOSÓB REALIZACJI CELÓW STATUTOWYCH FUNDACJI:

Fundacja realizuje swoje cele poprzez:

1. Działalność edukacyjną, w szczególności poprzez realizację seminariów, konferencji, wykładów, warsztatów, szkoleń, godzin realizowanych w ramach studiów podyplomowych oraz innych formach doskonalenia zawodowego nauczycieli prowadzonych odpowiednio przez placówki doskonalenia nauczycieli, szkoły wyższe oraz inne podmioty, których zadania statutowe obejmują doskonalenie zawodowe nauczycieli.
2. Działalność wydawniczą.
3. Działalność badawczą.
4. Działalność konsultacyjno-doradczą.
5. Działalność szkoleniową.
6. Rzecznictwo interesów grup zmarginalizowanych społecznie.
7. Współpracę z władzami samorządowymi, rządowymi i organizacjami pozarządowymi w zakresie wymienionym w celach działania Fundacji.
8. Organizację seminariów, konferencji, debat społecznych.
9. Organizację turnusów, obozów edukacyjnych oraz innych wyjazdów, posiadających charakter wypoczynku wraz z elementami edukacyjnymi mającymi na celu szkolenie, pogłębianie wiedzy, rozwijanie zainteresowań, uzdolnień oraz kompetencji w formie warsztatów, zajęć profilaktycznych oraz innych form kształcenia mających charakter wychowawczo-naukowy.

MISJA FUNDACJI

Zajmujemy się edukacją społeczeństwa na temat cyfrowej higieny i profilaktyki e-uzależnień wśród dzieci, młodzieży i dorosłych. Uczymy odpowiedzialnego korzystania z internetu, smartfona i innych narzędzi ekranowych, pamiętając, że kluczowe dla dobrostanu jednostki są relacje międzyludzkie. Podstawą naszych działań jest profesjonalna diagnoza problemu, działanie we współpracy międzysektorowej, jak również idea partycypacji rozumiana jako włączenie w proces wsparcia tych, którzy sami tego wsparcia potrzebują.

Realizację naszej misji opieramy o trzy filary: badawczy, szkoleniowy i edukacyjny. Prowadzimy, samodzielnie lub z partnerami, badania naukowe z obszaru e-uzależnień, nowych technologii w edukacji oraz relacji w świecie cyfrowym. Na ich podstawie opracowujemy programy naszych szkoleń, materiały edukacyjne i kampanie społeczne. Realizujemy szkolenia i warsztaty dla szkół, instytucji i firm prywatnych na terenie całej Polski. Nasz przekaz dostosowujemy zarówno do dzieci i młodzieży, jak i osób dorosłych.

Nasz zespół tworzą doświadczeni eksperci z ugruntowanym doświadczeniem z dziedziny socjologii, psychologii, pedagogiki, neurobiologii i komunikacji społecznej. Pozwala nam to oferować szerokie wsparcie dla przedszkoli i szkół, gmin i miast, instytucji państwowych oraz firm z sektora prywatnego.

DZIAŁANIA REALIZOWANE W OKRESIE SPRAWOZDAWCZYM

1. REALIZOWANE SZKOLENIA

Nasze działania kierujemy zarówno do uczniów (warsztaty), jak i do nauczycieli i rodziców (szkolenia, wykłady, warsztaty). Ich głównym celem jest doprowadzenie do sytuacji, w której uczeń korzystając z zasobów sieci (smartfona, komputera, internetu, gier cyfrowych) poprawia swoje zdrowie psychiczne, fizyczne oraz społeczne (relacje). Wspieranie nauczycieli i rodziców to przede wszystkim przekazywanie rzetelnej wiedzy o nowych technologiach, informowanie o pozytywnych i negatywnych konsekwencjach korzystania z cyfrowych dobrodziejstw, jak również przekazywanie praktycznych porad przeciwdziałających uzależnieniu od smartfona, gier czy internetu. Prosimy Państwa o chwilę uwagi i przeczytanie krótkiej informacji o tym, co przygotowaliśmy dla przedszkoli, szkół podstawowych i ponadpodstawowych na nadchodzący rok szkolny.

Fonoholizm i uzależnienie od telefonów komórkowych. Psychospołeczne skutki, praktyczne sposoby rozwiązań - Szkolenie dla rady pedagogicznej, uczniów oraz rodziców

- Wisły kijem nie zawrócisz – jaki stosunek powinniśmy przyjąć wobec nowych technologii?
- Czym są uzależnienia behawioralne i czym różnią się od uzależnień chemicznych?
- Fonoholizm – uzależnienie od telefonu komórkowego. Anatomia, skala zjawiska, psychospoleczne determinanty, najważniejsze symptomy
- Jakie są negatywne konsekwencje nadużywania smartfonów?
- W jaki sposób radzić sobie z problemem nadużywania telefonów komórkowych w szkole i w domu?
- Rama – rytual – relacje. Czym jest idea 3xR i dlaczego w świecie cyfrowym tak ważne są relacje osobiste?
- Jak zarządzać smartfonami w szkole?

Czym jest higiena cyfrowa i w jaki sposób właściwie o nią zadbać? - Szkolenie dla rady pedagogicznej, uczniów oraz rodziców

- Dlaczego Internet jest taki ważny i czy w istocie zaspokoić może nasze wszystkie potrzeby?
- Kim są „młodzi cyfrowi" i dlaczego wolą pisać do siebie niż rozmawiać?
- Eksperyment społeczny POZA SIECIĄ, czyli o tym, czego dowiemy się od osób przebywających trzy pełne dni na cyfrowym detoksie?
- Higiena cyfrowa – jak dbać o siebie w świecie, w którym więcej osób ma dostęp do internetu niż dostęp do pasty i szczoteczki do zębów?
- Dlaczego w świecie cyfrowym najważniejszą kompetencją pozostaje umiejętność tworzenia realnych – nie wirtualnych – więzi z innymi?
- Sposoby radzenia sobie z nadużywaniem nowych technologii, czyli o tym, co mają wspólnego powiadomienia z sokiem uwielbianym przez małpy?

Granie na Ekranie - dzieci i młodzież w świecie gier cyfrowych. Najważniejsze zagrożenia, pozytywy warte wspierania - Szkolenie dla rady pedagogicznej, uczniów oraz rodziców

- Czym są gry cyfrowe i dlaczego są takie absorbujące?
- Jakie są wzory korzystania z gier cyfrowych przez młodzież w Polsce?
- Jakie są negatywne konsekwencje związane z nadużywaniem gier cyfrowych?
- Kiedy granie w gry przynosi korzyści graczom i jakiego rodzaju są to korzyści?
- W jaki sposób grać w gry cyfrowe z zachowaniem higieny cyfrowej?
- Co, jeśli nie gry – w jaki sposób budować alternatywę do grania w gry cyfrowe?
- Jakie są potencjalne czynniki uzależniające od grania w gry cyfrowe?
- Co zrobić, kiedy podejrzewamy u ucznia/dziecka początki uzależnienia od grania w gry?

Cyberprzemoc, seksting, patotreści – wybrane zagrożenia w świecie cyfrowym Szkolenie dla rady pedagogicznej, rodziców oraz uczniów

- Blaski i cienie społeczeństwa cyfrowego.
- Korzystanie z nowych technologii a świat wartości.
- Nie rób drugiemu, co Tobie niemile – jaka jest anatomia cyberprzemocy?
- Co to znaczy ochrona prywatności i dbanie o wizerunek własnej osoby?
- Czym są patotreści i dlaczego tak często je oglądamy?
- I co z tym wszystkim zrobić?

Dobrze, że jesteś. Jak budować dobre relacje z innymi? - Szkolenie dla rady pedagogicznej, rodziców oraz uczniów

- Dlaczego relacje z innymi są takie ważne?
- Jak pandemia koronawirusa wpłynęła na umiejętność budowania relacji z innymi?
- Relacje jako czynnik chroniący przed uzależnieniem od nowych technologii i depresją
- Depresja to nie zły nastrój – skala i charakterystyka problemu?
- W jaki sposób na co dzień dbać o dobre relacje z innymi?

Głowa do góry. Co tak właściwie zmieniła w nas pandemia koronawirusa? - Szkolenie dla rady pedagogicznej – TYLKO ONLINE

- Jak pandemia koronawirusa wpłynęła na nasze zdrowi psychiczne, fizyczne i społeczne?
- Jakie są pozytywne aspekty doświadczenia pandemii koronawirusa?
- Szkoła po pandemii, czyli jaka?
- Edukacja zdalna, czyli o tym, co poszło nie tak?
- W jaki sposób zadbać o samych siebie? – najważniejsze wskazówki pozytywnie wpływające na dobrostan nauczycieli

Nastrój pod kontrolą - jak postępować z emocjami, gdy jest ich więcej niż byśmy chcieli? – Szkolenia dla rady pedagogicznej i rodziców – TYLKO ONLINE

- Jak rozpoznać depresję?
- Czy zły nastrój to już depresja?
- Kiedy i jak interweniować, gdy podejrzewamy depresję?
- Jak wzmacniać odporność emocjonalną uczniów?
- Jak stosować pozytywne interwencje pedagogiczne?
- Jak można zastosować w szkole narzędzia terapeutyczne służce budowaniu odporności psychicznej?

Wiem, rozumiem, potrafię. Budowanie poczucia sprawczości i adekwatności w kontekście ciągle zmieniającej się rzeczywistości – Szkolenia dla rady pedagogicznej i rodziców – TYLKO ONLINE

- Jak budować motywację dzieci i młodzieży w trakcie pandemii?
- Czym jest samokontrola i czy można jej się nauczyć w szkole?
- Jak korzystać w szkole z pozytywnych interwencji psychologicznych?
- Jak uczyć wiary w siebie i własne możliwości?
- Czy pewność siebie jest tym samym co poczucie wartości?
- W jaki sposób mobilizować uczniów do podejmowania wyzwań i wytrwałej pracy?

2. REALIZOWANE PROJEKTY – KAMPANIA SPOŁECZNA PRZECIWDZIAŁANIA DEPRESJI PT. „DOBRZE, ŻE JESTEŚ"

Głównym celem przygotowywanego projektu w ramach konkursu jest szerzenie wiedzy w zakresie depresji, kompleksowe oddziaływanie w przedmiocie profilaktyki depresji skierowane do uczniów, ich nauczycieli oraz rodziców i opiekunów, w tym kształtowanie postaw, zachowań i stylu życia wspierającego zdrowie psychiczne. Przewidziane w projekcie działania nawiązują do aktualnej sytuacji społecznej związanej z doświadczaniem stanu anomii społecznej wywołanej ponad rocznym zmaganiem się z pandemią koronawirus COVID-19 w tym zmaganiem się z izolacją społeczna, ograniczonym kontaktem z osobami najbliższymi, artrofią relacji koleżeńskich i zawodowych jak również negatywnymi skutkami związanymi ze zdalnym nauczaniem W ramach planowanych działań w projekcie zostaną zrealizowane następujące elementy: 1) działania skierowane do uczniów klas 4-8 gdyńskich szkół podstawowych i szkół ponadpodstawowych, dotyczących profilaktyki depresji, dostępnych formach pomocy oraz szeroko pojętej edukacji w zakresie radzenia sobie ze stresem i izolacją spowodowaną COVID- 19, 2) objęcie wsparciem gdyńskich nauczycieli (przynajmniej po 5 wybranych przedstawicieli kadry pedagogicznej z każdej szkoły podstawowej i ponadpodstawowej), poprzez dostarczenie wiedzy i odpowiednich narzędzi na temat profilaktyki, rozpoznawania i postępowania w przypadku dzieci i młodzieży z objawami depresji; 3) przygotowanie i przeprowadzenie 10 webinarów trwających ok. 30 min. dotyczących profilaktyki, rozpoznawania i postępowania w przypadku dzieci i młodzieży z objawami depresji, skierowanych do rodziców gdyńskich uczniów, udostępnionych w formie online również po ich przeprowadzeniu (w tym jeden przetłumaczony na język migowy); 4) przeprowadzenie przynajmniej 60 spotkań superwizyjnych (przynajmniej 12 spotkań dla każdej z grup 8-12 osobowych, trwających co najmniej. 60 min.) dla wybranych przedstawicieli gdyńskiej kadry pedagogicznej oraz dla rodziców; 5) zaplanowanie i przeprowadzenie kampanii społecznej zakresie profilaktyki depresji wśród dzieci i młodzieży oraz o dostępnych formach pomocy w przypadku zagrożenia depresją w odniesieniu do trwającej pandemii COVID-19; Celem kampanii społecznej będzie dotarcie do młodzieży szkolnej oraz ich rodziców i nauczycieli, a także wychowawców organizujących zajęcia pozaszkolne na terenie Gdyni z informacjami na temat depresji wśród nastolatków, a także nowych zagrożeń sfery psychicznej spowodowanej przez pandemię COVID19 i izolację. Przekaz kampanii skupiony będzie na budowaniu świadomości występowania depresji wśród młodzieży, rozpoznawania jej symptomów wśród osób ze swojego środowiska, a także profilaktyki. Nie bez znaczenia będzie zbudowanie przekonania o występowaniu depresji w naszym najbliższym otoczeniu, nawet jeśli trudno jest sytuację ocenić w pierwszym kontakcie. Budowanie wrażliwości społecznej będzie jednym z kluczowych efektów prowadzonej kampanii. W rezultacie wykorzystania rozmaitych narzędzi zaplanowanych w kampanii, uczniowie, rodzice i nauczyciele będą potrafili rozpoznać u siebie i innych symptomy obniżonego nastroju, zdobędą wiedzę w jaki sposób szukać pomocy bądź jak jej udzielić. Kampania społeczna oparta będzie głównie o treści merytoryczne wytworzone w ramach działań projektowych, które w formie online będą dostępne po zakończeniu projektu, co sprawi trwałość działań. Główny trzon kampanii będzie stanowiła strona internetowa, będąca zbiorem materiałów i treści podzielonych na głównych odbiorców projektu. W ten sposób dla społeczności gdyńskiej strona stanie sie kompendium wiedzy o depresji, swego rodzaju zestawem pierwszej pomocy - jednak treści będą się przenikać na wszystkich dostępnych serwisach będących i działających w sferze pomocy społecznej. Jednym z ważnych elementów będzie "kalkulator" depresji - prosta i wymowna forma sprawdzenia czy "ja" lub osoba mi bliska jest zagrożona depresją. Poza własną stroną, kampania opierać będzie się także o takie narzędzia jak outdoor (poligrafia w ZKM / szkołach / instytucjach miejskich), instalacja treści w ETO, oklejenie autobusu ZKM, realizacja kampanii CSR - w ramach whiztalk czy przestrzeni komercyjnych, social media - kampanie bezpłatne, jak i płatne oparte o zaawansowane algorytmy wyboru grupy docelowej, działania media relations (pozycjonowanie tematu w mediach profesjonalnych oraz wśród influencerów). Twórcy kampanii podejmą także próbę zaangażowania w działania osoby, które miały bądź mają doświadczenia z depresją - zaplanowano projekt fotograficzny "To, co niewidoczne dla oczu", który będzie zwracał uwagę na fakt, że osoby cierpiące na depresję przez długi czas skutecznie ukrywają problem na zewnątrz. Ze

względu jednak na wrażliwą kwestię jaką jest włączenie w działanie osób dotkniętych problemem depresji, ten element projektu może ulec modyfikacjom. W ramach umowy parasolowej - Fundacja Dbam o Mój Zasięg, jako wnioskodawca i lider projektu będzie wspierana przez partnera, którym jest jedna z najbardziej doświadczyć organizacji pozarządowych w Gdyni - stowarzyszenie In gremio. W celu uniknięcia rozrostu kosztów administracyjnych - wszelkie kwestie dokumentacyjne, jak również rozliczeniowe będą spoczywały na liderze. Partner w ramach umowy parasolowej będzie wspierał swoimi zasobami organizacyjnymi - ze względu na ciągły charakter prowadzonej działalności, jak również posiadane zasoby administracyjne, skrzydło realizacji projektów, a także zespół Ośrodka Psychologiczno-Pedagogicznego RAZEM będzie wsparciem w najbardziej obciążających momentach projektu, a także dając poczucie bezpieczeństwa realizacyjnego w przypadku zawirowań związanych ze stanem pandemicznym, którego nie można wykluczyć. Powoduje to, że eliminowane są zagrożenia związane z realizacją projektu i osiągnięcia wskaźników.

Miejsce realizacji zadania: Gdynia, placówki edukacyjne na poziomie szkół podstawowych i ponadpodstawowych, działania dostępne również dla dorosłych mieszkańców Gdyni Przestrzeń internetu - jako platforma dotarcia do osób wycofanych - przy współudziale wszelkich narzędzi związanych dotarciem do mieszkańców Gdyni

Grupa docelowa: młodzież klas 4 i 8 szkół podstawowych i wszyscy uczniowie szkół ponadpodstawowych w Gdyni - nauczyciele, pedagodzy, psycholodzy i inni specjaliści zatrudnieni w gdyńskich szkołach i innych jednostkach edukacyjnych - rodzice uczniów uczęszczających do gdyńskich szkół podstawowych i ponadpodstawowych, mieszkańcy Gdyni - inni mieszkańcy Gdyni, rodzice - osoby zagrożone obciążeniami psychicznymi ze względu na problemy wynikające z przedłużającej się izolacji społecznej.

3. BADANIE OCENA POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI I SPRAWCZOŚCI POLSKIEJ MŁODZIEŻY

Projekt „MŁODE GŁOWY. Otwarcie o zdrowiu psychicznym" jest inicjatywą Fundacji UNAWEZA, założonej przez Martynę Wojciechowską. W jego ramach, wspólnie z Fundacją Dbam o Mój Zasięg, zrealizowane zostały bezpłatne badanie stanu psychicznego młodzieży w Polsce. Każda szkoła podstawowa i ponadpodstawowa mogła zgłaszać chęć wzięcia udziału w badaniu, a jako rezultat, otrzymały m.in. wyniki i diagnozę swojej społeczności szkolnej.

MŁODE GŁOWY to oprócz badania również działania edukacyjne, które mają zwrócić uwagę na zdrowie psychiczne młodych ludzi, wskazać bariery, z którymi na co dzień się mierzą i przyczynić się do normalizacji sięgania po pomoc.
Głównym kanałem kampanii jest profil MŁODE GŁOWY na TikToku (@mlode_glowy), gdzie publikowane są treści edukacyjne dotyczące zdrowia psychicznego, a także odbywają się dyżury ekspertów, odpowiadających na pytania użytkowników

Chociaż temat kondycji psychicznej dzieci i młodzieży był już podejmowany w różnych badaniach, to **po raz pierwszy stworzyliśmy narzędzie badawcze, które obejmuje tak dużą grupę młodych ludzi** w wieku 10-19 lat. Zarówno z dużych miast jak i małych miejscowości z każdego krańca Polski. Chcieliśmy dowiedzieć się co wzmacnia kondycję psychiczną młodzieży, a co podcina im skrzydła? Jakie komunikaty otrzymują od swojego otoczenia? Na kogo mogą liczyć w kryzysowej sytuacji? Do kogo by się zwrócili po pomoc? I wiele innych kwestii, które pozwolą nam **opracować kompleksową kampanię społeczną, z konkretnymi narzędziami dla szkół i rodziców.**

Z danych WHO wynika, że co 40 sekund na świecie samobójstwo popełnia jedna osoba. Według raportu „Życie warte jest rozmowy" **w 2021 r. w Polsce 1439 dzieci i nastolatków podjęło próbę samobójczą, z czego 127 prób zakończyło się śmiercią. W porównaniu do roku 2020 oznacza to 77% wzrost zachowań samobójczych wśród młodzieży.** Niepokojące są też dane dotyczące zachowań samobójczych w grupie dziewczynek. W 2021 roku Komenda Głównej Policji zarejestrowała **wzrost o 101%.**

W badaniu ilościowym, które przeprowadziliśmy mieliśmy szansę **poznać odpowiedzi tysięcy uczniów i uczennic z całej Polski.** Projekt realizowany byl za pośrednictwem szkół, które następnie otrzymaly szczegółowy raport na temat sytuacji w swojej placówce. W badaniu wzięło udział ponad 200 tysięcy uczniów, 184.447 wzięło udział w ostatecznej analizie statystycznej. Indywidualny raport to ogromna korzyść dla wszystkich placówek, które wezmą udział w badaniu, bo większość z nich nie może sobie pozwolić finansowo na przeprowadzenie profesjonalnej diagnozy naukowej. Dzięki połączeniu sil Fundacji UNAWEZA i Fundacji Dbam o Mój Zasięg mogliśmy nie tylko dotrzeć do kilkuset tysięcy młodych ludzi, ale także **wesprzeć merytorycznie każdą szkołę** w Polsce, która chce realnie zająć się zdrowiem psychicznym swoich uczniów.

W badaniu zadano uczniom pytania dotyczące tego, co myślą o sobie, jak siebie oceniają, na ile potrafią korzystać ze wsparcia innych ludzi. Chcemy również znaleźć odpowiedź na pytanie, jaka jest ogólna kondycja psychiczna młodzieży, co tak naprawdę na nią wpływa oraz jak uczniowie w Polsce radzą sobie ze stresem i płynącą ze świata zewnętrznego presją.
Badanie naukowe dostępne było dla szkół za darmo, a jedynym wymogiem jest zarejestrowanie szkoły w bezpłatnym programie Szkoła Odpowiedzialna Cyfrowo, w którym uczestniczy już ponad 1500 szkół z całego kraju.

Projekt „Ocena poczucia własnej wartości i sprawczości polskiej młodzieży" wpisuje się w podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2022/2023 określone przez Ministerstwo Edukacji i Nauki.

W podziękowaniu za współpracę każda szkoła biorąca udział w projekcie otrzyma:

- SZKOLNY CERTYFIKAT wydany przez Fundację UNAWEZA oraz fundację DBAM O MÓJ ZASIĘG dotyczący udziału w projekcie naukowo-badawczym.
- ZAŚWIADCZENIE dla szkolnego koordynatora badań
- Wyniki wygenerowane dla szkoły w postaci raportu tabelarycznego po zakończonym projekcie w postaci pliku Excel do samodzielnej interpretacji i dalszego użytku.
- Szczegółowy raport z badań po zakończonych wszystkich czynnościach badawczych w wersji elektronicznej.

DO CZEGO POSŁUŻĄ OPRACOWANE WYNIKI?

- Opracowania ogólnopolskiej kampanii społecznej wspierającej młodzież.
- Stworzenia szczegółowego opracowania badań, każda placówka otrzyma też swój własny raport.
- Opracowania szczegółowych rekomendacji dla rodziców, uczniów oraz nauczycieli w zakresie tworzenia silnych więzi i relacji szkolnych.
- Opracowania szkolnego programu profilaktycznego dla dzieci i młodzieży.
- Opracowania programu szkoleniowego dla rodziców oraz nauczycieli.
- Przygotowania metodologii szczegółowych badań jakościowych w podejmowanej tematyce

Link do raportu tutaj: https://mlodeglowy.pl/wp-content/uploads/2023/04/MLODE-GLOWY.-Otwarcie-o-zdrowiu-psychicznym_-Raport-finalpdf

4. „RELACJE TO WAŻNE" – PROJEKT PODNOSZENIA JAKOŚCI RELACJI W SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ W GDYNI

Głównym celem projektu jest wsparcie wybranych do projektu gdyńskich szkół, a dokładnie wsparcie uczniów, rodziców, nauczycieli oraz dyrektorów w umiejętności budowania realnych, a nie wirtualnych więzi. Działania zawarte w niniejszym projekcie stanowią odpowiedź na zrealizowane badania jakościowe oraz ilościowe w mieście Gdynia poświęcone ocenie jakości relacji szkolnych w mieście Gdynia. Badania przeprowadzono równo wśród uczniów, rodziców, jak i nauczycieli i zawierały one w sobie komponent ilościowy (badania opinii) oraz jakościowy (analiza potrzeb). Działania zawarte w tym projekcie bezpośrednio odnoszą się do zapisanych w raportach z badań wniosków i rekomendacji, które należy wdrożyć w gdyńskich szkołach, aby w społeczności szkolnej panowały lepsze relacje, więź i klimat społeczny. A zatem głównym celem zadania będącego przedmiotem konkursu jest stworzenie warunków dla wzmocnienia i poprawy relacji w gdyńskim środowisku szkolnym jako odpowiedź na problemy przedstawiane w wynikach badań. Stworzenie owych warunków nastąpi poprzez wzbogacenie wiedzy całej społeczności szkolnej o tym, dlaczego relacje są najważniejsze, w jaki sposób rozwiązywać bieżące konflikty w zespole klasowym, w jaki sposób dbać o dobrostan psychiczny i odpowiedni poziom higieny cyfrowej. Projekt będzie oddziaływał na konkretne placówki oświatowe wskazane przez zlecającego, które zostały poddane bardzo szczegółowym badaniom - stąd też działania będą celowane i dostosowane w najlepszym wymiarze. Szerokie spektrum specjalistów zebranych przez realizatora i organizację parasolową pozwala na zapewnienie najwyższych standardów szkoleniowych.

Miejsce realizacji zadania

Oddziaływania w projekcie zrealizowane zostaną w obrębie następujących gdyńskich szkół: 1) Szkoła Podstawowa nr 6, 2) Szkoła Podstawowa nr 18, 3) Szkoła Podstawowa nr 21, 4) Szkoła Podstawowa nr 26, 5) Szkoła Podstawowa nr 29, 6) Szkoła Podstawowa nr 34, 7) Szkoła Podstawowa nr 51, 8) I Akademickie Liceum Ogólnokształcące, 9) Zespół Szkół Administracyjno - Ekonomicznych, 10) Zespół Szkół Ekologiczno - Transportowych. Założenie główne: działania w formie stacjonarnej. Przygotowanie rozwiązanie zastępcze w związku z panującą pandemią COVID: forma hybrydowa.

Grupa docelowa: uczniowie uczęszczający do wyżej wymienionych szkół - rodzice, których dzieci uczęszczają do wyżej wymienionych szkół - nauczyciele uczący w wyżej wymienionych szkołach - pedagodzy oraz psycholodzy szkolni zatrudnieni w wyżej wymienionych szkołach oraz w innych pozostałych, którzy dobrowolnie będą chcieli wziąć udział w projekcie - dyrektorzy i pozostała kadra zarządzająca zatrudniona w wyżej wymienionych szkołach Gdyńska społeczność - przede wszystkim edukacyjna, ale również pośrednio mieszkańcy. Projekt i jego rezultaty będą przedstawiane w otwartej formule.

5. „BAJECZNA ŚWIADOMOŚĆ" - KAMPANIA PROFILAKTYCZNA SKIEROWANA DO MŁODYCH RODZICÓW MIESZKAJĄCYCH W GDAŃSKU

Głównym celem przygotowywanego projektu w ramach konkursu było szerzenie wiedzy na temat świadomego wchodzenia przez rodziców lub osób spodziewających się dziecka w świat cyfrowych swoich małych dzieci oraz kształtowanie właściwych wzorów korzystania z zasobów sieci. Przewidziane w projekcie działania nawiązują do aktualnej sytuacji społecznej, w szczególności związanej z gwałtownym rozwojem nowych technologii, większą dostępnością nowych urządzeń cyfrowych, brak właściwych regulacji w zakresie korzystania z nowych technologii przez dzieci oraz

coraz niższy wiek tzw. „inicjacji technologicznej". Działania zawarte w projekcie są odpowiedzią na problem wycofania się rodziców ze świata cyfrowego swoich dzieci, postrzegania uzależnień chemicznych jako ważniejszego problemu niż uzależnienia od czynności, np. od korzystania z internetu, mediów społecznościowych, gier wideo, niedoceniania przez rodziców ważności świata cyfrowego dla swoich dzieci oraz braków w kompetencjach rodzicielskich w zakresie budowania kreatywnej alternatywy do świata cyfrowego. Przygotowana kampania skierowana jest przede wszystkim do MŁODYCH RODZICÓW lub do osób spodziewających się dziecka.

Grupami zainteresowanymi udziałem w projekcie byli:

1. Dziadkowie, babcie i inni członkowie rodziny.
2. Nauczyciele, pedagodzy, psycholodzy szkolni, w szczególności przedszkola.
3. Lekarze w szpitalach, pielęgniarki w szpitalu.
4. Właściciele szkół rodzenia.

W ramach planowanych działań w projekcie zrealizowane zostały następujące elementy:

1. Założenie i bieżące funkcjonowanie specjalnej strony internetowej zawierającej najważniejsze informacje o realizowany projekcie.
2. Zrealizowanie cyklu 6 webinarów online dla rodziców, nauczycieli.
3. Wydanie 3 podcastów tematycznych.
4. Stworzenie 1 poradnika dla młodych rodziców/dla osób spodziewających się dziecka i jego wydrukowanie i kolportaż 5.
5. Ułożenie i funkcjonowanie testu online dla rodziców na temat cyfrowego zaangażowania w dzieciństwie oraz poziomu higieny cyfrowej.
6. Stworzenie kompletu 6 infografik rysunkowych o problemie higieny cyfrowej i zaangażowania cyfrowego rodziców i ich wydrukowanie i kolportaż
7. Zrealizowanie sondy ulicznej na ulicach miasta Gdańsk.
8. Stworzenie animacji dla dzieci
9. Powstanie specjalistycznych tekstów, wywiadów ze specjalistami, audycji radiowych.
10. Rewizja dotychczasowego i opracowanie nowego domowego kodeksu korzystania z cyfrowych narzędzi ekranowych

Bezpośrednim efektem realizacji działania były:

- opracowanie 6 scenariuszy szkoleń dla rodziców/osób spodziewających się dziecka;
- opracowanie 6 prezentacji multimedialnych dla rodziców/osób spodziewających się dziecka;
- przeprowadzenie 6 webinarów dla rodziców/osób spodziewających się dziecka;
- zapis 6 webiarów dla rodziców/osób spodziewających się dziecka nagranych podczas spotkań;
- opracowanie poradnika dla młodych rodziców/osób spodziewających się dziecka pt. "Kiedy masz naprawdę małe dziecko - co powinniśmy wiedzieć o nowych technologiach? (w tym praca merytoryczna, graficzna, korektorska, redakcyjna)
- wydrukowanie 1000 poradników dla młodych rodziców/osób spodziewających się dziecka pt. "Kiedy masz naprawdę małe dziecko - co powinniśmy wiedzieć o nowych technologiach?;
- powstanie zestawu 6 infografik o higieny cyfrowej w zakresie korzystania z nowych technologii; (w tym praca merytoryczna, graficzna, korektorska, redakcyjna)
- wydrukowanie 400 kompletów infografik higieny cyfrowej w zakresie korzystania z nowych technologii;
- powstanie specjalistycznej strony internetowej w ramach kampanii społecznej; (w tym praca merytoryczna, praca informatyczna); - powstanie animacji dla dzieci w zakresie korzystania z nowych technologii; (w tym praca merytoryczna, graficzna, korektorska, redakcyjna);

- opracowanie przynajmniej 3 tekstów ze specjalistami spisanymi w postaci wywiadu;
- powstanie 3 podcastów ze specjalistami; - powstanie 1 testu online dla rodziców na temat cyfrowego zaangażowania w dzieciństwie ich dzieci; (w tym praca merytoryczna, informatyczna, analityczna);
- powstanie 1 testu online dla rodziców na temat poziomu higieny cyfrowej ich dzieci; (w tym praca merytoryczna, informatyczna, analityczna);
- powstanie 3 artykułów sponsorowanych w czasopismach branżowych lub portalach online;
- powstanie 1 tematycznej sondy społecznej zrealizowanej w charakterystycznych punktach miasta Gdańsk; (w tym praca merytoryczna, graficzna, korektorska, redakcyjna);
- nagranie 2 audycji radiowych w lokalnym Radio Gdańsk - rewizja dotychczasowego i opracowanie nowego domowego kodeksu korzystania z cyfrowych narzędzi ekranowych wraz ze scenariuszem rozmowy rodzica z dzieckiem.

Spodziewane rezultaty zadania to:

1. Zwiększenie zaangażowania rodziców w procesie świadomego wchodzenia ich dzieci w świat cyfrowy. 1. Zwiększenie wiedzy o problemie higieny cyfrowej w zakresie korzystania z urządzeń ekranowych i zasobów sieci.
2. Uwrażliwienie na to, że dostępność cyfrowych narzędzi ekranowych wśród dzieci może przynieść konkretne negatywne konsekwencje dla zdrowia psychicznego, fizycznego i społecznego.
3. Umiejętne budowanie alternatywy do świata cyfrowego.
4. Umiejętne tworzenie i rozwijanie więzi między rodzicem a dzieckiem.
5. Umiejętne tworzenie domowych zasad korzystania z zasobów sieci.

Jaka zmiana społeczna została osiągnięta poprzez realizację zadania? Wypracowane w trakcie projektu produkty (scenariusze zajęć, poradnik, animacja, tematyczne testy online, podcasty, wywiady, audycje radiowe i inne) przekazane zostaną do codziennego użytku gdańskim przedszkolom i szkołom, poradniom psychologiczno-pedagogicznym, Miejskiemu Ośrodkowi Pomocy Rodzinie w Gdańsku, szkołom rodzenia, organizacjom pozarządowym, bibliotekom oraz innym jednostkom administracyjnym w mieście Gdańsk odpowiedzialnym nie tylko za politykę edukacyjną, ale również pomoc społeczną, ochronę zdrowia i politykę rodzinną.

6. ORGANIZACJA I KONGRESU SZKÓŁ ODPOWIEDZIALNYCH CYFROWO – POMORSKI PARK NAUKOWO TECHNOLOGICZNY W GDYNI, 14-15 LISTOPADA 2022

Fundacja Dbam o Mój Z@sięg, miasto Gdynia oraz Wydział Nauk Społecznych Uniwersytetu Gdańskiego w roku 2022 zrealizowały ogólnopolską konferencję naukową pt. ZDROWA SZKOŁA. O POTRZEBACH UCZNIÓW I NAUCZYCIELI. Wydarzenie odbyło się w dniach 14-15 listopada 2022 roku w Pomorskim Parku Naukowo-Technologicznym w Gdyni.

Podczas konferencji obok sesji wykładowych odbyły się praktyczne warsztaty dla nauczycieli, psychologów oraz pedagogów szkolnych, a w trakcie organizowanego wydarzenia swoją premierę miał raport pt. „Ocena jakości relacji szkolnych", napisany na podstawie wyników badań prowadzonych wśród ponad 51 tysięcy uczniów i 5 tysięcy nauczycieli z całej Polski. Uzyskane wyniki są bardzo niepokojące i wskazują, że:

1. Oczekiwania uczniów wobec dobrych relacji z kolegami i koleżankami z klasy, ze szkoły, z nauczycielami, wychowawcą czy dyrektorem szkoły kształtują się na bardzo niskim poziomie.
2. Co trzeci uczeń powinien ma podejrzenie depresji i w jej kierunku powinien być diagnozowany.

3. Pandemia koronawirusa spowodowała u 40% nastolatków spadek dobrego samopoczucia psychicznego i fizycznego, częściej niż przed pandemią uczniowie doświadczają samotności życiowej, braku motywacji do robienia czegokolwiek oraz obniżonego nastroju. Co trzeci badany uczeń doświadcza wyraźnych symptomów stresu elektronicznego.
4. Prawie 2/3 uczniów nie ma żadnego wpływu na to, co dzieje się w szkole.
5. Jedna czwarta uczniów przyznaje, że w ich szkole nie ma ani jednego nauczyciela, do którego zwróciłaby się o pomoc w cen rozwiązania problemu pozaszkolnego, tyle samo uczniów nie lubi swojej szkoły.
6. Prawie połowa uczniów odczuwa silny stres w związku chodzeniem do szkoły, a co trzeci uczeń przynajmniej raz był u psychologa za karę.
7. Jeden na dziesięciu zbadanych uczniów przyznaje, że zawsze w szkole doczuwa smutek, przygnębienie, samotności, obaw oraz chęci płaczu.
8. Polska szkoła to szkoła przemocy i dyskryminacji. Najczęstszymi formami przemocy rówieśniczej jest wyśmiewanie, obrażanie, mówienie negatywnie za plecami, celowe żartowanie oraz oskarżanie o rzeczy, których się nie zrobiło.
9. Uczniowie doświadczają różnorodnych form dyskryminacji ze swoich kolegów i nauczycieli. Najczęściej dotyczy to wyglądu ucznia, jego światopoglądu i przekonań.

Gdyńska konferencja traktowała o zapaści zdrowia psychicznego uczniów i nauczycieli, ale też wskazuje konkretne rekomendacje, które mogą być wdrożone w każdej szkole w Polsce. W trakcie konferencji uczestnikom zostały rozdane materiały edukacyjne, w postaci publikacji naukowych, materiałów edukacyjnych, jak również scenariuszy zajęć (dla uczniów oraz nauczycieli) opracowanych przez fundację Dbam o Mój Z@sięg przy współpracy z Laboratorium Innowacji Społecznych w Gdyni przygotowane w ramach projektu pt.: „Ścieżka szyta na miarę UrbanLab Gdynia"

Podczas dwóch dni wykładów i warsztatów rozmawiano o:

- Jak budować i wzmacniać więzi w społecznościach szkolnych?
- Czym jest i jak powinna wyglądać pierwsza pomoc psychologiczna w szkole oraz jaka jest rola psychologa w szkole?
- Jakie są najważniejsze problemy uczniów i w jaki sposób na nie odpowiadać? Problem depresji, samotności życiowej, niskiego poziomu odporności psychicznej
- Czym jest interwencja kryzysowa w szkole i kto powinien jej dokonywać?
- Jak oceniane są przez uczniów i nauczycieli relacje szkolne?
- Czy polska szkoła jest przestrzenią uznania czy przemocy i dyskryminacji?
- W jaki sposób budować w szkole zdrowie psychiczne uczniów i nauczycieli?
- W jaki sposób środowisko szkolne może odpowiadać na różnorodność społeczną, w tym międzykulturową?
- W jaki sposób podejmować zagadnienia partycypacji uczniów i rodziców?
- Co możemy zrobić, aby być w szkole dla siebie wsparciem?
- Partycypacja uczniów i rodziców w kształtowaniu środowiska szkolnego – mity czy realne możliwości?

7. „RELACJE W WAKACJE" - WYPOCZYNEK LETNI DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Pandemia pozbawiła nasze dzieci zbyt wielu okazji do bezpośrednich relacji z rówieśnikami. Są zmęczone zdalną nauką, stałą dostępnością online i ciągłymi kwarantannami. Najlepsze, co możemy im zaoferować w wakacje, to odpoczynek od internetu, swobodna zabawa i zajęcia, które pomogą budować trwałe i dobre relacje z rówieśnikami. Fundacja Dbam o Mój Zasięg zrealizowała dwa turnusy wypoczynku młodzież w wieku od 7 do 17 lat w malowniczej krainie

zamków i budowli krzyżackich na Kociewiu. Podczas niezapomnianych 10 dni skupiono się przede wszystkim na wzmacnianiu umiejętności budowania dobrych relacji oraz na spędzaniu czasu na lonie natury, z dala od nowych technologii, internetu i mediów społecznościowych. Więcej na https://relacjewwakacje.pl

Relacje w Wakacje to inicjatywa organizująca kolonie letnie dla dzieci i młodzieży, koncentrująca się na budowaniu wartościowych relacji, wszechstronnym rozwoju uczestników oraz zapewnieniu im niezapomnianych wakacyjnych doświadczeń.

Najważniejsze działania:

1. **Warsztaty i zajęcia integracyjne** – program kolonii kładzie nacisk na wzmacnianie więzi między uczestnikami poprzez gry zespołowe, zabawy i aktywności rozwijające umiejętności komunikacyjne.
2. **Aktywności sportowe i rekreacyjne** – dzieci biorą udział w różnorodnych formach aktywności fizycznej, takich jak sporty drużynowe, wycieczki piesze, zajęcia wodne czy gry terenowe.
3. **Rozwój osobisty i emocjonalny** – poprzez specjalnie zaplanowane zajęcia edukacyjne i wychowawcze uczestnicy uczą się radzenia sobie ze stresem, budowania pewności siebie oraz nawiązywania zdrowych relacji.
4. **Twórcze warsztaty i zajęcia artystyczne** – kolonie oferują możliwość rozwijania talentów poprzez zajęcia plastyczne, teatralne, muzyczne czy literackie.
5. **Edukacja przyrodnicza** – program uwzględnia aktywności na świeżym powietrzu, które uczą dzieci szacunku do natury i ekologii.
6. **Bezpieczeństwo i opieka** – priorytetem organizatorów jest zapewnienie dzieciom bezpiecznego środowiska pod okiem wykwalifikowanej kadry wychowawców i animatorów.

Cele kolonii:

- Budowanie silnych i wartościowych relacji międzyludzkich.
- Rozwój umiejętności społecznych i emocjonalnych uczestników.
- Zachęcanie dzieci do aktywnego i zdrowego stylu życia.
- Wspieranie kreatywności i pasji poprzez różnorodne zajęcia.
- Kształtowanie postaw odpowiedzialności, współpracy i empatii.

Dzięki starannie opracowanemu programowi **Relacje w Wakacje** zapewniają uczestnikom nie tylko wypoczynek, ale także cenne doświadczenia, które wpływają na ich rozwój osobisty i społeczny. W roku 2022 w dwóch turnusach wzięło udział 110 kolonistów

8. REALIZACJA OGÓLNOPOLSKIEJ KAMPANII SPOŁECZNEJ PT. „IDĄ ŚWIĘTA, NIE O SMS-IE, LECZ O KARTCE PAMIĘTAJ – EDYCJA 6

Głównym celem prowadzonej kampanii jest zwrócenie uwagi na ważność relacji międzyludzkich w świecie zdominowanym przez nowe technologie. W poprzednich edycjach kampanii wzięło udział kilka tysięcy szkół z Polski i zagranicy, których uczniowie wysłali ponad 3 miliony kartek do swoich bliskich oraz osób samotnych i potrzebujących.

Kto może wziąć udział w kampanii?

W tegorocznej edycji zapraszamy do udziału nie tylko społeczności szkolne, przedszkola, biblioteki i inne instytucje edukacji, ale także ośrodki pomocy społecznej, jednostki penitencjarne, organizacje pozarządowe oraz firmy i osoby prywatne. Sposobów włączenia się w kampanie jest wiele, będziemy prezentować je sukcesywnie na tej stronie oraz na naszym profilu na Facebooku: www.facebook.com/dbamomojzasieg.

Jak wziąć udział w kampanii? Zamów i wysyłaj kartki „Idą święta". Każdej edycji kampanii towarzyszy specjalna limitowana wersja kartek świątecznych, autorstwa wspaniałej rysowniczki Joasi Kurowskiej. Przygotowane przez nas kartki możesz zamówić dla uczniów swojej szkoły, pracowników firmy lub swojej lokalnej społeczności. Możesz je zamówić także dla swojej rodziny – pamiętaj tylko, że najmniejszy nakład to 50 sztuk ZAMÓW MINIMUM 200 SZTUK NASZYCH KARTEK I WEŹ UDZIAŁ W KONKURSACH ODWIEDZAJĄC ZAKŁADKĘ "KONKURSY" Już niebawem znajdą się w niej określone propozycje, w których możesz wziąć udział

Co możesz zrobić samodzielnie w ramach kampanii?

- **Przygotuj kartki samodzielnie i wyślij do swoich bliskich.** Możesz przygotować także własne kartki świąteczne w ramach „Ogólnopolskiego Tygodnia Pisania Kartek Świątecznych", który organizujemy zawsze w drugim tygodniu grudnia. Dołącz do nas na Facebooku, a poinformujemy Cię o starcie akcji odpowiednio wcześniej.
- **Pamiętaj o osobach w potrzebie**. Możesz nasze kartki bądź kartki zrobione przez siebie wysłać lub zanieść do seniorów, domów dziecka, osób pozostających na święta w szpitalu, osób bezdomnych, osób przebywających w zakładach karnych i wszystkich innych, którzy mogą w święta Bożego Narodzenia czuć się samotnie.
- **Weź udział w konkursach „Idą święta".** Jeśli reprezentujesz szkołę, możesz ze swoimi uczniami wziąć udział w konkursie grupowym lub indywidualnym – szczegóły konkursów pojawią się w listopadzie w sekcji KONKURS.
- **Promuj ideę pisania kartek i dbania o relacje** poprzez udostępnianie informacji o kampanii oraz spotu świątecznego, który znajdziesz m. in. w serwisie YouTube oraz na naszym facebookowym profilu.

Każda szkoła, przedszkole oraz inne instytucje, które dołączą do naszego projektu otrzymają CERTYFIKAT oraz ZAŚWIADCZENIE DLA KOORDYNATORA udziału w kampanii społecznej, Na wskazany w rejestracji adres e-mail wysłany również zostanie PLAKAT, który instytucja biorąca udział w kampanii może wydrukować i powiesić w swojej placówce. Osoby koordynujące kampanię otrzymają zaświadczenie poświadczające zaangażowanie w roli koordynatora lokalnego w kampanii społecznej.

DLACZEGO WYSYŁANIE KARTEK JEST WAŻNE:

- Sprawiają ogromną najszczerszą radość dla odbiorcy.
- To szansa by w prosty i osobisty sposób wyrazić wszystko to, co czujemy do osób najbliższych. Wysłane kartki przywołują wspomnienia i pamięć o nadawcy, za każdym razem gdy na nie spoglądamy.
- Napisane kartki pozostawiają po sobie trwały ślad, którego nie można tak po prostu wykasować. Nie potrzebujemy do tego stałego połączenia wi-fi - możemy tworzyć je w każdym miejscu, o każdej porze, angażując bliskich.
- Poprzez własnoręczne skreślenie kilku słów podkreślamy wyjątkowość osób do których wysłaliśmy kartkę świąteczną.
- Stanowią formę integracji wszystkich członków rodziny.
- To dobra okazja, by uwolnić kreatywność i pomysłowość, poprawić bądź nabyć nowe umiejętności manualne.
- To naprawdę łatwe i fajne.

POWODY DLA KTÓRYCH REALIZUJEMY KAMPANIĘ:

- Pragniemy zaprosić całą Polskę do działania polegającego na wysłaniu kartek świątecznych swoim najbliższym.

- Chcemy podkreślić wyjątkowość łączących nas więzi i osobistych relacji w świecie, w który bardzo ważna rolę odgrywają technologie informacyjno-komunikacyjne.
- Zachęcamy, aby w okresie świąt Bożego Narodzenia w sposób świadomy odłożyć media cyfrowe.
- Jesteśmy przekonani, że w świecie cyfrowym bardzo ważne jest kultywowanie rodzinych tradycji.
- To doskonała okazja do aktywizacji mieszkańców miast, wsi, członków instytucji, przestrzeni miejskich, sektorów edukacji oraz sportu, zaangażowania władz.

REZULTATY JAKICH SIĘ SPODZIEWANY:

- Polskie rodziny aktywnie wspierają ideę dzielenia się życzeniami, poprzez tradycyjne pisanie kartek świątecznych.
- Najmłodsi są świadomi różnicy pomiędzy istotą słowa pisanego własnoręcznie, a wiadomością cyfrową – wygenerowaną często z gotowych wzorów.
- Dzięki wyraźnemu zaangażowaniu, podtrzymana zostaje więź, nawet z najdalszymi członkami rodzin.
- W naturalny sposób wzrasta zaangażowanie całych rodzin na rzecz świadomego bycia bliżej siebie.
- Dominować zaczyna chęć sprawienia niespodzianki, wywołania czystej radości poprzez efekt zaskoczenia, a także kreatywność.
- Najmłodsi zyskują umiejętność własnoręcznego napisania kartki, a nawet stworzenia jej od podstaw.
- Dzieci poznają historię swojej rodziny.
- Dzieci wiedzą, jaką drogę przebywa kartka świąteczna wysłana w tradycyjny sposób.
- Dzieci poznają miejsca w Polsce i na świecie, w których mieszkają ich najbliżsi.
- Dzieci znają adres zamieszkania swoich najbliższych.

Fundacja DBAM O MÓJ ZASIĘG
80-537 Gdańsk, ul. Wyzwolenia 17c/3
tel. 512 474 482 NIP 957 108 25 04
fundacja@dbamomojzasieg.com