

Týždeň duševného zdravia: Celoškolské aktivity na celý deň

Aktivita: DobroSwap – pre dušu aj pre druhých

Vo vami vybraný deň môžete ako škola zorganizovať aktivitu zameranú na komunitu, spolupatričnosť a aktívne zapojenie žiakov a žiačok (napr., ideálne ako tematický deň vo štvrtok 7. mája 2026). Tu je niekoľko alternatív:

1



Predaj koláčov a ručne vyrobených vecí v susedstve:

Žiaci s rodičmi upečú koláče alebo iné dobroty a predávajú ich na ulici pred školou alebo v rámci ich susedstva. Alternatívou môže byť, že žiaci vyrobia drobné predmety v škole napr. na hodinách výtvarnej výchovy, v školskom klube a i., alebo spolu so zamestnancami školy upečú koláčiky v školskej kuchyni. Výťažok môže ísť na rôzne účely, ako na zlepšenie školského prostredia alebo na miestnu charitu či útulok.

2



Swap (výmena) oblečenia:

Každý žiak prinesie minimálne 1 kus čistého a nositeľného oblečenia. Počas akcie si žiaci oblečenie navzájom vymieňajú (swap).

Zvyšné neprevzaté kusy odporúčame odovzdať charite, centrám pre deti a rodiny alebo iným rodinám v núdzi.

3



Swap (výmena) kníh a hier:

Žiaci prinesú do školy knihy alebo spoločenské hry, ktoré už nepotrebnú.

Každý si môže odnieť to, čo ho zaujme. Zvyšok poputuje do školskej knižnice alebo do centier pre deti a rodiny.

Táto aktivita učí žiakov a žiačky, že aj malé skutky láskavosti môžu mať zmysel a že starostlivosť o vlastnú duševnú pohodu zahŕňa aj vzťahy, spoluprácu, budovanie komunity a možnosť aktívne prispieť k dobru druhých.

Táto aktivita pomáha:

- podporiť spoluprácu a zodpovednosť žiakov a žiačok,
- posilniť školskú komunitu a pocit spolupatričnosti,
- rozvíjať empatiu, láskavosť a chuť pomáhať,
- dať žiakom možnosť spolurozhodovať o ďalšom využití financií a predmetov.