

KATALOG EKOLOŠKO-KULTURNEGA  
DRUŠTVA ZA BOLJŠI SVET

# ZA SREDNJE ŠOLE



Ekološko-kulturno društvo Za boljši svet  
Bolfenška 66, 2000 Maribor  
[www.forbetterworld.si](http://www.forbetterworld.si), [boljsi.svet@siol.net](mailto:boljsi.svet@siol.net)  
tel: 041 540 616, 041 770 874, 041 678 074

## *KDO SMO?*



V društvu Za boljši svet smo se zbrali strokovni delavci različnih pedagoških profilov, ki si delimo skupen cilj – prispevati k izboljšanju kakovosti življenja ljudi, živali in narave. Prizadevamo si za oživitev človeških vrednot, za sodelovanje ljudi na vseh nivojih, dostojne življenjske pogoje, za zaščito narave in spoštovanje osebnih pravic.

Društvo Za boljši svet je nevladna organizacija, ki deluje v javnem interesu in je podprta s strani Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport.

## *Kaj počnemo?*

### *Projekt: SKUPAJ USTVARJAMO BOLJŠI SVET*

Verjamemo, da mora šola dati mladim več kot le znanje iz knjig in da znanje in izobrazba dobita pravo vrednost šele takrat, ko sta obogatena z vrednotami, s srčno kulturo, s spoštovanjem sebe, sočloveka, živali, narave... Šele ko človek razvije te notranje vrednote, bo svoje intelektualne dosežke usmeril v dobrobit človeštva in ne v njihovo uničenje.

Dandanes vladajo po svetu in pri nas težavne razmere, kar se odraža tudi v šoli. Disciplinske težave, nasilje, slaba koncentracija, nemotiviranost, nezdrava tekmovalnost, nestrpnost, vse več težav z zasvojenostjo... Kako te težave premagati? Kako dijakom pomagati? Kako v njih prebuditi željo po lepših odnosih, kako jim pokazati, da je življenje lahko prijetnejše, če poznamo in spoštujemo njihove zakone?

Naše delavnice, predavanja, gledališke predstave in knjige se rojevajo iz želje – skozi zgodbo, pogovor, igro, pesem, glasbo, gibanje – odgovoriti na ta vprašanja.

V okviru projekta sodelujemo z več kot 300 osnovnimi in srednjimi šolami in več kot 100.000 otroki. Projekt se je razširil tudi na področje delovanja s starostniki, socialnimi ustanovami in humanitarnimi organizacijami.

## *KULTURNI DAN Z DRUŠTVOM ZA BOLJŠI SVET*

Izbirate lahko med različnimi obsegi vsebin:

1. Začetek dneva pričnemo z gledališko predstavo za katero sledijo delavnice. Istočasno lahko izvajamo po štiri delavnice.
2. Izvedba samo gledališke predstave za dijake.
3. Izvedba samo delavnic za dijake. Istočasno lahko izvajamo po štiri delavnice.

Projektne dan lahko organiziramo za celotno šolo (za šole, ki imajo do cca 250 dijakov) ali pa posebej po letnikih (v kolikor ste večja šola).

## KAZALO KATALOGA

KAZALO KATALOGA.....	3
Izvedba delavnic je primerna za število udeležencev v velikosti enega razreda in trajajo eno šolsko uro. ....	4
A1. REŠIMO ZEMLJO	
V času velikih klimatskih sprememb, vojn, slabih medčloveških odnosov in neenakomerno razporejenih političnih in ekonomskih potencialov, naša komična predstava ponuja rešitev, ki temelji v ozaveščanju človeštva, da smo vsi ljudje na Zemlji, kot ena velika družina, ki deli skupen in edini dom. Samo naša skupna skrb zanj, ga bo ohranila za nas in vse prihodnje rodove.....	5
A2. PRIDI Z MENOJ NA ČASOVNI STROJ .....	5
A3. EKOLOGIJA MEDSEBOJNIH ODNOSOV.....	5
A4. JAZ IN OKOLJE.....	5
Vrednote: ekologija, skrb za okolje, lasten prispevek k varovanju okolja.....	5
GLEDALIŠKE PREDSTAVE ZA KULTURNE IN SPOZNAVNE DNEVE TER DRŽAVLJANSKO VZGOJO.....	6
B1. SUPER, DA SMO RAZLIČNI – medkulturni dialog.....	6
B2. SLOVENIJA IMA JUNAKA - za dobra dela.....	6
B3. KORAK ZA KORAKOM-odrašanje.....	6
B4. MALI PRINC (sodobna priredba).....	7
B5. LEPA BESEDA ODPIRA VSA VRATA - bonton.....	7
B6: POKLIC PO MERI! – poklicno usmerjanje, aktiven in odgovoren prispevek posameznika .....	7
B7. SKUPAJ SMO MOČNEJŠI!.....	7
DELAVNICE ZA KULTURNE IN SPOZNAVNE DNEVE TER DRŽAVLJANSKO VZGOJO.....	8
B8. KOMUNIKACIJA.....	8
B9. ŽIVIM PO SVOJI PAMETI - vpliv medijev.....	8
B11. STRPNOST DO DRUGIH.....	8
B12. MOTIVACIJA.....	8
B13. KOGA IMETI ZA VZOR.....	8
B14. NA POTI DO SEBE - ODRAŠČANJE .....	9
B15. USPEŠEN SEM, PRIDRUŽI SE MI.....	9

C1. SVET BREZ NASILJA (nenasilje).....	10
C2. MOJE TELO JE MOJE SVETIŠČE (zdrav življenjski slog).....	10
C4: UJETI SE NE DAM! – zdrava samopodoba in življenjski slog.....	10
C7. BREZ LJUBEZNI NI DOBREGA SEKSA (komedija).....	11
C8. BESEDA LAHKO MOČNEJE UDARI KAKOR PEST.....	12
C9. ALKOHOL, CIGARETI? NE, HVALA. – preprečevanje zasvojenosti z alkoholom in cigaretami.....	12
C10. BODI FRAJER BREZ DROGE.....	12
C11. ZAUPAJMO VASE.....	12
C12. JAZ IN TI O LJUBEZNI .....	12
C13. MOJE TELO JE MOJE SVETIŠČE (delavnica o bulimiji in anoreksiji).....	13
D: CENIK.....	14
E: KONTAKT.....	14

*Za vse gledališke predstave velja:*

Trajanje predstave: 45 min

Število dijakov: do 200

Prostor: dvorana, avla, telovadnica, večnamenski prostor

*Za vse delavnice velja:*

Izvedba delavnic je primerna za število udeležencev v velikosti enega razreda in trajajo eno šolsko uro.

# A: EKOLOGIJA



## EKOLOŠKE

## GLEDALIŠKE

## PREDSTAVE

### **A1. REŠIMO ZEMLJO**

V času velikih klimatskih sprememb, vojn, slabih medčloveških odnosov in neenakomerno razporejenih političnih in ekonomskih potencialov, naša komična predstava ponuja rešitev, ki temelji v ozaveščanju človeštva, da smo vsi ljudje na Zemlji, kot ena velika družina, ki deli skupen in edini dom. Samo naša skupna skrb zanj, ga bo ohranila za nas in vse prihodnje rodove.

### **A2. PRIDI Z MENOJ NA ČASOVNI STROJ**

Človeštvo je v nenehnem vrtincu hitro se razvijajoče tehnologije, komunikacijskih sredstev in neverjetnih dosežkov znanosti. Kljub mnogim napredkom pa težko rečemo, da naš odnos do življenja in naša zavest zlahka sledita zahtevam sodobne družbe. Ob pogledu na negotovo prihodnost doživljamo majhne in velike strahove. To še posebej velja za mlade, ki zrejo v obdajajočo se družbo, ob čemer se jim porajajo številna vprašanja: kam se usmeriti danes, kaj načrtovati, česa se učiti, kako ravnati s samim seboj in okolico, kaj bo prineslo uspeh in kaj srečo...? V želji, da bi poiskali odgovore na ta in številna druga vprašanja, smo ustvarili našo predstavo.

## EKOLOŠKE DELAVNICE

### **A3. EKOLOGIJA MEDSEBOJNIH ODNOSOV**

Če sem prijazen človek, dobronameren in skrben do okolja ali imam od tega korist? Zakaj bi vračal z dobrim, če drugi vračajo s slabim? Zakaj nekateri nočejo razumevanja in sodelovanja? Zakaj se dogaja svetovno onesnaženje in vojne? Na vsa ta vprašanja bomo našli odgovore v medčloveških odnosih. Delavnica uči, kako razviti razumevanje o medsebojni povezanosti in soodvisnosti vseh ljudi ter kako to uporabiti v namen varovanja okolja ter ustvarjanja boljših življenjskih pogojev za vse ljudi sveta.

*Vrednote: medsebojna komunikacija, strpnost, sprejemanje drugačnosti, spoštovanje*

### **A4. JAZ IN OKOLJE**

Le en dom imamo in ta se nahaja na Zemlji, ki je čedalje bolj ogrožena. Kako prepoznati resnost podnebnih sprememb, onesnaženja in uničevanja narave, kaj storiti in kako prispevati, je tema naše delavnice.

*Vrednote: ekologija, skrb za okolje, lasten prispevek k varovanju okolja*

## **B: KULTURNI IN SPOZNAVNI DNEVI, DRŽAVLJANSKA VZGOJA**



### **GLEDALIŠKE PREDSTAVE ZA KULTURNE IN SPOZNAVNE DNEVE TER DRŽAVLJANSKO VZGOJO**

#### **B1. SUPER, DA SMO RAZLIČNI – medkulturni dialog**

Svet je postal velika vas. Moderna ekonomija in politika sta prebrisali meje med narodi, kulturami in verami. Da je vse skupaj lahko zelo zabavno, poučno in koristno lahko spoznamo v naši predstavi.

#### **B2. SLOVENIJA IMA JUNAKA - za dobra dela**

Poleg družine in šolskega okolja, družba in vsi njeni člani zelo pomembno vplivajo na razvoj mišljenja in čustvovanja otroka in mladostnika. Kako prepoznati prave vzornike ter kaj se od njih koristnega naučiti, je tema naše predstave, ki preko komičnih zapletov iz vsakdanjega življenja prikaže vse prednosti in pasti moderne družbe.

#### **B3. KORAK ZA KORAKOM-odraščanje**

Pot od dojenčka do človeka je lepa in zahtevna hkrati, predvsem pa dolga in polna presenečenj. Vsak posameznik se na njej sooča s podobnimi vprašanji, ki se dotikajo samozaupanja, medosebnih odnosov z vrstniki in starši ter drugimi odraslimi osebami, predvsem pa oblikovanja sistema vrednot, ki jim želimo slediti skozi vse življenje. Zgodba govori o dveh prijateljih, Bojani in Marjanu. Skozi vrtec in šolo spoznavata pomen prijateljstva in medsebojne pomoči, ter se soočata z različnimi problemi: zaljubljenost, težave s starši, negativni vplivi sovrstnikov, vpliv medijev... Zgodba slika tudi faze življenja, ki mladostnika še čakajo na življenjski poti in tako omogoča razumevanje pomembnosti pravilne izbire življenjskih vrednot in ciljev v mladosti.

#### **B4. MALI PRINC (sodobna priredba)**

Moderna priredba svetovno znane uspešnice je polna nesmiselnih zgodb današnjega časa, v katerem Mali princ išče pomoč za svojo prijateljico. Na koncu odkrije drugačen pogled na življenje " pogled s srcem" s katerim razoroži vse vase zavarovane Zemljane ter jim pokaže pot v lepši in srečnejši jutri.

#### **B5. LEPA BESEDA ODPIRA VSA VRATA - bonton**

V času hiperprodukcije znanja in nenehnega pritiska k uspešnosti, otroci in mladostniki pogosto izgubijo stik s samim seboj, ter nekje na poti odraščanja pozabijo na lepoto osnovnih vrednot kot so spoštovanje, verbalno nenasilje, ustrezno vedenje v različnih življenjskih situacijah in pozitivna naravnost. Da se da biti mlad in vesel, ter ob tem spoštovati pravila bontona in lepih medčloveških odnosov, prikaže naša zabavna, a hkrati poučna predstava.

#### **B6: POKLIC PO MERI! – poklicno usmerjanje, aktiven in odgovoren prispevek posameznika**

Izbira poklica je ena izmed zelo pomembnih odločitev v življenju posameznika, saj vsako izobraževanje in poklic s svojimi specifičnimi lastnostmi, na takšen ali drugačen način, vpliva na oblikovanje življenja posameznika. Dodatno obremenitev predstavljajo tudi aktualne družbene razmere, ki zastrujejo pogoje na področju poklicnega udejstvovanja.

Predstava preko izbranih poklicev (pravnik, računalničar, kmetovalec, ekonomist...) razkriva priložnosti in pasti, ki se pojavljajo v poklicnem delu. Vsak poklic lahko opravljamo na mnogo različnih načinov; ali bo naše delo prispevalo k boljši družbi ali bomo z njim drugim in sebi škodovali, je v mnogočem, ne glede na gospodarske razmere, odvisno tudi od nas samih.

#### **B7. SKUPAJ SMO MOČNEJŠI!**

Družba in moderna dogajanja v njej imajo izjemno močan vpliv na življenje posameznika in družino, še posebej močno pa vpliva na oblikovanje, obnašanje, čustvovanje in razmišljanje otrok in mladostnikov. V današnjem času je pomembno razumevanje in spoštovanje drug drugega, ki poveča možnosti za medsebojno sodelovanje in pomoč.

Posebnost te predstave je, da nudi rešitev za soustvarjanje boljše družbe prihodnosti v oblikah medsebojnega sodelovanja, povezovanja in solidarnosti.

Predstava je polna komičnih vložkov, s pomočjo katerih vzbudi v dijakih zanimanje za njeno vsebino in sporočilo.

## **DELAVNICE ZA KULTURNE IN SPOZNAVNE DNEVE** **TER DRŽAVLJANSKO VZGOJO**

### **B8. KOMUNIKACIJA**

Različne vaje nam pokažejo kako in na kakšen način komuniciramo. Ali se počutimo razumljeni? Ali smo sami razumljivi drugim ljudem? Skozi analizo lastnih izkušenj in socialne igre smo vodeni do razumevanja, kje se nahaja bistvo prave komunikacije.

*Vrednote: srčnost, iskrenost, pozitivna komunikacija, lepi medčloveški odnosi, sočuten in razumevajoč odnos do drugačnosti, strpnost.*

### **B9. ŽIVIM PO SVOJI PAMETI - vpliv medijev**

Kdo je tisti, ki ustvarja splošna načela in merila o uspehu, lepoti, odnosu do alkohola, cigaretih, ostalih družbenih merilih...? Skozi delavnico spoznavamo vplive medijev na vsakdanje življenje in njene vplive na obnašanje posameznika, družine in družbe

*Vrednote: pomembnost pravilne izbire sporočil, informacij, ki nas obkrožajo, razvoj lastne modrosti, zaupanje vase*

### **B10. DAJ SVETU NAJBOLJŠE, KAR IMAŠ IN NAJBOLJŠE SE BO VRNILO K TEBI**

Skozi vodeno interaktivno zgodbo spoznavamo zahtevnost skupinskega kreativnega dela. Zgodba spodbudi pozornost udeležencev tako, da sami oblikujejo unikaten konec. Delavnica prav tako skozi resnične zgodbe različnih ljudi osvetljuje koristi in dobrobiti medsebojnega sodelovanja za posameznika.

*Vrednote: skupinsko delo, sodelovanje, ozaveščanje pomena človečnosti, skupinsko sobivanje*

### **B11. STRPNOST DO DRUGIH**

Nerazumevanje v razredu ali drugod je pogosta posledica individualno usmerjenega razmišljanja, v katerem posameznik razume situacijo samo skozi svoje lastno doživljanje. Preko iger, pogovora in smeha začnemo razumevati različne navade, kulture, običaje, religije, mišljenja, itd. drugih ljudi in spoznamo lepoto medsebojnega spoštovanja.

*Vrednote: strpnost, razumevanje drugačnosti*

### **B12. MOTIVACIJA**

Motivacija je en od ključnih dejavnikov uspeha in zadovoljstva v življenju. Pedagogi opažamo na tem področju velike primanjkljaje. Delavnica uči, kako si zastaviti cilje in usmerja v pravi pristop do njihovih uresničitev.

*Vrednote: motivacija, pravilna ciljna usmeritev*

### **B13. KOGA IMETI ZA VZOR**

Poleg družine in šolskega okolja, družba in vsi njeni člani zelo pomembno vplivajo na razvoj mišljenja in čustvovanje mladostnika. Kako prepoznati prave vzornike in kaj se od njih koristnega naučiti, je tema naše delavnice.



*Vrednote: modrost, samozaupanje, vseživljenjsko učenje*

#### **B14. NA POTI DO SEBE - ODRAŠČANJE**

Delavnica s svojim pristopom in vsebino omogoča boljše razumevanje dogajanj in doživljanj v obdobju odraščanja, ki je ključnega pomena za razvoj zdrave odrasle osebnosti. Soočanje s samim seboj, z lastnimi potrebami, željami in hotenji na eni strani, ter omejitvami in različnimi manj ugodnimi življenjskimi situacijami na drugi strani, zahteva pogum in previdnost in modrost.

*Vrednote: lastna modrost kot vir življenja, globalno učenje, medsebojna povezanost, razširitev lastnega razmišljanja, odraslost*

#### **B15. USPEŠEN SEM, PRIDRUŽI SE MI**

V tej delavnici bomo raziskali vpliv uspeha in neuspeha na človekovo življenje. Kako uspeti, kaj je pravi uspeh in kako uspeh vpliva na posameznika in njegovo življenje, so ključna vprašanja na katere bomo odgovorili v delavnici.

*Vrednote: uspešnost, kreativnost, vpliv mišljenja na življenje, uspeh kot socialna kategorija*

## C: ZDRAVJE IN PREVENTIVA



### GLEDALIŠKE PREDSTAVE NA TEMO ZDRAVJA IN PREVENTIVE

#### **C1. SVET BREZ NASILJA (nenasilje)**

Zgodba, postavljena v našo sosesčino, nosi s seboj vse težave in lepote raznolikosti današnjega modernega sveta. Dijaku na prikupen, naraven in globok način predstavi lepoto različnosti v vseh smislih: kulturnem, rasnem, spolnem, religijskem, prav tako v smislu raznolikega razmišljanja in pogledov na svet. Zgodba dokaže, da je mogoče zgraditi svet brez nasilja.

#### **C2. MOJE TELO JE MOJE SVETIŠČE (zdrav življenjski slog)**

Mediji modernega sveta soustvarjajo kulturo bivanja, mišljenje in merila o sreči in lepoti. Mladi ljudje ob soočanju z umetno grajenimi ideali prepogosto doživijo bolečine in razočaranja, ki lahko vodijo v resne težave. Kako razumeti življenje, kako sprejeti samega sebe in najti svojo mesto v življenju ter s tem svojo srečo, bo tema naše predstave.

#### **C3. VZEMI ŽIVLJENJE V SVOJE ROKE (vpliv medijev)**

Mediji imajo izjemno močan vpliv na življenja ljudi in njihove "lovke" segajo v vsako družbeno poro. Še posebej močan vpliv pa imajo na obnašanje in življenje mladega posameznika. Predstava na tankočuten in jasen način pokaže, kako močan je vpliv vsega, kar nas obkroža in kako se nezavedno oblikujejo razpoloženja, čustva, misli, želje, ideali...

#### **C4: UJETI SE NE DAM! – zdrava samopodoba in življenjski slog**

V bitki s sodobnim časom so otroci in mladostniki velikokrat izpostavljeni stresnim situacijam in življenjsko pomembnim odločitvam, na katere niso pripravljeni. Kako lahko človek v svoji najstniški dobi pravilno odloči o svojem življenju? Kaj mu pri odločitvah lahko pomaga? Na slednja vprašanja daje odgovor naša predstava, polna smeha in modrosti. V sebi odkrijemo pogum, voljo in zaupanje vase, ki nam pomagajo prestopiti ovire, kot so prekomerno posedanje pred televizorjem, računalnikom, mobitelom, pitje alkohola, kajenja cigaret, tekmovalnost, odvisnost od tujih mnenj in

druge pasti sodobne družbe.

**C5: KAR BOLI SVET, BOLI TUDI MENE! – strpnost, sovražni govor, medsebojna povezanost**

V predstavi se razplete zgodba dveh sošolcev, ki je sprva obarvana z nestrpnostjo do priseljencev, vendar kasneje, s pomočjo dragocenih usmeritev učitelja, preraste v novo prijateljstvo. Skupaj z gledalci raziskujemo in prepoznavamo nevarnosti sovražnega govora in nestrpnosti, da nekoč med tistimi, proti katerim je usmerjen sovražni govor, ne pristanemo tudi mi.

**C6. BODI FRAJER BREZ DROGE (preventiva)**

V času odraščanja se v človeku naravno pojavi želja, biti pomemben. Težave nastanejo kadar mladostnik išče lastno uveljavitev v posnemanju napačnih družbenih trendov. Na zelo tenkočuten in za mladega človeka primeren način, se predstava dotakne tabujev in ponuja rešitev, ki prinaša razrešitev konfliktov, razumevanje in srečo.

**C7. BREZ LJUBEZNI NI DOBREGA SEKSA (komedija)**

Človek, ki je bitje narave, spozna tudi svojo telesnost. Od pravilne usmeritve in lastnega odnosa do naravnih procesov samospoznavanja je odvisna marsikatera življenjska odločitev. Kako se soočiti s tem lepim in zahtevnim procesom odraščanja? Naša globoka, a hkrati zabavna in komična predstava pomaga mladostniku oblikovati zdrave temelje za srečno življenjsko pot.

## DELAVNICE NA TEMO ZDRAVJA IN PREVENTIVE

### **C8. BESEDA LAHKO MOČNEJE UDARI KAKOR PEST**

Poznamo dve vrsti misli - besed. Svetle, prijazne in tople besede, ki gradijo med nami bližino, razumevanje in prijateljstvo, ter neprijazne in sebične besede, ki ustvarjajo napetosti, nesporazume in sovraštvo. Kako oblikovati pozitivna sporočila? Kako ravnati, če drugi uporabljajo besede, ki nas prizadenejo? Kako ustvariti bolj pristno in iskreno komunikacijo? Na takšna in podobna vprašanja skupaj iščemo odgovore.

*Vrednote: nenasilje, strpnost, sprejemanje drugačnosti, spoštovanje*

### **C9. ALKOHOL, CIGARETI? NE, HVALA. – preprečevanje zasvojenosti z alkoholom in cigaretami**

Alkohol je eden izmed večjih, družbeno sprejemljivih, uničevalcev sodobne družbe. V naši družbi je vse pre pogosto del vsakdana različnih generacij. Med mlogimi mladimi velja zmotno prepričanje, da je alkohol sredstvo, ki prinaša sprostitev, zabavo in pogum. Delavnica na slikovit in zanimiv način učencem razkrije resnico o alkoholu. Pomaga jim pri oblikovanju take osebnosti (zdrava samopodoba, razumevanje življenja, razumevanje lastnih želja, ciljev,...), ki jim bo omogočila srečno in zabavno mladost brez alkohola.

### **C10. BODI FRAJER BREZ DROGE**

Zakaj in v kakšnem obdobju človeka zanima droga? Kaj pomeni v življenju biti frajer? Kakšen je odziv družbe na uspeh in pomembnost? Kakšne so posledice nezavestnega ravnanja s sabo?

*Vrednote: zavestno delovanje, vrednotenje sebe in življenja, medsebojna povezanost*

### **C11. ZAUPAJMO VASE**

Jedro delavnice predstavlja zgodba iz resničnega življenja, ki jo nadgrajujejo vaje in socialne igre, ob katerih spoznavamo, da je vsak človek (tudi on sam!) spoštovanja vredno in dragoceno bitje. Vse dejavnosti so prežete s pozitivnimi sporočili, ki bodo dijaku pomagale do večjega zaupanja vase in mu pokazale, da so v njem skrite moči in sposobnosti, ki jih še ne pozna. Le odkriti jih mora.

*Vrednote: boljša samopodoba, zaupanje vase, ozaveščanje svojih kvalitiet.*

### **C12. JAZ IN TI O LJUBEZNI**

V času prebujanja hormonov mladostnika pritegne ljubezenska komunikacija. Za naraven in spontan vstop v odraslo življenje, se je dobro skrbno pripraviti in veseliti. V delavnici se bomo veselili spoznavanja drugačnosti.

*Vrednote: spoznavanje različnosti, naravnost*

### **C13. MOJE TELO JE MOJE SVETIŠČE (delavnica o bulimiji in anoreksiji)**

Pod vplivom medijske propagande in čedalje večjih družbenih in lastnih zahtev, se mladostnik pogostokrat najde v vrtincu želja, primerjav in napačnih bližnjic do uspeha. Kako prepoznati in spoznati samega sebe, kako zastaviti svoje cilje in najti pravi korak in ritem samorazvoja, kako živeti zdravo ter kaj to v resnici pomeni, kako razmišljati zdravo in uporabiti lastno pamet? Vse to so teme, ki se jih skozi interaktivne dejavnosti lotimo v naši delavnici.

*Vrednote:* samospoznavanje, soočanje s problemi, razumevanje modernega življenja, zdravo življenje, dosegljivost zastavljenih ciljev in pravilna izbira ciljev

### **C14. ZMERNNA UPORABA MOBITELA IN RAČUNALNIKA**

Danes brez mobitela in računalnika skorajda več ne gre. Je vir informacij in komunikacij, kot tudi odlična priložnost za zabavo, druženje in komuniciranje s prijatelji, znanci, somišljeniki. Če pa uporaba mobitela in računalnika preraste v obliko, da zaradi njiju ne opravljamo svojih obveznosti, ne komuniciramo z okolico, se srečujemo s prekomerno uporabo elektronskih medijev. V delavnici ozavestimo pomen zmerne uporabe mobitela in računalnika za zdravo socialno, mentalno in fizično življenje.

### **C15. SOOČENJE S STRESOM IN KAKO GA PREMAGATI**

Pomanjkanje časa, preveč obveznosti, javni nastopi, strah pred prihodnostjo, medsebojni odnosi, ... Veliko trenutkov v našem življenju nas spravi v stresno situacijo. Kako sproti odpravljati stres, ki ga doživljamo, bo tema naše delavnice.

### **C16. ŽIVIM PO SVOJI PAMETI (vpliv medijev)**

Kdo je tisti, ki ustvarja splošna načela in merila o uspehu, lepoti, pogumu...? Skozi delavnico spoznavamo vplive medijev na vsakdanje življenje in obnašanje posameznika, družine in družbe.

*Vrednote:* pomembnost sporočil, ki nas obkrožajo, medsebojna povezanost, lastna modrost kot vir življenja, globalno učenje, razširitev lastnega razmišljanja

## D: CENIK

## E: KONTAKT

### **Ekološko-kulturno društvo Za boljši svet**

Bolfenška 66, 2000 Maribor

Tel/fax: 02 330 43 76

Mobi: 041 540 616 (Marjan Savnik - tajnik),

041 770 874 (Katja Bernard)

041 678 074 (Goran Škopalj - predsednik društva),

e-mail: [boljsi.svet@siol.net](mailto:boljsi.svet@siol.net),

spletna stran: [www.forbetterworld.si](http://www.forbetterworld.si)

