



Styczeń 2021

MENTISOWE WIEŚCI

Polsko - Angielska
Szkoła Podstawowa Mentis

Kalendarium

Ferie zimowe

WOŚP w Mentis

Akcja Tusz do paki – dokarmiaj zwierzaki

Rady nie od parady

Kontakt

Styczeń 2021

<i>Pon.</i>	<i>Wt.</i>	<i>Śr.</i>	<i>Czw.</i>	<i>Pt.</i>	<i>Sb.</i>	<i>Nd.</i>
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Ferie zimowe

4 – 17.01.2021r.

Wszystkim naszym drogim uczniom i nauczycielom
życzymy udanych ferii zimowych.

Po intensywnych 4 miesiącach nauki i nauczania –
zażywajcie ruchu i świeżego powietrza – na tyle, na
ile będzie to możliwe.

Dajcie też odpocząć oczom od komputerów, telefonów
i tabletów, wszystkich zoomów, teamsów i librusa,
i wszelakich innych aplikacji:)

Nabierajcie sił, zdrowo się odżywiajcie – i widzimy
się...za 2 tygodnie.



Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy

31.01.2021r.

29. Finał WOŚP

odbędzie się 31 stycznia 2021 roku.

W zbiórkę, która dedykowana będzie wsparciu [oddziałów dziecięcej laryngologii, otolaryngologii i diagnostyki głowy](#), włączy się 120 tys. wolontariuszy, zarejestrowanych w Sztabach na całym świecie.

Jak od wielu już lat, w akcję Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy będą mogli się zaangażować również nasi uczniowie. Tym razem za rejestrację, odpowiedzialni są rodzice chętnych uczniów.

Informacje jak "krok po kroku" to zrobić, można znaleźć w poniższym linku.

<https://www.wosp.org.pl/final/dla-wolontariuszy>

Uczniowie, którzy wezmą udział w zbiórce, zdadzą puszkę i otrzymają potwierdzenie udziału od organizatorów - mogą otrzymać wpis w Mentisowym Dzienniczku Wolontariusza.



TUSZ DO PAKI – DOKARMIJ ZWIERZAKI

od stycznia 2021

cała społeczność szkolna

Szanowni Rodzice,

Już od nowego roku kalendarzowego przystępujemy do akcji "tusz do paki".

Zadaniem dzieci jest przynoszenie pustych tuszów (nie tonerów) do naszej szkoły i wrzucanie ich do specjalnie przygotowanych kartoników wrzutowych.

Rolą organizacji jest, aby tusze trafiły do recydingu, a część uzyskanych środków zamieniamy na karmę dla schronisk podległych TOZ .

Uczymy dzieci zachowań proekologicznych i prospołecznych, wyrabiamy wrażliwość na niedolę bezdomnych zwierząt.

Sytuacja w czasie pandemii w schroniskach jest trudna, wielokrotnie jesienne zbiórki karmy nie odbyły się w szkołach z powodu Covid, brak ślubów na których zamiast kwiatów goście kupowali karmę do schronisk, a również wycofanie się sponsorów ze względu na konieczność kupowania środków ochrony, i trudności finansowe z powodu obostrzeń, dlatego zachęcamy do przystąpienia do akcji w czasie zdalnej pracy z uczniami.

Więcej informacji na stronie www.tuszdopaki.pl

Dowiedz się więcej, zobacz film promocyjny akcji:

www.youtube.com/watch?v=rFEFT4c6kMk&feature=youtu.be



www.tuszdopaki.pl

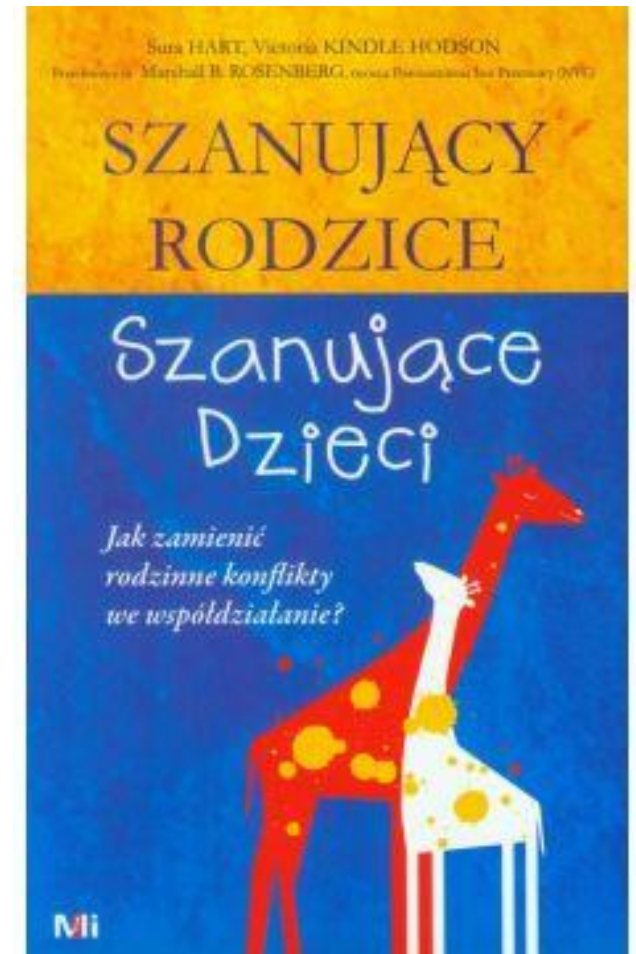
"Szanujący rodzice, szanujące dzieci."

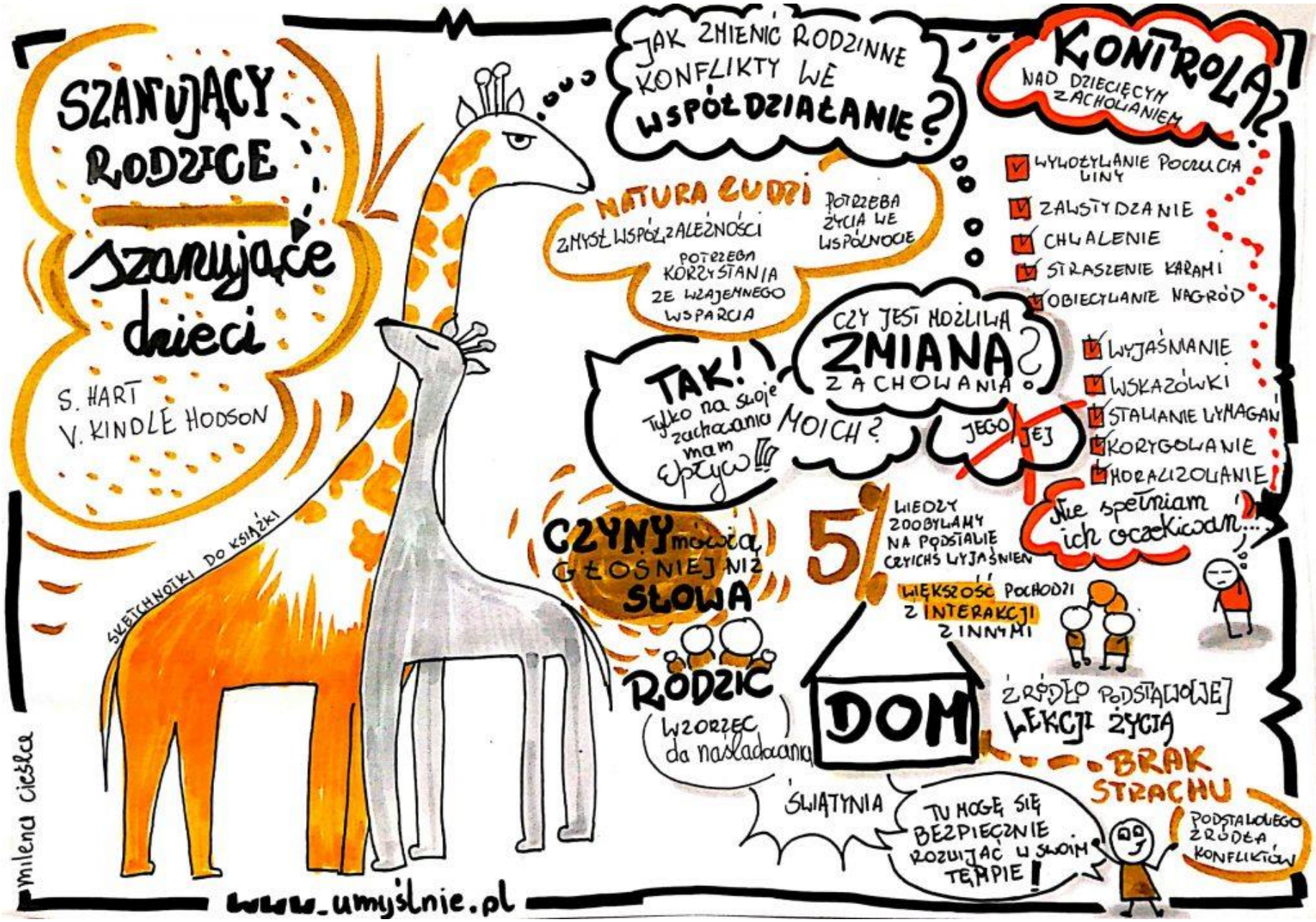
Zamknęliśmy stary rok, witamy nowy. Dzień jest krótki, a pogoda niekoniecznie zachęca do spacerów. Na takie popołudnia i wieczory proponuję spędzenie czasu z książką. Może będzie to inspiracja do wprowadzenia pewnych zmian w relacji ze swoimi dziećmi?

Pozycja dla rodziców „Szanujący rodzice, szanujące dzieci. Jak zamienić rodzinne konflikty we współdziałanie?” autorstwa Sury Hart oraz Victorii Kindle zachęca do wprowadzenia w relację empatycznej komunikacji z dzieckiem. Książka stanowi wskazówkę do wyjścia z takich trudności w relacji, jak: wzajemne obwinianie się, nieporozumienia, krytyka i niezaspokojone potrzeby.

Jest to wspaniały przewodnik do przygotowania dziecka do samodzielnego wkroczenia w dorosły świat, w którym będzie szanował siebie i innych dbając jednocześnie o realizację swoich potrzeb. Znajdziemy tu nie tylko treści do refleksji, ale również wskazówki do wspólnego spędzenia czasu w sposób budujący więź między domownikami. Niech poniższe grafiki będą dodatkowym zaproszeniem do lektury, a dla zabieganych chociaż jej namiastką.

Joanna Jaskulska – Korzan, psycholog w szkole Mentis





ROZDZIAŁ II SZACUNEK DO SAMEGO SIEBIE

TWOJE POTRZEBY SA WAŻNE



NAJPIERW ZAŁÓŻ MASKĘ TLENOWĄ **SOBIE**! POTEM DZIECKU CZY SĄSIADOWI

LATA LEKCEWAŻENIA SWOICH POTRZEB

Crpis się spatalizowany

KOSZTY:

WYSLUCHANIE DZIECKA BĘDZIE WYZWANIEM!

BRAK ENERGI PASJI WOLNOŚĆ ŻYCIA WITALNOŚCI

GZY MASZ POTRZEBY?

TAKIE

EMPATYCZNE Z NATURY DZIECI CHCĄ DAWAĆ!!

CHCĄ ZASPOKOIĆ TWOJE POTRZEBY

Kwestionowanie swoich działań

WYPALENIE

zawtupienie w siebie

bezwadnosć

beznadzieja

HOWIE TO, CZEGO WCALE NIE CHCE POWIEDZIEC...

GROZE, TYM, CZEGO ITAK NIE CHCE SPELNIC

MEZELI ICH NIE ZNAJA, NIE POMOGA CI

EMOCJONALNY KOSZT WYCZERPANIA ZASOBOW

ZRZEDZENIE

KRZYK

URAZY



GROZBY



ZAKAZY



SZAFOWANIE

KARAMI I NAGRODAMI

milena ciesta

Kontakt:

Dyrektor Szkoły – Damian Ścisiel
tel.: 577 775 410
damian.scisel@szkola-mentis.edu.pl

Wicedyrektor Szkoły – Michał Kapłon
tel.: 695 235 005
michal.kaplon@szkola-mentis.edu.pl

Zarząd Szkoły
Anna Dąbrowska, Marta Bańkowska
zarzad@szkola-mentis.edu.pl

Sekretariat czynny w godz. 8.00 - 18.00
tel.: (22) 743 47 91, 693 010 200
biuro@szkola-mentis.edu.pl



Psycholog
Joanna Jaskulska - Korzan
joanna.jaskulska@szkola-mentis.edu.pl

Godziny pracy w szkole:

pn 11:15 - 15:00
wt 8:30 - 15:00
śr 8:30 - 14:15
czw 8:30 - 16:10
pt 7:40 - 14:00

Konsultacje on-line:

wtorek - piątek
8:40 - 10:30 rodzice
11:45 - 13:50 uczniowie