



III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION



**DOŁĄCZ DO DRUŻYNY  
SUPERBOHATERÓW  
I ZAPISZ SIĘ  
DO BEZPŁATNEGO  
PROGRAMU**

Program będzie realizowany w datach:

**12.09–17.11.2023**

**ZAPISY DO PROGRAMU – TYLKO DO 31 MAJA**

[swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl)



**MAŁOPOLSKA**

Projekt zrealizowano przy wsparci finansowym Województwa Małopolskiego.

Patronat Honorowy: Marta Malec-Lech, Członek Zarządu Województwa Małopolskiego



III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

## Czym jest Ogólnopolski Program Świadomość Procentuje?

**Ogólnopolski Program Świadomość Procentuje** jest odpowiedzią na **AKTUALNE POTRZEBY** w zakresie rozwoju i edukacji dzieci i młodzieży. Program kierowany jest do placówek szkolnych, ale można przystąpić również indywidualnie.

**Celem programu** jest kompleksowy rozwój mentalny dzieci i młodzieży przy równoczesnym stworzeniu przestrzeni dla rodziców i nauczycieli. Chcemy, aby po naszym programie każde dziecko dowiedziało się, jak rozwinąć w sobie wszystko to, co najlepsze – *wiarę w siebie, swój potencjał, marzenia i swoje możliwości*.

### Ten program to:

- **#WięcejNiżLekcja** – to zajęcia z takich przedmiotów jak Podstawy poczucia własnej wartości, Język relacji, Zarządzanie marzeniami, czy Nauka o odwadze.
- **10 tygodniowy BEZPŁATNY** Program Rozwoju Mentalnego w formie WARSZTATÓW z trenerami zdrowia psychicznego: Joanną Gdaniec, Michałem Zawadką, Moniką Kluza, Marzeną Jankowską i André Stern (Francja).
- **Gotowe narzędzia**, dzięki którym jeszcze lepiej zadbasz o to, aby dzieci wykorzystały cały swój potencjał, w efekcie rozkwitały i stawały się świadomym, pewnym siebie, odważnym, z ogromną wiarą w swoje możliwości dorosłym.
- **Wsparcie profilaktyki** szeroko rozumianych problemów społecznych i emocjonalnych młodzieży.
- **Bezpłatna wiedza** z zakresu świadomości, zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży od najlepszych ekspertów – praktyków.





III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

## Kto może wziąć udział w Programie?

- Przedszkola, Szkoły podstawowe oraz Szkoły średnie.
- Wychowawca wraz ze swoją klasą.
- Dzieci i młodzież – indywidualnie w wieku 3-19 lat.
- Rodzice i nauczyciele – indywidualnie.



[swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl)



III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

## Dlaczego Program jest ABSOLUTNIE WYJĄTKOWY?

### **Innowacyjne podejście**

Program wyróżnia kompleksowe podejście, które obejmuje spotkania i warsztaty dostosowane zarówno do dzieci i młodzieży, jak i rodziców i nauczycieli – najbliższego środowiska dziecka, które jest KLUCZOWE w procesie rozwoju.

### **Dostępność**

Zajęcia i warsztaty z udziałem Ekspertów prowadzone są w wygodnej formie online i dostępne dla uczestników przez 8 dni od premiery, dzięki czemu z łatwością może być wdrażany w plan zajęć szkolnych.

### **Ogólnopolski zasięg**

Program jest realizowany w tym samym czasie na terenie całej Polski, dzięki czemu każda z Placówek szkolnych, rodzic i nauczyciel, niezależnie od miejsca zamieszkania może dołączyć do programu.

### **Unikatowa tematyka**

Poruszane tematy w programie stanowią niezastąpione uzupełnienie dla codziennej edukacji i obejmują takie obszary jak; budowanie poczucia własnej wartości, uwalnianie potencjału czy naukę o odwadze.



III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

## Dlaczego to robimy i dlaczego TY lub Twoja PLACÓWKA powinna dołączyć do Programu?

### **Wierzimy w potencjał KAŻDEGO dziecka**

Głęboko wierzymy, że w każdym dziecku, w każdej jednostce ukryty jest potężny potencjał talentów i wartości, o które my – dorośli możemy, a wręcz powinniśmy zadbać i pozwolić rozwijać. Zaczynając od SIEBIE.

### **Wierzimy w młode pokolenie**

Mocno wierzymy, że przyszłość nas wszystkich zależy od nowego pokolenia. Gdyż to nowe pokolenie za kilka, kilkanaście lat będzie kreować naszą rzeczywistość.

### **Wierzimy w marzenia**

Wyobrażamy sobie dzieci, które wyruszają w piękną przygodę, zwaną dorosłością – pełną samoakceptacji, wiary w siebie, i miłości, którzy z odwagą sięgają po swoje marzenia – i taki również świat wokół siebie kreują.





III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

## Jak dołączyć? W 4 PROSTYCH krokach

### **KROK 1 ZAPISZ SIĘ!**

Zapisy dostępne tylko do 31 maja 2023r poprzez stronę [swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl). Po dokonaniu zapisu otrzymasz mailowo dalsze kroki dotyczące uczestnictwa w programie.

### **KROK 2 DOŁĄCZ DO SPOTKAŃ!**

Zapoznaj się z harmonogramem spotkań i zaplanuj czas w planie zajęć. Materiał szkoleniowy będzie dostępny dodatkowo przez 8 dni roboczych, co oznacza, że możesz go zobaczyć w domu, na lekcji wychowawczej czy na sali gimnastycznej angażując kilka klas jednocześnie.

### **KROK 3 ZDOBAJ Certyfikat**

Placówki szkolne, oraz indywidualnie nauczycieli, którzy będą aktywnie uczestniczyć w programie oraz wypełnią ankietę końcową nagradzamy certyfikatem uczestnictwa.

### **KROK 4 WDRAŻAJ – ŚWIADOMOŚĆ PROCENTUJE!**

Wykorzystaną wiedzę i narzędzia wdrażaj w działania na co dzień, obserwuj zmiany i u siebie, swojego ucznia i dziecka.



III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

# Poznaj Naszych SuperEkspertów!



Poznaj SuperEkspertów  
III edycji programu  
Świadomość Procentuje

#WIĘCEJNIŻLEKCJA

[swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl)



III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

# Poznaj Naszych SuperEkspertów!

## Michał Zawadka

Optymista. Ekspert słowa. Praktyk. Przedsiębiorca. Tata. Mówca inspiracyjno-motywacyjny. Członek *Stowarzyszenia Profesjonalnych Mówców*. Założyciel *Mind&Dream*, wydawnictwa ukierunkowanego na rozwój mentalny, osobisty i społeczny dzieci i młodzieży.

Pisarz, autor dziesięciu bestsellerowych książek dla dzieci, młodzieży i dorosłych, sprzedanych do tej pory w blisko dwustu pięćdziesięciu tysiącach egzemplarzy. Między innymi seria dla młodzieży „*Chcę być kimś!*”, oraz najnowsza seria dla dzieci i rodziców „*Uśmiechologia – pozytywna strona myślenia*”. Promotor szeroko pojętej edukacji miękkiej i miłośnik umysłu. Autor i twórca rozwojowych programów dla dzieci i młodzieży oraz szkoleń dla nauczycieli oraz rodziców.

## André Stern

Nigdy nie chodził do szkoły; jest muzykiem, kompozytorem, lutnikiem zajmującym się budową gitar, dziennikarzem, autorem książek oraz światowej sławy mówcą; jest synem *Arno Sterna*, pedagoga i badacza, twórcy *Malortu*. Był jednym z bohaterów filmu dokumentalnego *Alfabet* (2013) r. w reżyserii Erwina Wagenhofera, co przyczyniło się do jego międzynarodowej popularności. Dziś wygłasza wykłady, prowadzi warsztaty, współpracuje ze szkołami oraz uczelniami wyższymi, a także pisze książki o dzieciństwie i o roli entuzjazmu i zabawy w rozwoju.

Mieszka we Francji z żoną i dwójką dzieci, które także nie chodzą do szkoły.

## Joanna Gdaniec

Mówca, autor, projektuje globalne systemy rozwoju dla firm. Jest też wiceprezesem *Momentumway* firmy doradczo – szkoleniowej tworzącej innowacyjne rozwiązania edukacyjne oraz prezesem *Personal Excellence Network*.

Na ścieżkę świadomego rodzicielstwa weszłam w momencie, kiedy zrozumiałam, że Dzieci są moimi najważniejszymi i najbardziej uczącymi Nauczycielami. Od tego dnia zgłębiłam w praktyce tajniki przywództwa rodzicielskiego, każdego dnia podążając za doświadczeniami, do który zapraszają mnie dzieci. Uważam, że nie ma jakiejś jednej jedynej słusznej metody wychowania dzieci. Wierzę natomiast, że kiedy podąża się ścieżką serca i świadomości, można budować tą drogę idąc razem dzieckiem w szacunku, w uznaniu integralności każdego członka rodziny, oraz w rozwoju swojej świadomości rodzicielskiej. Szczęśliwa mama 9 letniej Lenki i 11 letniego Franka.

# #WIĘCEJNIŻLEKCJA

[swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl)





III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

# Poznaj Naszych SuperEkspertów!

## Monika Kluza

Osobowość Roku 2019 województwa małopolskiego w dziedzinie KULTURA. Absolwentka Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie ze specjalizacją Pedagogika Przedszkolna i Wczesnoszkolna. Absolwentka Uniwersytetu Muzycznego w Warszawie – Studium Wychowania Muzycznego im. Carla Orffa. Instruktor warsztatów muzyczno-teatralnych. Autorka bajek, wierszy, opowiadań i piosenek dla dzieci. Laureatka wielu konkursów poezji śpiewanej. Certyfikowany Trener Mentalny. Trener Śmiechojogi. Pomysłodawczyni i wokalistka zespołu *Tęczowa Muzyka* oraz *Ogólnopolskiego Maratonu Artystycznego*. Prelegent *Ogólnopolskiego Forum Wychowania Przedszkolnego* organizowanego przez Miesięcznik *Bliżej Przedszkola*. Właścicielka *Centrum Edukacji Artystycznej Muzylek Moni*. Na co dzień również mama.

## Marzena Jankowska

Psycholog, psychoterapeuta, psycholożka zdrowia i biznesu, trenerka biznesu, psychoterapeutka in spe, przedsiębiorczyni, ekspertka mediowa WSB. Studentka 4-letnich studiów psychoterapii poznawczo-behawioralnej w Centrum Terapii Poznawczo-Behawioralnej w Warszawie. Od 16 lat prowadzi szkolenia dla biznesu, administracji i organizacji pozarządowych. Jest pomysłodawcą i kierownikiem merytorycznym studiów podyplomowych – Akademia Rozwoju Osobistego, organizowanych wspólnie z Wyższą Szkołą Bankową WZ Chorzów. Jako ekspert mediowy Wyższej Szkoły Bankowej udziela wywiadów do Gazety Wyborczej, Dziennika Zachodniego, Newserii, Radia Eska, Polsatu, TVP i Polskiego Radia. Twórczyni projektu „*Życie warte przeżycia*”. Współautorka książki „*Automotywacja. Odkryj w sobie siłę do działania*”, Warszawa: Edgard, 2015 r., ebooka „*50 sposobów na zwiększenie siły i odporności psychicznej*” oraz licznych publikacji popularno-naukowych.

**#WIĘCEJNIŻLEKCJA**



III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

# Harmonogram III edycji Programu:

**1.04 – 31.05.2023:**

*Rejestracja do Programu*

**12.09: Otwarcie procesu – spotkanie online dla rodziców i nauczycieli**

*Temat:* Świadomość procentuje, czyli o 5 rzeczach, dzięki którym zaczniesz budować lepsze relacje z dziećmi.  
*Prowadzący:* **Joanna Gdaniec** – szkoleniowiec, trener mentalny

**19.09: I spotkanie online dla młodzieży klas IV–VIII oraz szkół ponadpodstawowych**

*Temat:* „Ja czyli kto...? Jak odnaleźć i zaakceptować siebie pośród natłoku myśli?”  
*Prowadzący:* **Michał Zawadka** – ekspert rozwoju mentalnego młodych ludzi i rodzin

**21.09: I spotkanie online dla dzieci w wieku przedszkolnym oraz dzieci klas I–III**

*Temat:* PRZYJAŹŃ. O prawach Świata, które wspierają harmonijny rozwój dzieci i poprawiają relacje w grupie.  
*Prowadzący:* **Monika Kluz** – trener mentalny dzieci i dorosłych oraz autorka bajek, wierszy i piosenek dla dzieci

**29.09: I spotkanie online dla rodziców i nauczycieli**

*Temat:* „Świadome rodzicielstwo i edukacja, czyli czego nie jesteśmy świadomi będąc rodzicem i nauczycielem?”  
*Prowadzący:* **Michał Zawadka** – ekspert rozwoju mentalnego młodych ludzi i rodzin i **Joanna Gdaniec** – szkoleniowiec, trener mentalny

**10.10: II spotkanie online dla młodzieży klas IV–VIII oraz szkół ponadpodstawowych**

*Temat:* „Mózg pod naporem, czyli jak ogarnąć życie, kiedy mózg nie daje już rady?”  
*Prowadzący:* **Michał Zawadka** – ekspert rozwoju mentalnego młodych ludzi i rodzin

**12.10: II spotkanie online dla dzieci w wieku przedszkolnym oraz dzieci klas I–III**

*Temat:* MIŁOŚĆ. Serce jako uniwersalny symbol pozytywnych wibracji.  
*Prowadzący:* **Monika Kluz** – trener mentalny dzieci i dorosłych oraz autorka bajek, wierszy i piosenek dla dzieci

**27.10: II spotkanie online dla rodziców i nauczycieli**

*Temat:* O świadomej edukacji i świadomym uczeniu się.  
*Prowadzący:* **André Stern (Francja)** – autor książek i światowej sławy mówca

**31.10: III spotkanie online dla młodzieży klas IV–VIII oraz szkół ponadpodstawowych**

*Temat:* „Z hackować rzeczywistość, czyli jak świadomie budować szczęście?”  
*Prowadzący:* **Michał Zawadka** – ekspert rozwoju mentalnego młodych ludzi i rodzin

**02.11: III spotkanie online dla dzieci w wieku przedszkolnym oraz dzieci klas I–III**

*Temat:* MARZENIA „Nie ma wakacji od kreacji”, Myśli i słowa tworzą nasze życie.  
*Prowadzący:* **Monika Kluz** – trener mentalny dzieci i dorosłych oraz autorka bajek, wierszy i piosenek dla dzieci

**10.11: III spotkanie online dla rodziców i nauczycieli**

*Temat:* Radzenie sobie z emocjami w rodzicielstwie  
*Prowadzący:* **Marzena Jankowska** – psycholog, psychoterapeuta i **Joanna Gdaniec** – szkoleniowiec, trener mentalny

**17.11: Zamknięcie procesu – spotkanie online dla rodziców i nauczycieli**

*Temat:* Podsumowanie procesu  
*Prowadzący:* **Joanna Gdaniec** – szkoleniowiec, trener mentalny

## WAŻNE INFORMACJE!

Czas wykładu/warsztatu dla dzieci – 40 minut.

Czas wykładu dla rodziców – 1h + 30 minut na pytania i odpowiedzi.

Nagrania będą udostępnione na okres 8 dni roboczych.

Szczegółowy harmonogram wraz z opisami spotkań dostępny jest na naszej stronie.

# #WIĘCEJNIŻLEKCJA

swiadomoscprocentuje.pl





III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

# Jeszcze raz – **DLACZEGO NAPRAWDĘ WARTO?**

## **JAKO PLACÓWKA SZKOLNA ZYSKASZ:**

### **Wzbogacony Program Edukacyjny**

Twoja Szkoła, Przedszkole, Placówka wzbogaca swój Program edukacyjny o zakres rozwoju mentalnego dzieci, którego brakuje w Polskim programie edukacyjnym. Zorganizujemy za Ciebie lekcje. A Twoja szkoła otrzyma certyfikat potwierdzający udział w Programie.

### **Rozwój uczniów**

Dołączając do Programu Świadomość Procentuje Twoja Szkoła wspiera uczniów w zdobywaniu przez nie nowych kompetencji społecznych: zrozumieniu siebie, pewności siebie, lepszej komunikacji własnych potrzeb.

### **Rozwój rodziców i nauczycieli**

W Programie biorą udział jednocześnie dzieci, nauczyciele oraz rodzice. Wszyscy pracują nad tą samą tematyką – dostosowaną do potrzeb danej grupy. Daje nam to pewność, że każda z tych grup rozumie siebie wzajemnie i mówi jednym głosem.

## **JAKO NAUCZYCIEL ZYSKASZ:**

### **Nowe kompetencje**

Jako Nauczyciel otrzymasz narzędzia, dzięki którym będziesz mógł przeprowadzić zajęcia rozwijające kompetencje społeczne wśród dzieci i młodzieży, niezbędne do prawidłowego funkcjonowania w społeczeństwie. Koordynator otrzyma certyfikat potwierdzający udział w Programie, który może przedstawić w swojej drodze do awansu nauczyciela.

### **Wzmocnisz swój autorytet**

Pokażesz dzieciakom, że wspierasz profilaktykę szeroko rozumianych problemów społecznych i emocjonalnych młodzieży. Co zaowocuje zwiększonym zaufaniem społeczeństwa.

### **Wiedzę na światowym poziomie**

Otrzymasz bezpłatnie wiedzę z zakresu świadomości, zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży od najlepszych ekspertów – praktyków.

**#WIĘCEJNIŻLEKCJA**

[swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl)







III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

# Jeszcze raz – **DLACZEGO NAPRAWDĘ WARTO?**

## **DZIĘKI UDZIAŁOWI W PROGRAMIE TWOJE DZIECKO:**

### **Zbuduje wiarę w siebie i swoje możliwości**

Obudzimy w Twoim dziecku Olbrzymia. Pokażemy, jaką ma w sobie sprawczość, dzięki czemu uwierzy, że jest najlepszą wersją samego siebie.

### **Pobudzi w sobie marzenia i odkryje swój potencjał do ich spełniania**

- Zabierzemy Twoje dziecko w podróż do miejsca, jakim są marzenia.
- Zrozumie wartość marzeń i otworzy się na nowe doświadczenia.

### **Zrozumie, jaką moc ma odwaga**

Po programie, Twoje dziecko zamieni niepewność i lęk na odwagę. Zrozumie, że często to właśnie lęk blokuje jego działania. Dmuchniemy w skrzydła Twojego dziecka dodając mu odwagi.

### **Wzmocni swoją pewność siebie**

Pewność Siebie wiąże się z akceptacją siebie i prawidłowym budowaniem własnej tożsamości. Jest niezbędna do osiągnięcia przez dziecko sukcesów na każdym etapie, zarówno w szkole, jak i w domu.

### **Otrzyma inspirację do działania**

Spotkania w ramach Programu to przede wszystkim inspiracja do realizacji zamierzonych celów. Dzieci nabiorą odwagi do działania, będą bardziej otwarci na wszystko co nowe, zrozumieją, czym jest strach i jak go zamienić w działanie!

### **Będzie lepiej rozumieć siebie**

Dzieci zbudują silny fundament własnych wartości. Bardziej zrozumieją siebie, swoje zachowania, reakcje. Nabiorą większego szacunku do siebie samych, a tym samym będą łatwiej okazywać szacunek innym.

### **Odkryje w sobie siłę**

Dzieciaki dowiedzą się, czym jest rozwój mentalny, jaką siłę ma w sobie każde dziecko, jak tą siłę odkryć, pielęgnować i rozwijać. Poprzez różne ćwiczenia, uczniowie zobaczą jak wiele zależy od ich odpowiedniego nastawienia.

**#WIĘCEJNIŻLEKCJA**

[swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl)





III EDYCJA  
OGÓLNOPOLSKIEGO  
PROGRAMU ŚWIADOMOŚĆ  
PROCENTUJE

Organizator programu:



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

Jedyny **bezpłatny** program  
**rozwoju mentalnego** dla dzieci,  
rodziców i nauczycieli w Polsce.

**ZAPISY  
OTWARTE**

**ZAPISY DO PROGRAMU  
TYLKO DO 31 MAJA**

**[swiadomoscprocentuje.pl](http://swiadomoscprocentuje.pl)**



**MAŁOPOLSKA**

Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym  
Województwa Małopolskiego.

Patronat Honorowy: Marta Malec-Lech, Członek Zarządu Województwa Małopolskiego

