Warszawa, 21 kwietnia 2023

Informacja prasowa

**Znane osoby ze świata sportu dla  
SOS Wiosek Dziecięcych w Polsce**

**Stowarzyszenie SOS Wioski Dziecięce w Polsce we wspólnej akcji z olimpijkami Igą Baumgart-Witan, Agnieszką Kobus-Zawojską, Natalią Kaczmarek, a także zawodniczką MMA, Joanną Jędrzejczyk oraz kierowcami rajdowymi Kajetanem Kajetanowiczem i Markiem Nowakiem, zwracają uwagę na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, a także rolę sportu w pracy z nastolatkami oraz ich emocjami. Akcja jest częścią kampanii 1,5%, której celem jest zebranie środków na pomoc psychologiczną i terapeutyczną, a także opiekę medyczną i wsparcie edukacyjne dla najbardziej potrzebujących dzieci. Częścią kampanii jest również podcast „Talk Życia” ze specjalnym udziałem psycholożki sportu, Darii Abramowicz, która na co dzień pracuje z pierwszą „rakietą świata”, Igą Świątek.**

W wyrazie wsparcia dla podopiecznych Stowarzyszenia, osoby ze świata sportu na swoich profilach społecznościowych przypominają jak ważna jest pomoc dzieciom, które doświadczają kryzysu psychicznego. *- Zawsze miałam wokół siebie ludzi, którzy wspierali mnie na każdym kroku – czy było źle, czy dobrze. Jednak nie każde dziecko ma tyle szczęścia, dlatego, tak ważna jest pomoc darczyńców, która jest iskierką tego szczęścia dla podopiecznych SOS.” ­–* powiedziała w swojej relacji na Instagramie **Iga Baumgart-Witan**, **mistrzyni olimpijska w sztafecie mieszanej 4 × 400 metrów.**

**Joanna Jędrzejczyk, zawodniczka MMA, muay thai, kickboxingu i boksu,** podkreśliła, że - *W życiu jak i w sporcie nie zawsze odnosimy sukcesy, dlatego często potrzebujemy wsparcia innych.* I jak dodała - *Mam wspaniałą rodzinę, przyjaciół i trenerów, którzy zawsze pomagają mi się podnieść w tych gorszych psychicznie momentach. Niestety, nie każde dziecko ma to szczęście. Wspólnie jednak możemy im pomóc, edukować i otwierać się na problem kryzysu psychicznego wśród dzieci i młodzieży.*

Z kolei **Agnieszka Kobus-Zawojska, wioślarka, srebrna i brązowa medalistka igrzysk olimpijskich** dodaje, że kiedy była młodą zawodniczką, sukcesy nie przychodziły od razu*. - Byłam rozżalona i zdenerwowana. Mój pierwszy trener powiedział mi jednak, że ważne jest, abym osiągała je w seniorach, a nie już teraz. Zawsze we mnie wierzył, nawet w obliczu porażki i myślę, że to właśnie dzięki temu zdobyłam dwa olimpijskie medale. Dlatego właśnie tak* ***ważne jest wsparcie i wiara w młodych ludzi, zwłaszcza obecnie, w czasach kryzysu zdrowia psychicznego****.*

**Kajetan Kajetanowicz**, **polski kierowca rajdowy**, przypomina, że *- Każdy z nas miewa trudne sytuacje w życiu, ale nie zawsze widać to gołym okiem…*

Kampanię Stowarzyszenia wspierają również ambasadorzy SOS, **Natalia Kukulska, Maria Dębska, Anna Dereszowska, Katarzyna Zielińska oraz Tomasz Michniewicz.**

**Nie każde dziecko ma tyle samo szczęścia**

Każda historia dziecka, które trafia pod opiekę SOS Wiosek Dziecięcych, to opowieść o utracie w dzieciństwie, stracie bliskich, poczucia bezpieczeństwa, czasem to też opowieść o wielu trudnych czy wręcz traumatycznych doświadczeniach. Dziś, dzięki wytrwałej pracy własnej dzieci oraz nieustannej pomocy specjalistów Stowarzyszenia i bezwarunkowej akceptacji, troski i miłości Rodziców SOS, młodzi ludzie odzyskują dzieciństwo. Jest to jednak ciągła praca, wymagająca poznania dziecka, jego potrzeb, by podjąć najlepsze dla dziecka działania. Z naszych doświadczeń wynika, ze często drogą, która buduje relację z dzieckiem, odkrywa jego talent i mocne strony jest sport.

*- Podczas naszego 20-letniego doświadczenia pracy z dziećmi i młodzieżą, m.in. to* ***wspólna aktywność fizyczna była drogą dotarcia do naszych podopiecznych, pomagała zbudować bądź odbudować więzi oraz przywrócić zaufanie do dorosłych.*** *–* zauważa Tomasz Wrzosek, Z-ca Dyrektora ds. Młodzieży w Programie SOS Wiosek Dziecięcych Siedlce. – *Ponadto podejmowane* ***aktywności sportowe uczą młodzież wytrwałości w dążeniu do celu, współdziałania w grupie oraz zdrowej rywalizacji.*** *W czasie wspólnych wyjazdów mamy czas na rozmowę, poznawanie mocnych i słabych stron. Młodzież odkrywa swoje zasoby, poznaje granice własnych możliwości.* – dodaje Tomasz.

**Ostatni rok był czasem, w którym eksperci SOS Wiosek Dziecięcych stanęli przed wielkim wyzwaniem – inwazja Rosji sprowadziła na dzieci z ukraińskiej pieczy zastępczej traumę wojenną. Po relokacji dzieci z Ukrainy do Programów SOS w Polsce, konieczne było zapewnienie im właściwej pomocy. Strach, niepewność o przyszłość, utrata bliskich i poczucie osamotnienia w nowej, trudnej sytuacji – są to niezwykle trudne emocje, z którymi nikt bez odpowiedniego wsparcia nie mógłby sobie poradzić. Dziś, w polskich Wioskach SOS mieszka 156 osób z Ukrainy, w tym 116 dzieci.**

*– W tym przypadku kluczową rolę odegrały, m.in. zajęcia redukujące stres.* ***Wspaniale sprawdziły się treningi z judo & jiu jitsu.******Treningi sprawiały, że dzieci i młodzi ludzie stawali się spokojniejsi, uczyli się panowania nad własnym ciałem i umysłem, a także wzajemnego szacunku.*** *Podczas treningu zapominali o otaczających ich problemach, świadomie i skutecznie uwalniali się od negatywnych i natrętnych myśli.* ***Następowała również niwelacja napięcia nerwowego****, polepszenie koncentracji czy lepsza samokontrola. –* mówi Jerzy Leziak, z czarnym pasem w jiu jitsu oraz doradca programowy w SOS Wioskach Dziecięcych w Polsce.

**Jak dobrać dyscyplinę dla dziecka?**

Rolę dorosłego opiekuna w dobraniu odpowiedniej dyscypliny dla dziecka podkreśla, m.in. **Daria Abramowicz, psycholożka sportu, pracująca na co dzień z Igą Świątek**. Gościni [najnowszego odcinka podcastu „Talk Życia](https://spotify.link/VWjNhXjS5yb)” prowadzanego przez SOS Wioski Dziecięce w Polsce zwraca uwagę, że **w wyborze odpowiedniej dyscypliny nie można kierować się schematem „ja chcę – ty musisz”, który często pojawia się jako kompensacja młodzieńczych, niespełnionych ambicji rodziców**. Dziecko zawsze powinno się traktować podmiotowo, poprzez zauważanie jego potrzeb i pielęgnowanie zainteresowań. Zapewnijmy komfortowe warunki do próbowania, szukania i decydowania o swojej pasji, aby mieć pewność, że nasze dziecko robi to, co naprawdę lubi.

**Ty też możesz pomóc**

Aby przyłączyć się do wspólnej pomocy wystarczy, że przekażesz swoje 1,5% procent podatku na rzecz podopiecznych SOS Wiosek Dziecięcych, wpisując nr KRS 0000 056 901 w odpowiednią rubrykę formularza PIT. Deklarację podatkową można złożyć do 2 maja 2023 r. – po tym terminie podatnik traci możliwość przekazania 1,5% podatku. Więcej informacji nt. kampanii oraz rozliczeń na stronie www.dziecisos.org

\*\*\*

*Stowarzyszenie SOS Wioski Dziecięce w Polsce od ponad 39 lat pomaga dzieciom pozbawionym opieki rodziców oraz tym z rodzin w trudnej sytuacji życiowej. W 2022 r. z pomocy Programów SOS skorzystało 2417 polskich dzieci i dorosłych, w tym 1550 dzieci i młodzieży, z czego 366 w opiece zastępczej i programach młodzieżowych, a 1184 w Programie Umacniania Rodziny „SOS Rodzinie”.*

*Stowarzyszenie prowadzi 4 SOS Wioski Dziecięce, gdzie opuszczone i osierocone dzieci znajdują troskliwy dom i opiekę. Równolegle do opieki zastępczej, rozwijane są również działania profilaktyczne, w ramach Programu „SOS Rodzinie", którego celem jest ochrona dzieci przed utratą opieki i zapewnienie rodzinom kompleksowego wsparcia, w tym pomocy psychologicznej i terapeutycznej.*

*Stowarzyszenie pomaga również dzieciom w Zimbabwe i Kamerunie (ponad 5 000 osób) oraz dzieciom z ukraińskiej pieczy zastępczej. W 2022 r. Wioskach SOS mieszkało 166 uchodźców z Ukrainy, w tym 124 dzieci, a z programu dystrybucji voucherów Sodexo dla ukraińskich rodzin zastępczych oraz tych w trudnej sytuacji skorzystało prawie1500 osób (ponad 400 rodzin). SOS Wioski Dziecięce w Polsce są częścią międzynarodowej organizacji SOS Children’s Villages, obecnej w 137 krajach świata.*