

Wykłady i warsztaty z wolontariuszami z Kolumbii i Malezji

W ramach współpracy Zespołu Szkół Spożywczych, Chemicznych i Ogólnokształcących z organizacją AIESEC w Rzeszowie od 9 do 21 grudnia 2018r. w szkole gościli wolontariusze z Azji i Ameryki Południowej. Było to już drugie w roku 2018 spotkanie z obcokrajowcami. W czerwcu gościliśmy **Pepe** z Meksyku i **Jenny** z Hongkongu. Obcokrajowcy brali udział w licznych spotkaniach z młodzieżą, przeprowadzając wykłady i pokazując prezentacje dotyczące kultury, historii, muzyki, geografii, polityki, kwestii społecznych, jak również kuchni narodowej.

Część wykładów dotyczyła problemu nadwagi i otyłości. **Zither David Cadena Ramirez**, 21-letni student muzyki z Bogoty w Kolumbii oraz pracująca w branży reklamowo-informatycznej 26-letnia **Suesin Chan** z Kuala Lumpur w Malezji omówili główne przyczyny problemów związanych z utrzymaniem prawidłowej masy ciała: dużo cukru i tłuszczu w diecie, brak ruchu, spożywanie słodzonych napojów gazowanych, „junk food - śmieciowego jedzenia”, czy duża dostępność restauracji typu fast food. Zwrócili też uwagę na znaczące skutki otyłości: m.in. cukrzycę, nadciśnienie, zawał serca, większą podatność na nowotwory, problemy z kręgosłupem i stawami oraz depresję. Ponad 40% mieszkańców Malezji ma kłopoty z nadwagą i otyłością. Suesin nie należy do tej grupy, ponieważ regularnie biega, je dużo owoców i warzyw oraz ogranicza spożycie cukru w diecie. Dzięki interesującym wykładom i prezentacjom uczniowie dowiedzieli się o sposobach walki z nadwagą w innych krajach. Przykładowo w Malezji powstaje coraz więcej ścieżek rowerowych, mieszkańcy są zachęceni do brania udziału w zajęciach tanecznych i do chodzenia na siłownię, a od 2019r. zostaje w tym kraju nałożony większy podatek na napoje słodzone. W Ameryce Południowej największa otyłość panuje w Argentynie, Chile, Urugwaju i Wenezueli. W Kolumbii problem otyłości jest mniejszy i istnieje głównie w dużych miastach. Zither David zwrócił uwagę na fakt, że w Kolumbii istnieje niestety również bardzo poważny problem z niedożywieniem. Rdzenni mieszkańcy zamieszkujący północną część kraju cierpią z powodu braku dostępu do wody i pożywienia.

Wolontariusze uczestniczyli również w zajęciach praktycznych w pracowniach gastronomicznych prowadzonych z uczniami klasy 2Tż i 3Tż przez nauczycielki **Agnieszka Siwoń** i **Lidię Sobczyńską**. Wspólnie przyrządzano typowe dla Kolumbii danie bandeja paisa. Uczniowie natomiast uczyli gości jak upiec zdrowy chleb,

ugotować tradycyjne polskie dania świąteczne (barszcz czerwony z uszkami, pierogi ruskie, z kapustą i piernik).

Wykłady i warsztaty prowadzone przez wolontariuszy były zbieżne z działaniami ZSSChiO w ramach Szkoły Promującej Zdrowie. Gorąco zachęcamy całą społeczność szkolną do obejrzenia prezentacji, które widzieli uczniowie klas: 3aTa, 2kTf oraz 2Tt. Prezentacje poszerzają wiedzę na temat otyłości, pokazują, że jest to problem międzynarodowy i że przyczyny są podobne bez względu na to gdzie mieszkamy. Zachęcamy również do odświeżenia wiedzy z prezentacji dotyczących kultury, tradycji Malezji i Kolumbii, które obejrzeliby wszyscy uczniowie technikum i liceum oraz wybrane klasy branżowej szkoły, głównie podczas zajęć z wychowawcą.

Niektóre klasy miały również przyjemność wysłuchać koncertów muzyki klasycznej, ponieważ Zither David jest utalentowanym skrzypkiem, grającym w filharmonii w kolumbijskiej Bogocie. Koncerty wzbudziły podziw wśród uczniów, a największym entuzjazmem i owacjami na stojąco cieszył się autorski utwór Zithera. Kulturalną stroną spotkań dopełniła też nauka tańca salsy i bollywood.

Podczas ostatniego dnia pobytu goście zostali zaproszeni przez klasę 4Tk i jej wychowawczynię **Annę Skowron** na wigilię klasową i wyrazili swój zachwyt miłą atmosferą i tradycją dzielenia się opłatkiem.

Wolontariusze każdego dnia częstowani byli w szkole zdrowymi i pysznymi daniami obiadowymi, przez co mogli poznać polskie zwyczaje żywieniowe. Podkreślali, że dania które jedli były bardzo zdrowe, doskonale się po nich czuli i uważają, że Polacy odżywiają się lepiej niż Kolumbijczycy i Malezyjczycy.

Składamy podziękowania wielu nauczycielom zaangażowanym w opiekę nad uczniami podczas spotkań, a w szczególności **Renacie Misztal, Iwonie Krzeszowiec, Dorocie Sznaj** oraz **Piotrowi Karpińskiemu**. Szczególne słowa uznania należą się **Urszuli Machaj, Stanisławie Makarowskiej, Wandzie Mazurek, Agnieszce Siwoń, Lidii Sobczyńskiej i Wioletcie Stoch**, które wraz z uczniami, zapewniły codziennie posiłki wolontariuszom. Dziękujemy uczniom z różnych klas, a zwłaszcza: **Martynie Kieljan i Danielowi Cicirko** z 3Tz, **Julii Bojko, Aleksandrze Kuziak i Kacprowi Niedźwieckiemu** z 2kTf, **Klaudii Hałasik** z 2Tz, którzy pokazali wolontariuszom ciekawe zakątki Jarosławia. Suesin i Zither David kilkakrotnie gościli w domach nauczycielek Anny Skowron i Agnieszki Siwoń przez co poznali polskie obyczaje, np. ubierali choinkę, jedli polskie potrawy oraz spędzali czas na rozmowach i spacerach po okolicy. Uczennica kl. 4Tf **Karolina Sęk** wraz z rodziną

gościła przez 3 dni w swoim domu Suesin, która bardzo miło wspominała ten pobyt i była zachwycona stylizacją paznokci wykonaną przez Karolinę. Natomiast syn pani Jolanty Bal pokazał obcokrajowcom muzeum w Jarosławiu oraz inne miejsca w okolicy.

Składamy podziękowania Radzie Rodziców za sfinansowanie pobytu wolontariuszy w bursie szkolnej oraz jej pracownikom za stworzenie miłej atmosfery.

Bardzo cieszymy się, że cała społeczność szkolna tak miło i gościnnie przyjęła wolontariuszy, którzy niejednokrotnie podkreślali, że są tym wzruszeni. Zawiązali wiele przyjaźni z uczniami i nauczycielami, a z wieloma osobami pozostają w stałym kontakcie, przekazując serdeczne pozdrowienia dla Dyrekcji, wszystkich nauczycieli i uczniów ZSSChiO.

Dzięki spotkaniu z wolontariuszami uczniowie mieli szansę na poznanie ciekawych osób z innych kontynentów, co sprawiło, że stali się bardziej otwarci i tolerancyjni wobec innych ludzi oraz mieli znakomitą możliwość doskonalenia konwersacji w języku angielskim. Uczniowie po raz kolejny odkryli, że nie ważne na jakim kontynencie ktoś żyje, jaki ma kolor skóry, czy jaką wyznaje religię (Suesin jest buddystką). Okazuje się, że więcej nas łączy niż dzieli. Cała społeczność szkolna nie może doczekać się kolejnego projektu, bowiem tego typu spotkania stały się już naszą szkolną tradycją.

Koordynatorki projektu: **Anna Skowron, Agnieszka Siwoń**

Zdjęcia: **Agnieszka Siwoń, Iwona Krzeszowiec**

Opracowanie: **Anna Skowron, Agnieszka Siwoń**